

# BOÎTE À OUTILS

PRÉVENTION DU SUICIDE

LES  
RESSOURCES

# TABLE DES MATIÈRES

---

---

Les hommes en situation de rupture conjugale 03

---

Les hommes de 50 ans et + 04

---

Les hommes de la diversité sexuelle 06

---

Les jeunes hommes âgés entre 14 et 29 ans 08

---

Les hommes en général 09

---

Pour les intervenant.e.s 10

---

Les hommes issus de l'immigration 11

---

Les hommes en situation d'itinérance 12

---

Pour les proches 14

# LES RESSOURCES

## Les hommes en situation de rupture conjugale



### PÈRES SÉPARÉS

Est un organisme sans but lucratif de référence reconnu par les pères séparés et les hommes dans le contexte de la transition familiale. Nous favorisons le bien-être et la santé des pères et leur engagement auprès des enfants et de la communauté. **514 254-6120**



### CRHM

Le Centre de Ressources pour Hommes de Montréal est un organisme à but non lucratif dont la mission est d'accueillir et d'outiller les hommes qui vivent des difficultés et qui souhaitent être accompagnés adéquatement dans leur démarche personnelle. **514 355-8300**



### MAISON OXYGÈNE MONTRÉAL

Est une ressource d'hébergement et d'accompagnement pour les pères vivant des difficultés personnelles, familiales ou conjugales. Les pères sont soutenus dans leurs démarches personnelles et dans le développement et le maintien des liens avec leurs enfants. **514 655-6625**



### SOS VIOLENCE CONJUGALE

SOS violence conjugale contribue 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. **1 800 363-9010 24/7**



### CPSM

Le Centre de Prévention du Suicide de Montréal propose aux Montréalais.e.s un éventail de services qui s'adressent autant aux personnes en détresse ou suicidaires, à leurs proches ou à ceux.celles qui ont vécu le suicide d'un être cher. **1 866 277-3553 24/7**



### SUICIDE.CA

À pour mission de prévenir le suicide au moyen des technologies numériques. Il informe et aide les personnes ayant des pensées et des comportements suicidaires, celles qui s'inquiètent pour un proche ou qui sont endeuillées par suicide ainsi que les intervenants qui travaillent auprès de clientèles vulnérables. **1 866-277-3553 24/7**



## CENTRE DE CRISE :



NORD



SUD-  
OUEST



CENTRE-  
EST



CENTRE-  
OUEST



OUEST

# LES RESSOURCES

## Les hommes de 50 ans et +



### CIUSSS

#### Du Nord de l'île de Montréal

Le territoire du CIUSSS du Nord-de-l'Île-de-Montréal s'étend sur 88 km<sup>2</sup> et se situe dans la partie nord de l'Île-de-Montréal. Il dessert totalement ou partiellement la population d'Ahuntsic et de Cartierville, de Montréal-Nord, de Saint-Laurent, de Villeray ainsi que de La Petite-Patrie.



### CIUSSS

#### De l'Ouest de l'île de Montréal

Le CIUSSS de l'Ouest-de-l'Île-de-Montréal est le pilier central des services de santé et services sociaux sur le territoire de l'Ouest-de-l'Île-de-Montréal. Notre mission : prendre soin de la santé et du bien-être de notre population en offrant des services de qualité, accessibles et intégrés.



### CIUSSS

#### De l'Est de l'île de Montréal

Le Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de l'Est-de-l'Île-de-Montréal compte 2 hôpitaux, 2 instituts universitaires, 8 CLSC et 15 CHSLD. Grâce à ses 17 500 employés, il offre une gamme complète de soins de santé et de services sociaux à la population.



### CIUSSS

#### Du Centre-Ouest l'île de Montréal

Au sein de notre réseau d'établissements, nous fournissons un continuum de soins sécuritaires, incluant des soins et services spécialisés et surspécialisés, de réadaptation, de longue durée ainsi que des services de santé et des services sociaux communautaires et de première ligne.



### CIUSSS

#### Du Centre-Sud de l'île de Montréal

Le CIUSSS du Centre-Sud-de-l'Île-de-Montréal offre des services de santé et des services sociaux à la population de son territoire (Centre-Sud de Montréal). Il coordonne aussi des mandats régionaux (sur toute l'île de Montréal) et provinciaux.



### CRHM

Le Centre de Ressources pour Hommes de Montréal est un organisme à but non lucratif dont la mission est d'accueillir et d'outiller les hommes qui vivent des difficultés et qui souhaitent être accompagnés adéquatement dans leur démarche personnelle. **514 355-8300**

# LES RESSOURCES

## Les hommes de 50 ans et + (suite)



### TEL-AINÉS

Un centre d'écoute qui offre des services d'écoute et de référence anonymes, confidentiels et gratuits. Offrir des services d'écoute active afin de permettre à toute personne de 18 ans et plus qui a besoin de ventiler son vécu et de se délester d'une charge émotive, et ainsi, l'aider à trouver ses propres solutions. **514 353-2463**



### AQDR

Est une organisation nationale, démocratique et libre et non partisane regroupant les personnes âgées et les retraitées de tous âges. Organisation ouverte et inclusive, l'AQDR est vouée à la défense, la protection et la promotion des droits des personnes âgées. **514 935-1551**



### MAISON DES GRANDS-PARENTS DE VILLERAY

La Maison des Grands-Parents de Villeray est un organisme communautaire né d'une réflexion sur le rôle social et familial des aînés. Depuis 1992, elle regroupe, majoritairement, des bénévoles aînés désireux de s'impliquer auprès des autres générations. **514 383-9108**



### BÉNÉVOLES PROCHE AIDANT, LES PETITS FRÈRES

Depuis 1962, l'organisme des Petits Frères agit pour lutter contre l'isolement des personnes âgées. Avec le vieillissement progressif de la population, sa mission n'a jamais été autant d'actualité et son action aussi nécessaire. **514 527-8653**



### CPSM

Le Centre de Prévention du Suicide de Montréal propose aux Montréalais.e.s un éventail de services qui s'adressent autant aux personnes en détresse ou suicidaires, à leurs proches ou à ceux. celles qui ont vécu le suicide d'un être cher. **1 866 277-3553 24/7**



### SUICIDE.CA

À pour mission de prévenir le suicide au moyen des technologies numériques. Il informe et aide les personnes ayant des pensées et des comportements suicidaires, celles qui s'inquiètent pour un proche ou qui sont endeuillées par suicide ainsi que les intervenants qui travaillent auprès de clientèles vulnérables. **1 866-277-3553 24/7**



## CENTRE DE CRISE :



NORD



SUD-  
OUEST



CENTRE-  
EST



CENTRE-  
OUEST



OUEST

# LES RESSOURCES

## Les hommes de la diversité sexuelle



### INTERLIGNE

Par notre service d'aide et de renseignements disponible 24 heures par jour, nous offrons un soutien aux personnes LGBTQ+, aux proches et au personnel de différents milieux.

**1 888 505-1010**



### RÉZO

Est un organisme communautaire sans but lucratif montréalais actif depuis 1991 qui offre des services d'éducation et de prévention du VIH et des autres ITSS dans un contexte de promotion de la santé globale, notamment sexuelle, mentale, physique et sociale. **514 521-7778**



### GRIS

Est un organisme communautaire à but non lucratif qui démystifie les orientations sexuelles et les identités de genres par la méthode du témoignage. C'est surtout une grande famille de 250 bénévoles qui travaillent quotidiennement à la construction d'une société plus ouverte.

**514 590-0016**



### SIDALYS

Est un organisme sans but lucratif qui offre de l'hébergement supervisé et du soutien communautaire en logement social auprès de personnes sans-abris ou à logement précaire, atteintes ou à risque d'infections transmises sexuellement et par le sang, notamment le VIH et l'hépatite C.

**514 526-3811**



### COALITION DES FAMILLES LGBTQ+

Est un organisme communautaire de défense de droits qui vise la reconnaissance sociale et légale des familles issues de la diversité sexuelle et de la pluralité des genres. **514 878-7600**



### FONDATION ÉMERGENCE

A une offre de service variée et personnalisée. Cette offre comprend différentes options comme les formations et le service-conseil. La création d'outils de sensibilisation est aussi l'une des forces de la Fondation. **438 384-1058**

# LES RESSOURCES

## Les hommes de la diversité sexuelle (suite)



### CPSM

Le Centre de Prévention du Suicide de Montréal propose aux Montréalais.e.s un éventail de services qui s'adressent autant aux personnes en détresse ou suicidaires, à leurs proches ou à ceux. celles qui ont vécu le suicide d'un être cher. **1 866 277-3553 24/7**



### SUICIDE.CA

À pour mission de prévenir le suicide au moyen des technologies numériques. Il informe et aide les personnes ayant des pensées et des comportements suicidaires, celles qui s'inquiètent pour un proche ou qui sont endeuillées par suicide ainsi que les intervenants qui travaillent auprès de clientèles vulnérables. **1 866-277-3553 24/7**



## CENTRE DE CRISE :



NORD



SUD-  
OUEST



CENTRE-  
EST



CENTRE-  
OUEST



OUEST

# LES RESSOURCES

## Les jeunes hommes âgés entre 14 et 29 ans



### TEL-JEUNES

Depuis sa création en 1991, Tel-jeunes accompagne les ados du Québec au quotidien, dans leurs découvertes, premières expériences, questionnements et difficultés. Nos équipes sont là pour les petits doutes comme les grandes angoisses. **1 800 263-2266**  
**ou par texto 514 600-1002**



### AIRE OUVERTE

Aire ouverte, c'est un endroit pour les jeunes âgés de 12 à 25 ans. Des services de santé dont un ou une jeune pourrait avoir besoin pour assurer son bien-être y sont offerts gratuitement et de façon confidentielle, avec ou sans rendez-vous.

**Trouver une aire ouverte**



### CPSM

Le Centre de Prévention du Suicide de Montréal propose aux Montréalais.e.s un éventail de services qui s'adressent autant aux personnes en détresse ou suicidaires, à leurs proches ou à ceux. celles qui ont vécu le suicide d'un être cher. **1 866 277-3553 24/7**



### SUICIDE.CA

À pour mission de prévenir le suicide au moyen des technologies numériques. Il informe et aide les personnes ayant des pensées et des comportements suicidaires, celles qui s'inquiètent pour un proche ou qui sont endeuillées par suicide ainsi que les intervenants qui travaillent auprès de clientèles vulnérables. **1 866-277-3553 24/7**



## CENTRE DE CRISE :



NORD



SUD-  
OUEST



CENTRE-  
EST



CENTRE-  
OUEST



OUEST



# LES RESSOURCES

## Les hommes en général



### CPSM

Le Centre de Prévention du Suicide de Montréal propose aux Montréalais.e.s un éventail de services qui s'adressent autant aux personnes en détresse ou suicidaires, à leurs proches ou à ceux. celles qui ont vécu le suicide d'un être cher. **1 866 277-3553 24/7**



### CRIAPHASE

Le Centre de ressources et d'intervention pour hommes abusés sexuellement et leur entourage (CRIPHASE) est un organisme de bienfaisance au service des hommes qui ont été abusés sexuellement, afin de les accompagner dans leur quête pour se réapproprier sainement le pouvoir sur leur vie. Nous les soutenons par le biais d'interventions psychosociales, d'informations, de sensibilisation, d'activités favorisant les échanges ainsi que par la formation d'intervenant.e.s. **514 529-5567**



### SUICIDE.CA

À pour mission de prévenir le suicide au moyen des technologies numériques. Il informe et aide les personnes ayant des pensées et des comportements suicidaires, celles qui s'inquiètent pour un proche ou qui sont endeuillées par suicide ainsi que les intervenants qui travaillent auprès de clientèles vulnérables. **1 866-277-3553 24/7**



## CENTRE DE CRISE :



NORD



SUD-  
OUEST



CENTRE-  
EST



CENTRE-  
OUEST



OUEST

# LES RESSOURCES

Pour les intervenant.e.s



## LEO

LÉO est une ligne de soutien psychologique pour les personnes engagées dans les coopératives et OBNL du Québec.

**1 855-768-7536**



## LA VIGILE

La Vigile a aidé plus de 2 500 personnes pour des problématiques diverses touchant les dépendances, la dépression, le post-trauma, l'anxiété, le deuil, la colère, le conjugal. **1 581 742-7001 (8h à 17h)**  
**1 888-315-0007 (soir et nuit)**



## INFO SOCIAL

Info-Social 811 est un service de consultation téléphonique gratuit et confidentiel. Le 811 est le numéro de téléphone unique de ce service. Composer le 811 permet de joindre rapidement un professionnel en intervention psychosociale en cas de problème psychosocial. **811 option 2**



## RCPSQ

Le Regroupement des centres de prévention du suicide du Québec est un organisme communautaire autonome qui a pour mission de regrouper, représenter et soutenir les CPS de la province qui interviennent auprès de personnes ou de groupes aux prises avec une problématique liée au suicide. **1 866 277-3553 24/7**  
**ou par texto 1 855 957-5353**



## SUICIDE.CA

À pour mission de prévenir le suicide au moyen des technologies numériques. Il informe et aide les personnes ayant des pensées et des comportements suicidaires, celles qui s'inquiètent pour un proche ou qui sont endeuillées par suicide ainsi que les intervenants qui travaillent auprès de clientèles vulnérables. **1 866-277-3553 24/7**

PROGRAMME D'AIDE AUX EMPLOYÉS.ES

# LES RESSOURCES

## Les hommes issus de l'immigration



### CPSM

Le Centre de Prévention du Suicide de Montréal propose aux Montréalais.e.s un éventail de services qui s'adressent autant aux personnes en détresse ou suicidaires, à leurs proches ou à ceux. celles qui ont vécu le suicide d'un être cher. **1 866 277-3553 24/7**



### SUICIDE.CA

À pour mission de prévenir le suicide au moyen des technologies numériques. Il informe et aide les personnes ayant des pensées et des comportements suicidaires, celles qui s'inquiètent pour un proche ou qui sont endeuillées par suicide ainsi que les intervenants qui travaillent auprès de clientèles vulnérables. **1 866-277-3553 24/7**



### TCRI

La Table de concertation des organismes au service des personnes réfugiées et immigrantes (TCRI) est un regroupement de plus de 150 organismes œuvrant auprès des personnes réfugiées, immigrantes et sans statut.



### AGIR MONTRÉAL

Nous sommes au service des migrants et réfugiés LGBTQ+ de la grande région de Montréal. Nous avons servi des membres de 45 pays dans 4 langues principales : français, espagnol, anglais et arabe.



### CLINIQUE MAUVE

visé à fournir des soins intégrés de santé médicaux, psychologiques et sexuels aux personnes LGBTQ+ migrantes et à les sensibiliser aux enjeux relatifs à la COVID-19.



## CENTRE DE CRISE :



NORD



SUD-  
OUEST



CENTRE-  
EST



CENTRE-  
OUEST



OUEST

# LES RESSOURCES

## Les hommes en situation d'itinérance



### LA MAISON DU PÈRE

La Maison du Père, c'est une formidable équipe multidisciplinaire qui consolide, un peu plus chaque jour, le continuum des services cliniques qu'elle a bâti au cours des années. Nous partons du principe que chaque participant a un pouvoir d'agir sur sa vie. **514 845-0168**



### LE TRANSIT

Le Centre de crise Le Transit offre des services spécialisés en intervention de crise de première ligne 24 heures par jour, 7 jours par semaine. Nos services s'adressent à toute personne adulte vivant une situation de crise ainsi qu'à leurs proches. **514 282-7753 24/7**



### MISSION BON ACCUEIL

est devenue la plus grande porte d'entrée pour venir en aide aux Montréalais dans le besoin. Plusieurs programmes de soutien sont offerts aux personnes en situation d'itinérance, aux jeunes mères, aux familles démunies et aux jeunes en difficultés. **514 523-2288**



### UPS-JUSTICE

Service d'intervention de crise et d'urgence pour toute situation de crise où une personne présente un état mental perturbé. Équipe multidisciplinaire de 22 professionnels de la santé et des services sociaux. **514 861-9331, poste 8163 24/7**



### PACT DE RUE

Est un organisme communautaire qui agit directement auprès des jeunes et des personnes en difficulté afin de promouvoir de saines habitudes de vie et de prévenir les comportements à risque. **514 278-9181**



### RAP JEUNESSE

S'est donné comme mission de venir en aide à une clientèle jeunesse de toutes origines culturelles âgée entre treize (13) et trente (30) ans qui vivent des situations problématiques – pauvreté, isolement social, rupture familiale, conflit générationnel, violence, toxicomanie, travail du sexe, etc. **514 424-6110**



### CACTUS MONTREAL

Nous intervenons auprès des personnes utilisatrices de drogues, des travailleuses et travailleurs du sexe ainsi que des personnes trans, afin de favoriser leur santé, leur mieux-être et leur inclusion dans la société. **514 847-0067**

# LES RESSOURCES

## Les hommes en situation d'itinérance (suite)



### SDS

La Société de développement social de Ville-Marie est issue du Forum économique et social organisé en mai 2008 dans l'arrondissement de Ville-Marie. Il devient ainsi le premier courtier social en Amérique du Nord. **514 312-7344**



### L'ANONYME

Visé à promouvoir des comportements sécuritaires et des relations égalitaires ainsi que prévenir la transmission des infections transmissibles sexuellement ou par le sang (ITSS) par une approche humaniste de proximité. **514 842-1488**



### MOISSON MONTRÉAL

Est un organisme de bienfaisance. Nous récupérons des dons de nourriture et des produits essentiels tout au long de l'année et les distribuons gratuitement à des organismes communautaires de l'île de Montréal. **514 344-4494**



### MAISON L'EXODE

À la Maison L'Exode, nous tendons la main aux personnes qui ont des dépendances à l'alcool, aux drogues et aux médicaments, ainsi qu'à ceux et celles qui vivent dans la rue. **514-508-6900**



### CPSM

Le Centre de Prévention du Suicide de Montréal propose aux Montréalais.e.s un éventail de services qui s'adressent autant aux personnes en détresse ou suicidaires, à leurs proches ou à ceux. celles qui ont vécu le suicide d'un être cher. **1 866 277-3553 24/7**



### HOPITAL LOCAL

Trouver un professionnel de la santé au Québec avec Index Santé. Index Santé permet de trouver rapidement des services en santé au Québec et regroupe des milliers de services dans les secteurs public, privé et communautaire.



## CENTRE DE CRISE :



NORD



SUD-  
OUEST



CENTRE-  
EST



CENTRE-  
OUEST



OUEST

# LES RESSOURCES

## Pour les proches



### LE CAP

Offrir des services d'inclusion socioprofessionnelle et d'éducation par l'art aux personnes fragilisées psychologiquement et socialement  
**514 843-5658**



### ARBORESCENCE

Est un organisme à but non-lucratif montréalais qui offre information, soutien accompagnement et outille les proches d'une personne vivant avec un enjeu de santé mentale (avec ou sans diagnostic).  
**514 524-7131**



### L'APPUI

Est au service et à l'écoute des personnes proches aidantes depuis plus de 10 ans avec pour objectif de préserver leur qualité de vie. Nous soutenons également les organismes qui leur viennent en aide et mobilisons l'ensemble de la communauté.  
**1 855 852-7784 Possibilité de clavarder en direct via le site Internet (info-aidant)**



### RAANM

Veiller à la santé et au ressourcement des personnes proches aidantes de Montréal, c'est l'engagement quotidien du RAANM.  
**514 374-1056**



### PROCHE AIDANCE QUÉBEC

Fondé en 2000, Proche aideance Québec regroupe 124 organismes communautaires qui soutiennent plus de 41 000 personnes proches aidantes partout au Québec. **514 524-1959**



### GASO

Mis sur pied il y plus de 25 ans par quelques proches aidantes fondatrices, le Groupe des aidants du Sud-Ouest (communément appelé le GASO) a pris de l'expansion suite à son impact positif dans la communauté laSalloise. **514 564-3061**

# LES RESSOURCES

## Pour les proches (suite)



### Y DES FEMMES

Bâtir ensemble un avenir meilleur pour les filles, les femmes et leurs familles, se déploie sur deux niveaux. Tout d'abord, par une offre de service directe aux femmes aux filles et à leurs familles afin qu'elles puissent participer et contribuer à la société à la mesure de leurs capacités. **514 866-9941**



### CDRM

Centre de Réadaptation en dépendance de Montréal. **514 385-1232**



### CPSM

Le Centre de Prévention du Suicide de Montréal propose aux Montréalais.e.s un éventail de services qui s'adressent autant aux personnes en détresse ou suicidaires, à leurs proches ou à ceux. celles qui ont vécu le suicide d'un être cher. **1 866 277-3553 24/7**



### SUICIDE.CA

À pour mission de prévenir le suicide au moyen des technologies numériques. Il informe et aide les personnes ayant des pensées et des comportements suicidaires, celles qui s'inquiètent pour un proche ou qui sont endeuillées par suicide ainsi que les intervenants qui travaillent auprès de clientèles vulnérables. **1 866-277-3553 24/7**



## CENTRE DE CRISE :



NORD



SUD-  
OUEST



CENTRE-  
EST



CENTRE-  
OUEST



OUEST

# BOÎTE À OUTILS

PRÉVENTION DU SUICIDE

LES  
RESSOURCES 2024 ©ROHIM



McGill

Douglas  
CENTRE DE RECHERCHE  
RESEARCH CENTRE



Pères Séparés Inc.  
Separated Fathers Inc.



Mdp  
MAISON DU PÈRE