



Visitez notre site Web

Les Néo-Écossais qui ont des préoccupations ou des questions sur la santé mentale ou la dépendance – pour eux-mêmes ou pour un proche – peuvent se tourner vers un endroit simple, amical et utile.

MHAhelpNS.ca/fr



Voici ce que vous trouverez ici.

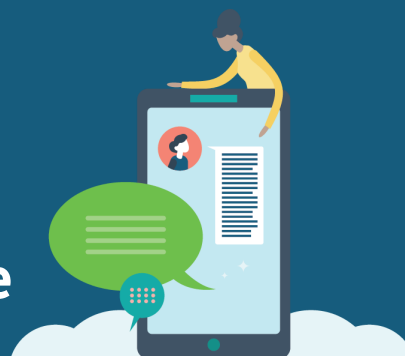
- Information au sujet de nos services
- Information importante en cas d'urgence
- Outils en ligne pour vous aider à gérer votre santé mentale, votre bien-être et vos dépendances à votre rythme
- Ressources traitant de sujets courants
- Détails sur l'emplacement
- Information sur nos partenaires et fournisseurs

Le site vous propose un assistant intelligent qui vous guide dans un parcours personnalisé et adapté à vos besoins uniques.

Il y a toujours de **l'espoir** et **l'aide** au bout de vos doigts.



Outils en ligne



Saviez-vous que vous pouvez accéder à des services en ligne confidentiels, sécurisés et efficaces en matière de santé mentale, de bien-être et de traitement des dépendances, directement sur votre ordinateur, votre tablette ou votre téléphone? L'équipe de Santé Nouvelle-Écosse veut s'assurer que vous recevez le bon niveau de soins, au bon moment et de la manière qui vous convient le mieux.

Nous avons tous notre propre parcours en matière de santé mentale. Les services en ligne que nous proposons complètent les services et les soins que nous offrons en personne. Ils sont offerts 24 heures sur 24, sept jours sur sept, au bout de vos doigts.

Ces services sont interactifs et vous aident à acquérir des compétences, à mettre en pratique des stratégies et à apporter des changements pour votre bien-être mental. Leur qualité a été testée et ils ont un impact positif sur le bien-être mental.

Nous serons là au moment que vous choisirez.

MHAhelpNS.ca/fr/outils



Vous avez besoin d'aide maintenant?

Les lignes d'aide ci-dessous sont offertes gratuitement, tous les jours, 24 heures sur 24. Vous pouvez aussi vous rendre au service des urgences le plus près.

Ligne d'accueil – santé mentale et dépendances
1-888-429-8167

Jeunesse, J'écoute
1-800-668-6868
Text **PARLER**
to **686868**

Urgence
911



Santé mentale et traitement des dépendances

Si vous avez besoin d'aide pour un problème de santé mentale ou de dépendance, notre équipe est là pour vous aider.

Vous pouvez parler à quelqu'un du lundi au vendredi de 8 h 30 à 16 h 30. Messagerie vocale en soirée, les week-ends et les jours fériés.

1-855-922-1122

Comment avoir accès aux services en français

À l'accueil ou à votre première interaction

Lorsque vous appelez le service d'accueil, suivez les instructions du menu (en anglais seulement pour le moment). On vous dirigera directement vers un membre du personnel clinique ou administratif ou on vous invitera à laisser un message vocal.

En tout temps, si vous préférez continuer en français, veuillez nous l'indiquer. Si aucun membre francophone du personnel clinique d'accueil n'est disponible, des services d'interprétation sont offerts.

Si vous accédez aux services autrement que par le processus d'accueil, veuillez nous indiquer votre langue préférée lors de votre première interaction.

Services d'interprétation linguistique

Tous les établissements de Santé Nouvelle-Écosse ont accès à un service d'interprétation téléphonique 24 heures sur 24, sept jours sur sept.

Certains sites ont accès à un service d'interprétation vidéo.

On pourrait également vous proposer un interprète en personne.

Toutes ces possibilités vous sont offertes gratuitement.

Rendez-vous à **nshealth.ca** et choisissez « en français » dans le coin supérieur droit pour en savoir plus.

Pour plus d'information sur l'accès aux soins de santé en français en Nouvelle-Écosse, visitez nos partenaires du Réseau Santé Nouvelle-Écosse. Ils proposent des ressources, des cours, ainsi qu'une liste de fournisseurs de soins de santé qui offrent des services en français.



<https://reseausantene.ca/>



Suivez-nous sur Facebook.

facebook.com/HealthPromotionMHA

Ajoutez notre site Web à vos favoris afin d'avoir l'information à portée de main lorsque vous ou un proche en aurez le plus besoin. Nous serons là au moment que vous choisirez.

Visitez notre site Web en français :

MHAhelpNS.ca/fr



Les Néo-Écossais ne sont pas seuls.

Nous sommes là pour vous aider.

Que vous ou un de vos proches cherchiez à maintenir votre bien-être mental, à vous rétablir ou à traverser une crise, le Programme de santé mentale et de traitement des dépendances est là pour vous.



MHAhelpNS.ca
MHAhelpNS.ca/fr