



# 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	211 Ontario (Ligne téléphonique d'information gratuite, confidentielle et multilingue pour les services communautaires, gouvernementaux et sociaux)
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 Training Wing Duty Officer (24 hrs)	cell 613-541-7697	Officier de devoir d'escadre entraînement du CMR du Canada (24 h sur 24)
Base Duty Dental Officer (24hrs)	343-422-5438	Officier dentaire de services de la base (24hrs)

## GARRISON KINGSTON / GARNISON KINGSTON

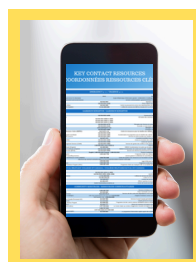
Chaplain Services	613-541-5010 x4041	Services de l'Aumônerie
<b>33 Health Services Centre:</b>		<b>33 Centre des services de santé</b>
CDU 1	613-541-5010 x5508 or/ou x5563	UPSS 1
CDU 2	613-541-5010 x5522 or/ou x5564	UPSS 2
CDU 3	613-541-5010 x7268	UPSS 3
CDU 4	613-541-5010 x6310 or/ou x6994	UPSS 4
Mental 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>	<a href="http://www.pspkingston.com">www.pspkingston.com</a>	<b>Énergiser les forces</b>
Health Promotion	613-541-5010 x3992	Promotion de la santé
<b>Kingston Military Family Resource Centre (KMFRC):</b>	<a href="http://www.kmfr.com">www.kmfr.com</a>   <a href="mailto:kmfrc@kmfrc.com">kmfrc@kmfrc.com</a>	<b>Centre de ressources pour les familles des militaires (CRFM)</b>
Reception	613-541-5010 x5195	Réception
KMFRC Veteran Family Program Coordinator	613-541-5010 x4950	Coordonnatrice du programme pour les familles des vétérans CRFMK
KMFRC 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)	1-833-352-9799   <a href="http://app.dialogue.co">app.dialogue.co</a>	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   <a href="mailto:CCMSKingston@forces.gc.ca">CCMSKingston@forces.gc.ca</a>	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 <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>	Centre de soutien et de ressources sur l'inconduite sexuelle (CSRIS)
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
Tim Yearington – Indigenous Spiritual Advisor (ISA)	613-328-4815   <a href="mailto:timothy.yearington@forces.gc.ca">timothy.yearington@forces.gc.ca</a>	Tim Yearington – Conseiller autochtone

## 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, x6284	Aumôniers CMR
RMC Training Wing Duty Officer	cell 613-541-7697 (24hrs)	Officier de devoir d'escadre entraînement du CMR du Canada
RMC Success Centre	<a href="mailto:SuccessCentre-CentredeSucces@rmc-cmr.ca">SuccessCentre-CentredeSucces@rmc-cmr.ca</a>	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-kfla.ca">www.amhs-kfla.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!

