

# Clinique Accès-Sexologie

## Lignes d'écoute générales

### Écoute Entraide

**1 855 365-4463**  
**7 jours sur 7, de 8 h à 22 h.**

---

Ligne d'écoute pour toute personne vivant des difficultés diverses.

FR

Groupes d'entraide pour tous et groupes pour hommes (service gratuit, à Montréal).

Service de jumelage téléphonique.

### Info Social

**811**  
**7 jours sur 7, 24h sur 24.**

---

Ligne d'écoute pour toute personne vivant des difficultés diverses.

FR/ANG

Accessible aux personnes malentendantes.

Aide psychosociale, conseils et références.

### Tel-Aide

**514 935-1101**  
**7 jours sur 7, de 7h à 23h**

---

Ligne d'écoute pour toute personne vivant des difficultés diverses.

FR/ANG

Service d'écoute active par des bénévoles.

## Lignes d'écoute en santé mentale

<p><b>Ligne québécoise de prévention du suicide</b></p> <p><b>1 866 277-3553</b> <b>7 jours sur 7, 24h sur 24.</b></p> <hr/> <p>Ligne d'écoute pour toute personne qui pense au suicide, s'inquiète pour un proche ou est endeuillé.e par le suicide.</p>	<p>FR/ANG</p> <p>Service d'intervention téléphonique, par clavardage ou par texto. Références aux centres de crises.</p> <p>Service de relances téléphoniques pour les personnes suicidaires à haut danger de passage à l'acte dans les 24 h à 36 h.</p>
<p><b>Phobies Zero</b></p> <p><b>1 866 922-0002</b> <b>Du lundi au vendredi de 9h à 21h</b></p> <hr/> <p>Ligne d'écoute pour toute personne qui souffre de détresse psychologique ainsi que pour les proches.</p>	<p>FR/ANG</p> <p>Service d'écoute active, de conseils et de références par des bénévoles.</p> <p>Groupes d'entraide, ateliers et conférences pour troubles anxieux et TOC.</p>
<p><b>Jeu, aide et référence</b></p> <p><b>1 800 461-0140</b> <b>7 jours sur 7, 24h sur 24</b></p> <hr/> <p>Service de soutien, information et références aux personnes concernées par la dépendance au jeu ainsi qu'à leur entourage.</p>	<p>FR/ANG</p> <p>Service téléphonique et de clavardage, références vers les services de la région, téléconseiling.</p> <p>Informations en ligne sur la dépendance au jeu.</p>

## Lignes d'écoute en santé mentale

### **ANEB (Anorexie Boulimie Québec)**

**1 800 630-0907**  
**Tous les jours de 8h à 03h**

---

Ligne d'écoute et de référence pour les personnes (et leurs proches) souffrant d'un trouble alimentaire ou enjeux relatifs à leur alimentation et à leur image corporelle.

FR/ANG

Service d'intervention et de références par téléphone, clavardage ou texto.

Groupes de soutien ouverts et fermés.

### **Arborescence**

**514-524-7131**  
**Du lundi au vendredi**  
**9h à 12h30 – 13h30h à 17h**

---

Ligne d'écoute pour proches, pairs aidant.e.s, jeunes et parents de personnes atteintes d'un trouble de santé mentale.

FR

Ligne téléphonique d'accueil psychosocial, de soutien, informations et références

Groupes d'entraide, suivis individuels, familiaux ou de couple, conférences.

### **Drogue, aide et référence**

**1 800 265-2626**  
**7 jours sur 7, 24h sur 24**

---

Service de soutien, information et références aux personnes concernées par la consommation de drogue, alcool et médicaments ainsi qu'à leur entourage.

FR/ANG

Service téléphonique et de clavardage, références vers les services de la région.

Informations en ligne sur les différentes drogues et dépendances.

## Lignes d'écoute : prévention de la violence

### **Ça Suffit !**

**1 866 922-0002**

**Du lundi au vendredi de 9h à  
21h**

---

Aide aux personnes vivant une souffrance reliée à des fantasmes sexuels envers des mineurs.

FR/ANG

Ligne d'écoute et de clavardage.

Module d'auto-assistance sur le site Internet à visée de démystification, sensibilisation et compréhension des comportements sexuels problématiques.

### **Service d'aide aux conjoints**

**514 384-6296**

**7 jours sur 7, 24h sur 24**

---

Organisme s'adressant aux hommes vivant des difficultés conjugales dans le but de prévenir la violence.

FR/ANG/ESP/CRÉ

Ligne téléphonique d'appui et d'évaluation des besoins.

Services d'intervention, sensibilisation, de responsabilisation et de prévention de la violence conjugale.

## Lignes d'écoute : victimes, droits et soutien

### **Ligne d'urgence Canadienne contre la traite des personnes**

**1-833-900-1010**

---

Service téléphonique d'urgence pour toutes personnes victimes de traite de personne et leurs proches.

FR/ANG/200 LANGUES

Ligne de signalement, d'écoute, support et d'information sur la traite de personne.

Références vers les services sociaux, les services d'urgence et les organismes d'application de la loi,

### **Centre Canadien des ressources pour les victimes de crimes**

**1-877-232-2610**

**Du lundi au vendredi, de 8h30  
à 16h30**

---

Ligne d'information et de soutien pour les victimes et survivant.e.s de crimes ainsi que leurs familles.

FR/ANG/ROUM

Ligne d'écoute et de texto et de clavardage.

Groupes de soutien pour les membres de familles, amis et proches des victimes d'homicide.

### **Inform'elles**

**1 877 443-8221**

**Du lundi au vendredi, de 9h à  
16h30**

---

Service téléphonique d'informations juridiques et de renseignements en matière de droit familial.

FR/ANG

Ligne d'écoute et d'information en droit de la famille.

Références vers des ressources.

Rencontres individuelles, séances d'informations et rencontres de médiation.

## Lignes d'écoute : violences sexuelles et conjugales

### **SOS Violence Conjugale**

**1 800 363-9010**  
**7 jours sur 7, 24h sur 24.**

---

Ligne d'écoute aux victimes de violence conjugale (actuelle ou passée), aux victimes de violence post-séparation ainsi qu'à leurs proches.

FR/ANG

Ligne téléphonique, clavardage, textos.

Services d'information, de sensibilisation et de référence.

Sensibilisation et informations accessibles via le site web.

### **Info-aide violence sexuelle**

**1 888 933-9007**  
**7 jours sur 7, 24h sur 24.**

---

Ligne d'information et de soutien offert à toute personne touchée par la violence sexuelle.

FR/ANG

Service téléphonique et de clavardage.

Soutien, information et ressources.

Sensibilisation et informations accessibles via le site web.

## Lignes d'écoute : diversité sexuelle et de genre

### **ATQ (Aide aux Trans du Québec)**

**1 (855) 909-9038, poste 1  
7 jours sur 7, 24h sur 24.**

---

Ligne d'écoute par et pour les personnes trans et non-binaires.

FR/ANG

Ligne téléphonique d'écoute, soutien et références.

Groupes de soutien, activités annuelles, rencontres d'intervention individuelles et familiales,

### **Interligne**

**1 888 505-1010  
7 jours sur 7, 24h sur 24.**

---

Ligne d'information et de soutien offert à toute personne concernée par la diversité sexuelle et de genre.

FR/ANG

Service téléphonique, de texto et de clavardage.

Soutien, information et ressources, groupes de discussion.

Sensibilisation et informations accessibles via le site web.

### **Chez Stella**

**+1 514 285 8889  
Lundi, mercredi, jeudi,  
vendredi: 11h à 17h**

---

Ligne d'écoute pour les travailleuses du sexe.

FR/ANG

Services d'information, de soutien, d'écoute, de référence et d'accompagnement pour les travailleuses du sexe.

Travail de rue, drop in.

# Clinique Accès-Sexologie

## Lignes d'écoute : jeunesse

### Tel-Jeunes

**1-800-263-2266**  
**7 jours sur 7, 6h à 2h.**

---

Ligne d'écoute générale pour les jeunes et adolescent.e.s. du Québec.

FR/ANG

Service téléphonique, de texto et de clavardage.

Soutien, écoute et références par des intervenant.e.s ou par des étudiant.es (pairs aidant.e.s).

### Jeunesse j'écoute

**1 800 668-6868**  
**7 jours sur 7, 24h sur 24.**

---

Ligne d'écoute générale pour les jeunes et adolescent.e.s. au Canada.

FR/ANG

Service téléphonique et texto.

Soutien, écoute et références par des intervenant.e.s.

Forum, astuces, informations et activités sur le site web.

### Ligne parents

**1 800 361-5085**  
**7 jours sur 7, 6h à minuit.**

---

Ligne d'écoute pour les parents.

FR/ANG

Ligne d'écoute téléphonique et de clavardage.

Services d'information, de soutien, d'écoute, de référence et d'accompagnement pour les parents d'enfants et d'adolescent.e.s.

**Lignes d'écoute : divers**

**SOS Grossesse**

**1 877 662-9666**  
**7 jours sur 7, de 9h à 21h.**

---

Ligne d'écoute pour toute personne concernée par des situations relatives à la grossesse à la contraception et au deuil périnatal.

FR/ANG

Service téléphonique et de clavardage.

Ateliers de prévention, rencontres individuelles, tests de grossesse aux locaux de Québec.

**Ligne Aide Maltraitance Adultes Aînés**

**1-888-489-2287**  
**7 jours sur 7, de 8h à 20h.**

---

Ligne d'écoute spécialisée en matière de maltraitance envers les aînés et les adultes en situation de vulnérabilité.

FR/ANG

Ligne téléphonique provinciale spécialisée dédiée à l'écoute, l'évaluation, la référence et, au besoin, l'accompagnement des aînés et des adultes en situation de vulnérabilité qui vivent de la maltraitance.

**Info Aidant**

**1 855 852-7784**  
**7 jours sur 7, de 8h à 20h.**

---

Ligne d'écoute pour les personnes proches aidant.e.s et leur entourage.

FR/ANG

Ligne d'écoute téléphonique, par courriel et clavardage.

Service personnalisé d'écoute, d'information et de références, répertoire de ressources et programmes de formation en ligne sur le site web.

*Clinique  
Accès-Sexologie*

**Lignes d'écoute : divers**

**Tel-Aînés**

**514 353-2463**  
**7 jours sur 7, de 10h à 22h.**

---

Ligne d'écoute pour les personnes  
aîné.e.s.

FR/ANG

Services d'écoute et de  
référence qui ont pour objectif  
de favoriser le bien-être des  
personnes aînées dans les  
différentes étapes du  
vieillessement.

Suivi téléphonique et à domicile.

**Anciens Combattants  
Canada**

**1 800 268-7708**  
**7 jours sur 7, 24h sur 24.**

---

Ligne d'écoute pour vétérans,  
anciens membres de la GRC, ainsi  
que leur famille et aidants.

FR/ANG

Ligne téléphonique, soutien  
psychologique gratuit à court  
terme avec un professionnel de  
la santé mentale.

**Ligne d'écoute d'espoir pour  
le mieux-être**

**1 855 242 3310**  
**7 jours sur 7, 24h sur 24.**

---

Ligne d'écoute pour les personnes  
autochtones.

FR/ANG/CRI/OJIBWÉ/INUKTITUT

Ligne d'écoute téléphonique et  
de références vers d'autres  
mesures de soutien et de bien-  
être adaptées.