

Liste de ressources COVID-19 pour les familles

Services à l'enfance de Toronto

Janvier 2021



Liste de ressources COVID-19 pour les familles

Services à l'enfance de Toronto

Note importante : Cette liste de ressources comprend des informations de sources gouvernementales et non-gouvernementales fiables. À mesure que la situation de la pandémie de la COVID-19 évolue, les informations changent rapidement. Par conséquent, veuillez consulter les sources web fréquemment pour obtenir des informations à jour. Nous continuerons de mettre à jour cette liste avec des nouvelles ressources. Si vous avez des informations à contribuer pour la prochaine itération de cette liste, veuillez nous envoyer un courriel à EarlyON@toronto.ca avec les mots « Liste de ressources » dans le sujet.

Table des matières

I. Ressources pour les parents et responsables.....	3
II. Liste de ressources de la COVID-19.....	4
A. Soutien en santé mentale.....	4
B. Passez son temps chez soi.....	6
C. Soutien financier.....	6
D. Information, services et soutiens de santé.....	7
E. Aide alimentaire.....	8
F. Logement et services d'hébergement.....	8
G. Loi et services juridiques.....	9
H. Violence domestique et soutien de crise.....	9
I. Ressources pour les communautés noires.....	10
J. Ressources pour les communautés autochtones.....	11
K. Ressources communautaires 2SLGBTQ+.....	12
L. Renseignements et annonces de sources gouvernementales.....	13
M. Services publics et communautaires pendant la COVID-19.....	15

I. Ressources pour les parents et responsables

Veuillez cliquer sur le [texte bleu souligné](#) pour aller sur la page web source.

1. [Centre ON y va - Ville de Toronto](#): Les Centres pour l'enfant et la famille ON y va offrent des programmes gratuits aux parents/responsables et leurs enfants du prénatal à six ans. Ces centres accueillent toutes les familles à participer dans des services de haute qualité qui aident à renforcer les relations adultes-enfants, soutiennent l'éducation des parents et favorisent le développement sain des enfants.
2. [Centres ON y va offrant des programmes et services virtuels](#): Programmes virtuels et téléphoniques pour soutenir les parents et inciter la participation de jeunes enfants et leurs familles dans des activités comme des histoires, la musique, le bricolage, la cuisine, les exercices physiques et les services téléphoniques pour les familles en recherche de soutien.
3. [Activités éducatives qui favorisent le développement des enfants à la maison](#): Document PDF imprimable avec des activités que les parents/responsables peuvent entreprendre avec leurs jeunes enfants.
4. [Utilisez la librairie de Home for Kids](#): Histoires pour enfants dans plus de 16 langues, disponibles par téléphone. Heure du conte sur YouTube. Chansons, histoires, activités et jeux pour aider vos petits à développer leurs compétences précoces en alphabétisation.
5. [Programmes gratuits en ligne pour les filles de 7 à 17 ans dans le sud d'Etobicoke](#): le Centre Jean Augustine offre des programmes centrés sur l'autonomisation, la direction, l'engagement et le mentorat.
6. [Jouez et apprenez](#): Des activités attrayantes pour stimuler votre enfant et l'aider à apprendre, à progresser et à s'épanouir.
7. [Busy Toddler \("bambin occupé"\)](#): Activités interactives et basées sur le jeu pour votre bambin.
8. [Comment parler à votre enfant de la COVID-19](#): Conseils pour avoir une discussion ouverte et rassurante avec vos enfants pour les aider à comprendre, gérer et même apporter une contribution positive aux autres.
9. [Outils pour élever une personne extraordinaire](#): Stratégies de gestion du comportement que vous pouvez utiliser avec vos enfants.
10. [Healthy Babies Healthy Children \(HBHC\) \("Bébés en santé, enfants en santé"\)](#): Soutien téléphonique, visites vidéo virtuelles et visites à domicile en personne pour les populations vulnérables. Appelez le 416-338-7600 pour poser vos questions ou partager vos préoccupations.
11. [Soutien à l'allaitement](#): Soutien téléphonique pour l'allaitement. Un soutien virtuel est offert lorsqu'il est faisable. Liste les hôpitaux offrant actuellement des cliniques d'allaitement.
12. [Welcome to Parenting \(WTP\) \("Bienvenu au parentage"\)](#): Programme prénatal en ligne gratuit que vous pouvez accéder à n'importe quelle heure et de partout. Fournit des informations sur la grossesse, l'accouchement et le parentage. Vous aide à acquérir les connaissances, les compétences et la confiance nécessaire en tant que femme enceinte, nouveau parent, partenaire ou personne de soutien.
13. [Allaiter quand on est un cas positif de COVID-19](#): Les précautions à prendre quand vous allaiter pour éviter de transmettre le virus à votre bébé.
14. [Blog de la grossesse au parentage](#): Informations de professionnels de la santé.

15. [Jeunesse, J'écoute](#): Service de soutien offert 24h sur 24, 7 jours sur 7, apportant des conseils professionnels, des informations et des services d'aiguillage. Appelez le 1-800-668-6868 ou envoyez CONNECT par texto au 686868.
16. [Postpartum Adjustment Program \(PAP\) \(Programme d'adaptation périnatale\)](#): Services gratuits pour les femmes qui souffrent de dépression et d'anxiété périnatale et qui ont des difficultés à s'ajuster après avoir accouché ou qui ont un bébé de moins d'un an. 416-338-7600.

II. Liste de ressources de la COVID-19

Veuillez cliquer sur le [texte bleu souligné](#) pour aller sur la page web source.

A. Soutien en santé mentale

1. [Santé mentale pendant la COVID-19](#): Fournit une fiche de soutien disponible en plusieurs langues. [Amharic](#) | [anglais](#) | [arabe](#) | [bengali](#) | [espagnol](#) | [farsi](#) | [gujarati](#) | [pashto](#) | [portugais](#) | [punjabi](#) | [chinois simplifié](#) | [somali](#) | [tamil](#) | [urdu](#) | [vietnamien](#)
2. [COVID-19: Ressources en santé mentale de la Ville de Toronto](#): Fournit une page de soutien en santé mentale avec différentes ressources.
3. [Santé mentale pour enfants Ontario \(Children's Mental Health Ontario - CMHO\)](#): Aide les parents et responsables préoccupés par la santé mentale de leur enfant à trouver d'autres soutiens en santé mentale en cas de besoin. Fournit des trousseaux de santé mentale pour la rentrée scolaire.
4. [Lumenus Community Services](#): Fournit des services de soutien psychologique gratuits pour les familles. Appelez le 416-482-0081, appuyez sur le 5 pour prendre rendez-vous pour une session de soutien les lundis, mardis et jeudi entre 13h30 et 16h. Appelez le 416-482-0081, appuyez sur le 6 pour prendre rendez-vous pour une session de soutien les lundis, mardis et vendredis entre 9h et 13h30 et les mercredis entre 11h et 19h.
5. [La Santé mentale T.O.](#): Dirige les nourrissons, les enfants, les jeunes et les familles vers des services de soutien en santé mentale à Toronto par des sessions de soutien par téléphone ou vidéo. Guichet unique téléphonique pour des services de soutien psychologique gratuits au numéro: 1-866-585-6486. Services sans frais, sans rendez-vous et ne nécessitant pas de carte de santé à six points de services à travers Toronto.
6. [Document infographique des soins virtuels pour les services de santé mentale et de toxicomanie pendant la pandémie COVID-19](#): Identifie les services de santé mentale disponibles en français.
7. [Services de santé mentale du Centre francophone du Grand Toronto \(services francophones\)](#): Offre des services de thérapie/counseling en santé mentale pour les individus, couples et les familles, et des groupes thérapeutiques en français pour les francophones de 18 ans et plus. Les services sont gratuits et confidentiels. Appelez le 647-688-0734 pour prendre un rendez-vous pour une session individuelle ou le 416-922-2672 (poste 290) pour une évaluation psychosociale.
8. [Ligne de soutien en santé mentale du Centre francophone du Grand Toronto \(services francophones\)](#): Ligne de soutien de crise qui offre des services de santé mentale culturellement appropriés pour les jeunes de moins de 25 ans. Ouverte du lundi au vendredi de 8h30 à 16h30 au 647-881-6761 ou 647-268-2016.

9. Programmes de thérapie comportementale cognitive (TCC) gratuits pour traiter les symptômes d'anxiété et de dépression pendant la COVID-19:
 - a. Morneau Shepell AbilitiTTCCi [Renseignement sur le programme](#)
 - b. MindBeacon [Renseignements sur le programme](#)
10. [Bounce Back – Retrouver son entrain](#): Un programme de développement personnel pour les adultes et les jeunes de plus de 15 ans qui comprend des exercices de renforcement des compétences, des vidéos en ligne et un coach téléphonique pour vous aider à retrouver une santé mentale positive.
11. [Soutien émotionnel 24/7: Centre de détresse de la Ville de Toronto](#): soutien émotionnel 24h sur 24, 7 jours sur 7, intervention de crise et prévention du suicide, intervention et soutien après intervention.
12. [Jeunesse, J'écoute](#): Soutien émotionnel pour les enfants pendant la pandémie COVID-19.
13. [Messagerie texte de crise](#): Fournit un soutien gratuit 24/7 pour les personnes en crise. Envoyez le mot PARLER au 686868 au Canada pour échanger par texto avec un répondant aux crises formé.
14. [Centre de crise Gerstein](#): Soutien de crise 24h sur 24, 7 jours sur 7, téléphonique ou avec une équipe de crise mobile qui se déplace là où vous vous trouvez. Programmes de bien-être. 416-929-5200.
15. [Services de santé mentale à Toronto](#): Une liste de fournisseurs de services en santé mentale de 211 à Toronto. Ces services pourraient être impactés par la COVID-19. Veuillez contacter le fournisseur de service avant de faire une visite en personne (s'ils offrent de services en personne).
16. [Centre for Addiction and Mental Health \(CAMH\)](#): FAQ et ressources sur la COVID-19. Renseignements spécifiques pour les personnes ayant une déficience développementale et leurs familles, les personnes qui utilisent des substances et les personnes qui sont sans abris ou marginalement logées.
17. [Sick Kids - Hub d'apprentissage de la COVID-19](#): Ressources sur la manière dont vous pouvez soutenir la santé mentale de votre enfant et de son bien-être général à travers des activités physiques, le sommeil, la nutrition et l'apprentissage.
18. [Stratégies sur le stress de la Fondation de psychologie](#): Crée un plan personnalisé de gestion du stress.
19. [Yorktown Family Services](#): Soutien psychologique offert sous forme de sessions téléphoniques ou webinaires. 416-669-3521.
20. [Togetherall](#). Un réseau communautaire de soutien en ligne pour la santé mentale.

21. Ressources en ligne de dépendance:

- a. [Alcooliques anonymes](#)
- b. [Cocaine anonymes](#)
- c. [Narcotiques anonymes](#)
- d. [Méthamphétamine en cristaux anonymes](#)
- e. [Marijuana anonymes](#)
- f. [AA Sober Living \(AA vivre dans la sobriété\)](#)
- g. [SMART Recovery \(rétablissement - gestion de soi et formation en rétablissement\)](#)
- h. [In the Rooms](#)
- i. [The Daily Pledge \(l'engagement quotidien\)](#)
- j. [myRecovery \(mon rétablissement\)](#)
- k. [SoberRecovery \(rétablissement sobre\)](#)
- l. [CannabisRehab.org](#)
- m. [HAMS Réseau de réduction des méfaits](#)

B. Passez son temps chez soi

1. [Café New Canadians](#): Webinaires sur différents thèmes pour profiter au mieux de son temps chez soi – de comment accroître sa productivité quand on fait du télétravail à améliorer ses compétences pour son emploi de rêve, devenir un as des entretiens vidéos au réseautage en ligne et explorer le Canada en tant que nouvel arrivant sans sortir de chez soi.
2. [Stay, Play and Learn at Home \(Rester, jouer et apprendre à la maison\)](#): Page web de la Ville de Toronto pour des activités gratuites de loisirs, de vie active, artistiques et culturelles de qualité pour tous les âges pouvant être appréciées en restant, jouant et apprenant à la maison. Triez par type de public pour différents groupes d'âge cibles. De nombreuses activités offertes sont destinées à tout le monde. Consultez la page régulièrement pour des mises à jour et des nouveautés.

C. Soutien financier

Pour obtenir des renseignements plus détaillés et mises à jour sur la Prestation canadienne de la relance économique (PCRE), veuillez consulter le premier site dans cette catégorie. Les autres pages sont mises à jour à mesure que la situation de la COVID-19 évolue mais pourraient prendre plus de temps pour être révisées que le premier site.

1. [Prestation canadienne de la relance économique](#): Si vous avez cessé de travailler à cause de la COVID-19, la Prestation canadienne de la relance économique (PCRE) pourrait vous apporter un soutien de revenu temporaire.
2. [Soutien financier aux particuliers](#) (Plan d'intervention économique du Canada): Soutien aux particuliers et aux familles, aux personnes en perte de revenu (PCRE), aux personnes autochtones, ceux qui en ont le plus besoin, les aînés, les étudiants et récents diplômés.
3. [Aide financière aux nouveaux arrivants, réfugiés et résidents temporaires](#): Des renseignements sur l'aide financière COVID-19 est offerte sur cette page dans plusieurs langues de nouveaux arrivants. Elle comprend une foire aux questions pour les nouveaux arrivants, réfugiés et résidents temporaires.

4. [Aide financière pour les personnes recevant le Programme Ontario au travail et le Programme ontarien de soutien aux personnes handicapées](#): Découvrez les modifications provisoires pendant la pandémie de COVID-19 pour le Programme Ontario au travail et le Programme ontarien de soutien aux personnes handicapées. Si vous avez des dépenses exceptionnelles liées à la COVID-19, vous pourriez être éligible pour des prestations discrétionnaires.
5. [Soutien financier et sociale pendant la COVID-19](#) (Ville de Toronto): Renseignements spécifiques disponibles pour les locataires, les propriétaires, les propriétaires d'animaux de compagnie et les personnes vulnérables.
6. [Soutien d'urgence aux personnes pendant la COVID-19](#) (Ministère des Service à l'enfance et des Services sociaux et communautaires)
7. [Wi-Fi gratuit](#): Shaw Communication a créé [Free Shaw Go WiFi](#), le réseau Wifi le plus large du Canada, pour tout le monde. Cherchez le réseau **Shaw Go** sur votre appareil et vous pourrez vous connecter gratuitement sans inscription ou identifiant Shaw. Vous pouvez télécharger l'application Shaw Go Wifi Finder sur votre appareil et cherchez où le Wifi Shaw est disponible.
8. [Services internet à petits prix](#): Offre des conseils pour trouver des services internet à petits prix, voire gratuits, pendant la pandémie COVID-19.

D. Information, services et soutiens de santé

1. [Centres d'évaluation et de dépistage COVID-19 de la Ville de Toronto](#): Liste des centres d'évaluation et de dépistage à Toronto.
2. [Sessions d'information sur la COVID-19 pour les résidents dans plusieurs langues](#): Veuillez compléter le formulaire de demande en ligne pour une présentation ou une session de sensibilisation en personne.
3. [Fiche d'information sur la COVID-19](#): Fournit des renseignements de base sur la transmission, la prévention, les symptômes et le dépistage. Elle est disponible dans plusieurs langues : [amharic](#) | [anglais](#) | [arabe](#) | [bengali](#) | [dari](#) | [espagnol](#) | [farsi](#) | [gujarati](#) | [pashtu](#) | [portugais](#) | [punjabi](#) | [chinois simplifié](#) | [somal](#) | [tam](#) | [urdu](#) | [vietnamien](#)
4. [Clinique Just For Kids - St. Joseph's Health Centre](#): Ligne d'information COVID-19 pour aider les parents à comprendre les symptômes de leurs enfants. Appelez le 416-530-6000 au poste 4095 entre 10h et 19h30.
5. [Prise en charge pour les médicaments d'ordonnance](#): Information sur le Programme de médicaments de l'Ontario – la prise en charge des médicaments d'ordonnance – et les procédures spéciales pour soumettre des demandes et la documentation pour le Programme de médicaments Trillium et le Programme de la quote-part pour les personnes âgées pendant la COVID-19.
6. [Services dentaires](#): Soins dentaires gratuits pour les personnes ayant des difficultés à accéder aux services dentaires de manière habituelle. Pour plus de renseignements pour accéder ce service, veuillez appeler le 416-338-7600. Dans le cadre de la réponse de la ville à la COVID-19, certaines cliniques dentaires seront ouvertes pour des soins d'urgence uniquement pour les clients éligibles. Veuillez appeler à l'avance pour confirmer. 416-338-7600.
7. [Services de santé en français du Centre francophone du Grand Toronto](#): Offre des services de soins médicaux primaires et de counseling en santé mentale aux francophones qui résident à Toronto et dans les environs. Services gratuits et confidentiels. (416) 922 2672.

8. [Base de données en ligne des cliniques sans rendez-vous de l'Ontario qui offrent des services aux personnes non assurées](#): Veuillez noter que les cliniques affichées ont été contactées par une équipe d'étudiants en médecine bénévoles, d'étudiants en recherche et de fournisseurs de soin mais sont susceptibles de changer. Veuillez d'abord appeler les cliniques pour confirmer les heures et services.
9. [Services pour les personnes non assurées](#): Couverture de soins de santé améliorée de l'Ontario pour ceux qui ne sont pas couverts par le Régime d'assurance-maladie de l'Ontario (RAMO) pendant la COVID-19.
10. [Ressources nouvelles pour les patients non assurés](#) accédant à des soins de santé pendant la pandémie COVID-19 à Toronto qui indique: qui appeler si vous avez besoin de soutien, à quoi s'attendre si vous devez aller à l'hôpital ou à un Centre de dépistage COVID-19, quelles cliniques pour les personnes non assurées sont actuellement ouvertes à Toronto et comment recevoir sa carte de santé (si vous êtes éligible).

E. Aide alimentaire

1. [Soutien financier de COVID Care Collective pour des produits alimentaires](#): Avez-vous un besoin critique de soutien financier pour des produits alimentaires et des biens de première nécessité? COVIDCare Collective vous apporte un soutien financier.
2. [Croix-Rouge canadienne - aide à l'accès aux produits alimentaires et à la livraison : appelez le 1-833-204-9952](#): admissibilité : résider au code postal M, ne peut pas avoir accès à une épicerie ou un programme alimentaire communautaire et ne pas avoir d'autre alternative de soutien.
3. [Banques alimentaires et programmes alimentaires dans le Grand Toronto](#): Comprend des banques alimentaires, des repas à petits prix ou gratuits, des repas livrés à domicile, des produits ou formules pour bébé/nourrisson et repas pour personnes âgées ou handicapées. Liste mise à jour et carte consultable pour: [Scarborough](#) – [Toronto Centre](#) – [Toronto](#) – [East York](#) – [North York](#) – [Etobicoke](#).
4. [Livraison alimentaire](#): Liste d'organisations livrant de la nourriture.
5. [Repas cuisinés/à emporter](#): Liste d'organisations offrant des repas cuisinés à emporter.

F. Logement et services d'hébergement

1. Ligne d'appel d'accès central COVID-19 pour l'hébergement du Bureau de santé publique de Toronto: Appelez le 416-338-1521 ou envoyez un courriel à TPHshelters@toronto.ca.
2. [Site web COVIDHelpTO pour s'orienter aux soutiens financiers et de logement pendant la COVID-19](#): Site web en 15 langues pour vous aider à vous orienter vers les programmes de soutien financier et de logement annoncés pendant la pandémie.
3. [Soutien au loyer](#): Les résidents pourraient être éligibles à un prêt sans intérêts pour les arriérés de loyer ou des cautions locatives.
4. [Soutien à l'hébergement et au logement](#): Ville de Toronto.
5. [Accéder aux hébergements d'urgence](#): Accès central 24/7 | 416-338-4766 ou 1 (877) 338-3398.
6. [Violence domestique et sexuelle](#): Soutien à l'hébergement pour les victimes de violence domestique et d'abus sexuel.
7. [Hébergements et centres d'accueil pour femmes](#): accueil et services sans rendez-vous.

8. [Soutien au logement pour les survivant\(e\)s de violence domestique ou de la traite des personnes](#): Accès prioritaire aux logements sociaux à loyer indexé sur le revenu ou aux prestations de logement transférables pour les ménages ayant actuellement ou récemment fait l'expérience de violence domestique ou de la traite des personnes.
9. [Aide au logement pour les jeunes LGBTQ2S](#): Pour les jeunes LGBTQ2S âgés de 16 à 29 ans.
10. Centres de réchauffement d'urgence: Offerts aux résidents quand une alerte de froid extrême est émise par le Bureau de gestion d'urgence de la Ville, en consultation avec le médecin hygiéniste de Toronto. Carte interactive disponible pour trouver le centre de réchauffement le plus proche de vous.

G. Loi et services juridiques

1. [Questions juridiques en rapport avec la situation de la COVID-19](#): Comprend des renseignements sur l'immigration et réfugiés, le droit criminel, dette et consommateur, famille, logement, emploi et travail, aide sociale, infractions provinciales, tribunaux et cours et testaments.
2. [Clinique Barbra Schlifer](#): Offre juridique, counseling et services d'interprétation pour des populations de femmes marginalisées qui ont survécues à des violences. 416-323-9149.
3. [Aide juridique Ontario](#): Offre du soutien juridique aux personnes à revenus modestes. 416-979-1446.
4. [Parkdale Legal Clinic](#): Offre des services juridiques et autres gratuits à des personnes à revenus modestes. 416-531-2411.
5. [Attention aux escroqueries COVID-19](#): Avec la propagation du virus COVID-19, les escrocs manipulent vos peurs. Les Canadiens sont avertis de faire attention aux escroqueries qui circulent. Appelez le Centre antifraude du Canada au 1-888-495-8501 si cela vous arrive.
6. [Protéger votre numéro d'assurance sociale \(NAS\)](#): Votre NAS est confidentiel et il est important que vous le protégiez contre la fraude.
7. [Services d'aide juridique du Centre francophone du Grand Toronto](#): Offre aux personnes à faible revenu l'accès à des services juridiques répondant à leurs besoins.

H. Violence domestique et soutien de crise

1. Ligne téléphonique de violence domestique et de soutien de crise
 1. [Toronto Rape Crisis Centre](#): Multilingual Women Against Rape. Appelez le 416-597-8808.
 2. [Assaulted Women's Helpline](#): 1-866-863-0511
 3. [Victim Services Toronto](#): 416-808-7066
 4. [Jeunesse, J'écoute](#): 1-800-668-6868 (téléphone) 686868 (texto)
 5. [Services Communautaires pour les Familles de l'Ontario](#): 1-866-979-2743
 6. [Ligne d'aide de crise de la Fondation INCA](#) (pour les personnes malvoyantes, aveugles, sourdes-aveugles, les familles, les amis et la communauté): 1-800-563-2642
2. [Violence domestique et sexuelle](#) : soutien à l'hébergement pour les victimes de violence domestique et d'abus sexuel.
3. [Aide au logement pour les survivant\(e\)s](#): Accès prioritaire aux logements sociaux à loyer indexé sur le revenu ou aux prestations de logement transférables pour les ménages ayant actuellement ou récemment fait l'expérience de violence domestique ou de la traite des personnes.

I. Ressources pour les communautés noires

1. [Black Health Alliance](#): Pour différentes ressources et des services complémentaires pendant la pandémie COVID-19, visitez leur site web ou appelez-le (647) 367-6656.
2. [Boîte alimentaire d'urgence de Black Creek Community Farm](#): Appelez le 416-393-6381 pour faire une demande.
3. [Aide alimentaire d'urgence](#): Afri-Can FoodBasket travaille pour apporter de l'aide alimentaire d'urgence pour les personnes et familles de communautés noires à Toronto qui ont été affectées par la COVID-19 et ont besoin d'aide pour accéder à de la nourriture. Appelez-le (416) 832-5639.
4. [Repas chauds pour les personnes âgées, les étudiants isolés et les individus du Grand Toronto](#): repas livrés les samedis et dimanches de midi à 14h. Possibilité de collecte ou de livraison. Demande par texto au Jamaican Canadian Association: 416-804-2467 ou par courriel: hashtagcommunitystrong@gmail.com.
5. [Soutiens pour les parents noirs](#): Fournit des liens vers 10 programmes soutenus par l'initiative "Innovative Supports for Black Parents" (soutiens innovants pour les parents noirs).
6. [Sessions de counseling gratuites pour les familles noires](#): Offre des soutiens pour les mères, enfants et familles en quête d'aide pour des problèmes de santé mentale et des possibilités de croissance. [Planifiez votre session en ligne.](#)
7. [Groupe Facebook "Black Moms Connection"](#): Connexion avec un village mondiale en ligne fondé à Toronto avec plus de 15 000 membres et des organismes à but non lucratif offrant des programmes et ressources culturellement adaptés pour éduquer et favorisent l'autonomie de la mère noire et sa famille.
8. [Caribbean African Canadian Social Services](#) (CAF CAN). En partenariat avec Toronto District School Board, CAF CAN offre des soutiens en santé mentale pour les enfants, jeunes et leurs familles. Ils peuvent être contactés au 416-740-1056 ou info@cafcan.org.
9. [Toronto For All](#): Offre des ressources sur le racisme anti-noir et la santé mentale.
10. [Ressources pour la guérison et le soutien pour les personnes noires dans le Grand Toronto](#): liste en ligne de soutiens thérapeutiques et techniques d'ancrage pour les personnes noires, ressources juridiques et services communautaires destinées aux personnes noires, ligne de soutien pour les personnes noires, soutenir le contenu noir, musique pour la guérison, la célébration, le deuil, les pleurs et les rêves des personnes noires, liste de lecture de musique noire, accès et sécurité alimentaire en soutien des personnes noires.
11. [8 pratiques de santé mentale](#): Pour les personnes d'origine africaine en isolement.
12. [Fond de soutien d'urgence COVID-19 de la communauté noire du Grand Toronto](#): Black Lives Matter-Toronto donnera des bourses de 125 \$ et 250\$ à des personnes selon le besoin. Veuillez-vous auto-évaluer et contacter l'organisateur.
13. [Les services de santé mentale de crise du Centre francophone du Grand Toronto \(services francophones\)](#): Ligne téléphonique de soutien qui offre des services de santé mentale culturellement adaptée pour les jeunes de moins de 25 ans. Cette ligne de soutien est disponible du lundi au vendredi de 8h30 à 16h30 au 647-881-6761 ou 647-268-2016.

14. [Sécurité de logement pour les locataires noirs](#): Information juridique, sociale et financière spécifiquement dédiée aux locataires noirs pour les soutenir pendant cette période. Si vous avez besoin de conseils juridiques et pensez que vous êtes victime de discrimination parce que vous êtes noir, veuillez contacter le 1-877-736-9406 (numéro gratuit), le 416-597-5831 ou la ligne ATS: 1-800-855-0511.
15. [Black Legal Action Centre](#). Une liste de ressources en lien avec la COVID-19 pour les communautés noires, y compris: aide financière, logement, emploi, soutiens familiaux, aide d'urgence, aide juridique et santé mentale.
16. [Rites of Passage](#): Offre des programmes en ligne pour les hommes et les femmes afro-canadiens pour explorer, mûrir et se développer pleinement dans leur identité de jeunes afro-canadiens. Contactez Paul Osbourne au 416-645-6000, poste 2320.
17. [Kujistahi](#): Le programme Kujistahi (respect de soi) offre des programmes en ligne culturellement adaptés pour les enfants, jeunes et parents de familles noires. Kuji Kids est un espace pour les parents et enfants noirs pour jouer, rire et apprendre, chaque lundi du 10h30 à 12h30. Pour plus de renseignements, veuillez contacter le 416.735.8376 ou kujistahi@dfrc.ca.
18. [SNAP \(Stop Now And Plan\)](#): Offre des soutiens gratuits culturellement adaptés pour les enfants de l'âge de 6 à 11 ans et leurs familles focalisées sur ceux qui s'identifient comme étant d'origine africaine dans le domaine suivant: groupes de garçons/filles axés sur les compétences, groupes de parents axés sur les compétences, counseling individuel et connexions communautaires, soutien et mobilisation scolaire et autres interventions en cas de besoin. Contactez snap@dfrc.ca.

J. Ressources pour les communautés autochtones

1. Appelez la ligne d'assistance téléphonique "Auntie Indigenous COVID Pathways". Avez-vous une question sur la COVID? Avez-vous besoin d'aide? Appelez Auntie, elles seront quoi faire! Appelez le 437-703-8703 (seulement dans le Grand Toronto, quotidiennement de 16h à 21h)
2. [Le premier centre d'évaluation et de dépistage fixe sur un site permanent dirigé par un autochtone - Auduzhe Mino NeseWINong](#): Les personnes autochtones peuvent accéder à un dépistage intégré de la COVID-19, y compris une gestion de cas, la recherche des contacts, les soutiens de sensibilisation et l'aiguillage à ce centre de dépistage fixe dirigé par la communauté autochtone. Cet établissement est abrité dans le bâtiment [Na-Me-Res](#) et pourvu du personnel de Na-Me-Res, SGM, Well Living House, Inner City Health Associates, et Women's College Hospital. Les tests seront traités dans les laboratoires des hôpitaux de St. Michael and Mount Sinai.
3. [Talk 4 Healing pour les femmes autochtones](#): Ligne de soutien pour les femmes autochtones, ancrée culturellement, disponible 24h/24 7 jours/7 dans 14 langues à travers l'Ontario. Appelez/envoyez un texto au 1-855-554-HEAL. Pour plus de renseignements et pour du le clavardage en direct: <https://www.talk4healing.com/> (clavardage en direct disponible).
4. [Le franc-parler de Kahkakiw \("Straight Talk"\): les enfants et le coronavirus](#): Kahkakiw (Cree) est une marionnette de corbeau qui vole de part et d'autre pour s'informer sur le coronavirus avec les membres de la communauté. Kahkakiw offre des renseignements sur la pandémie avec une perspective autochtone. Pour recevoir des copies des [pages de coloriage Kahkakiw](#) chez vous ou votre communauté, envoyez un courriel à kahkakiw@covid19indigenous.ca.

5. [Livre pour enfants: "Our Smallest Warriors, Our Strongest Medicine: Overcoming COVID-19" \(Nos plus petits guerriers, notre remède le plus puissant: surmonter la COVID-19\):](#) Cette histoire pour enfants reprend l'histoire de "My Hero is You" (Mon héros, c'est toi). Un groupe de travail intertribal s'est rassemblé pour réécrire cette histoire et créer des illustrations qui représentent les peuples, valeurs et communautés autochtones. Cette histoire adaptée tente d'atteindre les peuples autochtones de part et d'autre de Turtle Island et d'incarner un sens d'efficacité, de force et d'espoir communautaire face à la pandémie COVID-19.
6. [Kitatipithitamak Mithwayawin:](#) Page Facebook COVID-19 autochtone.
7. [Organisations autochtones de Toronto:](#) Liste d'organisations soutenant les autochtones, mise au point par les Services juridiques autochtones, y compris, l'emploi, l'enfant et la famille, les bispirituels, le logement.
8. [Demande d'alimentation ou de fournitures d'urgence:](#) Complétez le formulaire en ligne pour soumettre une demande d'aide.
9. [Soutiens aux personnes autochtones:](#) Renseignement du gouvernement fédéral sur les soutiens financiers et familiaux disponibles aux personnes autochtones pendant la pandémie COVID-19.
10. [Toronto Aboriginal Support Services Council \(TASSC\):](#) Fournit des soutiens aux personnes pour s'orienter vers les services offerts par des organisations dirigées par des autochtones à Toronto. Appelez le 647.748.6100 ou envoyez un courriel à info@tassc.ca.
11. [Ressources de bien-être pour les autochtones:](#) Fournit des liens aux réponses à la COVID-19 pour les autochtones. Regroupé par University of Toronto Libraries.
12. [Ligne téléphonique Hope for Wellness \(Espoir de bien-être\):](#) Offre de l'aide immédiate pour toutes les personnes autochtones à travers le Canada. Disponible en cree, ojibway, inuktitut, anglais et français. Clavardage en ligne disponible ou appelez le 1-855-242-3310.
13. [COVID-19 - Vous n'êtes pas seuls:](#) Vidéos dirigés par des autochtones offrant des stratégies pour faire face au stress et à l'anxiété que tous, que ce soit des jeunes ou des aînés, peuvent utiliser pour faire face aux changements et incertitudes liés à la COVID-19.

K. Ressources communautaires 2SLGBTQ+

1. [Liste de ressources COVID-19 du 519:](#) Ressources et renseignements sur les services, soutiens, programmes et soins pendant la COVID-19. Pour plus de renseignements, appelez le 416-392-6874 ou envoyez un courriel à Community@The519.org.
2. [Programmation virtuelle ON y va pour l'enfant et la famille du 519:](#) Programmation virtuelle accueillante pour les familles de différentes orientations sexuelles, identités de genre et compositions et leurs enfants (âgés de 0 à 6 ans). Le 519 offre des activités d'apprentissage précoce, de la musique et mouvement, expériences créatives et de l'éducation parentale valorisant l'identité LGBTQ2S. Les employés peuvent aider à accéder des renseignements sur le parentage et le développement infantile, les ressources communautaires, la programmation en ligne et les ateliers parentaux/responsables de garde.
3. [Ressources de santé mentale pendant la COVID-19:](#) Ressources et soutiens disponibles par téléphone ou en ligne pour l'accès des personnes LGBTQ2S.
4. [Soutiens de sécurité pour l'auto-isolement pendant la COVID-19:](#) Lignes de crise, ligne d'aide et hébergement pendant la pandémie de la COVID-19.

5. [Takeaway Meals \(Plats à emporter\)](#): Un repas à emporter servi à 13h chaque dimanche. Accès de la terrasse devant le café Fabarnak au 519 Church St. Envoyez un courriel à Community@The519.org.
6. [Vêtements et produits d'hygiène](#): Les vendredis et dimanche de 14h à 15h30. Accès du sud du portail de la fontaine au 519 Church St.
7. [Traverser la COVID-19 et la compression de poitrine](#): 8 conseils pour s'occuper de votre santé respiratoire pour les personnes trans ou non binaires qui compriment leur poitrine.
8. [Prendre soin de sa santé mentale pendant la COVID-19 \(multilingue\)](#): Techniques d'ici-maintenant, le deuil, décès, fin de vie, violence sexuelle, comprendre le traumatisme et le consentement.
9. [Prises de nouvelles amicales](#): Prendre des nouvelles par téléphone ou courriel chaque semaine pour les membres de la communauté LGBTQ2S âgés de 18 ans ou plus. Les employés du 519 prendront de vos nouvelles pour savoir comment vous allez, avoir une conversation amicale avec vous, et vous offrirons des renseignements, mises à jour et des services d'aiguillage si vous en avez besoin.
10. [Ligne Trans Life \(pour les personnes trans ou non conformistes sur le plan du genre\)](#): 1-877-330-6366
11. [Assistance téléphonique Blackline 24h sur 24, 7 jours sur 7](#): Accepte les appels et les textos. Offre un espace pour du soutien et counseling par les pairs, le signalement de maltraitance et la célébration des expériences vécues de personnes qui sont le plus impactées par l'oppression systématique avec un point de vue LBGTQ+ et de femme noire. Appelez ou envoyez un texto au 1 (800) 604-5841.
12. [Ligne de jeunesse LGBT](#): Soutien des pairs par et pour les personnes de moins de 30 ans. Appelez-le: 1-800-268-9688 ou envoyez un texto au: 647-694-4275. Clavardez sur le site www.youthline.ca.
13. [Counselling pour les lusophones ou Brésiliens gay cisgenre, trans, bi, et hommes queer](#): Pour les lusophones habitant à Toronto ou le Grand Toronto, vous pouvez envoyer un courriel à Rafael Torres (conseiller communautaire, programmes de santé pour les hommes homosexuels) à rtorres@actoronto.org. Portugais: Para falantes de português que moram em Toronto / GTA, você pode enviar um e-mail para Rafael Torres (Community Counsellor, Gay Men's HealthPrograms) em rtorres@actoronto.org.
14. [Ressources COVID-19 pour les travailleurs du sex et leurs alliés](#): Lignes directrices pour les travailleurs du sex, les clients, partie tierce et les alliés — de Butterfly Asian and Migrant Sex Workers Support Network et Maggie's Toronto Sex Workers Action Project

L. Renseignements et annonces de sources gouvernementales

Ville de Toronto – renseignements de la ville

1. [Page principale de renseignements sur la COVID-19 de la Ville de Toronto](#): Votre centre de renseignements sur la COVID-19 de la Ville de Toronto.
2. [COVID-19: ordres, directives et règlements](#)
3. [État des cas COVID-19 à Toronto](#): Information géographique de la Ville de Toronto sur les cas locaux de COVID-19

4. [Outil cartographique de la Ville de Toronto pour des ressources essentielles](#): Cet excellent outil cartographique est un outil interactif pour naviguer les services essentiels dans la ville.
5. [Conseils du Bureau de santé publique de Toronto](#): se protéger et protéger les autres, la distanciation sociale, les symptômes, réduire la propagation, le vaccin, les traitements et les conseils pour des besoins spécifiques et ressources de santé mentale.
6. [COVID-19: Conseils pour ceux qui ont des besoins particuliers](#)
7. [Centres d'évaluation et de dépistage COVID-19 de la Ville de Toronto](#): Liste de centres d'évaluation et de dépistage à Toronto.
8. [Conseils de voyage](#): Les conseils et déclarations de la Ville de Toronto et du Gouvernement du Canada sur le voyage.
9. [Aide financière et soutien social](#): Aides au revenu, personnes âgées et vulnérables, locataires, propriétaires et propriétaires d'animaux de compagnie.

Ontario Ministère de la Santé et des Soins de longue durée – renseignements provinciaux

1. [Outil d'auto-évaluation](#): Si vous pensez avoir des symptômes du coronavirus (COVID-19) ou avez été en contact étroit avec quelqu'un qui a le virus, utilisez cette auto-évaluation pour vous aider à déterminer si vous avez besoin de soins supplémentaires.
2. [Conseils pour que vous et votre famille restiez en bonne santé](#) – Affiche: Ministère de la Santé et des Soins de longue durée
3. [Page d'information COVID-19](#): Se protéger, symptômes, traitements, liste d'établissements publics fermés, état d'urgence, services et autres.
4. [Feuilles de renseignements de Santé publique Ontario](#): Disponible en plusieurs langues. Feuilles de renseignements sur comment s'autosurveiller, se laver les mains, nettoyer et désinfecter des lieux publics et utiliser les masques.

Agence de la santé publique du Canada – renseignements nationaux

1. [Site web COVID-19 de l'Agence de la santé publique du Canada](#): mises à jour nationales, conseils de voyage et autre.
2. [Assistant virtuel COVID-19](#): Réponses automatisées à vos questions sur la COVID-19. Ouvrez la page et cherchez l'icône d'assistant virtuel en bas à droite de la page.

Masques – couvre-visage

1. [Règlement du port du masque ou couvre-visage obligatoire](#): Le port du masque ou d'un couvre-visage est obligatoire dans tous les espaces publics à partir du 7 juillet 2020, selon le [règlement 541-2020 de la Ville de Toronto](#)
2. [Aide financière pour des produits d'hygiène de COVIDCare Collective](#): Avez-vous besoin de produits de santé spécialisés (par exemple, des produits d'hygiène, médicaments, équipement de protection personnel, etc.) ou des articles de régimes spécialisés que vous ne pouvez pas obtenir des banques alimentaires? COVIDCare Collective vous offre une aide financière.
3. [Port du couvre-visage obligatoire mandaté par le TTC du 2 juillet](#)
4. [Fiches de renseignements PDF sur le couvre-visage](#) disponibles dans plusieurs langues. Cliquez sur la langue pour voir ou télécharger l'information dans la langue de votre choix. [Anglais](#), [mandarin](#), [tagalog](#), [hindi](#), [arabe](#), [farsi](#), [urdu](#), [pashto](#), [coréen](#), [bengali](#), [slovaque](#), [hongrois](#), [tigrinya](#), et [amharic](#).

Renseignements, soutiens et services de rentrée scolaire

1. [Renseignement scolaire sur la COVID-19 pour les parents et responsables de garde](#): Conseils du Bureau de santé publique de Toronto sur comment se préparer pour l'école pendant la COVID-19 et ce que les parents doivent savoir s'il y a un cas de COVID-19 à l'école.
2. [Santé mentale à l'école](#): Vous met en lien avec des programmes, services et ressources en santé mentale et d'addictions dans votre communauté, offert par thehealthline.ca
3. [Mesures COVID-19 annoncées pour les jeunes et étudiants](#)

M. Services publics et communautaires pendant la COVID-19

1. [Directives pour les passagers des transports en commun](#): mesures conçues pour assurer la sécurité des passagers et des employés tandis que de plus en plus de personnes retournent au travail pendant l'épidémie de COVID-19
2. [Services affectés de la Ville de Toronto](#): Liste des services de la Ville de Toronto qui ont été fermés et les programmes annulés.
3. [Deuxième situation d'urgence provinciale de l'Ontario de janvier 2021](#): Le gouvernement annonce la fermeture des services non essentiels. Nouvelles restrictions et mesures d'application.
4. [Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada](#): Renseignements en ligne sur les conséquences de la COVID-19 sur l'immigration, les voyages, les réfugiés, les résidents permanents et les passeports. Renseignements pour les nouveaux arrivants.
5. [211: base de données en ligne interrogeable](#) pour les services communautaires et pour nouveaux arrivants. Mises à jour régulièrement pendant la pandémie COVID-19

Cette liste de ressources en une collecte d'information et de repérage d'une multitude de réseaux professionnels de services à la personne, d'organisations communautaires, de divisions de la Ville de Toronto et de sources des gouvernements fédéral et provincial. Merci aux nombreux contributeurs et sources, y compris:

- Toronto North Local Immigration Partnership
- Black Health Alliance
- Delta Family Resource Centre
- Indigenous Services Canada
- The 519
- Bureau de santé publique de Toronto
- Toronto Public Library
- Services à l'enfance de Toronto
- Toronto Social Development, Finance & Administration