



## Parents : Lignes de secours

Organisme à but non lucratif axé sur les familles qui offre soutien, éducation et habilitation aux parents et tuteurs ayant un enfant, un adolescent ou un jeune adulte aux prises avec des problèmes de santé mentale ou de toxicomanie.



**613.321.3211**

Ottawa

**1.855.775.7005**

Comté de Renfrew - Stormont, Dundas & Glengarry,  
Prescott Russell - Lanark Nord / Grenville Nord

info@pleo.on.ca | www.pleo.on.ca

Les parents d'un enfant ou adolescent qui a des problèmes de santé mentale ou de toxicomanie doivent souvent gérer des symptômes et des comportements très inquiétants. Ces situations entraînent beaucoup de stress et peuvent nous affecter au travail, dans notre vie de famille et dans notre vie personnelle. Parfois, on a l'impression qu'il n'y a personne à qui en parler, surtout quand on attend de recevoir des services de santé mentale ou de traitement de la toxicomanie.

Nous sommes un organisme de parents qui ont soutenu nos propres enfants aux prises avec des problèmes de santé mentale ou de toxicomanie. Nous avons déjà vécu cela, et nous comprenons.

## Vous n'êtes plus seul

### Nos programmes et services

- **Ligne d'aide téléphonique pour les parents** – 613-321-3211/ Sans frais : 1.855.775.7005 : Il peut être très difficile de trouver des services de santé mentale ou de traitement de la toxicomanie pour votre enfant. Nous pouvons vous aider à consulter et comprendre toute les informations. Parfois, vous avez simplement besoin de parler à quelqu'un. Nous sommes là pour vous écouter.
- **Groupes de soutien mensuels pour les parents** : Il peut être très utile et informatif d'entrer en contact avec d'autres personnes qui comprennent votre situation. Visitez notre site Web pour connaître les lieux, dates et heures des groupes de soutien.
- **Bulletin d'information mensuel** : Offre des informations et nouvelles sur la santé mentale ainsi que des possibilités de formation et d'apprentissage pour les parents. Visitez notre site Web pour vous inscrire. (Programme offert en anglais seulement)
- **La Source** : Groupe de soutien par les pairs d'Ottawa pour les jeunes âgés de 16 à 24 ans, qui offre un environnement de soutien sans jugement où ils peuvent socialiser.
- **Défense des intérêts** : PLEO représente la voix des familles auprès du système de soins de santé mentale et de traitement de la toxicomanie pour les enfants et adolescents.

### Comment participer

- Devenez un bénévole de PLEO.
- Participez à nos groupes de soutien, soit parce que vous avez besoin de soutien pour vous-même ou parce que vous êtes en position d'en offrir.

- Faites un don : Nous sommes un organisme à but non lucratif enregistré et dépendons de soutien communautaire pour subventionner nos programmes.
- Numéro d'organisme de bienfaisance : **8956-35019-RR0001**

Pour en savoir plus, veuillez nous appeler ou visiter notre site Web : [www.pleo.on.ca](http://www.pleo.on.ca)



Aucun parent ne devrait être seul pour soutenir son enfant pendant cette expérience difficile.

### Nos principes directeurs

Les parents jouent un rôle essentiel dans le plan de traitement et de rétablissement de leur enfant.

...

Les parents connaissent leur enfant mieux que qui que ce soit.

...

Les parents sont habilités lorsqu'ils sont bien renseignés.

...

Les parents sont les mieux placés pour défendre les intérêts de leur enfant.

...

L'espoir est une partie essentielle du rétablissement.

...

**Il faut éliminer la stigmatisation.**

