

Services de soutien en santé mentale et en mieux-être communautaire dans la région de Yellowknife

Services de soutien en santé mentale et en mieux-être communautaire

Bureau de counseling communautaire

Offre des services de counseling tous les jours, de 8 h 30 à 17 h. Les rendez-vous peuvent être pris à l'avance ou le jour même. Les soins infirmiers en santé mentale demeurent disponibles.

867-767-9110 poste 3

Rainbow Coalition

Offre de l'aide téléphonique à toutes les personnes, mais tout particulièrement aux jeunes préoccupés par des questions BLGBTQQIPAA+.

867-444-7295

Services aux adultes

Offre des services de gestion de cas et des services de soutien pour orienter les gens vers les ressources, les programmes et les services dont ils ont besoin.

867-767-9110 poste 41219 ou

867-767-9122 poste 41218

Fondation pour le mieux-être des Autochtones de l'Arctique

Propose des séances de counseling par téléphone offertes par des conseillers autochtones, de 9 h à 17 h.

867-447-1095 ou 867-445-8035

Conseillers en soins à l'enfance et à la jeunesse

Offre des services de soutien aux enfants et aux jeunes, de 8 h 30 à 17 h. Vous pouvez prendre rendez-vous à l'avance ou le jour même en communiquant avec un conseiller. Si aucun conseiller ne vous a été désigné, appelez-nous.

867-446-6177 ou 867-446-4851

Soutien au rétablissement des dépendances

Alcooliques Anonymes

Offre des réunions virtuelles partout au Canada.

www.area78aaa.org

Programme de lutte contre les dépendances

Offre des séances de counseling pour les anciens clients de programmes de traitement contre les dépendances :

Poundmaker 1-866-458-1884

Aventa 1-403-245-9050

Edgewood 1-866-947-5911

Fresh Start 1-844-768-6266

Ligne antitabac (accessible en tout temps)

Ligne d'aide confidentielle pour les personnes qui souhaitent arrêter de fumer.

1-866-286-5099

Refuges

Women's Society de Yellowknife

Refuge d'urgence pour les femmes en état d'ébriété ou sous l'emprise de la drogue. Ouvre à 17 h.

867-873-2566

Centre de dégrisement et de jour

Un endroit sûr où rester pour les sans-abri ou toute personne en état d'ébriété ou sous l'emprise de la drogue.

867-873-3272

Refuge de jour du GTNO

Un endroit sûr où rester pour les sans-abri ou toute personne qui en a besoin.

867-688-9941

Maison Allison McAteer

Un endroit sûr pour les femmes qui fuient une situation de violence familiale.

867-873-8257

Armée du Salut

Refuge pour les hommes itinérants.

867-920-4673

Refuge Home Base

Maison de transition pour les jeunes itinérants.

867-766-4673

Services électroniques en santé mentale et en lutte contre les dépenances

Soutien en santé mentale

Espace mieux-être Canada

Offre divers services de santé mentale, dont une évaluation courte et facultative pour déterminer les ressources et les outils qui pourraient répondre à leurs besoins

ca.portal.gs

Construire notre résilience

Offre à tous les Canadiens et à toutes les Canadiennes des ressources pour affronter les problèmes d'anxiété et de dépression en lien à la COVID-19.

www.mindbeacon.com/strongerminds

Rootd

Une application qui aide les gens à comprendre et à gérer les attaques de panique et l'anxiété (dont des outils interactifs pour aider à gérer les attaques de panique dès qu'elles surviennent). La majorité des fonctionnalités sont gratuites.

www.rootd.io

Breathing Room

Programme en ligne gratuit destiné aux jeunes et aux jeunes adultes qui souhaitent découvrir de nouvelles façons de maîtriser le stress, la dépression ou l'anxiété.

Pour télécharger l'application, utilisez le code suivant :
XXQTGPUE

7 Cups

7 cups est une application qui propose du soutien par les pairs et de l'entraide aux jeunes (de 13 à 17 ans) et aux adultes.

www.7cups.com

Institut des Familles Solides

L'Institut des familles solides (IFS) propose des services à distance gratuits principalement par téléphone.

Pour un aiguillage, communiquez avec votre conseiller communautaire.

Soutien au rétablissement des dépenances

Pour tous, par tous les moyens

Groupes de soutien (sur Zoom) organisés par l'Association communautaire d'entraide par les pairs contre les dépenances.

ca.portal.gs

Breaking Free

Programme de soutien qui vous aide à comprendre votre état de manque et vos pulsions. Il existe également une application.

www.breakingfreeonline.ca

Alcoholics Anonymous

www.area78aaa.org

OverEaters Anonymous

www.oaedm.com

Soutien en cas de crise (offert en tout temps)

Ligne d'écoute d'espoir

1-855-242-3310

Service canadien de prévention du suicide

1-833-456-4566

Jeunesse, J'écoute

1-800-668-6868

Assistance téléphonique Kamatsiaqtut

1-800-265-3333

YWCA NWT

1-866-223-7775

Ligne d'aide des TNO

1-800-661-0844

Espace Mieux-être Canada

Adultes :

1-866-585-0445

Jeunes :

1-888-668-6810

Si vous ou l'un de vos proches faites face à une situation d'urgence, n'hésitez pas à composer le 9-1-1.