



DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

- Association canadienne pour la santé mentale (<https://acsmquebec.org/>)
- Centre d'études sur le stress humain (<https://www.stresshumain.ca/>)
- Commission de la santé mentale du Canada <https://www.mentalhealthcommission.ca/Francais>)
- Guides des émotions: <https://redpsy.com/guide/>
- Le Havre : 514 982-0333
- Mouvement Santé mentale Québec (<https://www.mouvementsmq.ca/>)
- Programme d'aide aux employées et employés du centre de services scolaire des Draveurs : 1-800-361-2433 (gratuit et confidentiel)
- Réseau Avant de craquer (ressource pour les proches de personnes atteintes de problème de santé mentale) : 1 855 CRAQUER (272-7837)
- Santé psychologique – on a besoin d'histoires: voici pourquoi: <https://nucleiconsseils.com/bloque/on-a-besoin-dhistoires-voici-pourquoi>
- Stratégies sur le stress: <https://www.strategiessurlstress.ca/>
- Suicide Action Montréal : 514 723-4000 – Ailleurs au Québec : 1 866 APPELLE (277-3553)
- Tel-Aide : 514 935-1101
- Tel-Aînés : 514 353-2463
- Tel-Écoute : 514 493-4484
- Tel-Jeunes : 1 800 263-2266 – Textos : 514 600-1002

S:\033-Erabliere\Secretariat_gestion\Liste de ressources en santé mentale et autres.doc