

Nous sommes là pour vous pendant l'épidémie de COVID-19

Jeunesse, J'écoute sait que la pandémie de COVID-19 affecte les adultes autant que les jeunes de partout au pays et à travers le monde. Sachez que nous sommes toujours présents pour vous si vous avez besoin de soutien.

À quel endroit les gens de partout au Canada peuvent-ils obtenir du soutien?

Jeunesse, J'écoute offre un service numérique en santé mentale, gratuit et accessible 24 heures par jour, sept jours par semaine. Ce service d'aide est offert en français et anglais pour les jeunes, les adultes et les travailleurs en première ligne.

Jeunesse, J'écoute 

Soutien pour les jeunes

Appelle au 1 800 668-6868

Envoie TEXTO au 686868

CRISIS TEXT LINE |

Soutien pour les adultes

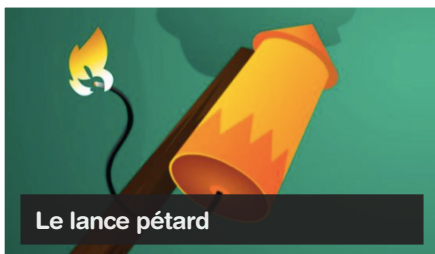
Envoie MIEUX au 741741

Soutien pour les travailleurs en première ligne

Texte ENPREMIERELIGNE au 741741

Y a-t-il d'autres ressources fiables disponibles?

Il y a un large éventail de ressources en matière de santé mentale disponibles en ligne pour les jeunes et adultes sur jeunessejecoute.ca et sur wellnesstogether.ca.



Le lance pétard

<https://jeunessejecoute.ca/information/le-lance-petard/>



Prendre soin de toi en cohabitation

<https://jeunessejecoute.ca/information/prendre-soin-de-toi-en-cohabitation/>



COVID-19 et scolarité : 13 trucs pour calmer les craintes

<https://jeunessejecoute.ca/information/covid-19-et-scolarite-13-trucs-pour-calmer-les-craintes/>



Être là pour les jeunes durant la crise de la COVID-19

<https://jeunessejecoute.ca/simplifier/ressources/ressources-pour-adultes-aidants/etre-la-pour-les-jeunes-durant-la-crise-de-la-covid-19/>



Comment gérer la distanciation sociale pendant la COVID-19

<https://jeunessejecoute.ca/information/comment-gerer-la-distanciation-sociale-pendant-la-covid-19/>



Soutien en matière de santé mentale et de consommation de substances

wellnesstogether.ca.