

Soutien en santé mentale

Les résidents en situation de stress ou de crise et ayant besoin d'un soutien émotionnel lié à COVID-19 peuvent accéder aux ressources communautaires suivantes :

- [Centre de détresse du Grand Toronto](#)
Appelez le 416 408-4357, 24 heures sur 24, 7 jours sur 7
Envoyez un message au 45645 entre 16 heures et minuit
Les services de traduction sont disponibles dans de nombreuses langues, uniquement pour les appels de personnes en situation de crise
- [Jeunesse, J'écoute](#)
Appelez le 1 800 668-6868 ou envoyez un message texte CONNECT au 686868, 24 heures sur 24, 7 jours sur 7
Le service est disponible en anglais et en français
- [Centre de crise de Gerstein](#)
416 929-5200, 24 heures sur 24, 7 jours sur 7
Les services de traduction sont disponibles dans de nombreuses langues