

AIDE-MÉMOIRE pour Cornwall et Stormont, Dundas et Glengarry

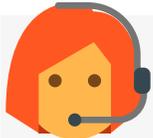
Si tu as peur ou si tu es incapable de composer avec une situation et que tu as besoin d'aide immédiate, voici les ressources et les services à ta disposition.



Numéro d'urgence 911

À composer dans le cas d'une situation d'urgence où la sécurité d'une personne ou d'un bien est à risque et une intervention de la police, du service de pompiers ou d'une ambulance est nécessaire.

Exemples : un crime en cours, un incendie, une crise médicale, une menace à soi-même ou à d'autres personnes et une situation où de l'aide immédiate est requise.



Numéros de téléphone pour les situations non urgentes

Si la situation est non urgente, mais requiert une attention immédiate.

Exemples : dommages à un bien, méfaits et vols.

Services communautaires de la police de Cornwall :
613 932-2110

Police provinciale de l'Ontario (PPO) :
1 888 310-1122



Renseignements et renvois – 211

Met les gens en rapport avec les services communautaires, sociaux et gouvernementaux et les services de santé offerts en Ontario, y compris les services pour victimes/survivants d'actes criminels.

Si tu as besoin de renseignements, compose le 211.

Se préparer à faire un appel urgent ou non urgent:



Reste calme (la partie la plus difficile) et parle clairement.

Assure-toi d'avoir les renseignements suivants à portée de la main :

- Raison de l'appel
- Ton nom au complet
- Lieu/adresse
- Numéro de téléphone
- Lien avec la personne
- Date de naissance
- Médicaments
- Diagnostic
- Plan de sécurité
- Éléments déclencheurs (ce qui pourrait contrarier la personne)

Numéros de téléphone – soutien en cas de crise



Si tu as besoin de soutien en cas de crise pour une situation où le risque est moindre que dans une situation d'urgence. Exemple : crise émotionnelle, comme une perte.

Enfants et adultes âgés de 25 ans ou moins :
Ligne de crise pour enfants, jeunes et familles,
service offert jour et nuit
1 877 377-7775

Jeunes de plus de 16 ans :
Service offert jour et nuit
1-866-996-0991

Kids Help Phone Options



Appli : « Toujours à l'écoute »

Clavardage en direct : www.jeunessejecoute.ca

Téléphone : 1 800 668-6868

Textos : Texte « PARLER » à 686868