

Ressources générales pour les parents

Ressources sociales et communautaires : 8h à 18h, 7 jours

Organisme d'information et de référencement à des services communautaires, publiques et parapubliques et à des programmes, selon le territoire et le besoin.

Service téléphonique Est et Nord du Québec 211 ou 1 877 211-9933

Service téléphonique Ouest du Québec 211 ou 1 844 387-3598

Service de clavardage en ligne : <https://www.211qc.ca/nous-joindre>

Info-Social ou Info-Santé : 24h/24, 7 jours

Info-Social ou Info-Santé 811 est un service de consultation téléphonique gratuit et confidentiel.

Les intervenants peuvent, au besoin, vous référer vers une ressource appropriée dans le réseau de la santé et des services sociaux ou une ressource communautaire.

Service téléphonique Info-Santé 811 (choisir l'option 1)

Service téléphonique Info-Social 811 (choisir l'option 2)

LigneParents : 24h/24, 7 jours

<https://www.ligneparents.com/LigneParents>

Service par des intervenants professionnels spécialisés dans la relation parents-enfants.

Service téléphonique 1 800 361-5085

Clavardage en ligne

Première ressource : lundi au vendredi, de 8h à 17h

<https://premiereressource.com/fr>

Un service anonyme et gratuit de consultation professionnelle concernant l'éducation et les relations parents-enfants.

Service téléphonique 514 525-2573

Sans frais (région) 1 866 329-4223

Avant tout les enfants

<https://www.avanttoutlesenfants.ca/help-line?lang=fr>

Organisme offrant des services et conseils juridiques professionnels, une banque de ressources communautaires, des sessions d'information et une ligne d'écoute téléphonique pour les personnes vivant des problèmes familiaux.

Montréal 514 593-4303

Sans frais (région) 1 800 361-8453

Le Réseau pour un Québec Famille <https://www.quebecfamille.org/fr/repertoire-des-organismes-de-soutien-a-la-famille>

Le Réseau pour un Québec Famille est un organisme à but non lucratif regroupant des organismes nationaux soucieux de la situation des familles québécoises. Leur site internet permet de découvrir les Maisons de la famille de votre région.

Institut National de la Santé Publique du Québec <https://www.inspq.qc.ca/mieux-vivre/informations-utiles/ressources-parents/associations-organismes-groupes-soutien>

Listes avec des liens vers des associations, des organismes et des groupes de soutien du Québec qui peuvent aider les parents (banques alimentaires du Québec, ressources à la petite enfance, soutien lors d'un deuil périnatal, etc.).

L'accompagnateur

<https://laccompagnateur.org/public/>

Site internet listant les ressources les plus pertinentes pour les parents d'enfants handicapés.

Écoute Entraide : 8h à 22h, 7 jours

<https://www.ecoute-entraide.org/>

Organisme communautaire offrant du soutien aux personnes aux prises avec de la souffrance émotionnelle.

Montréal 514 278-2130

Sans frais (région) 1 855 365-4463

Ressources de crise et d'hébergement

S.O.S Violence conjugale : 24h/24, 7 jours

<https://sosviolenceconjugale.ca/fr>

La mission de SOS violence conjugale est de contribuer à la sécurité des victimes de violence conjugale et à la réduction de la violence conjugale et de ses conséquences en offrant des services aux victimes, à la population et à toutes les personnes touchées par la violence conjugale. Pour que l'on vous dirige vers un centre d'hébergement dans votre région, vous pouvez communiquer avec SOS Violence conjugale.

Service téléphonique 1 800 363-9010

Service texto 438-601-1211

Téléscripteur (ATS) pour personnes sourdes : 1 800 363-9010

Ligne de prévention du suicide : 24h/24, 7 jours

La ligne provinciale de crise et de prévention du suicide offre du soutien pour la clientèle vulnérable et de l'écoute aux personnes endeuillées par suicide.

Service téléphonique 1 866 APPELLE (277-3553)

Service texto 1 855 957-5353 (Suicide Action Montréal)

Service de clavardage en ligne : <https://suicideactionmontreal.org/nos-services/>

Ligne d'écoute Le Deuil : 10h à 22h, 7 jours

<http://tel-ecoute.org/services-pour-les-endeuilles/>

Les personnes endeuillées peuvent recevoir une écoute empathique ainsi que des références en téléphonant à la ligne sans frais Le Deuil.

Service téléphonique 1 888 LE DEUIL (1 888 533 3845)

Maison Kangourou

https://lamaisonkangourou.org/fr_nous-joindre/

La Maison Kangourou offre aux familles des services d'écoute et de référencement dans votre région. La mission de l'organisme est d'offrir des services d'urgence et de première ligne aux enfants dont les parents vivent des problématiques temporaires.

Service téléphonique 514 524-4141

Ressources éducatives

Devenir parent – Gouvernement du Québec : <https://www.quebec.ca/famille-et-soutien-aux-personnes/grossesse-et-parentalite/parent>

Guide offrant une vue d'ensemble des programmes et services gouvernementaux offerts aux nouveaux ou aux futurs parents.

Le Bébé - Gouvernement du Québec (INSPQ) :

https://www.inspq.gc.ca/sites/default/files/mieux-vivre/pdf/mv2021_s3_bebe.pdf

Guide qui comprend des informations sur les différentes caractéristiques du nouveau-né, les façons de communiquer, le sommeil et le développement de l'enfant.

Société canadienne de pédiatrie – Soins de nos enfants : <https://soinsdenosenfants.cps.ca/>

Site offrant de l'information donnée par des pédiatres canadiens sur la santé et le bien-être des enfants et adolescents.

ÉducoFamille : <https://educofamille.com/>

Site publiant des articles et des ressources basés sur la science pour les parents et les familles.