

# Mental Health Services at YSB during COVID-19

## Information Line for Child and Youth Mental Health and Youth Addictions Services

We heard you! YSB has expanded the role of the crisis line and online chat to provide information about child and youth mental health and youth addiction services in Eastern Ontario. Not sure what mental health and addiction services are open or how they can be accessed? Call YSB's trained professionals or contact us through the chat – they are very knowledgeable about local services and can help you get to the supports you want.

The information and crisis line can be reached by calling **613-260-2360** or **1-877-377-7775** and the online chat at **chat.ysb.ca**.

## Youth and Family Counselling

Our mental health counselors have adapted their services, and are now providing individual and family counselling sessions via phone or videoconference to youth over the age of 12 and their families. Please call us at **613-562-3004** to discuss your needs. Please leave a message letting us know that you are interested in youth and family counselling and we will call you back as quickly as possible.

## Virtual Walk-In Clinic

Our hours are the same, but our sessions are now being done by phone or videoconference. To access the clinic, call us at **613-562-3004** on **Tuesdays and Thursdays, 12 noon to 8 p.m.** (last session at 6 p.m.). Leave us a message and we will call you back, usually within 30 mins depending on how busy the walk-in is, to connect you with a counselor.

## Crisis Line and On Line Chat

Our crisis line and online chat are available 24/7 for children and youth aged 18 and under who are experiencing a crisis. Parents, guardians, caregivers, friends, or service providers who are concerned about a young person in crisis can also contact us. There is no fixed definition of a mental health crisis. If you feel that your situation is in crisis, we urge you to call the 24/7 crisis line to talk to YSB's trained professionals, who will provide immediate assistance and can help you access other local services and programs, as appropriate.

**24/7 Crisis Line:**  
**613-260-2360 or 1-877-377-7775**  
**(toll free for Eastern Ontario)**

**24/7 Crisis Chat:**  
**chat.ysb.ca**



# Les services de santé mentale du BSJ pendant COVID-19

## Ligne d'information sur les services de santé mentale pour les enfants et les jeunes et la dépendance chez les jeunes

Nous vous avons écouté! Le BSJ a élargi le rôle de la ligne de crise et du clavardage en ligne pour fournir des informations au sujet des services de santé mentale pour les enfants et les jeunes et la dépendance chez les jeunes dans l'est de l'Ontario. Vous n'êtes pas certains des services de santé mentale et de dépendance qui sont ouverts ou s'ils sont accessibles? Appelez les professionnels formés du BSJ ou communiquez avec nous via le clavardage – nos professionnels connaissent très bien les services locaux et peuvent aider vos clients à obtenir les soutiens désirés.

La ligne d'information et de crise est accessible par téléphone au **613-260-2360** ou au **1-877-377-7775** et l'adresse du clavardage en ligne est **chat.ysb.ca**.

## Counseling auprès des jeunes et des familles

Nos conseillers en santé mentale ont adapté leurs services et fournissent maintenant des séances de counseling individuel et familial par téléphone ou vidéoconférence aux jeunes de plus de 12 ans et leurs familles.

Appelez-nous au **613-562-3004** pour discuter de vos besoins. Laissez-nous un message pour nous dire que vous aimeriez du counseling pour les jeunes et les familles et nous vous rappellerons dans les plus brefs délais.

## Clinique virtuelle sans rendez-vous

Nos heures sont les mêmes, mais nos séances se déroulent maintenant par téléphone ou vidéoconférence. Pour accéder à la clinique, appelez-nous au **613-562-3004** les **mardis et jeudis, entre midi et 20 h** (la dernière séance est à 18 h). Laissez-nous un message et nous vous rappellerons, habituellement dans un délai de 30 minutes en fonction de l'affluence à la clinique sans rendez-vous, pour vous connecter à un conseiller.

## Ligne de crise et clavardage en ligne

Notre ligne de crise et notre clavardage en ligne sont disponibles 24/7 pour les enfants et les jeunes de moins de 18 ans qui sont en crise. Les parents, tuteurs, soignants, amis ou fournisseurs de services qui sont concernés au sujet d'une jeune personne en crise peuvent aussi nous contacter. Il n'y a aucune définition fixe d'une crise de santé mentale. Si vous estimez que votre situation est une situation de crise, nous vous prions d'appeler la ligne de crise 24/7 pour parler à un professionnel formé du BSJ. Il vous fournira une aide immédiate et peut vous aider à accéder à d'autres services et programmes locaux, suivant le besoin.

**Ligne de crise 24/7 :**  
**613-260-2360 ou 1-877-377-7775**  
**(sans frais pour l'est de l'Ontario)**

**Clavardage de crise 24/7 :**

**chat.ysb.ca**

