

La Société Huntington du Québec (SHQ) comprend que les jeunes comme toi qui êtes touchés par la maladie de Huntington avez de grands besoins. Si tu as entre 15 et 25 ans, ce bottin de ressources s'adresse à toi.

On a rassemblé plusieurs organismes et établissements. Tu pourrais aussi te référer au service 211 pour y trouver d'autres ressources spécifiques à ta région.

Ces ressources partagent toutes le même objectif soit de te venir en aide que ce soit à cause de difficultés d'ordre psychologiques, physiologiques, scolaires, financières, sociales ou autres. Que tu demeures n'importe où au Québec, tu devrais trouver des réponses à tes questionnements.

Index

Aide-alimentaire & vêtements	P.3	Problématique liée à une grossesse	P.15
Aide aux devoirs	P.4	Problèmes de dépendance	P.16
Besoin d'écoute ou de conseils	P.5	Troubles alimentaires (ex: anorexie, boulimie)	P.17
Culture et loisirs	P.6	Troubles liés à l'alcool	P.18
Deuil	P.7	Troubles liés à la santé mentale	P.19
Droits, recours et protection	P.8	Viol et agressions sexuelles...	P.20
Emplois	P.9	Urgences	P.21
Hébergement	P.10		
Jeunes parents	P.11		
Identité et orientation sexuelles	P.12		
Persévérance scolaire	P.13		
Prévention du suicide	P.14		

Aide alimentaire & vêtements

Armée du Salut

- Ligne sans frais : 1 800 725-2769
- Site Internet : www.armeedusalut.ca/quebec/

Les Banques Alimentaires du Québec

- Ligne sans frais : 1 877-478-4040
- Site internet : <https://www.banquesalimentaires.org/>
- Courriel : info@BanquesAlimentaires.org

Aide aux devoirs

Allo prof

- Site internet: alloprof.qc.ca

Services scolaires

- Ligne sans frais : 1 877-303-7321
- Site internet : <https://www.servicesscolaires.com/>
- Courriel : info@servicesscolaires.com

Besoin d'écoute ou de conseils

AidezMoiSVP.ca

Aide les ados à bloquer la propagation de photos et de vidéos à caractère sexuel et les accompagne en cours de route.

➤ Site internet : <http://aidezmoisvp.ca/app/fr/>

Tel-jeunes

Tu peux poser ta question à un·e intervenant·e professionnel·le de Tel-jeunes qui te répondra bientôt. Que ce soit pour toi-même ou pour aider un·e ami·e, les intervenants de Tel-jeunes sont là pour t'aider, te soutenir, te guider dans ta recherche de solutions. Tu peux rejoindre Tel-Jeunes de quatre façons:

- Par téléphone: Ligne sans frais : 1 800 263-2266 24 heures par jour, 7 jours par semaine
- Par Texto: 514 600-1002 de 8h00 à 22h30
- Par Chat : Tu peux parler en direct avec un intervenant·e entre 8 h et 22 h 30
- Par courriel: Pour questions non urgente. On te répondra dans les 48 à 72 heures.

- Site internet: <http://teljeunes.com>

Jeunesse, J'écoute

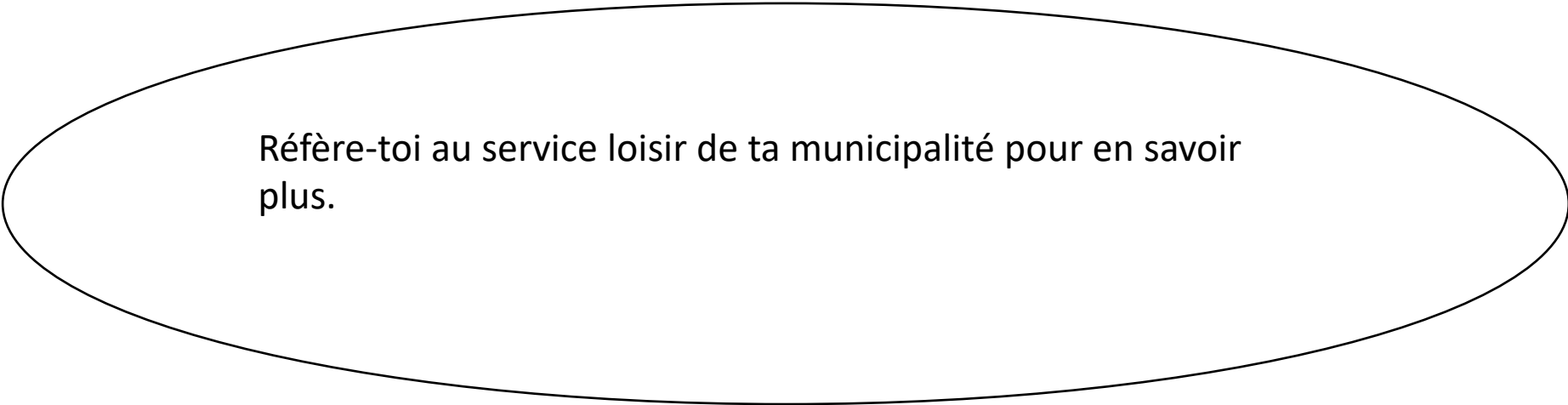
Besoin d'aide tout de suite? Tu peux communiquer avec un intervenant professionnel clinique de Jeunesse, J'écoute 24 heures par jour, 7 jours par semaine, en appelant au 1 800 668-6868.

➤ Site internet : <http://www.jeunessejecoute.ca/Teens/Home.aspx>

Culture et loisirs

MAISON DES JEUNES

- Site internet: <https://rmjq.org/liste-des-maisons-de-jeunes/>
- Courriel : info@rmjq.org



Réfère-toi au service loisir de ta municipalité pour en savoir plus.

Deuil

DEUIL-JEUNESSE

Offre entre autres des groupes de soutien pour les jeunes endeuillés ou qui viennent en aide à un proche malade.

- Ligne sans frais : 1.855.889.3666
- Site internet : <https://www.deuil-jeunesse.com/>

Droits, recours et protection

Commission des droits de la personne et des droits de la jeunesse

- Tél. : 514 873-5146
- Site internet : www.cdpcdj.qc.ca

Educaloi

Éducaloi est un organisme sans but lucratif dont la mission est d'informer les Québécois de leurs droits et obligations dans un langage clair et accessible. Tu as des questions sur les procurations, testaments, mandats de protection. Educaloi pourra répondre à plusieurs de tes questions.

- <https://educaloi.qc.ca>

Emploi

Réseau des carrefours jeunesse-emploi du Québec

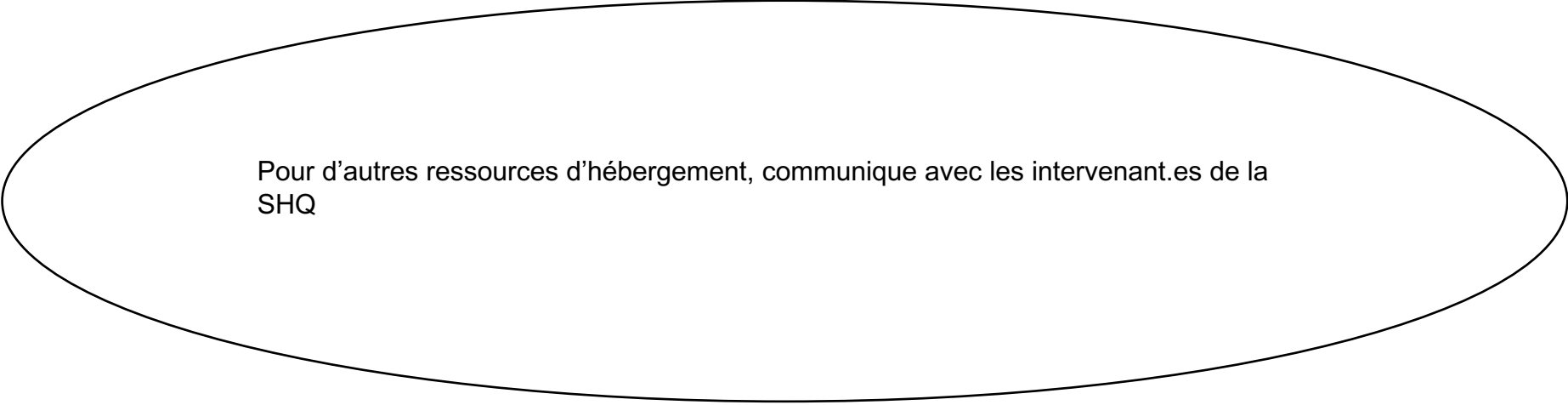
- Ligne sans frais : 1-877-393-9155
- Site internet : <https://www.rcjeq.org/fr>
- Courriel : info@rcjeq.org

Hébergement

Les Auberges du cœur

Au fil des ans, plus de 80 000 jeunes de 12 à 35 ans ont trouvé refuge dans l'une des 30 Auberges du Cœur à travers le Québec. On les retrouve dans 10 régions administratives du Québec. Il y en a sûrement une dans ta région.

- Téléphone sans frais : 1 866 992-6387
- Courriel : info@aubergesducoeur.com



Pour d'autres ressources d'hébergement, communique avec les intervenant.es de la SHQ

Jeunes parents

Centres de pédiatrie sociales

La pédiatrie sociale en communauté est basée sur une approche de soins intégrés centrée autour des besoins de l'enfant. Ce modèle de santé globale donne une place centrale à l'enfant, à sa famille et à son réseau social. Des soins et des services sont offerts par une équipe de professionnels et de bénévoles dédiés qui travaillent en complémentarité avec les établissements et la communauté, pour le bien-être et le développement de l'enfant, à l'image d'un grand cercle protecteur et bienveillant. À ce jour, 45 centres autonomes sont en opération au Québec. Ils rejoignent plus de 10 000 enfants et leurs familles.

➤ Site internet: <https://fondationdrjulien.org/les-centres/>

Identité et orientation sexuelles

Inter Ligne

- **Tél.** : 1-888-505-1010
- **Site internet** : <https://interligne.co/>

Gris-Québec

- **Tél.** : 418 523-5572
- **Site internet** : <https://grisquebec.org/>

Groupe Jeunes Gais et lesbiennes

- **Tél.** : 418 641-2572 poste 401

Conseil Québécois lesbiennes Gais Bisexuel.le.s trans

- <https://www.conseil-lgbt.ca/>

Persévérance scolaire

Allo-Prof

➤ Site internet: alloprof.qc.ca

Prévention suicide

Association québécoise de prévention du suicide

- Tél. : 1-866-277-3553
- Site internet : <https://www.aqps.info/>

Centre de prévention du suicide

- Tél. : 1-800-463-9898
- Site internet : <https://www.cpsquebec.ca/>

SOS Suicide

- 1-800-595-5580
- Site internet : www.sos-suicide.org
- Courriel : aide@sos-suicide.org

Problématique liée aux grossesses

S.O.S. Grossesse

- 418 682-6222
- Site internet : <https://sosgrossesse.ca/fr>

Grossesse-Secours

- 514 271-0554
- Site internet : www.grossesse-secours.org

Problèmes de dépendance

Drogue, aide et références

➤ 1-800-265-2626

Tel-jeunes

Tu peux poser ta question à un·e intervenant·e professionnel·le de Tel-jeunes qui te répondra bientôt. Que ce soit pour toi-même ou pour aider un·e ami·e, les intervenants de Tel-jeunes sont là pour t'aider, te soutenir, te guider dans ta recherche de solutions. Tu peux rejoindre Tel-Jeunes de quatre façons:

- Par téléphone: Ligne sans frais : 1 800 263-2266 24 heures par jour, 7 jours par semaine
- Par Texto: 514 600-1002 de 8h00 à 22h30
- Par Chat : Tu peux parler en direct avec un intervenant·e entre 8 h et 22 h 30
- Par courriel: Pour questions non urgente. On te répondra dans les 48 à 72 heures.
- Site internet: <http://teljeunes.com>

Troubles alimentaires (ex.: Anorexie, boulimie ...)

Aneb

- **Ligne sans frais** : 1 800 630-0907
- **Site internet** : <https://anebquebec.com/>

Troubles liés à l'alcool

Alateen, aide aux jeunes ayant un parent alcoolique

- Tél : 1 888-425-2666

Alcochoix

- Sans frais: 1-888-252-6651
- **Site internet** : <https://educalcool.qc.ca/nos-programmes/programme-alcochoix/>

Troubles liés à la santé mentale

Tel-jeunes

Tu peux poser ta question à un·e intervenant·e professionnel·le de Tel-jeunes qui te répondra bientôt. Que ce soit pour toi-même ou pour aider un·e ami·e, les intervenants de Tel-jeunes sont là pour t'aider, te soutenir, te guider dans ta recherche de solutions. Tu peux rejoindre Tel-Jeunes de quatre façons:

- Par téléphone: Ligne sans frais : 1 800 263-2266 24 heures par jour, 7 jours par semaine
- Par Texto: 514 600-1002 de 8h00 à 22h30
- Par Chat : Tu peux parler en direct avec un intervenant·e entre 8 h et 22 h 30
- Par courriel: Pour questions non urgente. On te répondra dans les 48 à 72 heures.
- Site internet: <http://teljeunes.com>

Viol et agression sexuelle

Regroupement québécois des CALACS

- **Ligne sans frais** : 1-877-717-5252
- **Site internet** : <http://rqcalacs.qc.ca/>
- **Courriel** : info@rqcalacs.qc.ca

Urgences

Centre de crise

- Nos services sont offerts gratuitement à toutes personnes adultes âgée de 18 ans et plus vivant une situation de crise, à risque de suicide ou non, ainsi qu'à leurs proches
- **Tél.** : 418.688.4240
- Sans frais: 1-866-appelle
- **Site internet** : <http://centredecrise.com/>

Ambulance

- **Tel** : 911

Info-santé et Info-Social

- **Tel** : 811

Pour plus de ressources...

- **Communique avec le CLSC de ton quartier**
- **Ton médecin de famille**
- **Communique avec un intervenant scolaire**
- **Communique avec une intervenante de la Société Huntington qui pourra te diriger**

Service 211

- Service d'information et de référence, gratuit, confidentiel et multilingue que tu peux rejoindre par téléphone ou par clavardage. Tu peux aussi faire tes proches recherches par organismes, catégories ou mot-clé. Ce service est offert à travers tout le Québec.
- Réfère-toi au <https://www.211quebecregions.ca/> pour connaître plus de ressources dans ta région.