

Mental Wellness, Substance Use,
and Addictions Recovery

Support from Home

Mieux-être psychologique,
consommation de substances
psychoactives et traitement des
dépendances

Soutien à domicile



LEARN MORE!



POUR EN SAVOIR PLUS!

Addictions Virtual Aftercare (EHN Outpatient Services)

Flexible, 24/7 aftercare support including an interactive app, individual counselling, and therapeutic groups.

7 Cups

Connect with peers or trained listeners about a variety of topics!

811

Free and confidential support 24/7 by dialing 8-1-1 or 1-844-259-1793.

Strongest Families Institute

Distance/telephone based support for children/youth and their families experiencing mild to moderate mental health or behavioural concerns, 1-866-470-7111

Kids Help Phone

Call 24/7 at 1-800-668-6868. To text with counsellor, text the word CONNECT to 686868. To live chat, visit <https://kidshelpphone.ca/live-chat/>.

Breathing Room

A program for youth and young adults to explore new ways to manage stress, create happiness, cope, find meaning, and more!

988

988 Suicide Crisis Helpline. A safe space to talk, 24 hours a day, every day of the year.

Soins de suivi virtuels après un traitement des dépendances

Soins de suivi adaptés et offerts en tout temps pour les personnes aux prises avec une dépendance, dont une application interactive, du counseling individuel et des groupes de thérapie.

7 CUPS

Échangez sur une foule de sujets avec des pairs et des bénévoles formés pour vous écouter!

811

Un soutien gratuit et confidentiel offert en tout temps par téléphone, au 811 ou au 1-844-259-1793.

Institut des Familles Solides

Soutien à distance, principalement par téléphone, pour les enfants, les jeunes et les familles faisant face à des problèmes de comportement ou de santé mentale légers à modérés. Composez le 1-866-470-7111.

Jeunesse, J'écoute

Composez le 1-800-668-6868 en tout temps. Pour communiquer avec un conseiller par message texte, envoie le mot PARLER au 686868. Pour clavarder en direct, visitez le <https://jeunessejecoute.ca/>.

Breathing Room

Un programme qui permet aux jeunes et aux jeunes adultes de découvrir de nouvelles façons de gérer le stress, d'être heureux, d'affronter les difficultés, de trouver un sens à la vie et plus encore!

988

Ligne d'aide en cas de crise de suicide. Parlez-nous en toute sécurité, en tout temps.



Government of Northwest Territories
Gouvernement des Territoires du Nord-Ouest

To find more information on all of these services and how to access them, visit www.gov.nt.ca/wellness
Pour en savoir plus sur ces services et la façon d'y avoir accès, consultez le www.gov.nt.ca/fr/mieux-être