

Navigapp

Mettre les gens en contact avec des services et du soutien en matière de santé mentale et de dépendances lorsqu'ils en ont le plus besoin.

NAVIGAPP.CA

NAVIGAPP.CA

Le site navigapp.ca héberge de l'information et des ressources en ligne en matière de santé mentale et de consommation de substances et permet aux utilisateurs de choisir celles qui répondent le mieux à leurs besoins.

C'est une ressource de cybersanté mentale qui a été conçue conjointement par des personnes ayant vécu des difficultés en matière de santé mentale et de dépendances, et des partenaires communautaires et gouvernementaux.

Caractéristiques et programmes



Bibliothèque nationale, régionale et locale de programmes et ressources de soutien



Bibliothèque sur la santé mentale, le mieux-être et les dépendances



Espace dédié au soutien par les pairs et au partage des expériences

LES INDIVIDUS PEUVENT:

- s'inscrire à des programmes en ligne, fournis par la province ou le territoire;
- prendre contact avec des prestataires de soins de santé et des pairs aidants de manière virtuelle;
- utiliser des outils interactifs; et
- trouver des services dans leur région et partager des histoires personnelles de rétablissement et d'espoir avec d'autres personnes, à tout moment et en tout lieu.

UNE RESSOURCE POUR TOUS

En 2020, Navigapp fut rendu disponible à toutes les provinces et territoires et les gouvernements autochtones, permettant ainsi à tous les Canadiens de consulter les ressources et les services de soutien indispensables en matière de santé mentale et de dépendances, à l'échelle nationale, régionale et locale.





NAVIGAPP.CA

Navigapp est une ressource personnalisable qui permet de mettre en contact les personnes de votre région avec des ressources en matière de santé mentale et de dépendances.



Canada Health Infoway

New Brunswick

Navigapp

Accent sur le vécu

Ressources en ligne à portée de main

RETROUVER SON ENTRAIN

Retrouver son entrain est un programme gratuit de développement des compétences conçu pour aider les adultes et les adolescents de 15 ans ou plus à gérer leurs symptômes de dépression et d'anxiété.

211

Le 211 est une ligne téléphonique d'information disponible aux résidents du Nouveau-Brunswick afin de les aider à naviguer facilement et rapidement le réseau complexe du gouvernement, de santé, et des services sociaux et communautaires. Ce service est accessible 24 heures par jour, 365 jours par année, avec des services d'interprétation dans 170 langues.

MUR DE L'ESPOIR
Un endroit pour partager des citations et des histoires inspirantes, et prendre connaissance de l'expérience vécue des autres.

CONSEILS
Un endroit pour partager de vrais conseils reconnus et mis à l'essai pour faire face aux problèmes de santé mentale et améliorer son mieux-être de façon générale.

SALLE D'ART
Un endroit où il est possible d'exprimer ses pensées avec créativité et voir une galerie d'œuvres soumises par des pairs.

L'INSTITUT DES FAMILLES SOLIDES

Ce programme est offert par téléphone et en ligne aux jeunes âgés de 3 à 17 ans et à leur famille qui sont aux prises avec des problèmes de comportements ou de santé mentale.

ESPACE MIEUX-ÊTRE CANADA

Les gens sont mis au défi comme jamais en raison de l'isolement, de préoccupations à l'égard de leur santé physique, de problèmes de dépendance, de l'incertitude liée aux finances et à l'emploi, ainsi qu'aux discussions chargées en émotions sur l'égalité raciale. Espace mieux-être Canada vous permet de choisir parmi diverses ressources pour vous motiver et vous fournir du soutien tout au long de votre parcours.