# L'ÉCOLE PREND UNE PAUSE...

## Le soutien, lui, continue.



L'été peut parfois apporter son lot de défis pour certains jeunes et certaines familles.

Heureusement, des ressources communautaires et des services du milieu restent accessibles tout au long de l'été pour offrir écoute, soutien, accompagnement et activités.

## DES RESSOURCES LOCALES RESTENT LÀ POUR VOUS

### RESSOURCES GÉNÉRALES

**Info-Santé/Info-Social** (24h/24, 7/7)
**811, option 1** : conseils rapides de santé et référencement
**811, option 2** : conseils psychosociaux ou en santé mentale, référencement

### PRÉVENTION DU SUICIDE (24h/24, 7/7)

Ligne téléphonique : 1 866-APPELLE (277-3553)
Textez le 535353
Clavardez sur suicide.ca

CPS Lanaudière

### ÉCOUTE ET SOUTIEN POUR LES JEUNES

**Tel-Jeunes**
(8h à minuit, 7/7)
1-800-263-2266
Texto: (514) 600-1002

**Jeunesse J'écoute**
(24h/24, 7/7)
1-800-668-6868
Texto: 686868

### MAISONS DES JEUNES DE TON QUARTIER

Des milieux accueillants pour se retrouver, échanger et participer.

### ÉCOUTE ET SOUTIEN POUR LES PARENTS

**Tel-Jeunes**
(8h à minuit, 7/7)
1-800-361-5085
Chat: site Web

**Première ressource** *
Lun-Mar 8h à 21h
Mer-Vend 8h à 17h
1-866-329-4223
Chat ou courriel:
consultation@premiereressource.ca

*Consultation psychosociales gratuites et confidentielles

**Il y a toujours quelqu'un pour vous accueillir, vous écouter ou vous accompagner.**

Prendre soin de soi et des autres, c'est important toute l'année.

### BESOIN D'AIDE OU D'INFORMATIONS?

Plusieurs ressources communautaires sur le territoire de Lanaudière sont également disponibles (aide alimentaire et dépannage, activités et lieux accueillants, dépendance, toxicomanie, etc.), consultez le bottin des organismes du CISSS de Lanaudière

**N'hésitez pas à demander de l'aide ou à tendre la main!**

Direction de Santé publique
Équipe Milieux favorables à la santé et au développement des individus, Juin 2026,

Centre intégré de santé et de services sociaux de Lanaudière
Québec