

En savoir plus

# Parlons maintenant

NOUVEAU  
PROGRAMME

## LE PROGRAMME

Le programme Parlons maintenant offre aux enfants, aux adolescents (18 ans et moins) et à leur famille un accès immédiat à des services gratuits en santé mentale. Il leur fournit un soutien psychologique en une seule séance et assure une orientation directe vers des services supplémentaires s'il y a lieu. Il fait partie d'un réseau intégré d'organismes en santé mentale pour les nourrissons, les enfants et les adolescents de l'Ontario.



## POUR COMMENCER LA SÉANCE



Option du clavardage en ligne  
(appel audio et vidéo) :

[www.OneStopTalk.ca](http://www.OneStopTalk.ca)



Pour l'option téléphone, appelez :  
**1 (855) 416-8255**

## FAITS SAILLANTS



### HEURES D'OUVERTURE (HEURE NORMALE DE L'EST) :

Du lundi au vendredi :  
de midi à 20 h

Le samedi :  
de midi à 16 h



### FACILITÉ D'ACCÈS

Vous avez accès en ligne ou par téléphone au programme qui vous met en contact avec un clinicien professionnel, qui vous offre une séance de thérapie brève.



### DURÉE DE LA SÉANCE

Une heure. D'ordinaire, la séance cible un seul problème.



### RANG SUR NOTRE LISTE D'ATTENTE

Si vous utilisez le programme, vous ne perdrez pas votre rang sur notre liste d'attente.



### RÉSULTAT DE LA SÉANCE

Vous recevez immédiatement de l'aide et pouvez mettre au point un plan d'action avec le clinicien.