

Soucieux de la sécurité et du bien-être de la population, le **Comité de sécurité publique de** la MRC du Granit désire rappeler que plusieurs organismes et services sont disponibles afin de soutenir les citoyens.

Voici des informations tirées du [site internet](#) du Gouvernement du Québec :

Aide et ressources en cas de violence conjugale

Le confinement et le couvre-feu ne doivent pas empêcher une victime de violence conjugale de quitter un milieu où elle se sent en danger. Si vous êtes victime ou si vous connaissez une victime de violence conjugale, de l'aide et des ressources sont disponibles pour vous.

Pour connaître l'aide et les ressources disponibles, consultez la page [Violence conjugale](#).

Vous pouvez également communiqué avec l'organisme SOS violence conjugale au 1 800 363-9010.

Besoin de consulter en contexte de pandémie (COVID-19)

Même en période de pandémie, il est possible de consulter un professionnel de la santé ou des services sociaux si vous en ressentez le besoin, ou si vous ou l'un de vos proches avez un problème de santé ou un problème psychosocial. Si vous n'arrivez pas à joindre votre clinique ou votre GMF, composez le [819 644-4545](#) ou [1 877 644-4545](#). Vous serez dirigé vers la bonne ressource pour votre besoin.

Soutien psychosocial

Si vous vivez du stress, de l'anxiété ou de la déprime, vous pouvez contacter le service [Info-Social 811](#). Des professionnels en intervention psychosociale vous offriront du soutien et vous partageront de l'information et des conseils selon vos besoins.

Protection de l'enfance

Vous pouvez faire un signalement à la DPJ 7 jours sur 7, 24 heures sur 24, par téléphone ou par écrit.

- Numéro de téléphone : 819 566-4121
- Numéro sans frais : 1 800 463-1029

Coordonnées d'organismes de soutien et d'écoute

- [Ligne Parents](tel:18003615085) : 1 800 361-5085
- [Ligne Aide Abus Aînés](tel:18884892287) : 1 888 489-2287
- [Tel-Jeunes](tel:18002632266) : (Ligne d'écoute pour les jeunes de 5 à 20 ans) 1 800 263-2266
- [Jeunesse, J'écoute](tel:18006686868) : 1 800 668-6868
- [Sport Aide](tel:18332112433) : 1 833 211-2433
- [Interligne \(Gai Écoute\)](tel:18885051010) : 1 888 505-1010
- Cyberaide.ca : Centrale canadienne de signalement des cas d'exploitation sexuelle d'enfants sur Internet
- AidezMoiSVP.ca : Centre canadien de protection de l'enfance

Vous pouvez également consulter le répertoire de différents organismes offrant des services à la population de la **MRC du Granit** en consultant le www.211quebecregions.ca.

Finalement, sachez que le Gouvernement du Québec a mis en ligne des informations et conseils en matière de santé mentale qui peuvent être consultés [ici](#).