



## Question du mois de mai

À l'occasion de la semaine de la santé mentale qui se déroulait en Mai, nous voulions connaître les sites internet utilisés par les francophones de notre région pour trouver les services dont ils ont besoin pour eux-mêmes ou pour soutenir un proche. C'est plus de 80% des répondants qui ont indiqué n'avoir pas eu recours à Internet pour trouver des services de santé mentale.

Voici quelques ressources pour vous aider à découvrir les services de santé mentale et de lutte contre les dépendances qui sont le mieux adaptées à vos besoins.

Connex Ontario	1 866 531-2600	<a href="http://www.connexontario.ca/fr-ca/">http://www.connexontario.ca/fr-ca/</a>
ConnexionSanté Ontario	811	<a href="https://www.ontario.ca/fr/page/trouvez-du-soutien-en-sante-mentale">https://www.ontario.ca/fr/page/trouvez-du-soutien-en-sante-mentale</a>
Santé mentale des jeunes (-16 ans)	1appel1clic.ca	<a href="https://www.kidscomefirst.ca/fr/index.aspx">https://www.kidscomefirst.ca/fr/index.aspx</a>
Santé mentale des adultes (16+ ans)	AccesSMT.ca	<a href="https://www.accessmha.ca/fr-ca">https://www.accessmha.ca/fr-ca</a>
Services virtuels en français (enfants, adultes, groupes, familles)	Infographie	<a href="https://www.rssfe.on.ca/upload-ck/Afficheinteractive_SoinsvirtuelsSMD.pdf">https://www.rssfe.on.ca/upload-ck/Afficheinteractive_SoinsvirtuelsSMD.pdf</a>

Nous espérons que ces diverses ressources sauront vous guider dans votre recherche de services adaptés à vos besoins. Pour découvrir encore plus de ressources disponibles dans la région, consulter la fiche : [Santé mentale et lutte contre les dépendances](#) placée sur notre site internet.

Surveillez la prochaine question du mois qui sera lancée le vendredi 2 juin 2023.