

Père, mère et fournisseur de soins Ressources et soutiens

Vous trouverez ci-dessous une liste des services et des ressources que vous pouvez utiliser si la santé mentale de votre enfant ou de votre adolescent vous préoccupe.

HWDSB

- Site Internet du HWDSB - We Help : Mental Health and Wellbeing <https://www.hwdsb.on.ca/secondary/supports/mental-health-and-well-being/> (en anglais seulement)
- Les services de travail social offrent des consultations, des séances d'interventions et de l'aide afin d'accéder aux services communautaires, ainsi que des [groupes expérimentaux et des ateliers](#) (en anglais seulement). Pour obtenir du soutien, parlez-en à la direction ou à la direction adjointe de l'école de votre enfant. Pour les élèves en formation à distance, appelez le 905 527-5092, poste2802.

Ressources à l'intention des parents et des fournisseurs de soins de Santé mentale en milieu scolaire Ontario (SMH-ON/SMS-ON)

- [Soutenir la santé mentale et le bien-être pendant la rentrée scolaire : Fiche-conseils pour les parents et les familles](#)
- [Activités quotidiennes pour favoriser la santé mentale à la maison](#)
- [Fiche-conseils pour les parents et les aidants naturels : Remarquer les problèmes de santé mentale de votre enfant](#)
- [Se Préparer; Prévenir; Réagir : Guide éclair pour la prévention du suicide chez les jeunes](#)

Ressources à l'intention des enfants et des adolescents de Santé mentale en milieu scolaire Ontario (SMHO-SMSO)

- [Aucun problème n'est trop grand ou trop petit : ressource pour la recherche d'aide destinée aux élèves](#)
- [Les autosoins pour les élèves](#)
- [Séries de graphiques sur la littératie en matière de santé mentale et la gestion de l'anxiété, conçues pour les médias sociaux](#)

Services de crises

- COAST Hamilton coasthamilton.ca (en anglais seulement) Ligne d'écoute téléphonique 905 972-8338; Services d'aide et soutien en cas de crise de santé mentale pour les personnes de tous âges.
- McMaster Children's Hospital : Child and Youth Mental Health Emergency Services (CHYMES) 1200 Main St Ouest, Hamilton, (Ontario) L8N 3Z5 - Service d'urgence pour les jeunes de 17 ans et moins.

HWDSB

We Help.

- Jeuness, J'écoute jeunessejecoute.ca. Ligne d'écoute téléphonique 1 800 668-6868; Service de soutien et d'informations disponible 24 heures par jour, 7 jours par semaine pour les jeunes.
- Sexual Assault Centre (SACHA) <https://sacha.ca/> (en anglais seulement). Ligne d'écoute téléphonique disponible 24 heures par jour 905 525-4162.

Services de soutien disponibles dans la communauté d'Hamilton

- Alternative for Youth <https://ay.on.ca/> (en anglais seulement). Services communautaires de traitement de la consommation de substances et de la toxicomanie impliquant les jeunes et leurs familles.
- The SPACE Youth Centre <https://www.spaceyouth.ca/> (en anglais seulement). Une organisation communautaire dirigée par des jeunes grâce à un partenariat de collaboration.
- Refuge : Hamilton Centre for Newcomer Health <https://newcomerhealth.ca/service/mental-health-support/> (en anglais seulement).
- CONTACT Hamilton contacthamilton.ca (en anglais seulement) 905 570-8888. Point d'entrée unique pour les enfants et les jeunes (âgés de 18 ans et moins) qui ont besoin de services pour répondre à leurs besoins socioémotionnels, comportementaux, développementaux et en matière de santé mentale.
- De dwa da dehs ny (Aboriginal Health Centre) <https://aboriginalhealthcentre.com/> (en anglais seulement) 905 544-4320. Améliorer la santé et le bien-être des personnes, des familles et des communautés autochtones grâce à des soins holistiques, traditionnels et conventionnels.
- Hamilton Regional Indian Centre <https://www.hric.ca/> (en anglais seulement) 905 548-9593, Fournir aux autochtones vivant en milieu urbain les outils nécessaires à l'adoption d'un mode de vie équilibré et holistique.
- Child and Adolescent Services <https://www.hamilton.ca/public-health/clinics-services/child-and-adolescent-services> (en anglais seulement) 905 546-2424. Programme de santé mentale pour les enfants offerts par la ville d'Hamilton fournissant des services d'évaluation et de traitement aux enfants et aux jeunes de moins de 18 ans, ainsi qu'à leur famille.
- Youth Wellness Centre- <https://www.stjoes.ca/hospital-services/mental-health-addiction-services/mental-health-services/youth-wellness-centre> (en anglais seulement). Services de santé mentale et de toxicomanie pour les jeunes de 17 à 25 ans.

Services de soutien disponibles sur le Web

- Naseeha Mental Health Hotline <https://naseeha.org/> (en anglais seulement). Ligne secours : 1 866 627-3342
Des ateliers portant sur la santé mentale, des séances de thérapie en ligne et des services de soutien en matière de santé mentale par message texte disponible 5 jours par semaine pour les musulmans et les non-musulmans.

curiosity • creativity • possibility

HWDSB

We Help.

- Black Youth Helpline <https://blackyouth.ca/> (en anglais seulement) Ligne secours : 1 833 294-8650
Black Youth Helpline s'adresse à tous les jeunes et répond spécifiquement au besoin spécifique des jeunes Noirs. Cette ressource à l'intention des jeunes, des familles et des écoles propose des ressources pour promouvoir l'accès aux services de soutien professionnel adaptés à la culture.
- LGBT Youth Line <https://www.youthline.ca/> (en anglais seulement) 1 800 268-9688 ou par message texte au 647 694-4275.
Youth Line offre un soutien par les pairs, confidentiel et sans jugement. Les services sont disponibles par téléphone, courriel ou message texte. Communiquez avec un bénévole à l'entraide du dimanche au vendredi, de 16 h à 21 h 30.
- Spectrum <https://www.spectrum.ca/> (en anglais seulement)
Service de soutien local et de développement de la conscience communautaire pour les jeunes 2S-LGBTQIA+.
- Your Space Hamilton - <https://yourspacehamilton.ca/> (en anglais seulement)
Un lieu pour les jeunes et les familles à la recherche de renseignements et de soutien en matière de santé mentale à Hamilton, en Ontario.
- Anxiété Canada <https://www.anxietycanada.com/fr/>
Anxiété Canada est un chef de file dans le développement de ressources gratuites d'autoprise en charge de l'anxiété, fondées sur des données probantes et en ligne.
- Ligne secours Trans Lifeline - <https://translifeline.org/> 1 877 330-6366
Service téléphonique de soutien par les pairs, géré par des personnes transgenres à l'intention des personnes transgenres et en questionnement.