Ressources en santé mentale

Lignes d'aide en cas de crise

Si vous vivez une crise ou si vous avez besoin de soutien en santé mentale dans la région de Surrey, vous pouvez communiquer avec les lignes d'aide suivantes selon vos besoins :

NOM DE LA RESSOURCE	LIGNE D'AIDE
BC Bereavement Helpline	**Téléphone :** 604-738-9950
BC Mental Health Crisis Support Line	**Téléphone :** 310-6789
BC Suicide Helpline	**Téléphone :** 1-800-SUICIDE (1-800-784-2433)
Emergency Mental Health Crisis	**Téléphone :** 9-1-1-Car 67
Hope for Wellness Help Line	**Téléphone :** 1-855-242-3310 (sans frais)
Living Through Loss Counselling	**Téléphone :** 604-873-5013
National Suicide Crisis Helpline	**Appel ou texto :** 988
United Way Centraide Canada	**Appel ou texto : 211** **Répertoire en ligne :** bc.211.ca

Lieux de services de counseling et de santé mentale

NOM DE LA RESSOURCE	LIGNE D'AIDE
DIVERSEcity Multicultural Counselling Services	**Téléphone :** 604-597-0205 **Courriel :** intake@dcrs.ca **Site Web :** dcrs.ca
Mental Health Centre: Surrey	**Téléphone :** 604-953-4900 **Adresse :** 1100-13401 108th Avenue, Surrey, BC V3T 5T3
Moving Forward Family Services (MFFS)	**Téléphone :** 1-877-485-5025 **Site Web :** https://movingforward.help/
Peace Arch Hospice Society	**Téléphone :** 604-531-7484 **Courriel :** peacearchhospice.org
Sources Community Resource Centre	**Téléphone :** 604-531-6226 **Courriel :** sourcesbc.ca
Surrey Mental Health and Substance Use Urgent Care Response Centre	**Téléphone :** 604-953-6200 **Adresse :** 13750 96th Avenue, Surrey, B.C. V3V 1Z2

Révisé en décembre 2025

Ressources en santé mentale pour les enfants et les jeunes

NOM DE LA RESSOURCE	LIGNE D'AIDE
Charlene Reaveley Children's Charity Society (CRCCS) - Offre des séances de counseling entièrement financées pour les enfants et leur famille immédiate après le décès soudain d'un membre de la famille	**Téléphone :** 604-339-6658 **Courriel :** info@crccs.ca **Site Web :** https://www.crccs.ca/
Child and Youth Mental Health Clinics (CYMH) - Évaluations volontaires en santé mentale, thérapie (individuelle, familiale, de groupe) et soutien pour les enfants (0 à 18 ans) et les familles aux prises avec des difficultés émotionnelles, comportementales ou de santé mentale comme l'anxiété, la dépression ou le stress; un accès essentiel aux soins grâce à des cliniques d'accueil sans rendez-vous.	**Cloverdale: 604 951 5701 Guildford: 604 586 2685** **Newton: 604 501 3122 North Surrey: 604 951 5960** **South Surrey/White Rock: 604 542 3900** **Adresse :** 200-13630 72nd Ave, Surrey V3W 2P3 **Site Web :** cymhsrss.com
Dan's Legacy Foundation - Accès à du counseling tenant compte des traumatismes et à des programmes de soutien global pour les jeunes de 15 à 25 ans. Programmes de formation aux compétences professionnelles avec soutien clinique pour les jeunes de 19 à 25 ans.	**Courriel :** info@danslegacy.com **Site Web :** https://danslegacy.com/
Early Psychosis Intervention Program (EPI) - FH - Évaluation et traitement de la psychose pour les personnes de 13 à 30 ans.	**Téléphone :** 604 538 4278 **Adresse à Surrey :** 13401 108th Ave, Surrey, BC V3T 5T3
Foundry BC Virtual - Téléchargez l'application Foundry BC sur l'App Store ou Google Play pour prendre rendez-vous en ligne ou en virtuel avec des conseillers.	**Téléphone :** 1-833-308-6379
Here to Help - Ressources en santé mentale pour prendre des décisions éclairées et stratégies pour apporter des changements. Des autotests de dépistage sont offerts.	**Site Web :** https://www.heretohelp.bc.ca/resource-library
Kelty Mental Health Resource Centre - Aide à s'orienter dans le système de santé mentale, à trouver du soutien par les pairs et à accéder à des ressources et des outils pour favoriser le bien-être.	**Site Web :** keltymentalhealth.ca
Kids' Help Call - Services confidentiels et anonymes de counseling par téléphone et en ligne, ainsi que de référence, pour les jeunes jusqu'à 20 ans.	**Téléphone :** 1-800-668-6868 **Texto :** « CONNECT » au 686868 **Site Web :** KidshelpCall.ca (disponible 24/7)
Sources Discovery - Offre 8 séances de counseling gratuites à court terme pour les jeunes de 13 à 25 ans.	**Téléphone :** 604 538 2522 **Courriel :** DiscoverY@sourcesbc.ca **Cloverdale: 101 - 5783 176A Street Surrey BC V3S 6S6** **White Rock: 882 Maple Street White Rock BC V4B 4M2**
Suicide Prevention, Education and Counselling (SPEAC) Program (Youth + Counselling) - Offre du counseling à court terme (jusqu'à 10 séances) pour les jeunes jusqu'à 18 ans.	**Téléphone :** 604 584 5811 poste 11366 **Adresse :** 9815 - 140th Street Surrey, BC V3T 4M4

Supporting Children and Youth Through Mental Health Crisis (START) - Fraser Health - Offre du soutien aux personnes qui vivent une crise de santé mentale ou liée à la consommation de substances. Tout le monde peut prendre rendez-vous.	**Téléphone :** 604-585-5561 **Adresse :** 9634 King George Blvd, Surrey, BC V3T 2V4
Wellness Together Canada: Mental Health and Substance Use Support	**Texto :** envoyez WELLNESS au 686868 **Personnel de première ligne : texto : envoyez FRONTLINE au 741741**

Révisé en décembre 2025

Applications pour les jeunes et enregistrements de pleine conscience

NOM DE LA RESSOURCE	APPLICATION / SITE WEB
Applications numériques gratuites	Headspace | Calm | Breath2Relax | MoodGym | Breathr | Mindshift | Mind Your Mood | What's up? | Smiling Mind | Stop, Breath, Think | Insight Timer
Mindful Teen Website	**Site Web :** https://www.mindfulnessforteens.com/guided-meditations
Surrey Schools Mental Health Animated Videos	**Site Web :** https://www.surreyschools.ca/page/12345/students-families
UCLA free guided mindfulness meditations	**Site Web :** marc.ucla.edu/body.cfm?id=22

Révisé en décembre 2025