

## AUTRES RESSOURCES DISPONIBLES

Il existe des moyens d'obtenir de l'aide sans passer par le réseau public. Les ressources suivantes peuvent offrir des services dans plusieurs langues, adaptés à des clientèles spécifiques.

### Organismes communautaires en santé mentale

Ces organismes peuvent offrir des services gratuits ou à faible coût. Voici quelques ressources pour vous orienter vers un organisme adapté à vos besoins :

- [Info-Social 811](#) | 811 | [sante.gouv.qc.ca](#)
- [suicide.ca](#) | 1 866-277-3553 | [suicide.ca](#)

### Professionnelles et professionnels en santé mentale du secteur privé

- [Ordre des psychologues du Québec](#) | [ordrepsy.qc.ca](#)

Pour en savoir plus sur vos droits et recours en matière de santé mentale, consulter notre dossier web.



Ce dépliant a été réalisé grâce au soutien financier de :

Barreau  
du Québec



Chambre  
des notaires

SOQUIJ



Department of Justice  
Canada

Ministère de la Justice  
Canada

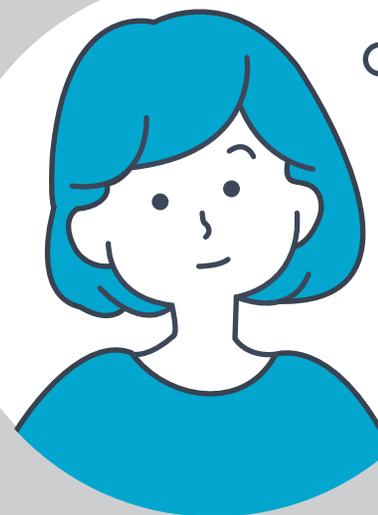
Justice  
Québec



Le droit change! L'information juridique contenue dans ce dépliant est valide en date du mois de janvier 2025. L'information s'applique uniquement au Québec et ne doit pas être considérée comme un avis juridique. Si vous avez besoin d'aide avec une situation spécifique, consultez un ou une juriste.

Ce dépliant peut être reproduit et utilisé à des fins non commerciales. Il doit être utilisé dans son format original, sans modifications. Il demeure la propriété d'Éducaloi. © Éducaloi, 2025

# L'accès aux soins et services en santé mentale



Parce que la santé mentale influence  
nos **pensées**, nos **émotions**  
et nos **relations** avec les autres

 **éducaloi**

Si vous ou une personne de votre entourage êtes en détresse ou présentez des signes de trouble mental, n'hésitez pas à demander de l'aide.

## Tous les établissements du réseau public de la santé et des services sociaux du Québec offrent des soins et services en santé mentale :

- Gratuits pour les personnes couvertes par le régime public d'assurance maladie (RAMQ) ou le Programme fédéral de santé intérimaire (PFSI).
- Offerts sans discrimination (âge, genre, race, statut socio-économique...).
- Disponibles en français ou en anglais.

Par exemple :



Groupes de médecine de famille (GMF)



Centres locaux de services communautaires (CLSC)



Centres d'hébergements et de soins de longue durée (CHSLD)

## Les services sont offerts en français ou en anglais, selon la langue dans laquelle vous êtes le plus à l'aise.

Cependant, leur disponibilité en anglais dépend de plusieurs facteurs, comme :

- l'établissement en question,
- les ressources humaines,
- le budget disponible.

Certains soins ou services peuvent n'être disponibles en anglais que dans certains établissements, pendant certaines plages horaires, ou par l'intermédiaire d'une personne interprète.

## Comment obtenir ces services?

- Appeler Info-Social 811.
- Se présenter à son GMF.
- Consulter son médecin.
- Se présenter à un CLSC.
- Consulter une personne intervenante d'un organisme communautaire en santé mentale ou d'un centre de crise pour obtenir une référence vers les services publics.
- **En cas d'urgence :**  
Aller à l'urgence d'un hôpital ou appeler le 911.



## Des problèmes?

Si les services reçus n'étaient pas satisfaisants ou si vous pensez que vos droits n'ont pas été respectés, vous pouvez **porter plainte** auprès du commissariat local aux plaintes et à la qualité des services de l'établissement.

## Besoin de services en anglais?

Si vous êtes plus à l'aise en anglais qu'en français, demandez des services en anglais dès que possible.

Dans certains cas, vous pouvez faire la demande au moment de recevoir les soins, comme lors d'un appel au 811 pour un problème de santé non urgent ou lorsque vous vous rendez à l'urgence.

Dans d'autres cas, il est important de préciser ce besoin lors de la prise de rendez-vous afin d'obtenir une référence vers un établissement offrant les services dont vous avez besoin en anglais.