

RESSOURCES D'AIDE PSYCHOSOCIALE

ADULTE ET MILIEUX DE TRAVAIL

DIRECTION DE SANTÉ PUBLIQUE – SERVICE SANTÉ AU TRAVAIL

JUILLET 2025

Ligne Info-Social

(24/7)

811, option 2

Programme d'aide aux employés (PAE)
de votre milieu

Téléphone :

Site internet :

Répertoire des services sociaux de
proximité

Téléphone : 211

211quebecregions.ca



Prévention du suicide

1 866 APPELLE (277-3553)

Texte : 535353

Clavardage : suicide.ca



Centre de prévention du suicide Haute-Yamaska Brome-Missisquoi

450 375-4252

cpshybm.ca



Centres de crise par région

[Liste des centres de crise - RESICO](#)

24/7



Alcooliques anonymes

1 866-LIGNEAA (544-6322)

aa-quebec.org/aaqc_wp/



Jeu : aide et référence

1 800 461-0140

Clavardage : aidejeu.ca



Alcooliques anonymes

1 866-LIGNEAA (544-6322)

aa-quebec.org/aaqc_wp/



Ligne Parents

1 800 361-5085

www.teljeunes.com/fr/parents



JEVI Centre de prévention du suicide- Estrie

819 564-1354

www.jevi.qc.ca



Drogue : aide et référence

1 800 265-2626

Clavardage : aidedrogue.ca



L'Appui- aide aux proches aidants

514-789-2460

www.lappui.org/fr



Narcotiques anonymes

1 855 LIGNENA (544-6362)

[Narcotiques Anonymes Québec](http://NarcotiquesAnonymesQuebec.ca)



L'Appui- aide aux proches aidants

514-789-2460

www.lappui.org/fr



Info-aide violence sexuelle

1 888 933-9007

infoaideviolencesexuelle.ca**Soutien aux victimes de violence conjugale et à leur entourage**

1 800 363-9010

Texte : 438 601-1211

Clavardage : sosviolenceconjugale.ca
24/7**Centre d'aide et de lutte contre les agressions à caractère sexuel des Rivières (Haute-Yamaska Brome-Missisquoi)**

450 375-3338

[CALACS des rivières](http://CALACS.des.rivieres)**Centre d'aide et de lutte contre les agressions à caractère sexuel – Agression Estrie CALACS**

1 877 563-0793

[Agression Estrie CALACS](http://Agression.Estrie.CALACS)**Cap santé mentale (pour les proches de personnes vivant avec un problème de santé mentale)**

1 855 272-7837

capsantementale.ca**Groupe d'aide et d'information sur le harcèlement au travail**

514 526-0789

gaihst.qc.ca**Autisme Estrie**

819 822-3918

www.autisme-estrie.com**TDAH Estrie**

1 888 392-2993

[TDAH Estrie](http://TDAH.Estrie)**Organismes d'aide aux hommes en difficulté**www.quebec.ca/aide-hommes-en-difficulte**Interligne**Soutien 24/7 communauté LGBTQ+
1 888-505-1010interligne.co**À cœur d'homme**

1 877 660-7799

[Réseau d'aide aux hommes pour une société sans violence - À Cœur d'Homme](http://Réseau.d'aide.aux.hommes.pour.une.société.sans.violence.-.À.Cœur.d'Homme)**Centre d'aide aux victimes d'actes criminels (CAVAC)**

1 866 532-2822

cavac.qc.ca**Aller mieux à ma façon**allermieuxamafacon.ca**Ligne d'écoute pour Autochtones**

1 855 242-3310

Clavardage : espoirpourlemieuxetre.ca
24/7**Trouver son CLSC**www.santeestrie.qc.ca/soins-services/pour-tous/clsc**Applications mobiles en soutien à la santé mentale et au mieux-être**AppSanteMentale

Adapté par : APPR-Risques psychosociaux du CIUSSS de l'Estrie-CHUS Source : Liste de ressources d'aide psychosociale CISSS de Laval