

On prend soin de soi JDLM

Ressources

Pour accompagner son enfant dans sa navigation sur Internet, les réseaux sociaux, les jeux en lignes, etc.

Protéger vos enfants en congé scolaire forcé (par Cyberaide.ca)

<https://www.cybertip.ca/app/fr/signup>

Pour accompagner son enfant dans ses apprentissages

Alloprof parents

<https://www.alloprofparents.ca/>

1 855 527-1277

Alloprof

<http://www.alloprof.qc.ca/>

1 888 776-4455 / 514 527-3726

Section Texto

<http://www.alloprof.qc.ca/Pages/Texto.aspx>

Pour parler à quelqu'un des difficultés vécues avec son enfant ou un proche

LigneParents

<https://www.ligneparents.com/LigneParents>

1 800 361-5085

Crise-Ado-Famille-Enfance (CAFE) (CLSC)

<https://santemonteregie.qc.ca/crise-ado-famille-enfance-cafe>

Candiac / La Prairie

450 659-7661

Brossard 450-445-4452, poste 2666
St-Hubert 450 443-7400
Saint-Jean-sur-Richelieu 450 358-2572

Dépendances (alcool, drogue, jeu)

<https://santemonteregie.qc.ca/services/dependances>

Service centralisé

450 443-4413 (numéro principal)

Sans frais : 1 866 964-4413

Association québécoise de prévention du suicide

1 866 277-3553 (1 866 APPELLE)

Réseau Avant de Craquer (pour l'entourage d'une personne atteinte de maladie mentale)

<https://www.avantdecraquer.com/>

1 855 272-7837 (1 855 CRAQUER)

Pour de l'information sur sa santé (et la Covid-19)

Portail santé Montérégie

<https://santemonteregie.qc.ca/covid-19>

Ligne d'information sur la Covid-19

1 877 644-4545

Info-Santé

811

On prend soin de soi JDLM