

Besoin de parler?

Accueil Empathie
Confidentialité Respect
Non jugement

TEL-AIDE
Q U É B E C
Service d'écoute téléphonique

Service d'écoute téléphonique

Solitude, détresse, anxiété, Idées suicidales...

Ouvert de 9h à minuit, 7 jours sur 7

418 686-2433

Québec métro

SANS FRAIS

1 877 700-2433

Portneuf, Charlevoix, Bas St-Laurent,
Gaspésie, Îles-de-la-Madeleine

www.telaide.qc.ca

En parler, ça fait du bien...

Service d'écoute téléphonique GRATUIT

Un accueil inconditionnel qui vous permet de réfléchir tout haut, de mieux vous comprendre, de voir plus clair, sans crainte d'être jugé, blâmé ou rejeté.

Un appui pour découvrir vos ressources intérieures vous permettant ainsi de trouver une solution à vos difficultés.

Le service est universel, anonyme et autonome.

Le service s'adresse en premier lieu à l'être humain, à la personne éprouvant des problèmes de toutes sortes.

Une occasion d'exprimer la solitude, la peur, la lassitude, l'agressivité ou la détresse que vous ressentez.