Situations de crise psychosociale en milieu de travail

Orientation vers les services d'aide et d'intervention

Direction de santé publique de la Montérégie

Novembre 2024

Introduction

Ce document vise à aider les milieux de travail à s'orienter vers les bonnes ressources en cas de situation de crise psychosociale. On parle d'une situation de crise quand la vie des travailleurs et travailleuses est perturbée après un événement majeur et qu'une détresse émotionnelle se développe chez une personne ou un groupe.

Voici des exemples d'événements pouvant entraîner une situation de crise :

- Exposition à un événement potentiellement traumatique, comme une agression ou un accident grave au travail;
- Annonce du décès d'un ou d'une collègue;
- Décès par suicide ou tentative de suicide d'un ou d'une collègue.

Le schéma à la page suivante résume les ressources disponibles.

En plus des ressources présentées dans le reste du document, des services gratuits et confidentiels sont disponibles 24/7 partout au Québec pour de l'intervention immédiate auprès des personnes qui pensent au suicide, s'inquiètent pour un proche ou sont endeuillées par suicide :

- Téléphone : 1 866 APPELLE (1 866 277-3553);
- Texto : 535353;
- Clavardage : suicide.ca.

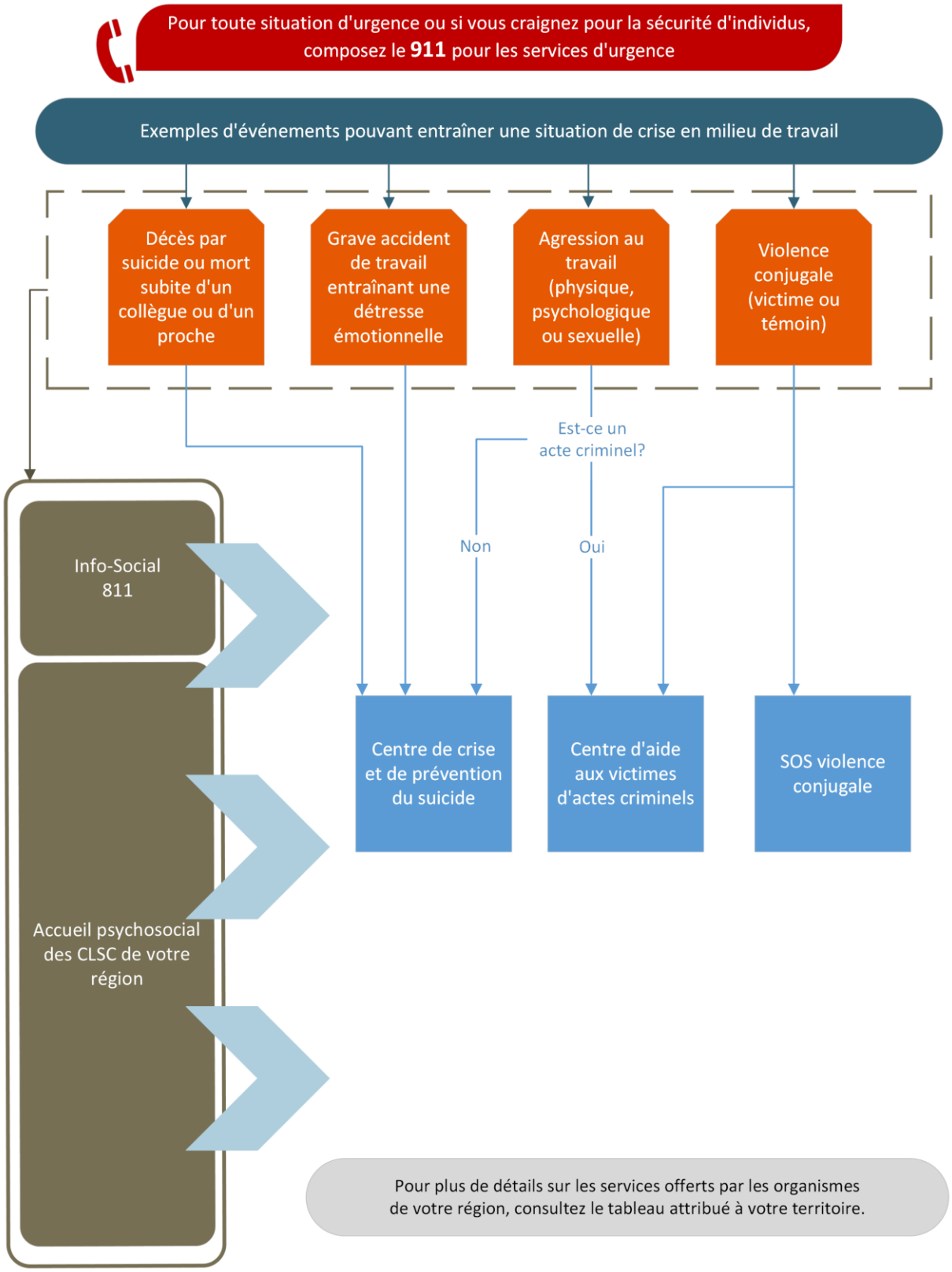
Note : Ce document contient des hyperliens pour faciliter la navigation. Nous vous conseillons de l'utiliser dans sa forme électronique. Si vous désirez avoir une copie papier, nous vous suggérons d'imprimer seulement la section qui concerne votre territoire.

Important

En cas d'urgence ou si vous craignez pour la sécurité d'individus, **composez le 911** pour joindre les services d'urgence.

Québec

Services d'intervention psychosociale disponibles selon la situation



Important : notion de territoire

La Montérégie est divisée en 3 territoires :

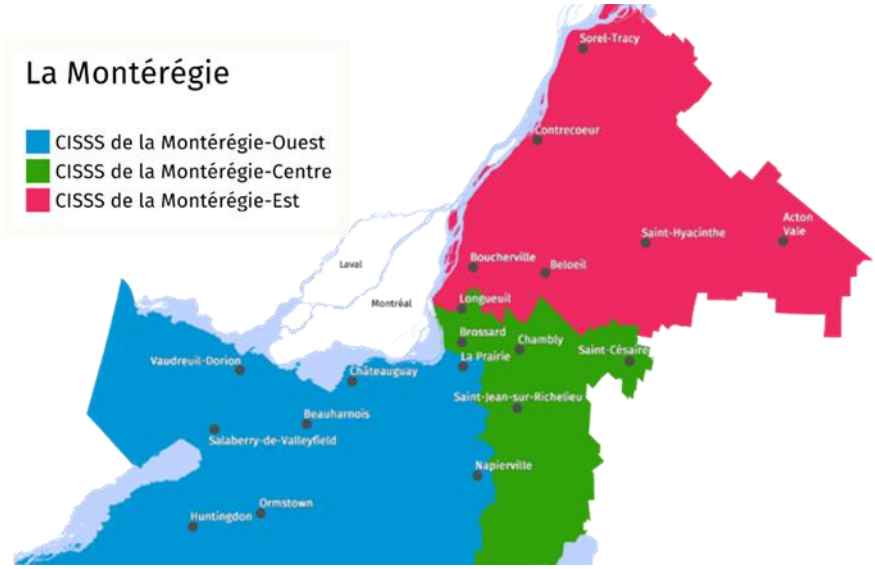
- Montérégie-Ouest (p. 4);
- Montérégie-Centre (p. 13);
- Montérégie-Est (p. 18).

Il est important de connaître votre territoire d'appartenance pour savoir quelles ressources peuvent vous offrir un service.

Si le besoin d'aide psychosociale concerne un groupe de personnes dans votre milieu de travail, référez-vous au territoire d'appartenance de votre entreprise (adresse de votre milieu de travail).

Si le besoin est individuel, référez-vous au territoire d'appartenance de la personne concernée (adresse du domicile).

L'outil à cette adresse peut vous aider à trouver votre territoire ou votre CLSC d'appartenance : https://m34.pub.msss.rtss.qc.ca/rechCodePostal.asp.



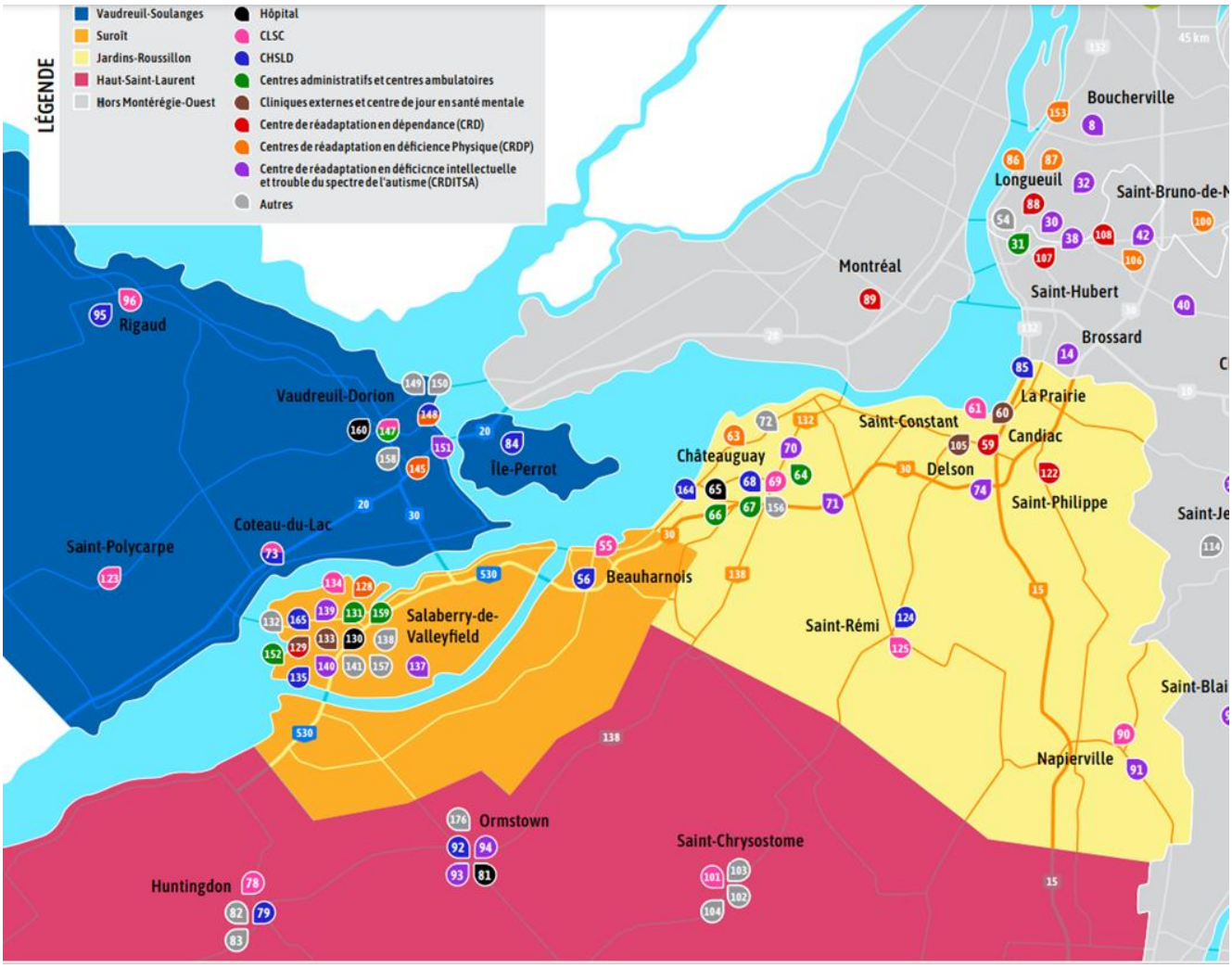
Capture d'écran :
https://www.santemonteregie.qc.ca/modules/custom/custom_general/images/carte-du-territoire.png

Montérégie-Ouest

La Montérégie-Ouest est divisée en 4 **réseaux locaux de services** (RLS) :

- RLS Vaudreuil-Soulanges (p. 5);
- RLS Suroît (p. 7);
- RLS Jardins-Roussillon (p. 9);
- RLS Haut-Saint-Laurent (p. 11).

Pour déterminer dans quel RLS vous vous situez et ainsi obtenir les coordonnées des ressources de votre secteur[1], consultez la carte ci-dessous.



Capture d'écran :
https://www.santemonteregie.qc.ca/sites/default/files/2021/11/cisssmo_carte_des_installations_rls_2021_v3_0.pdf

[1] Note : le CLSC de Beauharnois est maintenant affilié au CLSC de Châteauguay.

Ressources disponibles en Montérégie-Ouest selon le RLS

RLS Vaudreuil-Soulanges		
Organisme	**Offre de service**	**Coordonnées**
Info-Social 811	Info-Social offre un service de **consultation téléphonique** gratuit et confidentiel 24/7. Vous parlerez avec un(e) professionnel(le) en intervention psychosociale qui saura écouter et évaluer votre besoin. Il/elle pourra intervenir par téléphone ou vous diriger vers une autre ressource si nécessaire. Vous pouvez communiquer avec ce service pour vous-même ou pour un(e) proche/collègue. Info-Social intervient dans des situations individuelles et ponctuelles. Par exemple : • Vous vivez un deuil; • Vous vous inquiétez pour un(e) proche/collègue. En appelant, vous aurez à choisir entre l'option 1 (pour des informations/conseils) ou l'option 2 (pour de l'assistance durant une situation de crise).	811, poste 2 • Option 1 : information • Option 2 : situation de crise Horaire : 24/7
CLSC de Rigaud 59, rue Saint-Viateur Rigaud, J0P 1P0 450 451-6609 **CLSC de Saint-Polycarpe** 11, chemin de la Cité des jeunes Saint-Polycarpe, J0P 1X0 450 265-3771 (téléphone général) **CLSC de Vaudreuil-Dorion** 3031, boulevard de la Gare Vaudreuil-Dorion, J7V 9R2 450 455-6171 (téléphone général)	L'accueil psychosocial offre un service d'aide et d'orientation confidentiel. Il agit principalement pour des situations individuelles, telles que : • Deuil; • Épuisement professionnel; • Épisode de crise. Il faut téléphoner et laisser un message vocal expliquant sa situation. L'équipe **rappelle dans les 24-48 h** (selon le niveau d'urgence). Vous pourrez discuter d'une situation éprouvante. L'équipe évaluera votre besoin et vous dirigera vers la ressource qui pourra vous aider à gérer la situation. Selon le besoin et le contexte, l'accueil psychosocial pourrait vous offrir de faire une intervention de groupe dans votre milieu après une situation grave. Pour un besoin **individuel urgent**, il est possible de rencontrer un intervenant rapidement. Contactez l'accueil psychosocial ou présentez-vous à votre CLSC d'appartenance (selon votre adresse).	Accueil psychosocial : 450 455-6171, poste 70049 Boîte vocale virtuelle Horaire : Lun-Ven de 8 h à 18 h

Centre de crise et de prévention du suicide **Le Tournant** Si nécessaire, l'organisme fournira l'adresse.	Le Tournant offre des services d'aide gratuits pour les personnes vivant une situation de crise. Il arrive qu'un événement ou une situation de vie perturbe le quotidien de façon majeure et crée un déséquilibre (ex. : accident de travail grave, décès d'un collègue par suicide). Quand nos ressources personnelles n'arrivent pas à rétablir l'équilibre, une détresse émotionnelle peut s'installer, menant à une situation de crise. Téléphoner au centre de crise permet de parler avec une personne formée pour aider dans ce type de situation. Vous aurez une **réponse téléphonique immédiate**. La personne saura écouter et évaluer vos besoins. Elle déterminera la meilleure façon de vous aider, soit par téléphone, au centre de crise ou dans votre milieu. Les services sont confidentiels et peuvent être pour un individu ou un groupe. (L'équipe se déplace dans les milieux seulement pour intervenir après un décès par suicide. Toutefois, le soutien téléphonique concerne tout besoin individuel lié à une situation de crise.)	450 371-4090 ou 1 833 371-4090 (sans frais) Horaire : 24/7 https://letournant.org
Centre d'aide aux victimes d'actes criminels (CAVAC) Plusieurs points de service en Montérégie. L'intervenant(e) vous donnera l'adresse la plus près de vous au besoin.	Le CAVAC offre des services d'aide gratuits et confidentiels pour les victimes d'actes criminels, leurs proches et les témoins. (Un acte criminel est un comportement interdit qui est inscrit au *Code criminel* et qui entraîne l'application de peines s'il est commis et reconnu.) Le CAVAC offre des services peu importe le moment, le lieu et la gravité de l'acte criminel. Il n'est pas nécessaire que la victime ait porté plainte ou que l'auteur de l'acte ait été identifié. L'équipe saura écouter et évaluer vos besoins pour réduire les impacts de l'acte criminel sur votre vie. Elle a une expertise en intervention post-traumatique et en processus judiciaire. Les services offerts incluent : • L'intervention psychosociale; • L'accompagnement durant le processus judiciaire; • L'information sur vos droits et de l'assistance pour obtenir vos recours. Pour recevoir ces services, il faut téléphoner et laisser un message vocal expliquant sa situation. L'équipe **rappelle dans les 24-72 h** (au plus tard en une semaine).	450 670-3400 OU 1 888 670-3401 (sans frais) Boîte vocale virtuelle Horaire : Lun-Ven de 8 h 30 à 16 h 30 https://cavac.qc.ca

RLS Suroît		
Organisme	**Offre de service**	**Coordonnées**
Info-Social 811	Info-Social offre un service de **consultation téléphonique** gratuit et confidentiel 24/7. Vous parlerez avec un(e) professionnel(le) en intervention psychosociale qui saura écouter et évaluer votre besoin. Il/elle pourra intervenir par téléphone ou vous diriger vers une autre ressource si nécessaire. Vous pouvez communiquer avec ce service pour vous-même ou pour un(e) proche/collègue. Info-Social intervient dans des situations individuelles et ponctuelles. Par exemple : • Vous vivez un deuil; • Vous vous inquiétez pour un(e) proche/collègue. En appelant, vous aurez à choisir entre l'option 1 (pour des informations/conseils) ou l'option 2 (pour de l'assistance durant une situation de crise).	811, poste 2 • Option 1 : information • Option 2 : situation de crise Horaire : 24/7
CLSC de Salaberry-de-Valleyfield 71, rue Maden, bureau 200 Salaberry-de-Valleyfield, J6S 4V4 450 371-0143 (téléphone général)	L'accueil psychosocial offre un service d'aide et d'orientation confidentiel. Il agit principalement pour des situations individuelles, telles que : • Deuil; • Épuisement professionnel; • Épisode de crise. Il faut téléphoner et laisser un message vocal expliquant sa situation. L'équipe **rappelle dans les 24-48 h** (selon le niveau d'urgence). Vous pourrez discuter d'une situation éprouvante. L'équipe évaluera votre besoin et vous dirigera vers la ressource qui pourra vous aider à gérer la situation. L'accueil psychosocial pourra faire une référence interne vers l'équipe de crise si votre situation correspond aux critères. Pour un besoin **individuel urgent**, il est possible de rencontrer un(e) intervenant(e) rapidement. Appelez la boîte vocale virtuelle de l'accueil psychosocial et expliquez l'urgence de la situation. On vous rappellera.	Accueil psychosocial : 450 371-0143, poste 113210 Boîte vocale virtuelle Horaire : Lun-Ven de 8 h à 16 h

CLSC de Beauharnois[2] 142, rue Saint-Laurent Beauharnois J6N 1V9 450 429-6455 (tél. général)	**Voir l'offre de service de l'accueil psychosocial du RLS Jardins-Roussillon (p. 9).**	Accueil psychosocial : 450 429-6455, poste 113344 Boîte vocale virtuelle Horaire : Lun-Ven de 8 h à 16 h
Centre de crise et de prévention du suicide **Le Tournant** Si nécessaire, l'intervenant(e) du centre fournira l'adresse.	Le Tournant offre des services d'aide confidentiels et gratuits pour les personnes vivant une situation de crise. Il arrive qu'un événement ou une situation de vie perturbe le quotidien de façon majeure et crée un déséquilibre (ex. : accident de travail grave, décès d'un collègue par suicide). Quand nos ressources personnelles n'arrivent pas à rétablir l'équilibre, une détresse émotionnelle peut s'installer, menant à une situation de crise. Téléphoner au centre permet de parler avec une personne formée pour aider dans ce type de situation. Vous aurez une **réponse téléphonique immédiate**. La personne saura écouter et évaluer vos besoins. Elle déterminera la meilleure façon de vous aider, soit par téléphone, au centre de crise ou dans votre milieu. Les services peuvent être pour un individu ou un groupe. (L'équipe se déplace dans un milieu seulement pour intervenir après un décès par suicide. Le soutien téléphonique concerne tout besoin individuel lié à une situation de crise.)	450 371-4090 ou 1 833 371-4090 (sans frais) Horaire : 24/7 https://letournant.org
Centre d'aide aux victimes d'actes criminels (CAVAC) Plusieurs points de service en Montérégie. L'intervenant(e) vous donnera l'adresse la plus près de vous au besoin.	Le CAVAC offre des services d'aide gratuits et confidentiels pour les victimes d'actes criminels, leurs proches et les témoins. (Un acte criminel est un comportement interdit qui est inscrit au *Code criminel* et qui entraîne l'application de peines s'il est commis et reconnu.) Le CAVAC offre des services peu importe le moment, le lieu et la gravité de l'acte criminel. Il n'est pas nécessaire que la victime ait porté plainte ou que l'auteur de l'acte soit identifié. L'équipe saura écouter et évaluer vos besoins pour réduire les impacts de l'acte criminel sur votre vie. Elle a une expertise en intervention post-traumatique et en processus judiciaire. Les services offerts incluent : • L'intervention psychosociale; • L'accompagnement durant le processus judiciaire; • L'information sur vos droits et de l'assistance pour obtenir vos recours. Pour recevoir ces services, il faut téléphoner et laisser un message vocal expliquant sa situation. L'équipe **rappelle dans les 24-72 h** (au plus tard en une semaine).	450 670-3400 ou 1 888 670-3401 (sans frais) Boîte vocale virtuelle Horaire : Lun-Ven de 8 h 30 à 16 h 30 https://cavac.qc.ca

[2] Note : l'accueil psychosocial du CLSC Beauharnois fait maintenant partie du RLS Jardins-Roussillon. Toutefois, le CLSC Beauharnois sert la population de son territoire physique.

RLS Jardins-Roussillon		
Organisme	**Offre de service**	**Coordonnées**
Info-Social 811	Info-Social offre un service de **consultation téléphonique** gratuit et confidentiel 24/7. Vous parlerez avec un(e) professionnel(le) en intervention psychosociale qui saura écouter et évaluer votre besoin. Il/elle pourra intervenir par téléphone ou vous diriger vers une autre ressource si nécessaire. Vous pouvez communiquer avec ce service pour vous-même ou pour un(e) proche/collègue. Info-Social intervient dans des situations individuelles et ponctuelles. Par exemple : • Vous vivez un deuil; • Vous vous inquiétez pour un(e) proche/collègue. En appelant, vous aurez à choisir entre l'option 1 (pour des informations/conseils) ou l'option 2 (pour de l'assistance durant une situation de crise).	811, poste 2 • Option 1 : information • Option 2 : situation de crise Horaire : 24/7
CLSC Kateri 90, boulevard Marie-Victorin Candiac, J5R 1C1 450 659-7661 (téléphone général)	L'accueil psychosocial offre un service d'aide et d'orientation confidentiel. Il agit principalement pour des situations individuelles, telles que : • Deuil; • Épuisement professionnel; • Épisode de crise. Il faut téléphoner et laisser un message vocal expliquant sa situation. L'équipe **rappelle dans les 24-48 h** (selon le niveau d'urgence). Vous pourrez discuter d'une situation éprouvante. L'équipe évaluera votre besoin et vous dirigera vers la ressource qui pourra vous aider à gérer la situation. L'accueil psychosocial pourra faire une référence interne vers l'équipe de crise si votre situation correspond aux critères. Pour un besoin **individuel urgent**, vous pouvez rencontrer un(e) intervenant(e) rapidement en vous présentant à votre CLSC d'appartenance (selon votre adresse).	Accueil psychosocial : 450 659-7661, poste 1349 Boîte vocale virtuelle Horaire : Lun-Jeu : de 8 h à 20 h Ven : de 8 h à 16 h
CLSC de Châteauguay 95, avenue de la Verdure Châteauguay, J6K 0E8 450 699-3333 (téléphone général)		Accueil psychosocial : 450 699-3333, poste 3286 Boîte vocale virtuelle Horaire : Lun-Jeu : de 8 h à 20 h Ven : de 8 h à 16 h
CLSC Napierville 509, rue Saint-Jacques Napierville, J0J 1L0 450 245-3336 (téléphone général)		Accueil psychosocial : appeler au 450 245-3336 pour être redirigé Horaire : Lun-Ven de 8 h à 16h

Centre de crise et de prévention du suicide **La Maison sous les arbres** Si nécessaire, l'intervenant(e) du centre fournira l'adresse.	La Maison sous les arbres offre des services d'aide gratuits pour les personnes vivant une situation de crise, ainsi que des formations pour repérer les personnes à risque de suicide. Il arrive qu'un événement ou une situation de vie perturbe le quotidien de façon majeure et crée un déséquilibre (ex. : accident de travail grave, décès d'un collègue par suicide). Quand nos ressources personnelles n'arrivent pas à rétablir l'équilibre, une détresse émotionnelle peut s'installer, menant à une situation de crise. Téléphoner au centre de crise permet de parler avec une personne formée pour aider dans ce type de situation. Vous aurez une **réponse téléphonique immédiate**. La personne saura écouter et évaluer vos besoins. Elle déterminera la meilleure façon de vous aider, soit par téléphone, au centre de crise ou dans votre milieu. (L'organisme se déplace dans les milieux seulement pour intervenir après un décès par suicide.) Les services sont confidentiels et peuvent être pour un individu ou un groupe.	450 699-5935 ou 1 855 450 699-5935 (sans frais) Horaire : 24/7 https://www.la-msla.com
Centre d'aide aux victimes d'actes criminels (CAVAC) Plusieurs points de service en Montérégie. L'intervenant(e) vous donnera l'adresse la plus près de vous au besoin.	Le CAVAC offre des services d'aide gratuits et confidentiels pour les victimes d'actes criminels, leurs proches et les témoins. (Un acte criminel est un comportement interdit qui est inscrit au *Code criminel* et qui entraîne l'application de peines s'il est commis et reconnu.) Le CAVAC offre des services peu importe le moment, le lieu et la gravité de l'acte criminel. Il n'est pas nécessaire que la victime ait porté plainte ou que l'auteur de l'acte ait été identifié. L'équipe saura écouter et évaluer vos besoins pour réduire les impacts de l'acte criminel sur votre vie. Elle a une expertise en intervention post-traumatique et en processus judiciaire. Les services offerts incluent : • L'intervention psychosociale; • L'accompagnement durant le processus judiciaire; • L'information sur vos droits et de l'assistance pour obtenir vos recours. Pour recevoir ces services, il faut téléphoner et laisser un message vocal expliquant sa situation. L'équipe **rappelle dans les 24-72 h** (au plus tard en une semaine).	450 670-3400 ou 1 888 670-3401 (sans frais) Boîte vocale virtuelle Horaire : Lun-Ven de 8 h 30 à 16 h 30 https://cavac.qc.ca

RLS Haut-Saint-Laurent		
Organisme	**Offre de service**	**Coordonnées**
Info-Social 811	Info-Social offre un service gratuit de **consultation téléphonique** confidentiel 24/7. Vous parlerez avec un(e) professionnel(le) en intervention psychosociale qui saura écouter et évaluer votre besoin. Il/elle pourra intervenir par téléphone ou vous diriger vers une autre ressource si nécessaire. Vous pouvez communiquer avec ce service pour vous-même ou pour un(e) proche/collègue. Info-Social intervient dans des situations individuelles et ponctuelles. Par exemple : • Vous vivez un deuil; • Vous vous inquiétez pour un(e) proche/collègue. En appelant, vous aurez à choisir entre l'option 1 (pour des informations/conseils) ou l'option 2 (pour de l'assistance durant une situation de crise).	811, poste 2 • Option 1 : information • Option 2 : situation de crise Horaire : 24/7
CLSC Huntingdon 10, rue King, bureau 200 Huntingdon, J0S 1H0 450 829-2321 (téléphone général)	L'accueil psychosocial offre un service d'aide et d'orientation confidentiel. Il agit principalement pour des situations individuelles, telles que : • Deuil; • Épuisement professionnel; • Épisode de crise. Il faut téléphoner et laisser un message vocal expliquant sa situation. L'équipe **rappelle dans les 24-48 h** (selon le niveau d'urgence). Vous pourrez discuter d'une situation éprouvante. L'équipe évaluera votre besoin et vous dirigera vers la ressource qui pourra vous aider à gérer la situation. L'intervenant(e) de l'accueil psychosocial pourra faire une référence interne vers l'équipe de crise si votre situation correspond aux critères. Pour un besoin **individuel urgent**, il est possible de rencontrer un(e) intervenant(e) rapidement. Contactez l'accueil psychosocial ou présentez-vous à votre CLSC d'appartenance (selon votre adresse).	Accueil psychosocial : 450 264-6108, poste 8 Horaire : Lun-Ven de 8 h à 16 h 30
CLSC de Saint-Chrysostome (point de service) 21, rang Sainte-Anne Saint-Chrysostome, J0S 1R0 450 829-2321 (téléphone général)		

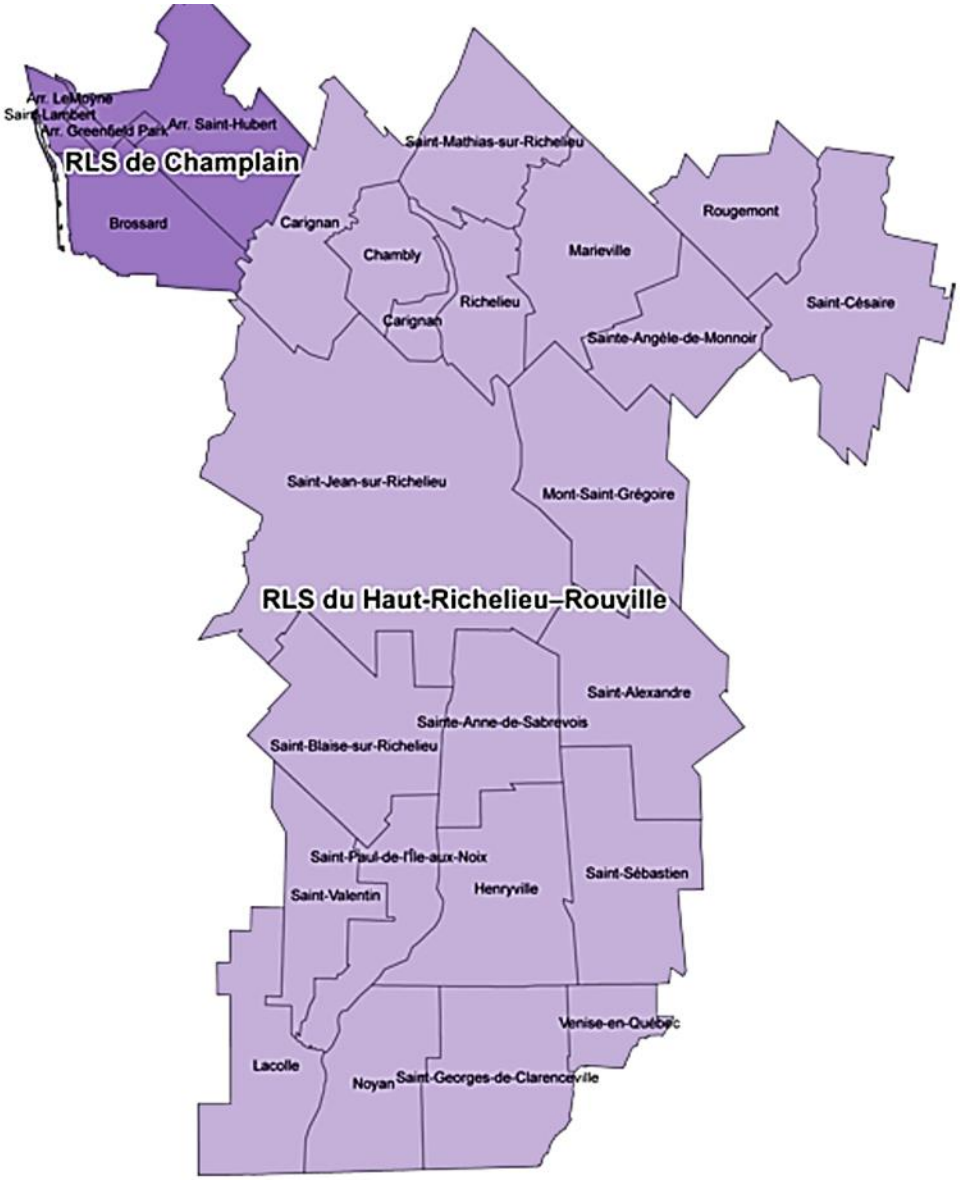
Centre de crise et de prévention du suicide **Le Tournant** Si nécessaire, l'intervenant(e) fournira l'adresse.	Le Tournant offre des services d'aide gratuits pour les personnes vivant une situation de crise. Il arrive qu'un événement ou une situation de vie perturbe le quotidien de façon majeure et crée un déséquilibre (ex. : accident de travail grave, décès d'un collègue par suicide). Quand nos ressources personnelles n'arrivent pas à rétablir l'équilibre, une détresse émotionnelle peut s'installer, menant à une situation de crise. Téléphoner au centre de crise permet de parler avec une personne formée pour aider dans ce type de situation. Vous aurez une **réponse téléphonique immédiate**. La personne saura écouter et évaluer vos besoins. Elle déterminera la meilleure façon de vous aider, soit par téléphone, au centre de crise ou dans votre milieu. Les services sont confidentiels et peuvent être pour un individu ou un groupe. (L'équipe se déplace dans un milieu seulement pour intervenir après un décès par suicide. Toutefois, le soutien téléphonique concerne tout besoin individuel lié à une situation de crise.)	450 371-4090 ou 1 833 371-4090 (sans frais) Horaire : 24/7 https://letournant.org
Centre d'aide aux victimes d'actes criminels (CAVAC) Plusieurs points de service en Montérégie. L'intervenant(e) vous donnera l'adresse la plus près de vous au besoin.	Le CAVAC offre des services d'aide gratuits et confidentiels pour les victimes d'actes criminels, leurs proches et les témoins. (Un acte criminel est un comportement interdit qui est inscrit au *Code criminel* et qui entraîne l'application de peines s'il est commis et reconnu.) Le CAVAC offre des services peu importe le moment, le lieu et la gravité de l'acte criminel. Il n'est pas nécessaire que la victime ait porté plainte ou que l'auteur de l'acte ait été identifié. L'équipe saura écouter et évaluer vos besoins pour réduire les impacts de l'acte criminel sur votre vie. Elle a une expertise en intervention post-traumatique et en processus judiciaire. Les services offerts incluent : • L'intervention psychosociale; • L'accompagnement durant le processus judiciaire; • L'information sur vos droits et de l'assistance pour obtenir vos recours. Pour recevoir ces services, il faut téléphoner et laisser un message vocal expliquant sa situation. L'équipe **rappelle dans les 24-72 h** (au plus tard en une semaine).	450 670-3400 ou 1 888 670-3401 (sans frais) Boîte vocale virtuelle Horaire : Lun-Ven de 8 h 30 à 16 h 30 https://cavac.qc.ca

Montérégie-Centre

La Montérégie-Centre est divisée en 2 **réseaux locaux de services (RLS)** :

- RLS du Haut-Richelieu-Rouville (p. 14);
- RLS de Champlain (p. 16).

Pour déterminer dans quel RLS vous vous situez et ainsi obtenir les coordonnées des ressources de votre secteur, consultez la carte ci-dessous.



Capture d'écran :
https://santemonteregie.net/santemc/images/CISSS-Centre.jpg

Ressources disponibles en Montérégie-Centre selon le RLS

RLS du Haut-Richelieu-Rouville		
Organisme	**Offre de service**	**Coordonnées**
Info-Social 811	Info-Social offre un service de **consultation téléphonique** gratuit et confidentiel 24/7. Vous parlerez avec un(e) professionnel(le) en intervention psychosociale qui saura écouter et évaluer votre besoin. Il/elle pourra intervenir par téléphone ou vous diriger vers une autre ressource si nécessaire. Vous pouvez communiquer avec ce service pour vous-même ou pour un(e) proche/collègue. Info-Social intervient dans des situations individuelles et ponctuelles. Par exemple : • Vous vivez un deuil; • Vous vous inquiétez pour un(e) proche/collègue. En appelant, vous aurez à choisir entre l'option 1 (pour des informations/conseils) ou l'option 2 (pour de l'assistance durant une situation de crise).	811, poste 2 • Option 1 : information • Option 2 : situation de crise Horaire : 24/7
CLSC de la Vallée-des-Forts 978, boulevard du Séminaire Nord Saint-Jean-sur-Richelieu, J3A 1E5 450 358-2572 (téléphone général)	L'accueil psychosocial offre un service d'aide et d'orientation confidentiel. Il agit principalement pour des situations individuelles, telles que : • Deuil; • Épuisement professionnel; • Épisode de crise. Il faut téléphoner et laisser un message vocal expliquant sa situation. L'équipe **rappelle dans les 24-48 h** (selon le niveau d'urgence). Vous pourrez discuter d'une situation éprouvante. L'équipe évaluera votre besoin et vous dirigera vers la ressource qui pourra vous aider à gérer la situation. Pour un besoin **individuel urgent**, il est possible de rencontrer un(e) intervenant(e) rapidement. Présentez-vous à votre CLSC d'appartenance (selon votre adresse). L'accueil offre une séance d'information psychosociale dans les milieux sur les services disponibles après un événement traumatique.	Accueil psychosocial : 450 358-2572, poste 4510 Horaire : Lun-Ven de 8 h à 20 h
CLSC du Richelieu 300, chemin de Marieville Richelieu, J3L 3V8 450 658-7561 (téléphone général)		

Centre de crise et de prévention du suicide du Haut-Richelieu-Rouville Si nécessaire, l'intervenant(e) du centre fournira l'adresse.	Le centre de crise et de prévention du suicide offre des services d'aide gratuits et confidentiels pour les personnes vivant une situation de crise. Il arrive qu'un événement ou une situation de vie perturbe le quotidien de façon majeure et crée un déséquilibre (ex. : accident de travail grave, décès d'un collègue par suicide). Quand nos ressources personnelles n'arrivent pas à rétablir l'équilibre, une détresse émotionnelle peut s'installer, menant à une situation de crise. Téléphoner au centre de crise permet de parler avec une personne formée pour aider dans ce type de situation. Vous aurez une **réponse téléphonique immédiate**. La personne saura écouter et évaluer vos besoins. Elle déterminera la meilleure façon de vous aider, soit par téléphone, au centre de crise ou dans votre milieu. Les services peuvent être pour un individu ou un groupe. Le centre offre aussi des formations pour repérer les personnes vulnérables au suicide.	450 348-6300 ou 1 866 277-3553 (sans frais) Horaire : 24/7 https://www.ccpshrr.ca
Centre d'aide aux victimes d'actes criminels (CAVAC) Plusieurs points de service en Montérégie. L'intervenant(e) vous donnera l'adresse la plus près de vous au besoin.	Le CAVAC offre des services d'aide gratuits et confidentiels pour les victimes d'actes criminels, leurs proches et les témoins. (Un acte criminel est un comportement interdit qui est inscrit au *Code criminel* et qui entraîne l'application de peines s'il est commis et reconnu.) Le CAVAC offre des services peu importe le moment, le lieu et la gravité de l'acte criminel. Il n'est pas nécessaire que la victime ait porté plainte ou que l'auteur de l'acte ait été identifié. L'équipe saura écouter et évaluer vos besoins pour réduire les impacts de l'acte criminel sur votre vie. Elle a une expertise en intervention post-traumatique et en processus judiciaire. Les services offerts incluent : • L'intervention psychosociale; • L'accompagnement durant le processus judiciaire; • L'information sur vos droits et de l'assistance pour obtenir vos recours. Pour recevoir ces services, il faut téléphoner et laisser un message vocal expliquant sa situation. L'équipe **rappelle dans les 24-72 h** (au plus tard en une semaine).	450 670-3400 ou 1 888 670-3401 (sans frais) Boîte vocale virtuelle Horaire : Lun-Ven de 8 h 30 à 16 h 30 https://cavac.qc.ca

RLS de Champlain		
Organisme	**Offre de service**	**Coordonnées**
Info-Social 811	Info-Social offre un service de **consultation téléphonique** gratuit et confidentiel 24/7. Vous parlerez avec un(e) professionnel(le) en intervention psychosociale qui saura écouter et évaluer votre besoin. Il/elle pourra intervenir par téléphone ou vous diriger vers une autre ressource si nécessaire. Vous pouvez communiquer avec ce service pour vous-même ou pour un(e) proche/collègue. Info-Social intervient dans des situations individuelles et ponctuelles. Par exemple : • Vous vivez un deuil; • Vous vous inquiétez pour un(e) proche/collègue. En appelant, vous aurez à choisir entre l'option 1 (pour des informations/conseils) ou l'option 2 (pour de l'assistance durant une situation de crise).	811, poste 2 • Option 1 : information • Option 2 : situation de crise Horaire : 24/7
CLSC Saint-Hubert 6800, boulevard Cousineau Saint-Hubert, J3Y 8Z4 450 443-7400 (téléphone général)	L'accueil psychosocial offre un service d'aide et d'orientation confidentiel. Il agit principalement pour des situations individuelles, telles que : • Deuil; • Épuisement professionnel; • Épisode de crise. Il faut téléphoner et laisser un message vocal expliquant sa situation. L'équipe **rappelle dans les 24-48 h** (selon le niveau d'urgence). Vous pourrez discuter d'une situation éprouvante. L'équipe évaluera votre besoin et vous dirigera vers la ressource qui pourra vous aider à gérer la situation. Après un événement amenant une situation de crise dans un milieu, l'accueil psychosocial peut offrir une séance d'information et orienter des personnes vers les ressources qui pourront répondre à leur besoin. Pour un besoin **individuel urgent**, il est possible de rencontrer un(e) intervenant(e) rapidement. Rendez-vous à votre CLSC d'appartenance (selon votre adresse).	Accueil psychosocial : 450 443-7400, poste 7318 Boîte vocale virtuelle Horaire – retour d'appel : Lun-Ven : 8 h-20 h Horaire – présentiel sans rendez-vous : Jeu-Ven : 8 h-19 h
CLSC Samuel-de-Champlain 5811, boulevard Taschereau, Bureau 100 Brossard, J4Z 1A5 450 445-4452 (téléphone général)		Accueil psychosocial : 450 445-4452, poste 612666 Boîte vocale virtuelle Horaire – retour d'appel : Lun-Ven : 8 h-20 h Horaire – présentiel sans rendez-vous : Jeu : 8 h-19 h Ven : 8 h-16 h

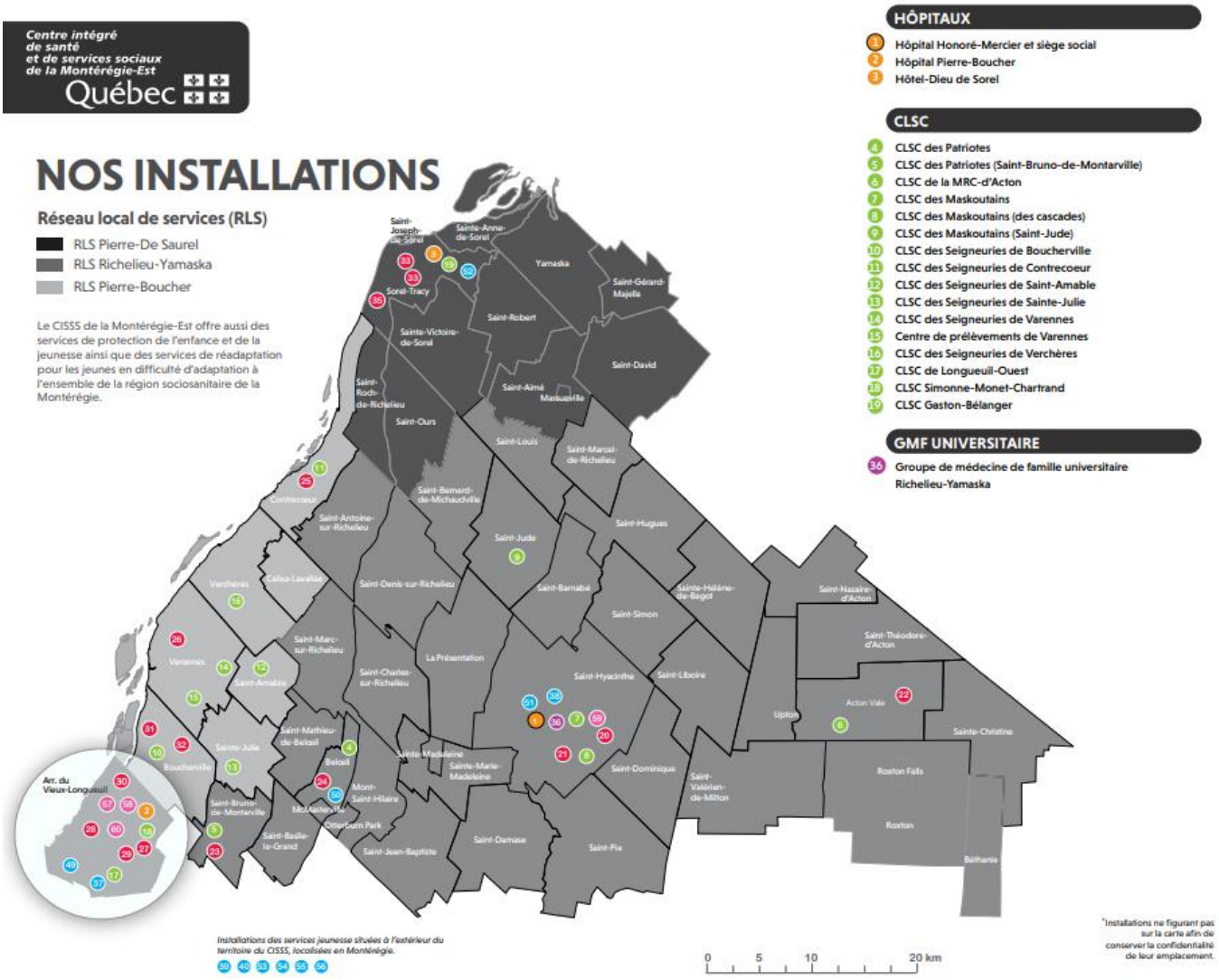
Centre de crise **L'Accès** Si nécessaire, l'intervenant(e) du centre fournira l'adresse.	L'Accès offre des services d'aide gratuits pour les personnes vivant une situation de crise. Il arrive qu'un événement ou une situation de vie perturbe le quotidien de façon majeure et crée un déséquilibre (ex. : accident de travail grave, décès d'un collègue par suicide). Quand nos ressources personnelles n'arrivent pas à rétablir l'équilibre, une détresse émotionnelle peut s'installer, menant à une situation de crise. Téléphoner au centre de crise permet de parler avec une personne formée pour aider dans ce type de situation. Vous aurez une **réponse téléphonique immédiate**. La personne saura écouter et évaluer vos besoins. Elle déterminera la meilleure façon de vous aider, soit par téléphone, au centre de crise ou dans votre milieu. Les services sont confidentiels et peuvent être pour un individu ou un groupe.	450 679-8689 Horaire : 24/7 https://santemonteregie.qc.ca/est/centre-de-crise-lacces
Centre d'aide aux victimes d'actes criminels (CAVAC) Plusieurs points de service en Montérégie. L'intervenant(e) vous donnera l'adresse la plus près de vous au besoin.	Le CAVAC offre des services d'aide gratuits et confidentiels pour les victimes d'actes criminels, leurs proches et les témoins. (Un acte criminel est un comportement interdit qui est inscrit au *Code criminel* et qui entraîne l'application de peines s'il est commis et reconnu.) Le CAVAC offre des services peu importe le moment, le lieu et la gravité de l'acte criminel. Il n'est pas nécessaire que la victime ait porté plainte ou que l'auteur de l'acte ait été identifié. L'équipe saura écouter et évaluer vos besoins pour réduire les impacts de l'acte criminel sur votre vie. Elle a une expertise en intervention post-traumatique et en processus judiciaire. Les services offerts incluent : • L'intervention psychosociale; • L'accompagnement durant le processus judiciaire; • L'information sur vos droits et de l'assistance pour obtenir vos recours. Pour recevoir ces services, il faut téléphoner et laisser un message vocal expliquant sa situation. L'équipe **rappelle dans les 24-72 h** (au plus tard en une semaine).	450 670-3400 ou 1 888 670-3401 (sans frais) Boîte vocale virtuelle Horaire : Lun-Ven de 8 h 30 à 16 h 30 https://cavac.qc.ca/

Montérégie-Est

La Montérégie-Est est divisée en 3 réseaux locaux de services (RLS) :

- RLS Pierre-De Saurel (p. 19);
- RLS Richelieu-Yamaska (p. 21);
- RLS Pierre-Boucher (p. 23).

Pour déterminer dans quel RLS vous vous situez et ainsi obtenir les coordonnées des ressources de votre secteur, consultez la carte ci-dessous.



Capture d'écran :
https://www.santemonteregie.qc.ca/sites/default/files/2021/11/carte_installations_cisssme_2021-10-21.pdf

Ressources disponibles en Montérégie-Est selon le RLS

RLS Pierre-De Saurel		
Organisme	**Offre de service**	**Coordonnées**
Info-Social 811	Info-Social offre un service de **consultation téléphonique** gratuit et confidentiel 24/7. Vous parlerez avec un(e) professionnel(le) en intervention psychosociale qui saura écouter et évaluer votre besoin. Il/elle pourra intervenir par téléphone ou vous diriger vers une autre ressource si nécessaire. Vous pouvez communiquer avec ce service pour vous-même ou pour un(e) proche/collègue. Info-Social intervient dans des situations individuelles et ponctuelles. Par exemple : • Vous vivez un deuil; • Vous vous inquiétez pour un(e) proche/collègue. En appelant, vous aurez à choisir entre l'option 1 (pour des informations/conseils) ou l'option 2 (pour de l'assistance durant une situation de crise).	811, poste 2 • Option 1 : information • Option 2 : situation de crise Horaire : 24/7
CLSC Gaston-Bélanger 30, rue Ferland Sorel-Tracy, J3P 3C7 450 746-4545 (téléphone général)	L'accueil psychosocial offre un service d'aide et d'orientation confidentiel. Il agit principalement pour des situations individuelles, telles que : • Deuil; • Épuisement professionnel; • Épisode de crise. Il faut téléphoner et laisser un message vocal expliquant sa situation. L'équipe **rappelle dans les 24-48 h** (selon le niveau d'urgence). Vous pourrez discuter d'une situation éprouvante. L'équipe évaluera votre besoin et vous dirigera vers la ressource qui pourra vous aider à gérer la situation. Pour un besoin **individuel urgent**, il est possible de rencontrer un(e) intervenant(e) rapidement. Contactez l'accueil psychosocial pour connaître le CLSC qui pourra vous recevoir.	Accueil psychosocial : 1 833 771-3716, option 2 Horaire : Lun-Ven : 8 h-20 h Sam-Dim et fériés : 8 h-16 h

Centre de crise et de prévention du suicide **La Traversée** Si nécessaire, l'intervenant(e) du centre fournira l'adresse.	La Traversée offre des services d'aide gratuits et confidentiels pour les personnes vivant une situation de crise **liée au suicide**. Leurs services sont axés sur la prévention du suicide et la postvention (intervention après un décès par suicide). Téléphoner au centre de crise permet de parler avec une personne formée pour aider dans ce type de situation. Vous aurez une **réponse téléphonique immédiate**. La personne saura écouter et évaluer vos besoins. Elle déterminera la meilleure façon de vous aider, soit par téléphone, chez l'organisme ou dans votre milieu. Les services peuvent être pour un individu ou un groupe. Le centre offre aussi des formations pour repérer les personnes vulnérables au suicide.	450 746-0303 Horaire : 24/7 https://www.cpslatraversee.ca
Centre d'aide aux victimes d'actes criminels (CAVAC) Plusieurs points de service en Montérégie. L'intervenant(e) vous donnera l'adresse la plus près de vous au besoin.	Le CAVAC offre des services d'aide gratuits et confidentiels pour les victimes d'actes criminels, leurs proches et les témoins. (Un acte criminel est un comportement interdit qui est inscrit au *Code criminel* et qui entraîne l'application de peines s'il est commis et reconnu.) Le CAVAC offre des services peu importe le moment, le lieu et la gravité de l'acte criminel. Il n'est pas nécessaire que la victime ait porté plainte ou que l'auteur de l'acte ait été identifié. L'équipe saura écouter et évaluer vos besoins pour réduire les impacts de l'acte criminel sur votre vie. Elle a une expertise en intervention post-traumatique et en processus judiciaire. Les services offerts incluent : • L'intervention psychosociale; • L'accompagnement durant le processus judiciaire; • L'information sur vos droits et de l'assistance pour obtenir vos recours. Pour recevoir ces services, il faut téléphoner et laisser un message vocal expliquant sa situation. L'équipe **rappelle dans les 24-72 h** (au plus tard en une semaine).	450 670-3400 ou 1 888 670-3401 (sans frais) Boîte vocale virtuelle Horaire : Lun-Ven de 8 h 30 à 16 h 30 https://cavac.qc.ca

RLS Richelieu-Yamaska		
Organisme	**Offre de service**	**Coordonnées**
Info-Social 811	Info-Social offre un service de **consultation téléphonique** gratuit et confidentiel 24/7. Vous parlerez avec un(e) professionnel(le) en intervention psychosociale qui saura écouter et évaluer votre besoin. Il/elle pourra intervenir par téléphone ou vous diriger vers une autre ressource si nécessaire. Vous pouvez communiquer avec ce service pour vous-même ou pour un(e) proche/collègue. Info-Social intervient dans des situations individuelles et ponctuelles. Par exemple : • Vous vivez un deuil; • Vous vous inquiétez pour un(e) proche/collègue. En appelant, vous aurez à choisir entre l'option 1 (pour des informations/conseils) ou l'option 2 (pour de l'assistance durant une situation de crise).	811, poste 2 • Option 1 : information • Option 2 : situation de crise Horaire : 24/7
CLSC de la MRC-d'Acton 1266, rue Lemay Acton Vale, J0H 1A0 450 546-2572 (téléphone général) **CLSC des Patriotes** 300, boulevard Serge-Pépin Beloeil, J3G 0B8 450 536-2572 (téléphone général) **Point de service Saint-Bruno** 50, chemin de la Rabastalière Est Bureau 10 Saint-Bruno-de-Montarville, J3V 2A5 450 461-1012 (téléphone général) **CLSC des Maskoutains** 1015, rue Gauthier Saint-Hyacinthe, J2S 8T2 450 778-2572 (téléphone général) **Point de service Centre-Ville** 1225, rue des Cascades Saint-Hyacinthe, J2S 3H2 450 778-2572 (téléphone général) **Point de service Saint-Jude** 938, rue du Centre Saint-Jude, J0H 1P0 450 768-1200 (téléphone général)	L'accueil psychosocial offre un service d'aide et d'orientation confidentiel. Il agit principalement pour des situations individuelles, telles que : • Deuil; • Épuisement professionnel; • Épisode de crise. Il faut téléphoner et laisser un message vocal expliquant sa situation. L'équipe **rappelle dans les 24-48 h** (selon le niveau d'urgence). Vous pourrez discuter d'une situation éprouvante. L'équipe évaluera votre besoin et vous dirigera vers la ressource qui pourra vous aider à gérer la situation. Pour un besoin **individuel urgent**, il est possible de rencontrer un(e) intervenant(e) rapidement. Contactez l'accueil psychosocial pour connaître le CLSC qui pourra vous recevoir.	Accueil psychosocial : 1 833 771-3716, option 3 Horaire : Lun-Ven : 8 h-20 h Sam-Dim et fériés : 8 h-16 h

Centre d'intervention de crise et d'hébergement **Contact Richelieu-Yamaska** Si nécessaire, l'intervenant(e) du centre fournira l'adresse.	Contact Richelieu-Yamaska offre des services d'aide gratuits pour les personnes vivant une situation de crise. Il arrive qu'un événement ou une situation de vie perturbe le quotidien de façon majeure et crée un déséquilibre (ex. : accident de travail grave, décès d'un collègue par suicide). Quand nos ressources personnelles n'arrivent pas à rétablir l'équilibre, une détresse émotionnelle peut s'installer, menant à une situation de crise. Téléphoner au centre de crise permet de parler avec une personne formée pour aider dans ce type de situation. Vous aurez une **réponse téléphonique immédiate**. La personne saura écouter et évaluer vos besoins. Elle déterminera la meilleure façon de vous aider, soit par téléphone, au centre de crise ou dans votre milieu. Les services sont confidentiels et peuvent être pour un individu ou un groupe.	450 774-6952 ou 1 844 774-6952 (sans frais) Horaire : 24/7 https://www.contactry.qc.ca
Centre d'aide aux victimes d'actes criminels (CAVAC) Plusieurs points de service en Montérégie. L'intervenant(e) vous donnera l'adresse la plus près de vous au besoin.	Le CAVAC offre des services d'aide gratuits et confidentiels pour les victimes d'actes criminels, leurs proches et les témoins. (Un acte criminel est un comportement interdit qui est inscrit au *Code criminel* et qui entraîne l'application de peines s'il est commis et reconnu.) Le CAVAC offre des services peu importe le moment, le lieu et la gravité de l'acte criminel. Il n'est pas nécessaire que la victime ait porté plainte ou que l'auteur de l'acte ait été identifié. L'équipe saura écouter et évaluer vos besoins pour réduire les impacts de l'acte criminel sur votre vie. Elle a une expertise en intervention post-traumatique et en processus judiciaire. Les services offerts incluent : • L'intervention psychosociale; • L'accompagnement durant le processus judiciaire; • L'information sur vos droits et de l'assistance pour obtenir vos recours. Pour recevoir ces services, il faut téléphoner et laisser un message vocal expliquant sa situation. L'équipe **rappelle dans les 24-72 h** (au plus tard en une semaine).	450 670-3400 ou 1 888 670-3401 (sans frais) Boîte vocale virtuelle Horaire : Lun-Ven de 8 h 30 à 16 h 30 https://cavac.qc.ca

RLS Pierre-Boucher		
Organisme	**Offre de service**	**Coordonnées**
Info-Social 811	Info-Social offre un service de **consultation téléphonique** gratuit et confidentiel 24/7. Vous parlerez avec un(e) professionnel(le) en intervention psychosociale qui saura écouter et évaluer votre besoin. Il/elle pourra intervenir par téléphone ou vous diriger vers une autre ressource si nécessaire. Vous pouvez utiliser ce service pour vous-même ou pour un(e) proche/collègue. Info-Social intervient dans des situations individuelles et ponctuelles. Par exemple : • Vous vivez un deuil; • Vous vous inquiétez pour un(e) proche/collègue. En appelant, vous aurez à choisir entre l'option 1 (pour des informations/conseils) ou l'option 2 (pour de l'assistance durant une situation de crise).	811, poste 2 • Option 1 : information • Option 2 : situation de crise Horaire : 24/7
CLSC de Longueuil-Ouest 201, boul. Curé-Poirier Ouest Longueuil, J4J 2G4 450 651-9830 (téléphone général)	L'accueil psychosocial offre un service d'aide et d'orientation confidentiel. Il agit surtout pour des situations individuelles, telles que : • Deuil; • Épuisement professionnel; • Épisode de crise. Il faut téléphoner et laisser un message vocal expliquant sa situation. L'équipe **rappelle dans les 24-48 h** (selon le niveau d'urgence). Vous pourrez discuter d'une situation éprouvante. L'équipe évaluera votre besoin et vous dirigera vers la ressource qui pourra vous aider à gérer la situation. Pour un besoin **individuel urgent**, il est possible de rencontrer un(e) intervenant(e) rapidement. Contactez l'accueil psychosocial pour connaître le CLSC qui pourra vous recevoir.	Accueil psychosocial : 1 833 771-3716, option 1 Horaire : Lun-Ven de 8 h à 20 h Sam-Dim et fériés 8 h à 16 h
CLSC Simonne-Monet-Chartrand 1303, boul. Jacques-Cartier Est Longueuil, J4M 2Y8 450 463-2850 (téléphone général)		
CLSC des Seigneuries de Boucherville 160, boul. de Montarville Boucherville, J4B 6S2 450 468-3530 (téléphone général)		
CLSC des Seigneuries de Contrecœur 4700, boul. Marie-Victorin Contrecœur, J0L 1C0 450 468-8413		
CLSC des Seigneuries de Saint-Amable 555, rue Principale, Saint-Amable, J0L 1N0 450 468-5250 (téléphone général)		
CLSC des Seigneuries de Sainte-Julie 461, boulevard Saint-Joseph, bureau 112 Sainte-Julie, J3E 1W8 450 468-3670 (téléphone général)		
CLSC des Seigneuries de Verchères 90, montée Calixa-Lavallée Verchères, J0L 2R0 450 448-3700 (téléphone général)		
CLSC des Seigneuries de Varennes 2220, boul. René-Gauthier Varennes, J3X 1E3 450 677-2917 (téléphone général)		

Centre de crise **L'Accès** Si nécessaire, l'intervenant(e) du centre fournira l'adresse.	L'Accès offre des services d'aide gratuits pour les personnes vivant une situation de crise. Il arrive qu'un événement ou une situation de vie perturbe le quotidien de façon majeure et crée un déséquilibre (ex. : accident de travail grave, décès d'un collègue par suicide). Quand nos ressources personnelles n'arrivent pas à rétablir l'équilibre, une détresse émotionnelle peut s'installer, menant à une situation de crise. Téléphoner au centre de crise permet de parler avec une personne formée pour aider dans ce type de situation. Vous aurez une **réponse téléphonique immédiate**. La personne saura écouter et évaluer vos besoins. Elle déterminera la meilleure façon de vous aider, soit par téléphone, au centre de crise ou dans votre milieu. Les services sont confidentiels et peuvent être pour un individu ou un groupe.	450 679-8689 Horaire : 24/7 https://santemonteregie.qc.ca/est/centre-de-crise-lacces
Centre d'aide aux victimes d'actes criminels (CAVAC) Plusieurs points de service en Montérégie. L'intervenant(e) vous donnera l'adresse la plus près de vous au besoin.	Le CAVAC offre des services d'aide confidentiels et gratuits pour les victimes d'actes criminels, leurs proches et les témoins. (Un acte criminel est un comportement interdit qui est inscrit au *Code criminel* et qui entraîne l'application de peines s'il est commis et reconnu.) Le CAVAC offre des services peu importe le moment, le lieu et la gravité de l'acte criminel. Il n'est pas nécessaire que la victime ait porté plainte ou que l'auteur de l'acte ait été identifié. L'équipe saura écouter et évaluer vos besoins pour réduire les impacts de l'acte criminel sur votre vie. Elle a une expertise en intervention post-traumatique et en processus judiciaire. Les services offerts incluent : • L'intervention psychosociale; • L'accompagnement durant le processus judiciaire; • L'information sur vos droits et de l'assistance pour obtenir vos recours. Pour recevoir ces services, il faut téléphoner et laisser un message vocal expliquant sa situation. L'équipe **rappelle dans les 24-72 h** (au plus tard en une semaine).	450 670-3400 ou 1 888 670-3401 (sans frais) Boîte vocale virtuelle Horaire : Lun-Ven de 8 h 30 à 16 h 30 https://cavac.qc.ca



Pour plus d'information

Info-Social 811
https://www.quebec.ca/sante/trouver-une-ressource/info-social-811

Services psychosociaux des Centres intégrés de santé et de services sociaux (**CISSS**) de la Montérégie
https://www.santemonteregie.qc.ca/services/services-psychosociaux

Suicide.ca
https://suicide.ca/

Centre de crise et de prévention du suicide **Le Tournant**
https://letournant.org/

Centre de crise et de prévention du suicide **La Maison sous les arbres**
https://www.la-msla.com/

Centre d'intervention de crise et d'hébergement **Contact Richelieu-Yamaska**
https://www.contactry.qc.ca/

Centre de crise et de prévention du suicide **La Traversée**
https://www.cpslatraversee.ca/

Centre de crise et de prévention du suicide du **Haut-Richelieu-Rouville**
https://www.ccpshrr.ca/

Centre de crise **L'Accès**
https://santemonteregie.qc.ca/est/centre-de-crise-lacces

Centres d'aide aux victimes d'actes criminels (**CAVAC**)
https://cavac.qc.ca/