

# One Stop Talk offers children and youth (aged 0 - 17 years) immediate access to free, virtual mental health support when and how they need them.

*One Stop Talk* provides *free, virtual, confidential single -session* counselling support and ensures direct referral to additional services when needed. Services are provided through an integrated network of infant, child and youth mental health agencies across Ontario.

## Who can contact One Stop Talk ?

- Children and youth (from 0 - 17 years of age)
- Parents and caregivers can access the service in the presence of their child

## Clients will receive:

- Counselling from registered therapists from across the province
- In the moment access to counselling, no appointment needed
- Access to One Stop Talk after hours and on weekends
- A plan to take with them after the session that they co - create
- Direct connection to services in their community within the same visit, as needed
- The opportunity to self - select service when it's right for them

## Hours:

Connect with the clinicians (hours in EST)

Monday to Friday from 12pm to 8pm

Saturdays from 12pm - 4pm

**No appointments required!**



Free service



No referral required



**Languages Offered: English, French** (Interpretation services available as needed)



To learn more about the program, visit [OneStopTalk.ca](https://www.onestoptalk.ca)

**Parlons maintenant offre aux enfants, aux adolescents un accès immédiat à des services gratuits en santé mentale, au bon moment et de la manière dont ils en ont besoin.**

*Parlons maintenant* est un nouveau service de conseil virtuel, gratuit et confidentiel qui se déploie dans toute la province pour fournir aux jeunes de 17 ans ou moins un accès immédiat à un soutien gratuit en santé mentale en cas de besoin. Il s'appuie sur un réseau intégré d'organismes ontariens en santé mentale qui fournissent des services aux nourrissons, aux enfants et aux adolescents.

### Qui peut contacter Parlons maintenant ?

- Tout jeune de 17 ans ou moins peut profiter des services de Parlons maintenant ;
- Les personnes qui s'occupent d'un jeune peuvent accéder au service en la présence de ce jeune.

### Les clients recevront les services suivants :

- Du counseling de la part de cliniciens expérimentés partout dans la province;
- Un accès instantané au counseling sans rendez-vous ;
- Un accès aux services après les heures normales de bureau et les fins de semaine ;
- Un plan que vous aurez dressé avec le clinicien pendant la séance;
- Au besoin, une connexion directe à des services communautaires au cours de la même consultation;
- La possibilité de choisir vous-même le service qui vous convient.

### Horaire :

Heures auxquelles vous pouvez joindre les cliniciens (heures de l'Est)

Du lundi au vendredi de midi à 20 h;  
Le samedi de midi à 16 h.

**Aucun rendez-vous requis !**



**Service gratuit**



**Aucune référence nécessaire**



**Langues proposées : français et anglais** (services d'interprétation disponibles au besoin)



**Parlons maintenant**

Pour en savoir plus, visitez [OneStopTalk.ca/](https://www.onestoptalk.ca/) fr