

Vous ou l'un de vos proches vivez une situation difficile?



N'hésitez pas à faire appel aux services de lignes d'écoute ou de référence. N'ayez pas honte. **C'est gratuit, anonyme, confidentiel et bilingue.**

Détresse psychologique

- **Ligne Info-social**
8-1-1 (choisir l'option #2)
- **Centre de prévention du suicide**
1 866 277-3553

Besoin de parler?

- **Ligne Tel Jeunes**
1 800 263-2266
Service texto 514 600-1002
www.teljeunes.com
- **Ligne Parents**
1 800 361-5085
www.ligneparents.com
- **Ligne Tel-Aînés**
(60 ans et plus)
514 353-2463

Rapport en ligne – Police

- **rapportenligne.laval.ca**
Pour remplir certains rapports d'événements en ligne

Violence, abus, maltraitance

- **S.O.S. Violence conjugale**
1 800 363-9010
- **Ligne Agressions sexuelles**
1 888 933-9007
- **Ligne Aide Abus Aînés**
1 888 489-2287

Personnes endeuillées

- **Ligne d'écoute**
1 888-LE-DEUIL
(1 888 533-3845)

Autres ressources

- **Proches aidants**
1 855 852-7784
L'APPUI pour les proches aidants d'aînés
- **Centre anti-fraude du Canada**
1 888 495-8501
Pour dénoncer un cas de fraude

Les services d'urgence 9-1-1

Lorsque la vie, la santé ou la sécurité d'une personne est compromise, pour signaler ou dénoncer une situation, ou si vous êtes victimes d'une infraction criminelle.



**SERVICE
DE POLICE
DE LAVAL**

Are you or one of your loved ones in a difficult situation?



Don't hesitate to turn to a hotline or referral service. Don't be ashamed. **It's free, anonymous, confidential and bilingual.**

Psychological distress

- **Info-social hotline**
811 (choose option #2)
- **Suicide Prevention Centre**
1-866-277-3553

Need to talk?

- **Tel Jeunes hotline**
1-800-263-2266
Text service 514 600-1002
www.teljeunes.com/Home
- **Parents' hotline**
1-800-361-5085
www.ligneparents.com
- **Tel-Aînés hotline**
(age 60 & over)
514 353-2463

Incident reports online

- **rapportenligne.laval.ca**
(and click on English): To fill out certain incident reports online

Violence, abuse, mistreatment

- **S.O.S. conjugal violence hotline**
1-800-363-9010
- **Sexual assault line**
1-888-933-9007
- **Seniors' abuse hotline**
1-888-489-2287

For people who have lost a loved one

- **Listening line**
1-888-LE-DEUIL
(1-888-533-3845)

Other resources

- **Family caregivers**
1-855-852-7784
L'APPUI for family caregivers looking after seniors
- **Canadian Anti-Fraud Centre**
1-888-495-8501
To report a case of fraud

911 emergency services

When a person's life, health or safety is at risk, to report a situation or if you are a victim of a criminal offence



**SERVICE
DE POLICE
DE LAVAL**