Liste des ressources en matière de santé mentale

Stratégies en milieu de travail sur la santé mentale
Gracieuseté de la Canada Vie

Ressources à l'interne	Nom de la personne-ressource	Numéro de téléphone	Courriel
Service des ressources Humaines			
Programme d'aide aux employés (PAE)			
Membre de l'équipe Dirigeante			
Centre de santé et de mieux-être			
Infirmière en santé du Travail			
Autre			

Liste des ressources en matière de santé mentale

Stratégies en milieu de travail sur la santé mentale

Gracieuseté de la Canada Vie

Ressources communautaires	Nom	Numéro de téléphone	Coordonnées
Médecin de famille Si vous n'êtes pas en période de crise, votre médecin de famille est souvent un bon point de départ pour obtenir de l'aide. Il vous orientera vers les services appropriés, notamment vers des services de consultation et vers un traitement psychiatrique.			
Votre bureau de l'Association canadienne pour la santé mentale (ACSM)			
Services spécialisés dans les troubles de l'humeur			
Services d'aide aux toxicomanes			
Ligne d'écoute téléphonique			
Services à l'enfant et à la famille			
Groupes de soutien à la famille			
Services de planification du retour au travail			

Liste des ressources en matière de santé mentale

Stratégies en milieu de travail sur la santé mentale
Gracieuseté de la Canada Vie

Ressources communautaires	Nom	Numéro de téléphone	Coordonnées
Outils et renseignements en ligne	**Se rétablir en travaillant**		strategiesdesantementale.com/wti
	Check From the Neck Up (en anglais seulement)		https://hopeandme.org/our-programs/online-programs/check-up-from-the-neck-up/
	Trouver votre bureau de l'ACSM		cmha.ca/fr/participez/trouver-votre-filiale-locale
	Centre for Addiction and Mental Health (en anglais seulement)	(416) 535-8501	https://www.camh.ca/en/patients-and-families/access-camh/referral-form
	Stratégies en milieu de travail sur la santé mentale		strategiesdesantementale.com
	Commission de la santé mentale du Canada		mentalhealthcommission.ca/Francais
	The Family Guide to Mental Health Recovery Project (en anglais seulement)		http://www.familyguidetomentalhealth.com