



**Matériel disponible :**  
Cartons 8,5 po x 3,5 po  
Cartes ligne d'écoute, format cartes d'affaires

**Pour commander :**

par courrier électronique  
**info@telaide.org**

ou

par téléphone  
**514 935-1105**



**tel aide** 514 935-1101  
Gratuit Anonyme Confidential / Free Anonymous Confidential

**Besoin de parler ?  
On vous écoute.**

Tel-Aide offre un service d'écoute gratuit, anonyme, confidentiel et sans jugement à toute personne vivant une situation difficile.

Vous vivez de la solitude, de l'angoisse, du stress au travail, des relations difficiles ? Vous souffrez de dépendances, subissez de la violence ou vivez des pertes dans votre vie ? **Lorsque vous sentez le besoin de vous confier, les bénévoles de Tel-Aide sont à votre écoute.**

**Need to talk?  
We're listening.**

Tel-Aide offers respectful, empathetic, non-directive, and non-judgmental listening to all those who need to talk to someone.

Feeling lonely, depressed or anxious, under stress at home or at work? Facing issues such as addictions, the threat of violence or losses in your life? **When you need someone to listen, a Tel-Aide volunteer is there for you.**



**tel aide** Prêtez-nous vos oreilles!  
*Lend us your ears!*

**Le don de l'écoute**

Écouter vraiment, pas seulement entendre. Vous possédez ce don précieux et souhaitez le partager ?

Depuis 1971, plus de 4 000 bénévoles se sont relayés à Tel-Aide pour offrir une oreille attentive, respectueuse et sans jugement aux personnes qui nous appellent. **Vous avez du temps à offrir ? Joignez-vous à nous !**

Bénévolat et formation à l'écoute active  
**514 935-1105 • www.telaide.org**  
Volunteering and training in active listening

**The gift of listening**

Listening is a gift you can give. Listening, not just hearing. Do you possess this valued skill and wish to share it?

Since 1971 more than 4,000 volunteers have provided respectful, empathetic and non-judgmental listening to those who call our service.  
**If you have time to share, join us!**

C.P. 206, succursale H, Montréal (Québec) H3G 2K7  
Administration: 514 935-1105 | www.telaide.org | info@telaide.org