



# KEY CONTACT RESOURCES COORDONNÉES RESSOURCES CLÉS

## EMERGENCY 9-1-1 / URGENCE 9-1-1

211 Ontario (Free, confidential, multilingual service for information referral to all community, government and social services)	2-1-1	(Ligne téléphonique d'information gratuite, confidentielle et multilingue pour les services communautaires, gouvernementaux et sociaux)	211 Ontario
Suicide Crisis Helpline (call or text)	9-8-8	Ligne d'aide en cas de crise de suicide (appelez ou envoyez un texte)	
Base Operator	613-541-5010	Opérateur de la base	
Military Police (24hrs)	613-541-5010 x2044	Police militaire (24 h sur 24)	
Base Duty Centre/Chaplain (24hrs)	613-541-5330	Centre du personnel de service de la base/Aumônier (24 h sur 24)	
RMC Officer of the Day (24 hr Chaplain)	cell 613-483-3024	L'officier de services du CMR du Canada (24 h sur 24 Aumônier)	
Base Duty Dental Officer (24hrs)	343-422-5438	Officier dentaire de services de la base (24hrs)	

## GARRISON KINGSTON / GARNISON KINGSTON

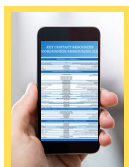
Chaplain Services	613-541-5010 x4041	Services de l'Aumônerie	
<b>33 Health Services Centre:</b>		<b>33 Centre des services de santé</b>	
CDU 1	613-541-5010 x5508 or/ou x5563	UPSS 1	
CDU 2	613-541-5010 x5522 or/ou x5564	UPSS 2	
CDU 3	613-541-5010 x7268	UPSS 3	
CDU 4	613-541-5010 x6310 or/ou x6994	UPSS 4	
Mental Health Reception	613-541-5010 x5776	Réception des Services de santé mentale	
Base Addictions Counsellor	613-541-5010 x5120	Conseiller en toxicomanie de la base	
<b>Strengthening the Forces:</b>	<b>www.pspkingston.com</b>	<b>Énergiser les forces</b>	
Health Promotion	613-541-5010 x3992	Promotion de la santé	
<b>Kingston Military Family Resource Centre (KMFRFC):</b>	<b>www.kmfrfc.com   kmfrfc@kmfrfc.com</b>	<b>Centre de ressources pour les familles des militaires (CRFM)</b>	
Reception	613-541-5010 x5195	Réception	
KMFRFC Veteran Family Program Coordinator	613-541-5010 x4950	Coordonnatrice du programme pour les familles des vétérans CRFMK	
KMFRFC Family Mental Health and Wellness	613-541-5010 x4811	Santé mentale et du bien-être au CRFMK	
SISIP Financial Counsellor	613-547-1172	Conseiller/conseillère financière SISIP	
NPF Employee and Family Assistance Program (24hrs)	1-800-387-4765	Centre de résolution des conflits (CRC)	
Transition Centre Kingston	613-541-5010 x5668	Programme d'aide aux employés FNP et à la famille (24 h sur 24)	
Conflict and Complaint Management Services (CCMS)	613-541-5010 x5944   CCMSKingston@forces.gc.ca	Services de gestion des conflits et des plaintes (SGCP)	
National OSISS	1-800-883-6094	National SSBSO	
OSISS Peer Support Coordinator (Kingston)	343-422-6923	SSBSO Coordonnateur de soutien par les pairs (Kingston)	
OSISS Family Peer Support Coordinator (Kingston)	343-422-7618	SSBSO Coordonnateur de soutien par les pairs - familles (Kingston)	
Base Personnel Selection Services (BPSS)	613-541-5010 x8063	Services de sélection du personnel de la base (SSPB)	
Veterans Affairs Canada	English: 1-866-522-2122 Français : 1-866-522-2022	Anciens Combattants Canada	
CF Member Assistance Program (24hrs, free and confidential counselling services)	1-800-268-7708	Programme d'aide aux militaires des FC (service gratuit et confidentiel de counselling 24 h sur 24)	
Sexual Misconduct Support and Resource Centre (SMSRC)	1-844-750-1648	Centre de soutien et de ressources sur l'inconduite sexuelle (CSRIS)	
	<a href="http://www.forces.gc.ca/en/caf-community-support-services/sexual-misconduct-response-centre/page">www.forces.gc.ca/en/caf-community-support-services/sexual-misconduct-response-centre/page</a>		
Family Information Line	1-800-866-4546	Ligne d'info pour les familles	
Employee Assistance Program	EN: 1-800-663-1142 or 1-888-384-1152 (for people with hearing impairments) FR : 1-866-398-9505 ou 1-866-433-3305 (pour les personnes malentendantes)	Programme d'aide aux employés	
Kingston Garrison Defence Advisory Group	<a href="http://www.cfmws.ca/kingston/kingston-garrison-defence-advisory-group">www.cfmws.ca/kingston/kingston-garrison-defence-advisory-group</a>	Groupe consultatif de défense de la garnison de Kingston	

## ROYAL MILITARY COLLEGE OF CANADA / COLLÈGE MILITAIRE ROYAL DU CANADA

CDU 4	613-541-5010 x6310 or x6994	Dét CMR	
RMC Chaplaincy (M-F)	613-541-5010 x4094, x2884	Aumôniers CMR	
RMC Officer of the Day (Chaplain)	cell 613-483-3024	L'officier de services du CMR du Canada	
RMC Success Centre	SuccessCentre-CentredeSucces@rmc-cmr.ca	Centre de succès CMR	

## COMMUNITY RESOURCES / RESSOURCES COMMUNAUTAIRES

Child & Family Services Kingston	613-545-3227	Services à l'enfance et à la famille	
City Police (non-emergency)	613-549-4660	Police municipale (cas non-urgents)	
Addiction & Mental Health Services	<a href="http://www.amhs-kf.ca">www.amhs-kf.ca</a>	Services de lutte contre des dépendances et de santé mentale	
Kingston Frontenac Lennox & Addington	24hr Crisis Line/la ligne de crise 24 hr sur 24: 613-544-4229 Toll Free/sans frais: 1-866-616-6005	Kingston Frontenac Lennox & Addington	
Resolve Counselling Services Kingston	613-549-7850	Services-Conseil Kingston	
Kingston General Hospital (KGH)	613-548-3232	Hôpital général de Kingston (HGK)	
Kingston Interval House (24hrs)	613-546-1777	Maison de transition de Kingston (24 h sur 24)	
Sexual Assault Centre Kingston (24hrs)	1-877-544-6424	Le Centre d'aide aux victimes d'agression sexuelle de Kingston (24 h sur 24)	
Health Connect Ontario - Health 811	8-1-1	Santé 811	
Fem'aide	1-877-336-2433/1-877-FEM-AIDE	Fem'aide	
Victim Services of Kingston and Frontenac	613-548-4834	Service aux victimes de Kingston et Frontenac	



MAKE IT STICK...  
TAKE A PIC!  
AU BOUT DES DOIGTS...  
SORTEZ VOTRE CAMERA!



HEALTH PROMOTION  
PROMOTION DE LA SANTÉ  
[HealthPromotionKingston@cfmws.com](mailto:HealthPromotionKingston@cfmws.com)

OR SCAN HERE  
OU SCANEZ ICI!

