

CRISIS AND COUNSELLING RESOURCES

&

RESSOURCE DE CRISE ET D'ORIENTATION

Distress Centre Ontario/ Centre de Détresse en Ontario

Centre Location	Centre Contact information	Information Du Centre
Cambridge	Distress Line: 519-658-6805 Website: <a href="http://www.telecarecambridge.com">www.telecarecambridge.com</a>	Ligne de détresse: 519-658-6805 Site Internet: <a href="http://www.telecarecambridge.com">www.telecarecambridge.com</a>
Durham Region/ Région Durham	Distress Line: 905-430-2522; 1-800-452-0688 Business Line: (905) 430-3511 Website: <a href="http://www.distresscentredurham.com">www.distresscentredurham.com</a>	Ligne de détresse: 905-430-2522; 1-800-452-0688 Téléphone au bureau: (905) 430-3511 Site Internet : <a href="http://www.distresscentredurham.com">www.distresscentredurham.com</a>
Kingston	Distress Line: 613-544-1771	Ligne de détresse: 613-544-1771
Lanark, Leeds and Grenville / Région Lanark, Leeds and Grenville	Distress Line: 1-800-465-4442 Website : <a href="http://www.developmentalservices.com">http://www.developmentalservices.com</a>	Ligne de détresse: 1-800-465-4442  Site Internet: <a href="http://www.developmentalservices.com">http://www.developmentalservices.com</a>
London	Distress Line: 519-667-6711 Seniors Helpline (SHL):( 519)-667-6600 Website: <a href="http://www.londondistresscentre.com">www.londondistresscentre.com</a>	Ligne de détresse: 519-667-6711 Ligne aux aînées : (519)-667-6600 Site Internet: <a href="http://www.londondistresscentre.com">www.londondistresscentre.com</a>
Niagara Region/ Région de la Niagara	Distress Line: 905-688-3711 Website: <a href="http://www.distresscentreniagara.com">www.distresscentreniagara.com</a>	Ligne de détresse: 905-688-3711 Site Internet: <a href="http://www.distresscentreniagara.com">www.distresscentreniagara.com</a>
North/Nor d Halton	Distress Line: 905-877-1211 Website: <a href="http://search.hipinfo.info/details.asp?RSN=10280">http://search.hipinfo.info/details.asp?RSN=10280</a>	Ligne de détresse: 905-877-1211  Site Internet: <a href="http://search.hipinfo.info/details.asp?RSN=10280">http://search.hipinfo.info/details.asp?RSN=10280</a>
Oakville	Distress Line: 905-849-4541 Website: <a href="http://www.distresscentreoakville.com">www.distresscentreoakville.com</a>	Ligne de Détresse: 905-849-4541 Site Internet: <a href="http://www.distresscentreoakville.com">www.distresscentreoakville.com</a>
Ottawa & Région	Distress Line: 613-238-3311 Crisis Line: 613-722-6914 or 1-866-996-0991 Website: <a href="http://www.dcottawa.on.ca">www.dcottawa.on.ca</a>	Ligne de détresse: 613-238-3311 Ligne de crise : 613-722-6914 ; 1-866-996-0991 Site internet: <a href="http://www.dcottawa.on.ca">www.dcottawa.on.ca</a>

<b>Peel</b>	<b>Distress Line: 905-278-7208</b> <b>Mobile Crisis Line: 905-278-9036 or 1-800-363-0971</b> <b>Website: <a href="http://www.distresscentrepeel.com">www.distresscentrepeel.com</a></b>	<b>Ligne de détresse: 905-278-7208</b> <b>Site Internet: <a href="http://www.distresscentrepeel.com">www.distresscentrepeel.com</a></b>
<b>Sarnia</b>	<b>Distress Line: 519-336-3000 or 1-888-347-8737</b> <b>Website: <a href="http://www.familycounsellingctr.com">www.familycounsellingctr.com</a></b>	<b>Ligne de détresse: 519-336-3000 ;1-888-347-8737</b> <b>Site internet: <a href="http://www.familycounsellingctr.com">www.familycounsellingctr.com</a></b>
<b>Toronto</b>	<b>Distress Line: 416-408-4357</b> <b>Survivor Support Program: (416)-595-1716</b> <b>Website: <a href="http://www.torontodistresscentre.com">www.torontodistresscentre.com</a></b>	<b>Ligne de détresse: 416-408-4357</b> <b>Ligne de support au survivant : (416)-595-1716</b> <b>Site internet: <a href="http://www.torontodistresscentre.com">www.torontodistresscentre.com</a></b>
<b>Waterloo Region/ Région de Waterloo</b>	<b>Distress Line: 519-745-1166</b> <b>Website: <a href="http://www.cmhagrb.on.ca">www.cmhagrb.on.ca</a></b>	<b>Ligne de détresse: 519-745-1166</b> <b>Site Internet: <a href="http://www.cmhagrb.on.ca">www.cmhagrb.on.ca</a></b>
<b>Wellington and Dufferin /Wellington et Dufferin</b>	<b>Distress Line: 519-821-3760 or 1-888-821-3760</b> <b>Crisis Line: (519)-821-0140 or 1-877-822-0140</b>	<b>Ligne de détresse: 519-821-3760 ; 1-888-821-3760</b> <b>Ligne de crise : (519)-821-0140 :1-877-822-0140</b>
<b>Windsor &amp; Essex / Windsor et Essex</b>	<b>Distress Line: 519-256-5000</b> <b>Website: <a href="http://www.dcwindsor.com">www.dcwindsor.com</a></b>	<b>Ligne de détresse: 519-256-5000</b> <b>Site internet: <a href="http://www.dcwindsor.com">www.dcwindsor.com</a></b>

### **Help Line for Northern Territories/ Ligne D'écoute aux Territoires du Nord-Ouest**

<b>Yellowknife</b>	<b>Distress Line : 1-800-661-0844</b> <b>Business Line : (867) 873-9903</b> <b>Email :</b> <b><a href="mailto:nwthehelpline@mail.tamarack.nt.ca">nwthehelpline@mail.tamarack.nt.ca</a></b> <b>Website : <a href="http://www.nwthehelpline.ca">www.nwthehelpline.ca</a></b>	<b>Ligne détresse : 1-800-661-0844</b> <b>Ligne au Bureau : (867) 873-9903</b> <b>Courriel :</b> <b><a href="mailto:nwthehelpline@mail.tamarack.nt.ca">nwthehelpline@mail.tamarack.nt.ca</a></b> <b>Site Internet : <a href="http://www.nwthehelpline.ca">www.nwthehelpline.ca</a></b>
<b>Awareness Centre/ Centre de Sensibilisation</b>	<b>RCMP Crisis Line (temporary : (867) 982-0123</b>  <b>Business Line : (867) 982-6511</b> <b>Fax : (867) 982-4156</b> <b>Email : <a href="mailto:adhelpp@qiniq.com">adhelpp@qiniq.com</a></b>	<b>Ligne de détresse (temporaire) de la GRC : (867) 982-0123</b>  <b>Ligne au Bureau : (867) 982-6511</b> <b>Facsimile : (867) 982-4156</b> <b>Courriel : <a href="mailto:adhelpp@qiniq.com">adhelpp@qiniq.com</a></b>
<b>Nunavut Kamatsiaqtut Help Line/ Ligne d'écoute au Nunavut Kamatsiaqtut</b>	<b>Distress Line: 1-800-265-3333</b> <b>Business Line : (867) 979-2742</b> <b>Fax : (867) 979-4380</b>	<b>Ligne de détresse: 1-800-265-3333</b> <b>Ligne au Bureau: (867) 979-2742</b> <b>Facsimile : (867) 979-4380</b>

	Email : <a href="mailto:slevy@gikiqtani.edu.nu.ca">slevy@gikiqtani.edu.nu.ca</a>	Courriel : <a href="mailto:slevy@gikiqtani.edu.nu.ca">slevy@gikiqtani.edu.nu.ca</a>
--	--	---

**Crisis Centre and Help Line for Western Canada/ Ligne de Crise et d'écoute de L'Ouest du Canada**

<b>Crisis Line Association of British Columbia/ Ligne de crise de l'Association de la Colombie Britannique</b>	<b>Contact: Elizabeth Newcombe Business Line : 250-753-2495 Fax : 250-753-2475 Email: <a href="mailto:elizabeth@vicrisis.ca">elizabeth@vicrisis.ca</a> Website: <a href="http://www.crisislines.bc.ca">www.crisislines.bc.ca</a></b>	<b>Contact: Elizabeth Newcombe Ligne au Bureau: 250-753-2495 Facsimile : 250-753-2475 Courriel : <a href="mailto:elizabeth@vicrisis.ca">elizabeth@vicrisis.ca</a> Site Internet : <a href="http://www.crisislines.bc.ca">www.crisislines.bc.ca</a></b>
<b>Crisis Centre for Northern BC/ Centre de Crise pour la Region du Nord de la Colombie-Britannique  (Prevention, Intervention and Information/ Prévention Intervention et Information)</b>	<b>Distress Line: 1-888-562-1214 Prince George Crisis : 250-563-1214 Youth Line: 250-564-8336 Fraser Lake Crisis Line: 250-699-6315 Business Line: 250-564-5736 Fax: 250-563-0815 Email: <a href="mailto:pgcrisiscentre@telus.net">pgcrisiscentre@telus.net</a> Website: : <a href="http://www.northernbccrisissuicide.ca">http://www.northernbccrisissuicide.ca</a></b>	<b>Ligne de détresse : 1-888-562-1214 Ligne de Crise Prince George : 250-563-1214 Ligne aux Jeunes : 250-564-8336 Ligne de Crise Lac Fraser : 250-699-6315 Ligne au Bureau : 250-564-5736 Facsimile : 250-563-0815 Courriel : <a href="mailto:pgcrisiscentre@telus.net">pgcrisiscentre@telus.net</a> Site Internet : <a href="http://www.northernbccrisissuicide.ca">http://www.northernbccrisissuicide.ca</a></b>
<b>Vancouver Island Crisis Society/ Société de Crise de l'Île de Vancouver</b>	<b>Distress Line : 1-888-494-3888 Business Line: 250-753-2495 Fax: : 250-753-2475 Email: <a href="mailto:info@vicrisis.ca">info@vicrisis.ca</a> Website: : <a href="http://www.vicrisis.ca">http://www.vicrisis.ca</a></b>	<b>Ligne de détresse : 1-888-494-3888 Ligne au Bureau : 250-753-2495 Facsimile : 250-753-2475 Courriel : <a href="mailto:info@vicrisis.ca">info@vicrisis.ca</a> Site Internet: <a href="http://www.vicrisis.ca">http://www.vicrisis.ca</a></b>
<b>Telecare Calgary Suicide and Crisis Line/Telecare Ligne de Suicide et Crise de Calgary</b>	<b>Distress Line : 403-266-0700 Business Line: (403) 261-4765 Email: <a href="mailto:telecarecalgary@internode.ca">telecarecalgary@internode.ca</a> Website: <a href="http://www.suicideprevention.ca">www.suicideprevention.ca</a></b>	<b>Ligne de détresse : 403- 266-0700 Ligne au Bureau : (403) 261-4765 Courriel : <a href="mailto:telecarecalgary@internode.ca">telecarecalgary@internode.ca</a> Site Internet : <a href="http://www.suicideprevention.ca">www.suicideprevention.ca</a></b>
<b>Mobile Crisis Service Saskatoon/ Service Mobile de Crise de Saskatoon</b>	<b>Distress Line : 306- 933-6200 Business Line: (306) 664-4525 Fax: (306) 664-1974 Email: <a href="mailto:rfield@crisissaskatoon.ca">rfield@crisissaskatoon.ca</a></b>	<b>Ligne de détresse : 306- 933-6200 Ligne au Bureau : (306) 664-4525 Facsimile : (306) 664-1974 Courriel : <a href="mailto:rfield@crisissaskatoon.ca">rfield@crisissaskatoon.ca</a></b>

<p><b>Regina Mobile Crisis Services/ Service Mobile de Crise de Regina</b></p>	<p><b>Distress Line : 306-525-5333;306-569-2724</b>  <b>Business Line: (306) 757-7809</b>  <b>Fax: (306) 757-7807</b>  <b>Email: <a href="mailto:mobilecrisis@accesscomm.ca">mobilecrisis@accesscomm.ca</a></b>  <b>Website: <a href="http://www.mobilecrisis.ca">http://www.mobilecrisis.ca</a></b></p>	<p><b>Ligne de détresse : 306-525-5333 ; (306) 569-2724</b>  <b>Ligne au Bureau : (306) 757-7809</b>  <b>Facsimile : (306) 757-7807</b>  <b>Courriel : <a href="mailto:mobilecrisis@accesscomm.ca">mobilecrisis@accesscomm.ca</a></b>  <b>Site Internet : <a href="http://www.mobilecrisis.ca">http://www.mobilecrisis.ca</a></b></p>
<p><b>Hudson Bay and district Crisis centre/ Centre de Crise de la Baie d'Hudson</b></p>	<p><b>Distress Line : 1-866-865-7274;</b>  <b>Business Line: 306-865-3064</b>  <b>Fax: : (306) 865-3064</b>  <b>Email: <a href="mailto:hudsonbaycrisis@sasktel.net">hudsonbaycrisis@sasktel.net</a></b></p>	<p><b>Ligne de détresse : 1-866-865-7274 ;</b>  <b>Ligne au Bureau : 306-865-3064</b>  <b>Facsimile : (306) 865-3064</b>  <b>Courriel : <a href="mailto:hudsonbaycrisis@sasktel.net">hudsonbaycrisis@sasktel.net</a></b></p>

**Distress Centre in Québec / Centre de Détresse au Québec**

<p><b>Winnipeg Crisis Stabilization Unit /Unité de Crise et Stabilisation de Winnipeg</b></p>	<p><b>Distress Line : : 204-940-3633</b>  <b>Business Line: (204) 940-3602</b>  <b>Fax: (204) 944-0258</b>  <b>Email: <a href="mailto:rpatzer@wrha.mb.ca">rpatzer@wrha.mb.ca</a></b>  <b>Website: <a href="http://www.wrha.mb.ca">http://www.wrha.mb.ca</a></b></p>	<p><b>Ligne de détresse : : 204-940-3633</b>  <b>Ligne au Bureau : (204) 940-3602</b>  <b>Facsimile : (204) 944-0258</b>  <b>Courriel : <a href="mailto:rpatzer@wrha.mb.ca">rpatzer@wrha.mb.ca</a></b>  <b>Site Internet : <a href="http://www.wrha.mb.ca">http://www.wrha.mb.ca</a></b></p>
<p><b>Quebec Suicide Prevention Centre/Centre de Prevention du Suicide de Québec</b></p>	<p><b>Distress Line : 1-866-277-3553; 418-683-4588</b>  <b>Business Line: 418-683-0933</b>  <b>Fax: 418-683-5956</b>  <b>Email: <a href="mailto:accueil@cpsquebec.ca">accueil@cpsquebec.ca</a></b>  <b>Website: <a href="http://www.cpsquebec.ca">http://www.cpsquebec.ca</a></b></p>	<p><b>Ligne de détresse : 1-866-277-3553 ; 418-683-4588</b>  <b>Ligne au Bureau : 418-683-0933</b>  <b>Facsimile : 418-683-5956</b>  <b>Courriel : <a href="mailto:accueil@cpsquebec.ca">accueil@cpsquebec.ca</a></b>  <b>Site Internet : <a href="http://www.cpsquebec.ca">http://www.cpsquebec.ca</a></b></p>

**Distress Centre Eastern Regional / Centre de détresse dans la Région de l'Est**

<p><b>Eastern Regional Help Line –Nova Scotia/ Ligne d'écoute de la Region de L'Est – Nouvelle-Ecosse</b></p>	<p><b>Distress Line : 1-800-957-9995; 902-562-4357</b>  <b>Business Line: : (902) 567-0330</b>  <b>Fax: : (902) 567-0330</b>  <b>Email: : <a href="mailto:ERHL@hotmail.com">ERHL@hotmail.com</a></b></p>	<p><b>Ligne de détresse : 1-800-957-9995 ; 902-562-4357</b>  <b>Ligne au Bureau : (902) 567-0330</b>  <b>Facsimile : (902) 567-0330</b>  <b>Courriel : <a href="mailto:ERHL@hotmail.com">ERHL@hotmail.com</a></b></p>
<p><b>Telephone Intervention for Halifax, Dartmouth, Bedford/ Intervention Téléphonique pour les regions d' Halifax, Bedford et Dartmouth</b></p>	<p><b>Distress Line : 902-429-8167; 1-888-429-8167</b>  <b>Business Line: 902-446-3469</b>  <b>Fax: 902-431-1617</b></p>	<p><b>Ligne de détresse : 902-429-8167 ; 1-888-429-8167</b>  <b>Ligne au Bureau : 902-446-3469</b>  <b>Facsimile : 902-431-1617</b></p>
<p><b>Island Help line- Prince Edward Island/ Ligne d'écoute de L'Ile du Prince Edouard.</b></p>	<p><b>Distress Line : 1-800-218-2885</b></p>	<p><b>Ligne de détresse : 1-800-218-2885</b></p>
<p><b>Mental Health Crisis Centre/ Centre de Crise de Santé Mentale</b></p>	<p><b>Distress Line : 1-888-737-4668; : (709) 737-4668</b>  <b>Business Line: (709) 737-4271</b>  <b>Fax: (709) 737-4671</b></p>	<p><b>Ligne de détresse : 1-888-737-4668 ; (709) 737-4668</b>  <b>Ligne au Bureau : (709) 737-4271</b>  <b>Facsimile : (709) 737-467)</b></p>
<p><b>New Brunswick Chimo Help Line/ Ligne d'écoute Chimo du Nouveau Brunswick</b></p>	<p><b>Distress Line : 1-800-667-5005</b>  <b>Business Line: (506) 450-2937</b>  <b>Fax: (506) 450-2156</b>  <b>Email: <a href="mailto:chimo1@nb.aibn.com">chimo1@nb.aibn.com</a></b>  <b>Website: <a href="http://www.chimohelpline.ca">http://www.chimohelpline.ca</a></b></p>	<p><b>Ligne de détresse : 1-800-667-5005</b>  <b>Ligne au Bureau : (506) 450-2937</b>  <b>Facsimile : (506) 450-2156</b>  <b>Courriel : <a href="mailto:chimo1@nb.aibn.com">chimo1@nb.aibn.com</a></b>  <b>Site Internet : <a href="http://www.chimohelpline.ca">http://www.chimohelpline.ca</a></b></p>