

VOUS AVEZ ÉTÉ EXPOSÉE À UN ÉVÉNEMENT POTENTIELLEMENT TRAUMATIQUE?

Des ressources existent!



Plus de ressources

La Vigile

Service gratuit d'aide
pour les métiers
en uniforme, 24/7 :
1 888 315-0007



Ligne Info-Social 811

Service gratuit et confidentiel de
consultation téléphonique, 24/7

Centre d'écoute de votre région

Service gratuit et confidentiel
d'écoute téléphonique :
lignedecoute.ca

Écoute Entraide

Service gratuit d'écoute et
d'entraide : **1 855 EN LIGNE**

Centre d'aide aux victimes d'actes criminels (CAVAC)

Services gratuits et confidentiels :
1 866 LE CAVAC

Indemnisation des victimes d'actes criminels (IVAC)

Accompagnement des personnes
victimes d'infractions criminelles :
1 800 561-4822

QUOI FAIRE EN CAS D'EXPOSITION À UN ÉVÉNEMENT POTENTIELLEMENT TRAUMATIQUE?

**Selon votre situation, il pourrait être indiqué
d'entreprendre les démarches suivantes :**



1. Signalez l'événement à votre employeur afin de recevoir les premiers soins psychologiques et physiques.
2. Complétez le formulaire de déclaration d'un événement accidentel de votre employeur. Si possible, gardez-en une copie et informez votre syndicat.
3. Consultez un-e médecin et demandez l'ouverture d'un dossier à la CNESST, même si vous continuez à travailler.
4. Contactez votre programme d'aide aux employés (PAE).
5. Consultez un-e travailleur-euse social-e, un-e psychothérapeute ou un-e psychologue.