



SOUTIEN ET RESSOURCES D'ÉCOUTE ACTIVE

Bureau d'intervention, de prévention et d'éducation en matière de violence sexuelle

(514) 398-4486
550 Sherbrooke O., Bureau
585, Ascenseurs Tour
Ouest 1-11
mcgill.ca/osvrse

Le Bureau d'intervention, de prévention et d'éducation en matière de violence sexuelle fournit un soutien confidentiel, sans jugement et non-directionnel aux personnes touchées par l'agression sexuelle ou se rapportant au genre.

Le Centre de Soutien des pairs McGill

(514) 398-3782
3471 Peel, deuxième étage
www.psc.ssmu.ca

Composé d'étudiants serviables et bien formés pour le soutien des pairs. Ils forment un espace accueillant où vous pouvez partager vos expériences, vous sentir écouté, et trouver des façons de résoudre toute sorte de situations que vous traversez. Ouvert de 9 h à 17 h, du lundi au vendredi.

Keep.MeSAFE

ssmu.ca/blog/2020/03/avis-de-ressources-en-sante-mentale-keep-mesafe/

Le programme Keep.meSAFE est un service de soutien en santé mentale offert aux étudiants en partenariat avec l'Association étudiante et l'Association des étudiants aux cycles supérieurs de l'Université McGill. En tout temps, les étudiants peuvent obtenir des services professionnels de counseling par téléphone ou clavardage dans plus de 60 langues.

McGill Students' Nightline and Chatline

(514) 398-6246
nightline.ssmu.ca

Un service qui est pris en charge par les étudiants à McGill, confidentiel, anonyme et sans jugement. Il vise à fournir un support à la communauté et peut inclure un éventail de services pouvant s'étendre de l'information sur comment gérer une crise à des lettres de référence.

Sexual Assault Centre of the McGill Students' Society (SACOMSS)

(514) 398-8500
www.sacomss.org
2075 Robert Bourassa,
Bureau 5 (5e étage)

Leurs services visent à responsabiliser les survivants et conscientiser la communauté de Montréal et de McGill à propos de l'agression sexuelle. Leurs services sont gratuits et ouverts au public.

Suicide Action Montreal

1 (866) 277-3553
suicideactionmontreal.org

Offre un soutien téléphonique 24/7 aux individus ayant des idées suicidaires. Vient en aide également aux personnes qui sont préoccupées pour la sécurité des autres.

Tel-Aide

(514) 935-1101
www.telaide.org

Un service d'écoute de longue date offrant un soutien en français et en anglais.

7 Cups

www.7cups.com

Un site web (aussi disponible en une application) offrant un soutien thérapeutique en ligne et un soutien gratuit aux personnes qui traversent des difficultés émotionnelles en les connectant à des écoutants qui sont formés. Un bénévole, formé en écoute active, clavarde et discute avec une personne qui cherche de l'aide, dans l'anonymat et la confidentialité.

Vent Over Tea

ventovertea.com

Vent over Tea est un service gratuit d'écoute active qui jumelle les personnes qui ont besoin de s'exprimer avec un écoutant empathique afin d'échanger dans un café local. Basé à Montréal et fondé en 2015 par des étudiants diplômés en psychologie de l'université McGill, notre objectif consiste à fournir aux membres de notre communauté un service à travers lequel ils peuvent s'exprimer dans une atmosphère décontractée, confidentielle et sans jugement.



McGill

Services
aux étudiants



Pôle bien-être
étudiant



SUPPORT AND ACTIVE LISTENING RESOURCES

McGill Peer Support Centre

(514) 398-3782
3471 Peel, Montreal,
Second Floor
www.psc.ssmu.ca

Staffed by friendly and well-trained student peer supporters. They provide a welcoming space where you can share your experiences, feel truly listened to, and find ways to resolve the things you are going through. They are open 9am-5pm, Monday-Friday.

McGill Students' Nightline and Chatline

(514) 398-6246
nightline.ssmu.ca

A confidential, anonymous, and non-judgmental listening service run by McGill students. They aim to provide the community with a variety of support, which includes anything from information to crisis management and referrals.

Keep.MeSAFE

ssmu.ca/blog/2020/03/mental-health-resource-available-keep-mesafe/

Keep.meSAFE is a mental health counselling service, offered to students in partnership with SSMU and PGSS. It provides 24/7 access to licensed counsellors by phone and mobile chat in over 60 languages.

Office for Sexual Violence, Response, Support and Education

(514) 398-4486
550 Sherbrooke O. Suite
585 (West Tower elevators
1-11)
www.mcgill.ca/osvrse

The Office for Sexual Violence Response, Support and Education (OSVRSE) provides confidential, non-judgmental and non-directional support to those who have been impacted by sexual or gender-based violence.

Sexual Assault Centre of the McGill Students' Society (SACOMSS)

(514) 398-8500
www.sacomss.org
2075 Robert Bourassa,
Suite 5 (5th Floor)

SACOMSS' services aim to empower survivors and to raise awareness concerning sexual assault in the McGill and Montreal communities. All our services are free and open to the public.

Suicide Action Montreal

1 (866) 277-3553
suicideactionmontreal.org

Provides 24/7 phone support to individuals experiencing suicidal thoughts. They also support individuals who are concerned for the safety of others.

Tel-Aide

(514) 935-1101
www.telaide.org

Tel-Aide is a longstanding listening service that provides support in both English and French.

7 Cups

www.7cups.com

7 Cups is a website (also available as an app) which provides online therapy and free support to people experiencing emotional distress by connecting them with trained listeners. A volunteer, trained in active listening, interacts with the person seeking help via an anonymous and confidential chat.

Vent Over Tea

ventovertea.com/en

Vent Over Tea is a free active listening service that pairs people who need to vent with an empathetic listener to chat in a local coffee shop. Based in Montreal and founded in April 2015 by McGill psychology graduates, our goal is to provide a casual, confidential and non-judgmental outlet for members of our community.



McGill

Student
Services



Student
Wellness Hub