

EN CAS DE CRISE?

Liste de numéros à composer pour obtenir un soutien de crise, joignables **24/7**. Ils s'adressent aux adultes en **état de détresse** (du mal de vivre à la dépression, à l'anxiété ou à l'angoisse, les situations associées à une crise sont multiples), ainsi qu'à leur entourage.

CENTRE DE CRISE DE L'OUEST DE L'ÎLE

514 684-6160

Territoire : Pierrefonds/Roxboro, Île Bizard/Ste-Geneviève, Sennerville, Ste-Anne-de-Bellevue, Dollard-des-Ormeaux, Beaconsfield, Baie d'Urfé, Kirkland, Pointe-Claire, Dorval.

L'AUTRE MAISON

Centre de crise du Sud-Ouest

514 768-7225

Territoire : Verdun, Lasalle, Lachine, Ville Saint-Pierre, Ville-Émard/Côte Saint-Paul, Saint-Henri, Petite-Bourgogne, Pointe Saint-Charles.

TRACOM

Centre de crise du Centre-Ouest

514 483-3033

Territoire : Côte-des-Neiges/Notre-Dame-de-Grâce, Côte-St-Luc/Hampstead/Montréal-Ouest, Saint-Laurent (population anglophone), Mont-Royal, Parc-Extension, Outremont (en partie), Ville-Marie (en partie), Westmount.

ASSOCIATION IRIS

Centre de crise du Nord

514 388-9233

Territoire : Ahuntsic, Montréal-Nord, Bordeaux-Saint-Laurent, Cartierville.

LE TRANSIT

Centre de crise du Centre-Est

514 282-7753

Territoire : du nord au sud, de l'autoroute Métropolitaine au fleuve Saint-Laurent et d'ouest en est, de la rue Hutchison à la rue D'Iberville.

ÉQUIPE MOBILE RÉOLUTION

Centre de crise de l'Est

514 351-9592

Territoire : Rivière-des-Prairies/Pointe-aux-Trembles, Montréal-Est, Anjou, Mercier-Hochelaga-Maisonneuve, Rosemont, Saint-Michel (en partie), Saint-Léonard.

SUICIDE-ACTION MONTRÉAL

Ligne de crise

1 866 APPELLE (277-3553)

Tous les centres de prévention du suicide au Québec sont joignables à ce numéro.

SI LA SITUATION EST URGENTE

Composez le **9-1-1** ou allez à l'**urgence de l'hôpital** le plus proche.

RACOR

en santé mentale

UN RÉSEAU PROCHE DE VOUS

Présent depuis 1985, le **Réseau Alternatif et Communautaire des ORganismes (RACOR) en santé mentale de l'île de Montréal** a pour mission de regrouper, soutenir, outiller et représenter les organismes communautaires et alternatifs de la région œuvrant en santé mentale.

Le regroupement est dédié à faire reconnaître la compétence unique de ses organismes ainsi que le caractère innovateur et indispensable des services qu'ils offrent à la population.

Le RACOR a également comme objectifs de sensibiliser, informer et lutter contre la stigmatisation auprès des instances gouvernementales et du grand public.

VOUS RECHERCHEZ DU SOUTIEN, DES ACTIVITÉS, DES SERVICES DIVERS EN SANTÉ MENTALE?

Les services et les activités qu'offrent la centaine d'organismes du milieu communautaire en santé mentale à la population montréalaise sont multiples et se trouvent aux quatre coins de l'île :

Accueil et orientation ; accompagnement ; activités artistiques ; centre de jour et/ou de soir ; défense des droits ; documentation ; écoute ; évaluation ; formation ; groupe d'entraide ; hébergement et logement ; intégration/maintien au travail et aux études ; intervention de crise ; intervention téléphonique ; participation citoyenne ; prévention du suicide ; prévention et promotion de la santé mentale ; réadaptation ; réinsertion sociale ; répit ; services socio-judiciaires ; services s'adressant aux communautés ethnoculturelles ; soutien aux familles et aux proches ; suivi alternatif communautaire ; suivi dans la communauté ; suivi psychosocial ; thérapies alternatives ; etc.

Pour plus d'informations détaillées sur les organismes membres de notre réseau et les événements à venir, consultez :

racorsm.org/liste-des-membres

racorsm.org/carte-interactive

racorsm.org/calendrier

Ressources utiles pour vos recherches d'aide auprès d'organismes communautaires, publics et parapublics

Centre de référence du Grand Montréal

2-1-1

Info-Social

8-1-1

Répertoire des ressources en santé mentale du Grand Montréal

publié par l'ACSM-Montréal (acsmmontreal.qc.ca)



514 847-0787 - racor@racorsm.org - racorsm.org