



Tous les services demeurent confidentiels.

Le centre d'aide 24/7 est accessible aux personnes souffrant de troubles psycho-traumatiques, de troubles psychopathologiques (anxiété, dépression, perte de suivi, etc.) et psychosociales (deuil, victime de violence, toxicomanie, etc.). Il s'agit d'un lieu sécuritaire où l'information personnelle et médicale est gérée de manière confidentielle.

Aide aux personnes en détresse  
**1-866-APPELLE (277-3553)**  
 En composant le 1-866-APPELLE, le système téléphonique fait basculer l'appel vers les services Info psychosociaux (811) en tout temps.

**CENTRE D'AIDE 24/7**  
 Nous offrons les services suivants :  
 - Hébergement à court terme;  
 - Suivi de crise à court terme;  
 - Références vers le réseau;  
 - Intervention face à face.



Bottin des ressources Outaouais

### LIGNES TÉLÉPHONIQUES

Drogue / aide et référence	1-800-265-2626
Gai écoute	1-888-505-1010
Tel Aide (ailleurs au Québec)	1-800-567-9699
Tel Jeune	1-800-263-2266
	1-514-600-1002 (texto)
Ligne d'aide / Abus aînés	1-888-489-2287
Ligne Parents	1-800-361-5085
S.O.S. violence conjugale	1-800-363-9010

### AUTRES RESSOURCES

<b>APOGÉE</b> - Association parents et amis de personnes ayant de problème de santé mentale	819-771-6488
	1-800-358-6488
<b>BRAS</b> - Hébergement, support / SIDA	819-776-2727
<b>CALAS</b> - Victimes d'agressions sexuelles	819-771-1773
<b>CAVAC</b> - Victimes d'actes criminels	819-778-3555
Centre de réadaptation en dépendances ( <b>Jellinek</b> )	819-776-5584
<b>Centre Inter-Section</b> - Centre de jour, santé mentale, deuil après suicide, etc.	819-568-4555
Centre Jeunesse de l'Outaouais ( <b>DPJ</b> )	819-776-6060
<b>CIPTO</b> - Centre d'intervention et prévention en toxicomanie de l'Outaouais	819-770-7249
<b>Donne-toi une chance...</b> - Pour hommes ayant une conduite violente	819-205-1451
<b>Maison Libère-Elles</b>	819-827-4044
<b>Maison pour elle des deux Vallées</b>	819-986-8286
<b>Maison Unies-vers-Femmes</b>	819-568-4710
<b>Maison Réalité</b> - Hébergement / santé mentale	819-776-1214
<b>Tel-Aide Outaouais</b> (écoute empathique)	819-775-3223