

Pour obtenir de l'aide :

SOS violence conjugale

[1-800-363-9010](tel:1-800-363-9010) (24/7)

[438-601-1211](tel:438-601-1211) – texto

<https://sosviolenceconjugale.ca/fr>

Viol – Secours

Région de Québec : [418-522-2120](tel:418-522-2120)

Extérieur de la région de Québec : [1-888-933-9007](tel:1-888-933-9007)

<https://www.violsecours.qc.ca/je-suis-victime>

Consultation juridique gratuite

<https://www.rebatir.ca/>

Campagne de sensibilisation pour démystifier la violence conjugale

<https://maisons-femmes.qc.ca/campagnes-de-sensibilisation/la-violence-conjugale-dans-tous-ses-etats/>

Pour de la sensibilisation en milieu de travail

http://reperzlessignes.maisonsmc.org/?fbclid=IwAR12cz9fayxDFEqwy9GHiMclAmDpEv9t5ms3zuXzBG5_7uh9IV7YcilC5lJg#lp-pom-block-489

Pour de la sensibilisation en milieu de travail

http://reperzlessignes.maisonsmc.org/?fbclid=IwAR12cz9fayxDFEqwy9GHiMclAmDpEv9t5ms3zuXzBG5_7uh9IV7YcilC5lJg#lp-pom-block-489

Ressources d'hébergement

<https://maisons-femmes.qc.ca/maisons-membres/>

<https://fmhf.ca/maisons-membres/>