

Vous-mêmes ou l'un de vos proches traversez une période difficile. N'hésitez pas à aller chercher de l'aide.

JEUNESSE

- **Jeunesse j'écoute**
1 800 668-6868
- **Tel-jeunes « Jeunes »**
1 800 263-2266 (6 h à 2 h)
Texto : 514 600-1002 (8 h à 22 h 30)
Clavardage en ligne à : [Tel-jeunes Jeunes](#)
(8 h à 22 h 30)
- **Tel-jeunes « Parents »**
1 800 361-5085 (6 h à minuit)
Clavardage en ligne à : [Tel-jeunes Parents](#)
(8 h à 22 h 30)
- **Signalement à la DPJ**
1 800 567-6405

VIOLENCE CONJUGALE

- **Ligne d'écoute SOS violence conjugale**
1 800 363-9010
- **Amos, Maison Mikana**
819 732-9161
- **Rouyn-Noranda, Alternatives pour elles**
819 797-1754
- **Val-d'Or, Maison d'hébergement Le Nid**
819 825-2776
- **Abitibi-Ouest, Centre de Femmes l'Érige**
819 333-9706, poste 2
- **Témiscamingue, Maison d'Hébergement l'Équinoxe**
819 622-7001
- **Clavardage 24/7** : 819 629-7756

IDÉES SUICIDAIRES

- **Ligne d'intervention téléphonique en prévention du suicide de l'Abitibi-Témiscamingue**
1 866 277-3553 ou 1 866-APPELLE
Texto : 535353
Site Web : [suicide.ca](#)
Clavardage : [clavarder avec un intervenant](#)
- **Téléchargez gratuitement l'application mobile « réso »**
[reso.cool](#) ou [adulte.reso.cool](#)
- **Centres de prévention du suicide**
Amos : 819 732-5473
Rouyn-Noranda : 819 764-5099
Val-d'Or : 819 825-7159
Abitibi-Ouest : 819 339-3356
Témiscamingue : 819 622-7777
Senneterre : 819 737-2785
Malartic : 819 757-6645



DÉPENDANCES

- **Ligne d'écoute Drogue aide et référence**
1 800 265-2626
En ligne : [aidedrogue.ca](#)
- **Ligne d'écoute Jeu aide et référence**
1 800 461-0140 ou 1 866 SOS-JEUX
En ligne : [aidejeu.ca](#)

AUTRES LIGNES D'ÉCOUTE

- **Service Info-Social**
811, option 2
- **Info-aidants Appui-proche aidants**
Service d'écoute et de soutien pour les proches aidants
1 855 852-7784 / 1 855 EN LIGNE (7 j/7 de 8 h à 20 h)
- **Ligne Écoute entraide**
1 855 365-4463
- **Groupe IMAGE Entraide masculine**
1 888 707-2666
- **ANEB (Anorexie et boulimie Québec)**
1 800 630-0907 (8 h à 3 h)
- **Dépendants affectifs Anonymes**
1 877 621-4744
- **Ligne d'écoute d'espoir pour le mieux-être**
(ligne d'écoute accessible 24/7 pour tous les Autochtones du Canada)
1 855 242-3310
Pour clavardage, voir les sites suivants :
[www.espoirpourlemieuxetre.ca](#)
[www.hopeforwellness.ca](#)

Pour les personnes concernées par la diversité sexuelle et la pluralité des genres (LGBTQ+)

- **Interligne**
LIGNE D'ÉCOUTE, CLAVARDAGE ET TEXTO 24/7
1 888 505-1010
- **Aide aux trans du Québec-ATQ**
Ligne d'écoute 24/7
1 855 909-9038, option 1

DEUIL

- **Tel-écoute - Ligne Le Deuil**
(pour personnes endeuillées, 18 ans+) 7 j/7 (10 h à 22 h)
1 888 533-3845
- **Deuil jeunesse 24/7** (pour tous les âges)
1 855 889-3666

Le service de l'AAOR (accueil, analyse, orientation et référence) représente la porte d'entrée principale pour les demandes de nature sociale ou psychologique. Voici les coordonnées par secteur.

Amos

☎ 819 732-3271

Barraute

☎ 819 734-6571

La Sarre

☎ 819 333-2311

Malartic

☎ 819 825-5858

Rouyn-Noranda

☎ 819 762-5599

Senneterre

☎ 819 825-5858

Témiscaming-Kipawa

☎ 819 627-3385, poste 1260

Val-d'Or

☎ 819 825-5858

Ville-Marie

☎ 819 629-2420, poste 4222

* Pour une situation jugée à risque à court terme, il est suggéré de contacter l'AAOR par téléphone.

Centre intégré
de santé et de services
sociaux de l'Abitibi-
Témiscamingue

Québec 