



Ressources pour les parents

Ressources générales

Organisme	Coordonnées	Autres informations
CISSS et CIUSSS du Québec	quebec.ca/sante/systeme-et-services-de-sante/organisation-des-services/cisss-et-ciusss Pour trouver le CISSS ou le CIUSSS de votre région	5 à 17 ans Accueil psychosocial Programme Crise-Ado-Famille-Enfance (CAFE)
Lignes Info Santé et Info Social	811	

Lignes d'écoute générales

Organisme	Coordonnées	Autres informations
Tel-Aide	telaide.org 514 935-1101	
Tel-Écoute	tel-ecoute.org 514 493-4484	
Avant de craquer	avantdecraquer.com 1 855 CRAQUER (272-7837)	Composer avec la maladie mentale d'un proche
Ligne Parents	ligneparents.com 1 800 361-5085	Soutien général

Santé et santé mentale

Organisme	Coordonnées	Autres informations
CHU Saint-Justine	chusj.org 514 345-4931	
Association canadienne pour la santé mentale (Montréal)	acsmontreal.qc.ca 1 866 277-3553	
Hôpital en santé mentale Rivière-des-Prairies	ciusssnordmtl.ca/installations/hopitaux/hopital-riviere-des-prairies 514 323-7260	
Hôpital pour enfants de Montréal	hopitalpourenfants.com 514 412-4400	

Ordres professionnels

Organisme	Coordonnées	Autres informations
Ordre des psychologues du Québec	ordrepsy.qc.ca 1 800 363-2644	
Centre d'appel pour les personnes à la recherche d'un psychologue	ordrepsy.qc.ca/web/ordre-des-psychologues-du-quebec/trouver-de-aide 1 800 561-1223	
Ordre professionnel des sexologues du Québec	opsq.org info@opsq.org 1 855 386-6777	
Ordre des travailleurs sociaux et thérapeutes conjugaux du Québec	otstcfq.org info@otstcfq.org 1 888 731-9420	

Agression sexuelle et victimisation

Organisme	Coordonnées	Autres informations
Centre pour les victimes d'agression sexuelle de Montréal	cvasm.org info@cvasm.ca	18 ans et plus
Indemnisation des victimes d'actes criminels (IVAC)	ivac.qc.ca 1 800 561-4822	
Ligne ressource provinciale pour les victimes d'agression sexuelle	agressionssexuelles.gouv.qc.ca 1 888 933-9007	24 heures/7 jours
Regroupement québécois des Centres d'aide et de Lutte contre les agressions à caractère sexuel (CALACS)	rqcalacs.qc.ca	Liste de tous les CALACS du Québec
Réseau de Centres d'aide aux victimes d'actes criminels	cavac.qc.ca 1 866 LE-CAVAC (532-2822)	
Table de concertation sur les agressions à caractère sexuel de Montréal	agressionsexuellemontreal.ca	

Développement psychosexuel et comportement sexuel

Site/guide/ouvrage	Lien	Autres informations
Site <i>Naître et grandir</i>	naitreetgrandir.com/fr	
Guide de référence sur le développement psychosexuel des enfants de 4 à 12 ans <i>SEXOcllic</i>	santemontreal.qc.ca/fileadmin/fichiers/professionnels/DRSP/sujets-a-z/SEXOcllic/Comprendre/Dev_psychosexuel_presco_primaire_.pdf	Par la Direction générale de la santé publique CIUSSS Centre-Sud de Montréal
Site de l'Hôpital CHU Sainte-Justine	chusj.org/soins-services/C/Comportement-sexualise	

Site/guide/ouvrage	Lien	Autres informations
Dépliant <i>Les Comportements et les jeux sexualisés chez les enfants</i>	chusj.org/getmedia/068734cb-2781-4964-a6be-c70031bf9dbd/depliant_F-160_les-comportements-et-les-jeux-sexualises-chez-les-enfants_FR.pdf.aspx?ext=.pdf	Par l'Hôpital CHU Sainte-Justine
Livre <i>Que savoir sur la sexualité de mon enfant?</i> , de Frédérique Saint-Pierre et Marie-France Viau	editions-chu-sainte-justine.org/livres/que-savoir-sur-sexualite-mon-enfant-104.html	

Comment parler de sexualité avec son enfant

Site/guide/ouvrage	Lien	Autres informations
Livres <i>Ma sexualité de 0 à 6 ans</i> , <i>Ma sexualité de 6 à 9 ans</i> et <i>Ma sexualité de 9 à 12 ans</i> , de Jocelyne Robert	editions-homme.com/jocelyne-robert/auteur/robe1018	
Livre <i>Full sexuel</i> , de Jocelyne Robert		
Livre <i>Parlez-leur d'amour et de sexualité</i> , de Jocelyne Robert		
Livre <i>Te laisse pas faire : Les abus sexuels expliqués aux enfants</i> , de Jocelyne Robert		
Site <i>On parle de sexe</i>	onparledesexe.telequebec.tv/episodes-complets	Pour un public adolescent, principalement
Site <i>About kids health</i>	aboutkidshealth.ca/FR/Article?contentid=717&language=French	8 conseils aux parents pour l'éducation sexuelle de leurs enfants
	aboutkidshealth.ca/Article?contentid=716&language=French	Résumé de ce que les enfants devraient savoir sur la sexualité selon leur âge

Site/guide/ouvrage	Lien	Autres informations
Site de la Société des obstétriciens et gynécologues du Canada	sexandu.ca/fr/resources	Informations sur divers sujets en lien avec la sexualité
Site <i>Moi et ma sexualité</i>	itss.gouv.qc.ca/moi-et-ma-sexualite.dhtml	Pour les adolescents, mais bonne ressource pour les parents aussi

Aide au niveau juridique (consultations gratuites)

Organisme	Coordonnées	Autres informations
Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes du CAAP	fcaap.ca/les-caap 1 877 527-9339	Accompagnement plainte contre le réseau de la santé et des services sociaux
Centre de justice de proximité de la Montérégie	justicedeproximite.qc.ca/centres/monteregie 1 844 723-3700	Services gratuits pour les résidents de la Montérégie
Clinique juridique de l'Université de Montréal	droit.umontreal.ca/bourses-ressources-et-services/clinique-juridique 514 343-7851	
Clinique juridique de l'UQAM	cliniquejuridique.uqam.ca cliniquejuridique@gmail.com 514 987-6760	
Éducaloi	educaloi.qc.ca/dossier/agression-sexuelle	
Équijustice	equijustice.ca/fr 514 522-2554	Justice réparatrice et médiation citoyenne
Inform'elle	informelle.osbl.ca 450 443-3442 poste 221	Consultation en droit familial

Organisme	Coordonnées	Autres informations
Juripop	juripop.org 1 855 JURIPOP (587-4767)	
Ligne-conseil du DPCP	dpcp.gouv.qc.ca/index.aspx 1 877 547-3727	Conseils généraux sur les poursuites criminelles

Anxiété et dépression

Organisme	Coordonnées	Autres informations
Revivre	revivre.org revivre@revivre.org 1 866 REVIVRE (738-4873)	Anxiété, dépression et bipolarité

Centres de crise

Organisme	Coordonnées	Autres informations
Centre d'intervention de crise l'Appoint	514 351-6661	Est de Montréal
Association IRIS	associationiris.ca 514 388-9233	Ahuntsic, Montréal-Nord, Bordeaux/Saint-Laurent, Cartierville
L'Autre maison	centredecrise.ca/lautre-maison 514 768-7225	Verdun, Lasalle, Lachine, Ville Saint-Pierre, Ville-Émard/Côte Saint-Paul, Saint-Henri, Petite-Bourgogne, Pointe Saint-Charles
Le Transit	centredecrise.ca/le-transit 514 282-7753	Centre-Est de Montréal
Tracom	tracom.ca 514 483-3033	Centre-Ouest de Montréal

Organisme	Coordonnées	Autres informations
Centre de Crise de l'Ouest de l'Île	centredecriseoi.com 514 684-6160	Pierrfonds/Roxboro, Île Bizard, Sainte-Geneviève, Senneville, Sainte-Anne-de-Bellevue, Dollard-des-Ormeaux, Beaconsfield, Baie d'Urfé, Kirkland, Pointe-Claire, Dorval
L'Îlot	centredecrise.ca/llot	Laval
Soleil Levant	rssoleillevant.org 450 430-4647	Laurentides
L'Entremise	514 351-9592	

COVID-19

Organisme	Coordonnées	Autres informations
Site CODIV-19 Parenting	covid19parenting.com	Parentalité en temps de COVID-19

Délinquance

Organisme	Coordonnées	Autres informations
Centre d'intervention en délinquance sexuelle (Laval)	cidslaval.com 579 641-3941	Adolescents et adultes
Institut national de psychiatrie légale Philippe-Pinel	pinel.qc.ca 514 648-8461	

Dépendance

Organisme	Coordonnées	Autres informations
Alcooliques anonymes	aa-quebec.org 514 376-9230	Alcoolisme
Centre d'accueil Le Portage	portage.ca/fr	Alcoolisme et toxicomanie Plusieurs centres à Montréal
Centre de réadaptation en dépendance de Montréal	dependancemontreal.ca	Alcoolisme, toxicomanie et jeu Plusieurs centres, selon le sujet
Jeu : aide et référence	aidejeu.ca 1 800 461-0140	24 heures/7 jours
Maison Jean Lapointe	maisonjeanlapointe.org 1 800 567-9543	Alcoolisme, toxicomanie, jeu et médicaments

Fugue

Organisme	Coordonnées	Autres informations
En Marge 12-17	enmarge1217.ca 514 849-7117	Rencontres individuelles et familiales Groupes de soutien et d'information Cafés-causeries

Pour hommes

Organisme	Coordonnées	Autres informations
Carrefour d'Hommes en changement (CHOC)	organismechoc.com 450 975-CHOC (2462)	Prévention violence conjugale et suicide
Centre de ressources et d'intervention pour hommes abusés sexuellement dans leur enfance (CRIPHASE)	criphase.org info@criphase.org 514 529-5567	
Centre de ressources pour hommes de Montréal (CRHM)	crhmontreal.ca 514 355-8300	

Phobies

Organisme	Coordonnées	Autres informations
Phobies-Zéro	phobies-zero.qc.ca 1 866 922-0002	

Prévention du suicide

Organisme	Coordonnées	Autres informations
Ligne de prévention du suicide de l'Association québécoise de prévention du suicide	aqps.info 1 866 277-3553	
Suicide action Montréal (SAM)	suicideactionmontreal.org 1 866 277-3553	

Ressources thérapeutiques à prix modique

Organisme	Coordonnées	Autres informations
Centre St-Pierre	centrestpierre.org info@centrestpierre.org 514 524-3561	Tarif variable selon le revenu Moyenne de 30 \$/session Psychothérapie individuelle et conjugale Langues de service : français, anglais et espagnol
Le Levier	lelevier.ca 514 273-7365	Tarif variable selon le revenu (min. 30 \$) Psychothérapie individuelle
Famille Nouvelle	famillenouvelle.org 514 525-0063	Tarif variable selon le revenu Min. 25 \$ de jour, 35 \$ de soir Psychothérapie individuelle, conjugale et familiale Langues de service : français, anglais, espagnol et créole
Applied Psychology Center de l'Université Concordia	concordia.ca/artsci/psychology/facilities-services/apc.html apc@concordia.ca 514 848-2424 poste 7550	Tarif variable selon le revenu Psychothérapie individuelle Stagiaires ou professionnels Langues de service : anglais
Centre de consultation psychologique et éducationnelle (CCPE)	ccpeweb.ca psy@ccpeweb.ca 514 522-3195	Tarif variable selon le revenu
Centre d'anxiété et de dépression de Montréal (Montréal et Pointe-Claire)	helpforanxietydepression.com/fr 514 777-4530 514 796-4357	Tarif variable selon le revenu

Organisme	Coordonnées	Autres informations
Maison St-Jacques	maisonstjacques.com 514 526-4132	Sans frais Psychothérapie de groupe
Centre de thérapie de Montréal	montrealtherapy.com 514 244-1290	Tarif variable selon le revenu Psychothérapie individuelle, conjugale et familiale; art-thérapie Langues de service : français, anglais, espagnol
Société canadienne du stress	514 926-3630	45 \$/session
Centre de services psychologiques de l'UQAM	psychologie.uqam.ca/centre-de-services-psychologiques.html 514 987-0253	30 \$/session Psychothérapie individuelle et conjugale Stagiaires
Maison multiethnique Myosotis	514 271-4407	Min. 12 \$/session 6 % du salaire net hebdomadaire Langues de service : français, anglais, portugais, espagnol, polonais, roumain allemand et russe
Clinique universitaire de psychologie de l'Université de Montréal	psy.umontreal.ca/ressources-services/clinique-universitaire-de-psychologie clinique-universitaire@psy.umontreal.ca 514 343-7725	Tarif variable selon le revenu (30-60 \$/session) Psychothérapie individuelle et familiale Stagiaires ou jeunes professionnels

Organisme	Coordonnées	Autres informations
McGill Psychoeducational and Counselling Clinic	mcgill.ca/edu-ecp/about/clinic 514 398-4641 ecpclinic.education@mcgill.ca	Coûts modiques Psychothérapie individuelle Stagiaires Langues de service : anglais
Centre d'aide de Bordeaux	centredaidedebordeaux.com 514 374-3445	Tarif variable selon le revenu Psychothérapie individuelle et conjugale Stagiaires ou professionnels Langues de service : français et anglais
Institut Argyle de relations humaines	argyleinstitute.org info@argyleinstitute.org 514 931-5629	Tarif variable selon le revenu Pour adultes, couples et familles Langues de service : français et anglais
Service populaire de psychothérapie	spp-laval.qc.ca 450 975-2182	Tarif variable selon le revenu familial Psychothérapie individuelle Langues de service : français, anglais, parfois autres langues
Portes oranges	portesorange.com	50 \$/session, rdv le mercredi ou le vendredi Psychothérapie individuelle
Clinique Change	changepsy.ca info@changepsy.ca 514 508-5779	Psychologie comportementale multidisciplinaire (psychologues, nutritionnistes, sexologues, kinésiothérapeutes, psychoéducateurs et massothérapeutes) Suivis individuels, de couple et de famille

Soutien scolaire

Organisme	Coordonnées	Autres informations
Allo Prof	alloprofparents.ca 1 855 527-1277	Soutien aux parents pour aider leurs enfants dans leur parcours scolaire

Troubles alimentaires

Organisme	Coordonnées	Autres informations
ANEB Québec	anebquebec.com 1 800 630-0907	

Violence conjugale et familiale

Organisme	Coordonnées	Autres informations
Option	optionalternative.org option@cooptel.qc.ca 514 527-1657	
Service d'aide aux conjoints	serviceaideconjoints.org 514 384-6296	
S.O.S. violence conjugale	sosviolenceconjugale.ca sos@sosviolenceconjugale.ca 1 800 363-9010	