

# RÉPERTOIRE DES RESSOURCES



Des ressources disponibles  
pour aider les citoyens de  
la MRC des Basques

## SERVICES D'AIDE DE PROXIMITÉ

### Travail de rue

Accompagnement, soutien, échange, références,  
prévention, distribution de matériel, etc.

Louis Saint-Laurent ☎ 418 851-6132

Vicky Bélanger ☎ 418 851-6322

### Intervention de milieu (aînés)

Écoute, information, accompagnement, support,  
références, etc.

Madone Denis

☎ 418 750-9252

## DES SERVICES \* (24/7)

Auberge du cœur Tandem-jeunesse	418 856-2202
Centrale de signalement (DPJ)	1 800 463-9009
Centre antipoison du Québec	1 800 463-5060
Centre de prévention du suicide et d'intervention de crise	1 866 277-3553(appelle)
Drogue : Aide et référence	1 800 265-2626
Info-santé	811, poste 1
Info-social	811, poste 2
Jeunesse, J'écoute	1 800 668-6868
La Bouffée d'Air du KRTB	418 867-8580
L'Autre-Toit du KRTB (Cabano)	418 854-7160
Le Répit du Passant	418 722-6559
Le Tremplin	418 562-0632 (fermé en juillet)
Ligne Parents	1 800 361-5085
Maison La Vigile	581-742-7001 (8h à 17h) 1 888 315-0007 (soir et nuit)
Narcotiques Anonymes	1 855 544-6362
Ressources d'Aide – agressions sexuelles	1 888 933-9007
S.O.S. violence conjugale	1 800 363-9010
Sûreté du Québec (centrale)	310-4141 cell*4141
Tel-Jeunes	1 800 263-2266
Urgence santé	911

\*Tous ces services sont listés à l'intérieur du Répertoire des ressources

AVANT-PROPOS

Mise à jour en  
continu sur le site  
de la MRC des  
Basques

### Comité Tricoté Serré MRC des Basques

Pour infos supplémentaires sur  
l'Approche citoyenne Maillon,  
contactez Chantal Drouin au  
418 851 4068 poste 224  
ou par courriel au :  
maillonbasques@gmail.com

Afin de faciliter la lecture du présent texte, nous avons employé le masculin comme genre neutre pour désigner aussi bien les femmes que les hommes.

# L'Approche citoyenne Maillon les Basques

L'Approche citoyenne Maillon les Basques est née du besoin des intervenants des Basques de rejoindre leurs concitoyens très isolés. Une concertation autour de cet objectif s'est développée afin de mettre en place une approche citoyenne. Le Maillon, inspiré d'un modèle existant dans le milieu scolaire au Nouveau-Brunswick depuis près de 20 ans déjà, s'est taillé une place dans la MRC afin de répondre à toute personne qui a un besoin et qui souhaite obtenir de l'aide.

Depuis ses débuts, cette approche citoyenne repose sur le *Citoyen-Maillon* que l'on retrouve dans plusieurs municipalités de notre MRC. Cette personne est celle vers qui les citoyens en besoin peuvent se tourner pour obtenir de l'aide. Ce pilier doit faire preuve d'engagement, d'écoute, de respect, de solidarité, de confidentialité et d'absence de jugement, doit connaître et utiliser le **Répertoire des ressources** et doit nécessairement donner l'information requise sans agir comme un intervenant. L'ultime souhait derrière cette approche est qu'il y ait au final, un tissu social tissé serré dans les communautés et que tout le monde connaisse les ressources et les services disponibles.

Avec le temps, nous avons pris conscience des avantages à nous joindre à de nouveaux agents multiplicateurs. Dans un futur rapproché, nous souhaitons que les municipalités, les pharmacies, les salons de coiffure et les dépanneurs soient pourvus du **Répertoire des ressources**.

Nous constatons que l'intérêt pour cette approche citoyenne se développe et que les gens y voient un système d'entraide par et pour les citoyens essentiellement centré sur le bien-être des membres de notre communauté.

Pour bien comprendre ce qu'est l'Approche citoyenne Maillon les Basques, voici ses fondements philosophiques:

- Elle vise à rendre les nombreux services disponibles, plus accessibles et moins intimidants pour ceux qui en ont besoin ;
- Elle est basée sur des valeurs de solidarité, de confidentialité et d'absence de jugement;
- le *Citoyen-Maillon* est une personne dont la motivation première est d'aider ses concitoyens;
- le **Répertoire des ressources** est l'outil incontournable, car il liste les ressources disponibles au niveau local, régional et même national.

N.B. Un identifiant Maillon a été créé; quand le *Citoyen-Maillon* le porte, cela indique sa disponibilité.

P.-S. Des connaissances à vous ont tout ce qu'il faut pour devenir *Citoyen-Maillon* ?

Laissez-leur les coordonnées suivantes :

Chantal Drouin au 418 851-4068 poste 224 ou par courriel au [maillonbasques@gmail.com](mailto:maillonbasques@gmail.com).

## Le Répertoire des ressources

Plusieurs personnes doivent se souvenir du Bottin des ressources distribué dans tous les foyers de la MRC des Basques en 2013. Malgré le fait que cet outil ait été apprécié et utilisé, il était impossible de revenir avec la même formule en raison des coûts d'impression et des constantes modifications à apporter afin de le maintenir à jour. Nous revenons donc avec un format qui permet une mise à jour en continu et qui répond aux recommandations reçues. Suite aux nombreuses demandes des intervenants (organismes communautaires, services en employabilité, santé, éducation, Sûreté du Québec, etc.), le **Répertoire des ressources** est désormais disponible pour ces différents réseaux et hébergé sur le site de la MRC des Basques.

### **Consignes importantes :**

Plusieurs intervenants et citoyens souhaitent garder ce **Répertoire des ressources** à jour, car il est pour eux un outil de référence. Nous avons là tout un défi à relever, mais nous croyons qu'ensemble, nous pouvons y arriver.

Voici ce que nous vous demandons pour assurer la pérennité de ce **Répertoire des ressources** 0-100 ans des Basques. Lorsque vous êtes informé d'un changement dans l'offre de services et/ou de l'absence d'une information sur un organisme, contactez directement: [maillonbasques@gmail.com](mailto:maillonbasques@gmail.com). Merci.

# **Contenu**

<b>ACCUEIL ET INTÉGRATION .....</b>	<b>8</b>
<b>AIDE AUX FORMULAIRES ET ACCOMPAGNEMENT .....</b>	<b>8</b>
<b>ALIMENTATION .....</b>	<b>8</b>
Aide à domicile	8
Allaitement	8
Anorexie et boulimie	8
Dépannage alimentaire	9
Groupes de cuisine	9
Popote roulante	9
Purées de bébés	9
<b>ALPHABÉTISATION.....</b>	<b>10</b>
<b>BÉNÉVOLAT.....</b>	<b>10</b>
<b>CLUBS SOCIAUX.....</b>	<b>10</b>
<b>COMPTOIR VESTIMENTAIRE.....</b>	<b>11</b>
<b>CONSEIL, SUPPORT ET ÉCOUTE.....</b>	<b>11</b>
Actes criminels	11
Agression sexuelle	11
Aînés	11
Alzheimer	11
Budget	11

Familles	12
Impôt	12
Jeunes	12
Hébergement communautaire mixte	12
Justice	13
Personnes avec limitation(s)	13
Proches aidants	14
Soutien aux femmes	14
Soutien aux hommes	14
<b>DÉPENDANCES.....</b>	<b>14</b>
Alcool	14
Alcool, drogue, jeu excessif	15
Drogue	15
Hébergement	15
Jeu excessif	16
<b>DEUIL .....</b>	<b>16</b>
Groupes de soutien	16
Interventions téléphoniques (individuelles, familiales et de groupe)	16
Ligne d'écoute	16
<b>DÉVELOPPEMENT LOCAL ET SOUTIEN À L'ENTREPRENEURIAT .....</b>	<b>16</b>
<b>DROITS DES USAGERS ET/OU SERVICE DES PLAINTES .....</b>	<b>18</b>
Communauté	18
Éducation	18

	18
Emploi	18
Municipal	18
Système public de la santé et de services sociaux	18
<b>ÉCONOMIE SOCIALE, HABITATION ET INFORMATIQUE .....</b>	<b>18</b>
<b>ÉDUCATION .....</b>	<b>19</b>
Aide aux devoirs	19
Commission scolaire	19
Écoles primaires (classées par direction)	19
Écoles secondaires	19
Secteur adulte Formation professionnelle et services aux entreprises	20
<b>ÉDUCATION POPULAIRE .....</b>	<b>20</b>
<b>EMPLOI ET SOUTIEN AU REVENU .....</b>	<b>20</b>
<b>ENVIRONNEMENT .....</b>	<b>21</b>
<b>FABRIQUES.....</b>	<b>21</b>
<b>FORMATION EN SECOURISME .....</b>	<b>21</b>
<b>HÉBERGEMENT .....</b>	<b>22</b>
Hébergement social	22
Hébergement privé	23
Hébergement public de soins de longue durée	23
Ressources Intermédiaires	24
<b>JARDINS COMMUNAUTAIRES ET/OU COLLECTIFS .....</b>	<b>24</b>
<b>LOISIRS ET DIVERTISSEMENTS (ORGANISMES) .....</b>	<b>24</b>

Culturels	24
Sportifs	25
<b>MÉDIAS ET COMMUNICATIONS .....</b>	<b>26</b>
Bulletins municipaux	26
Feuillets paroissiaux	26
Journaux	26
Radio	27
Télévision	27
<b>MUNICIPALITÉS .....</b>	<b>27</b>
<b>NAISSANCES .....</b>	<b>28</b>
Soutien	28
<b>NAVIGATION SÉCURITAIRE SUR INTERNET .....</b>	<b>28</b>
<b>PRÉVENTION POUR LA SÉCURITÉ À DOMICILE .....</b>	<b>28</b>
<b>RÉPIT .....</b>	<b>29</b>
<b>RETOUR EN RÉGION .....</b>	<b>29</b>
<b>SANTÉ MENTALE .....</b>	<b>29</b>
Aide et support	29
Anorexie et boulimie	30
Anxiété et dépression	30
Droits, recours et représentation	30
Hébergement	30
Suicide	30
<b>SANTÉ PHYSIQUE .....</b>	<b>31</b>

Audition	31
Autisme	31
Cancer	31
Coeur	31
Diabète	31
Fibromyalgie	31
ITSS/Sida/VIH	31
Parkinson	31
Rein	32
Sclérose en plaques	32
Stomisés	32
Syndrome de la Tourette	32
Vision	32
<b>SERVICES D'AIDE DOMESTIQUE.....</b>	<b>32</b>
<b>SERVICES DE GARDE .....</b>	<b>32</b>
Installation et milieux familiaux	32
Scolaire	33
<b>SERVICES DE SANTÉ, SERVICES SOCIAUX ET SERVICES MÉDICAUX .....</b>	<b>33</b>
<b>SERVICES GOUVERNEMENTAUX .....</b>	<b>35</b>
Généraux	35
Légaux	35
Spécifiques	36
<b>SOINS PALLIATIFS.....</b>	<b>37</b>

Rivière-du-Loup	37
Rimouski	37
<b>TRANSPORT .....</b>	<b>37</b>
<b>URGENCE .....</b>	<b>37</b>
Ambulance, pompiers et policiers	37
Antipoison	37
Police	38
Protection de la jeunesse	38
Suicide	38
<b>VÊTEMENTS ET ACCESSOIRES ADAPTÉS .....</b>	<b>38</b>
<b>VIOLENCE CONJUGALE .....</b>	<b>38</b>
Aide et support	38
Hébergement	38
Ligne d'écoute	38
<b>VISITES AMICALES .....</b>	<b>39</b>



## ACCUEIL ET INTÉGRATION

### Accueil et Intégration Bas-Saint-Laurent

Site Internet: [aibsl.org/](http://aibsl.org/)

☎ 1 418 723-1986, poste 1595

### Univers Emploi

Site internet: [www.universemploi.ca](http://www.universemploi.ca)

☎ 418 314-0404, poste 2502

## AIDE AUX FORMULAIRES ET ACCOMPAGNEMENT

### Carrefour d'information pour aînés

Site Internet: [www.actionbenevolebsl.org/basques](http://www.actionbenevolebsl.org/basques)

☎ 418 851-3904

## ALIMENTATION

### **Aide à domicile**

#### Logis-Aide des Basques

Site Internet: [www.logisaide.com](http://www.logisaide.com)

☎ 418 851-2144

### **Allaitement**

#### Nourrissons-Lait de Rivière-du-Loup (support téléphonique)

Site Internet: <http://nourrissons-lait.com/>

☎ 418 863-7891

#### Ligue La leche (support téléphonique)

Site Internet: [www.allaitement.ca](http://www.allaitement.ca)

☎ 1 866 255-2483

#### Service HALTES-BÉBÉS

☎ 418 851-3700, poste 315


### **Anorexie et boulimie**

#### Anorexie et boulimie Québec (ligne d'écoute)

Site Internet: [www.anebquebec.com/](http://www.anebquebec.com/)

Horaire : Tous les jours de 8 h à 3 h

☎ 1 800 630-0907



## **Dépannage alimentaire**

### **Cuisine Collective «Croc-Ensemble» des Basques**

Clientèle: personnes dans le besoin de la MRC des Basques

☎ 418 851-6049

### **La Maison Le Puits**

Clientèle: personnes dans le besoin de la MRC des Basques

☎ 418 851-1895

### **Les Chevaliers de Colomb de Saint-Jean-de-Dieu, conseil 11397**

M. Ghislain Rioux, Grand Chevalier

Clientèle: personnes dans le besoin de la municipalité de St-Jean-de-Dieu

☎ 418 963-3125

### **Les Paniers de Noël**

N.B. La Maison le Puits coordonne 10 des 11 municipalités des Basques, le Club des Chevaliers de Colomb de l'Isle-Verte est le responsable de Saint-Éloi.

☎ 418 851-3700, poste 266



## **Groupes de cuisine**

### **Association de personnes handicapées l'Éveil des Basques**

Clientèle: personnes handicapées

Site Internet : [www.eveildesbasques.org](http://www.eveildesbasques.org)

☎ 418 851-2861

### **Cuisine Collective «Croc-Ensemble» des Basques**

Clientèle: population des Basques

☎ 418 851-6049

### **Maison de la Famille des Basques**

Clientèle: familles

Site Internet : [ressourcesfamillesdesbasques.ca/](http://ressourcesfamillesdesbasques.ca/)

☎ 418 851-2662



## **Popote roulante**

### **Municipalité de Saint-Clément**

☎ 418 963-2258

### **Municipalité de Trois-Pistoles et quelques secteurs de Notre-Dame-des-Neiges**

N.B. Une référence de votre intervenant du CISSS BSL, Centre hospitalier de Trois-Pistoles est nécessaire



## **Purées de bébés**

### **Maison de la Famille des Basques**

Site Internet: [ressourcesfamillesdesbasques.ca/](http://ressourcesfamillesdesbasques.ca/)

☎ 418 851-2662

## ALPHABÉTISATION

### Centre Alpha des Basques

Site Internet: [alphabasques.com](http://alphabasques.com)

☎ 418 851-4088

### Centre d'apprentissage CLE St-Cyprien

Municipalités desservies: Sainte-Rita et Saint-Clément

☎ 418 963-1603

### Commission scolaire du-Fleuve-et-des-Lacs

Secteur des adultes, formation professionnelle et service aux entreprises

Site Internet: [csfl.qc.ca/](http://csfl.qc.ca/)

☎ 418 863-7720, poste 2249

## BÉNÉVOLAT

### Centre d'action bénévole des Basques

Site Internet: [www.actionbenevolebsl.org/basques](http://www.actionbenevolebsl.org/basques)

☎ 418 851-4068

## CLUBS SOCIAUX

**AFÉAS:** Saint-Jean-de-Dieu et Trois-Pistoles

**Cercle des Fermières:** Saint-Clément, Saint-Jean-de-Dieu et Trois-Pistoles

**Chevaliers de Colomb:** Saint-Jean-de-Dieu et Trois-Pistoles

### Club de l'Âge d'Or de Saint-Éloi

Mme Alvine Charron, Présidente ☎ 418 898-5490

### Clubs des 50 ans et + de la MRC des Basques

Mme Marielle Renaud, représentante du secteur des Basques ☎ 418 963-6251

(Trois-Pistoles, Sainte-Françoise, Saint-Simon, Saint-Mathieu-de-Rieux, Sainte-Rita et Saint-Médard)

M. Réjean Caron, Représentant du secteur de Rivière-du-Loup ☎ 418 894-6649

(Saint-Clément et Saint-Jean-de-Dieu)

**Club Optimiste:** Notre-Dame-des-Neiges et Trois-Pistoles

**Club Richelieu:** Trois-Pistoles

**Filles d'Isabelle:** Trois-Pistoles

**Scouts:** Saint-Jean-de-Dieu et Trois-Pistoles

## COMPTOIR VESTIMENTAIRE

### La Maison Le Puits

276, rue Langlais

☎ 418 851-1895

## CONSEIL, SUPPORT ET ÉCOUTE

### Service en travail de rue 0 - 100 ans

☎ 418 851-6132 ou 418 851-6322

### **Actes criminels**

Centre d'Aide aux Victimes d'Actes Criminels du BSL(CAVAC)

Site Internet: [cavac.gc.ca/](http://cavac.gc.ca/)

☎ 1 418 862-9004


### **Agression sexuelle**

Centre d'Aide et de Lutte contre les Agressions à Caractère Sexuel du KRTB (CALACS)

☎ 418 816-1232

Ressources d'Aide (ligne téléphonique)

Site Internet: [agressionssexuelles.gouv.qc.ca/fr/ressources-aide/](http://agressionssexuelles.gouv.qc.ca/fr/ressources-aide/)

☎ 1 888 933-9007 

### **Aînés**

Ligne Aide Abus Aînés (ligne téléphonique aux intervenants de la santé ainsi que du milieu communautaire)

Site Internet: [aideabusaines.ca/](http://aideabusaines.ca/)

☎ 1 888 489-2287 (8 h à 20 h / 7 jours sur 7)

Projet entour'ÂGE (gérontologie sociale)

Responsable: Madone Denis, intervenante de milieu

☎ 418 750-9252

### **Alzheimer**

Société Alzheimer BSL (Point de service Rimouski / Les Basques)

N.B. local 121, au premier étage du CISSS BSL Centre hospitalier de Trois-Pistoles

Site Internet: [alzheimer.ca/fr/bassaintlaurent](http://alzheimer.ca/fr/bassaintlaurent)

☎ 418 851-3700 poste 292 (mercredi) ☎ 1 418 724-7204, poste 5618 (L,M,J,V)

### **Budget**

Association Coopérative d'Économie Familiale du Grand-Portage (ACEF)

Site Internet: [acefgp.ca/index.php](http://acefgp.ca/index.php)

☎ 418 867-8545

## **Familles**

### **Association PANDA Bas-Saint-Laurent (TDAH)**

Clientèle: Enfants avec un trouble déficitaire de l'attention avec ou sans hyperactivité

Site Internet : [associationpanda.qc.ca/](http://associationpanda.qc.ca/)

☎ 1 418 730-4168

### **La Fondation maman Dion (Aide à la rentrée scolaire)**


Clientèle: Familles à faible revenu ayant des enfants de 6 à 16 ans

Site Internet: [fondationmamandion.org](http://fondationmamandion.org)

☎ 1 866 430-3466

### **Ligne Parents**

Site Internet: [ligneparents.com/](http://ligneparents.com/)

☎ 1 800 361-5085 

### **Maison de la famille des Basques**

Site Internet: [ressourcesfamillesdesbasques.ca/](http://ressourcesfamillesdesbasques.ca/)

☎ 418 851-2662

### **Première ressource, aide aux parents**

Jour: lundi au vendredi, 9 h à 16 h 30 / Soir : les mercredis et jeudis, 18 h 30 à 21 h (service offert de septembre à juin)

Site Internet: [premiereresource.com](http://premiereresource.com)

☎ 1 866 329-4223

## **Impôt**

### **Centre d'action bénévole des Basques**


Clientèle: à faible revenu

Site Internet : [www.actionbenevolebsl.org/basques](http://www.actionbenevolebsl.org/basques)

☎ 418 851-4068

## **Jeunes**

### **Centrale de signalement (DPJ)**

☎ 1 800 463-9009 

### **Centre Canadien de Protection de l'enfance**

Site Internet: <https://www.protegeonsnosenfants.ca/app/fr>


☎ 1 800 532-9135

### **Hébergement communautaire mixte**

#### **Le Transit**

Clientèle: jeunes de 17 et 30 ans


Site Internet: [aubergeducoeurletransit.net](http://aubergeducoeurletransit.net)

☎ 1 418 724-9595 

#### **Tandem-Jeunesse**

Clientèle: jeunes de 15 à 22 ans

Site Internet: [tandem-jeunesse.com](http://tandem-jeunesse.com)

☎ 1 418 856-2202 

## Jeunesse, J'écoute

Site Internet: <https://jeunessejecoute.ca/fr>

☎ 1 800 668-6868 

## Les Grands Amis du KRTB (service de parrainage)

Clientèle: enfants de 5 à 17 ans

Site Internet: [cdckrtb.org/membres/?id=les\\_grands\\_amis\\_du\\_krtb](http://cdckrtb.org/membres/?id=les_grands_amis_du_krtb)

☎ 418 867-5885, poste 161

## Maisons des jeunes


Le local des jeunes le Bunker de St-Jean-de-Dieu, ☎ 418 963-3529, poste 10

Maison des jeunes de Saint-Cyprien, ☎ 418 963-1972

Maison des jeunes de Trois-Pistoles, ☎ 418 851-1144

## Tel-Jeunes

Site Internet: [teljeunes.com/accueil](http://teljeunes.com/accueil)

☎ 1 800 263-2266 

Textos: 1 514 600-1002 ( 8 h à 23 heures)

## Univers Emploi

Intervention jeunesse

Persévérance scolaire (15-19 ans), Service spécialisé approche jeunesse (18-29 ans) et Autonomie (18-29 ans)

Site internet: [www.universemploi.ca](http://www.universemploi.ca)

☎ 418 314-0404, poste 2503



## Justice

### Centre de justice de proximité du Bas-Saint-Laurent

Clientèle: citoyens (gratuits peu importe le revenu et la nature du problème)

Site Internet: [justicedeproximite.qc.ca/centres/bas-saint-laurent/](http://justicedeproximite.qc.ca/centres/bas-saint-laurent/)

☎ 1 855 345-7770



## Personnes avec limitation(s)

### Aide aux travailleurs accidentés

Site Internet: [aideauxtravailleurs.com/index.php](http://aideauxtravailleurs.com/index.php)

☎ 1 855 598-9844

### Association des personnes Accidentées Cérébro-Vasculaires, Aphasiques et Traumatisées Crânio-Cérébrales du Bas-Saint-Laurent (ACVA-TCC BSL) Point de service KRTB

Site Internet: [acvatcc.com/](http://acvatcc.com/)

☎ 418 867-5885 poste 180

### Association des personnes handicapées l'Éveil des Basques

Site Internet: [eveildesbasques.org/](http://eveildesbasques.org/)

☎ 418 851-2861

### Association du Québec pour l'intégration sociale

Clientèle: personnes ayant une déficience intellectuelle et leur famille

☎ 1 514 725-7245

**Institut des troubles d'apprentissage**  
Site Internet: [institutta.com/institut-ta/](http://institutta.com/institut-ta/)  
☎ 1 877 847-1324

**Office des personnes handicapées du Québec**  
Site Internet: [ophq.gouv.qc.ca/](http://ophq.gouv.qc.ca/)  
☎ 1 800 567-1465

### **Proches aidants**

**Centre d'aide aux proches aidants des Basques**  
Site Internet: [www.lecapab.com](http://www.lecapab.com)  
☎ 418 851-4040

### **Sexualité**

**Clinique de planning**  
Site Internet: [planningchrr.com/](http://planningchrr.com/)  
☎ 1 866 724-8578

**Gai écoute (gais et lesbiennes)**  
Site Internet: [gaiecoute.org/clavardage/](http://gaiecoute.org/clavardage/)  
☎ 1 888 505-1010

**Mouvement d'aide et d'information SIDA Bas-Saint-Laurent (MAINS Bas-St-Laurent)**  
Site Internet: [mainsbsl.qc.ca/](http://mainsbsl.qc.ca/)  
☎ 1 888 844-7432

### **Soutien aux femmes**

**Centre-femmes Catherine-Leblond**  
Site Internet: [cfcatherineleblond.org/mission.html](http://cfcatherineleblond.org/mission.html)  
☎ 418 851-3178

### **Soutien aux hommes**

**Cercle d'hommes francophones MKP (MandKind Project)**  
N.B. Une rencontre par mois à Trois-Pistoles  
Site Internet : [aidepourhomme.com/](http://aidepourhomme.com/)  
☎ 418 868-5421

**Trajectoires Hommes du KRTB**  
Site Internet: [trajectoreshommes.org/](http://trajectoreshommes.org/)  
☎ 418 605-0878

## **DÉPENDANCES**

### **Alcool**

**Al-Anon Alateen**  
Site Internet: [al-anon-alateen-qc.ca/fr-main.htm](http://al-anon-alateen-qc.ca/fr-main.htm)  
☎ 418 -851-1555  
☎ 1 844 725-2666

## **Alcooliques Anonymes (AA)**

Site Internet: [aa-quebec.org/AA\\_Quebec/index.htm](http://aa-quebec.org/AA_Quebec/index.htm)

☎ 418 867-3030

## **Éduc'alcool**

Site Internet: [educalcool.qc.ca/](http://educalcool.qc.ca/)

☎ 1 514 875-7454

## ***Alcool, drogue, jeu excessif***

Jeu : aide et référence

Site Internet: [jeu-aidereference.qc.ca/www/default.asp](http://jeu-aidereference.qc.ca/www/default.asp)

☎ 1 800 461-0140

## **La Montée du Bas-Saint-Laurent**

Site Internet: [centrelamontee.com/](http://centrelamontee.com/)

☎ 1 418 371-1444

## **L'Arrimage du Bas-Saint-Laurent**

Site Internet: [aqcid.com/fr](http://aqcid.com/fr)

☎ 1 418 723-0443 (service pour femmes) ☎ 1 418 723-0441 (service pour hommes)

## ***Drogue***

Drogue : Aide et Référence

Site Internet: [drogue-aidereference.qc.ca/www/index.php?locale=fr-CA](http://drogue-aidereference.qc.ca/www/index.php?locale=fr-CA)

☎ 1 800 265-2626 🇨🇦

## **Narcotiques anonymes**

Site Internet: [naquebec.org/](http://naquebec.org/)

☎ 1 866 484-6664 🇨🇦

## ***Hébergement***

**Le Répit du Passant**

Site Internet: [rimouskiweb.com/repitdupassant/](http://rimouskiweb.com/repitdupassant/)

☎ 1 418 722-6559 🇨🇦

## **Le Tremplin**

N.B.: Fermé en juillet

Site Internet: [maisonletremplin.com/](http://maisonletremplin.com/)

☎ 1 418 562-0632 🇨🇦

## **Maison La Vigile**

Clientèle: femmes et hommes portant l'uniforme ou toute autre personne adulte ayant des problématiques associées à la dépendance comme la dépression, le deuil, le stress, l'anxiété...

Site Internet: [lavigile.qc.ca/](http://lavigile.qc.ca/)

☎ 581 742-7001 (8 h à 17 h) ☎ 1 888 315-0007 (soir et nuit) 🇨🇦



## **Jeu excessif**

GAM-ANON (aide aux parents et amis des joueurs compulsifs)

Site Internet: [etape.qc.ca/anonymes/Gam-Anon.htm](http://etape.qc.ca/anonymes/Gam-Anon.htm)

☎ 1 866 484-6664

## **DEUIL**

### **Groupes de soutien**

**Groupe de soutien au deuil**

☎ 418 860-3337

**Groupe de soutien au deuil périnatal**

Site Internet: [entredouxvagues.com/](http://entredouxvagues.com/)

☎ 1 418 723-3944

**Groupe de soutien au deuil pour personnes endeuillées par le suicide**

Site Internet: [cpsdukrtb.org/](http://cpsdukrtb.org/)

☎ 418 862-9658

### **Interventions téléphoniques (individuelles, familiales et de groupe)**

**Deuil-Jeunesse**

Site Internet: [deuil-jeunesse.com/](http://deuil-jeunesse.com/)

☎ 1 855 889-3666

### **Ligne d'écoute**

**La Maison Monbourquette**

Horaire: (lundi au vendredi 10 h à 22 h + samedi 10 h à 14 h)

Site Internet : [maisonmonbourquette.com/](http://maisonmonbourquette.com/)

☎ 1 888 533-3845

## **DÉVELOPPEMENT LOCAL ET SOUTIEN À L'ENTREPRENEURIAT**

**Centre local de développement des Basques (CLD)**

Site Internet: [cld-basques.qc.ca/](http://cld-basques.qc.ca/)

☎ 418 851-1481

**Chambre de commerce Saint-Jean-de-Dieu**

32, Principale Sud à Saint-Jean-de-Dieu

☎ 418 963-3529, poste 9

**Chambre de commerce Trois-Pistoles/Notre-Dame-des-Neiges**

Site Internet: [cctroispistoles-nddn.com](http://cctroispistoles-nddn.com)

☎ 581645-8484

### **Commission scolaire-du-Fleuve-et-des-Lacs**

Secteur des adultes, formation professionnelle et service aux entreprises

Site Internet: [csfl.qc.ca/](http://csfl.qc.ca/)

☎ 418 863-7720, poste 2249

### **Équipe intégrée des Basques**

Agents œuvrant dans différents secteurs du développement et qui collaborent sur certains dossiers relatifs à la MRC

#### **CISSS du BSL Centre hospitalier de Trois-Pistoles**

Sonia Marchand, Organisatrice communautaire

☎ 418 851-3700, poste 266

#### **Commission scolaire du Fleuve-et-des-Lacs**

Ghyslaine Dionne, Intervenante SARCA

☎ 418 863-7720, poste 2303

#### **COSMOSS 0-100 ans**

Flora Charlet, Coordonnatrice

Marimaud Morin-Dupras, Agente de développement

☎ 418 851-6098

#### **MRC des Basques**

☎ 418 851-3206

Giovanny Lebel, Agent de développement agricole, poste 3124

Julien Harvey, Aménagiste régional, poste 3113

Simon Claveau, Aménagiste adjoint, poste 3121

Amélie Brière, Agente de développement culturel, poste 3134

Michel Moreau, Agent de développement rural, poste 3135

#### **Univers Emploi**

Mélanie Rioux, agente de migration Place aux jeunes

Site internet: [www.universemploi.ca](http://www.universemploi.ca)

☎ 418 314-0404, poste 2502

#### **Micro crédit du KRTB**

Site Internet: [microcreditkrtb.ca/](http://microcreditkrtb.ca/)

☎ 418 899-6858

#### **MRC des Basques**

Site Internet: [mrcdesbasques.com/mrc/](http://mrcdesbasques.com/mrc/)

☎ 418 851-3206

#### **Société d'aide au développement des collectivités des Basques (SADC)**

Site Internet: [sadcbasques.qc.ca/](http://sadcbasques.qc.ca/)

☎ 418 851-3172

#### **Univers Emploi**

Volet: entrepreneuriat jeunesse

☎ 418 314-0404

## **DROITS DES USAGERS ET/OU SERVICE DES PLAINTES**

### **Communauté**

Le Protecteur du citoyen

Site Internet: [protecteurducitoyen.qc.ca/](http://protecteurducitoyen.qc.ca/)

☎ 1 800 463-5070

**Office de la protection du consommateur**

Site Internet: [opc.gouv.qc.ca/](http://opc.gouv.qc.ca/)

☎ 1 888 672-2556

### **Éducation**

**Commission scolaire du Fleuve-et-des-Lacs**

Site Internet: [csfl.qc.ca](http://csfl.qc.ca)

☎ 418 854-2370, poste 2104

### **Emploi**

**Ministère du Travail, Emploi et Solidarité sociale**

Site Internet: [mess.gouv.qc.ca/](http://mess.gouv.qc.ca/)

☎ 1 866 644-2251

### **Municipal**

**Ministère des Affaires Municipales et de l'Occupation du territoire du Québec**

Site Internet: [mamot.gouv.qc.ca/](http://mamot.gouv.qc.ca/)

☎ 1 855 280-5348, poste 4078

### **Système public de la santé et de services sociaux**

**Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes BSL**

Site Internet: [caapbsl.org/](http://caapbsl.org/)

☎ 1 877 767-2227

**Comité des usagers du Centre intégré de santé et de services sociaux du Bas-Saint-Laurent Centre hospitalier Trois-Pistoles**

Site Internet: [ciyss-bsl.gouv.qc.ca/](http://ciyss-bsl.gouv.qc.ca/)

☎ 418 851-3700 poste 162

**Commissaire aux plaintes et à la qualité des services**

Site Internet: [ciyss-bsl.gouv.qc.ca/](http://ciyss-bsl.gouv.qc.ca/)

☎ 1 844 255-7568

## **ÉCONOMIE SOCIALE, HABITATION ET INFORMATIQUE**

**Atena Coopérative de travail**

Site Internet: [atena.qc.ca/](http://atena.qc.ca/)

☎ 1 418 722-8535

## **Aide aux devoirs**

### **Allô prof**

Site Internet: [alloprof.qc.ca/](http://alloprof.qc.ca/)

☎ 1 888 776-4455 (17h00 à 20h00)

### **Centre Alpha des Basques**

Site Internet: [alphabasques.com](http://alphabasques.com)

☎ 418 851-4088

## **Commission scolaire**

### **Commission scolaire du Fleuve-et-des-Lacs**

Site Internet: [csfl.qc.ca/](http://csfl.qc.ca/)

☎ 418 863-7709

### **Fondation pour la persévérance scolaire du Fleuve-et-des-Lacs**

Site Internet: [csfl.qc.ca/fondation/](http://csfl.qc.ca/fondation/)

☎ 418 854-2370, poste 2182

## **Écoles primaires** (classées par direction)

### **École Chanoine-Côté**

☎ 418 863-7708

### **Gérard-Raymond**

☎ 418 863-7723

### **L'Envol**

☎ 418 863-7716

### **Rayons-de-Soleil**

☎ 418 863-7712

### **École Les-Jolis-Vents de St-Cyprien**

☎ 418 863-7717

### **St-Clément**

☎ 418 863-7718

### **Ste-Rita**

☎ 418 863-7714

### **École Litalien**

☎ 418 863-7713

### **De la Joie**

☎ 418 851-2188

### **L'Oiseau-Chanteur**

☎ 418 851-2188

### **École Sainte-Marie**

☎ 418 863-7719, poste 2

### **April**

☎ 418 863-7719, poste 1

## **Écoles secondaires**

### **École secondaire de Trois-Pistoles (I à V)**

☎ 418 863-7710

### **École secondaire Sainte-Marie (I et II)**

☎ 418 863-7719, poste 3

## **Secteur adulte Formation professionnelle et services aux entreprises**

### **Éducation des adultes**

☎ 418 863-7720, poste 2249

#### **Maison familiale rurale KRTB (Centre d'apprentissages par Alternance)**

Clientèle: une formation alternance stage-étude pour les 15 -18 ans

DEP: production animale, production acéricole, secrétariat et comptabilité, opération d'équipement de production, assistance à la personne. Métier semi-spécialisé: mécanique, aide-cuisinier, commis, etc.

Site Internet: [mfrkrtb.com/](http://mfrkrtb.com/)

☎ 418 863-7720, poste 3 (inscription) ☎ 418 963-5560 (information et visite)

#### **Service d'Accueil, Référence, Conseil et Accompagnement (SARCA)**

Clientèle: personnes âgés de 16 ans et plus

Service: rencontre personnalisée dans le but de trouver ta place

☎ 418 863-7720, poste 2303

## **ÉDUCATION POPULAIRE**

#### **Unité Théâtrale d'Interventions Locales (UTIL)**

Site Internet: [unitetheatralesl.wordpress.com/](http://unitetheatralesl.wordpress.com/)

## **EMPLOI ET SOUTIEN AU REVENU**

#### **Action-Chômage Kamouraska**

Clientèle: personnes sans emploi

☎ 1 418 492-7494

#### **Centre local d'emploi de Trois-Pistoles**

Site Internet: [emploiquebec.gouv.qc.ca/](http://emploiquebec.gouv.qc.ca/)

☎ 418 851-1432

#### **Service Accès Emploi**

Clientèle: 36 ans et plus

Site Internet: [accesemploi.org/](http://accesemploi.org/)

☎ 1 877 855-2777

#### **Univers Emploi (CJE, Bioglobe et SEMO)**

Clientèle: 16 ans et plus

N.B.: Porte d'entrée pour une trentaine de services en employabilité (incluant une clientèle ayant un problème de santé mentale, un handicap physique ou intellectuel)

Site internet: [www.universemploi.ca](http://www.universemploi.ca)

☎ 418 314-0404

## ENVIRONNEMENT

### Collectivités écologiques Bas-Saint-Laurent (Co-Éco)

Site Internet: [co-eco.org/](http://co-eco.org/)

☎ 1 418 856-2628

### Conseil régional de l'environnement du Bas-Saint-Laurent

Site Internet: [crebsl.com/](http://crebsl.com/)

☎ 1 418 721-5711

### Équiterre

Site Internet: [equiterre.org/](http://equiterre.org/)

☎ 1 877 272-6656

### Récupération des Basques et Centre de tri Écocentre

Site Internet: [recuperationdesbasques.com/](http://recuperationdesbasques.com/)

☎ 418 851-1366

### Service récupDON

Site Internet: [recuperationdesbasques.com/donsetbiens.php](http://recuperationdesbasques.com/donsetbiens.php)

## FABRIQUES

Rivière-Trois-Pistoles :	☎ 418 851-3888
Saint-Clément :	☎ 418 963-1607, poste 5
Saint-Éloi :	☎ 418 898-6002
Saint-Jean-de-Dieu :	☎ 418 963-2021
Saint-Mathieu-de-Rieux :	☎ 418 738-2022
Saint-Médard :	☎ 418 963-3526
Saint-Simon :	☎ 418 738-2917
Sainte-Françoise :	☎ 418 851-1116
Sainte-Rita :	☎ 418 963-3667
Trois-Pistoles :	☎ 418 851-1391

## FORMATION EN SECOURISME

### Coopérative des Paramédics du Grand-Portage

☎ 418 862-2811

### Urgences B.S.L. inc.

☎ 1 418 318-4179

## Hébergement social

### Programme de supplément au loyer d'accès-logis

#### **Saint-Clément**

OMH d'**Habitation Denonville**, 20, rue St-Pierre (10 logements pour personnes autonomes de plus de 70 ans et dont 5 sont éligibles au Programme d'accès-logis)

Inclus: animation, 1 heure de ménage par semaine, dîner et souper

☎ 418 963-6271

#### **Saint-Éloi**

OSBL d'**Habitation Résidence Mon chez nous**, 476, rue Principale Est (12 logements chauffés et éclairés pour personnes autonomes de plus de 70 ans et dont 6 sont éligibles au Programme d'accès-logis)

Inclus: animation, 1 heure de ménage par semaine, dîner et souper

☎ 418 898-3214

#### **Saint-Jean-de-Dieu**

**Les premières habitations du Jardin**, 6, rue Ouellet (8 loyers chauffés, éclairés de 4<sup>1/2</sup> et 5<sup>1/2</sup> dont 6 sont éligibles au Programme de supplément au loyer d'accès-logis)

Clientèle: familles à faible revenu

☎ 581 646-8810

#### **Saint-Jean-de-Dieu**

OSBL d'**Habitation Les premières habitations du Jardin**, 8 rue Ouellet (21 logements chauffés et éclairés pour personnes autonomes de 70 ans et plus dont 11 sont éligibles au Programme d'accès-logis)

Inclus: salon communautaire, 1 heure de ménage par semaine, dîner, souper et animation

☎ 581 646-8810

#### **Trois-Pistoles**

OSBL d'**Habitation Le Domaine des Trois-Pistoles**, 135, rue de la Seigneurie (34 logements chauffés et éclairés pour personnes autonomes de plus de 75 ans dont 17 sont éligibles au Programme d'accès-logis)

Inclus: salle communautaire, animation, ateliers, poste Internet, 1 heure de ménage par semaine, câble et téléphone, dîner et souper

☎ 418 851-1117 poste 0

### Programme d'habitation à loyer modique (HLM)

**Saint-Clément** 24, rue St-Pierre (10 loyers adaptés 3<sup>1/2</sup> et 4<sup>1/2</sup> avec une salle communautaire)

Clientèle: 50 ans et plus

☎ 418 963-6271

**Saint-Jean-de-Dieu** 10, rue Gauvin (10 loyers de 3<sup>1/2</sup> et 4<sup>1/2</sup> avec salon communautaire)

Clientèle: à partir de 55 ans

☎ 581-646-8810

**Saint-Mathieu-de-Rioux** 35, rue du Collège (10 loyers de 3 ½ et 4 ½ avec salon communautaire)

Clientèle: à partir de 50 ans

☎ 418 738-2953

**Sainte-Rita** (4 logements 3<sup>1/2</sup> et 4<sup>1/2</sup>)

Clientèle: population en générale

☎ 418 963-2967

**Trois-Pistoles** 222, rue Congrégation et 402, rue Richard (21 loyers 3<sup>1/2</sup> et 4<sup>1/2</sup>)

Clientèle: personne de plus de 50 ans

☎ 418 851-1746

**Trois-Pistoles** rue Litalien, rue Martin, rue Richard et rue Caron (53 loyers 3<sup>1/2</sup>, 4<sup>1/2</sup>, 5<sup>1/2</sup> et 6<sup>1/2</sup> )

Clientèle: familles

☎ 418 851-1746



### **Hébergement privé**

#### **Saint-Jean-de-Dieu**

**Domaine Johannois**, 14, rue de la Salle (Nombre d'unités: 7)

☎ 418 963-2074

**La Bienveillance**, 7, rue Rioux (Nombre d'unités: 9)

☎ 418 963-2393

**Résidence Bonséjour**, 27, rue Drapeau (Nombre d'unités: 9)

☎ 418 963-2832

**Résidence St-Jean**, 2, rue Principale Sud (Nombre d'unités: 12)

☎ 418 963-1206

**Villa Dubé**, 20 rue de la Villa (Nombre d'unités: 22)

☎ 418 963-2713, poste 302

#### **Trois-Pistoles**

**Le Couvent**, 28, chemin de la Fabrique (Nombre d'unités: 63)

☎ 418 851-1376, poste 254

**Résidence Joie de Vivre**, 417, rue Jean-Rioux (Nombre d'unités: 9)

☎ 418 851-1407

**Résidence L'Étincelle**, 304, rue Notre-Dame Ouest (Nombre d'unités: 9)

☎ 418 851-1430

**Villa des Aînés**, 568, rue Caron (Nombre d'unités: 19)

☎ 418 851-1342

**Villa des Basques**, 85, rue Père-Nouvel (Nombre d'unités: 91)

☎ 418 851-4042



### **Hébergement public de soins de longue durée**

#### **Trois-Pistoles**

**CISSS BSL Centre hospitalier Trois-Pistoles**

550, rue Notre-Dame Est

☎ 418 851-1111 poste 300



## **Ressources Intermédiaires**

Processus d'admission par le CISSS BSL Centre hospitalier Trois-Pistoles

### **St-Jean-de-Dieu**

Villa Dubé (12)

Clientèle : personnes âgées en grande perte d'autonomie

## **JARDINS COMMUNAUTAIRES ET/OU COLLECTIFS**

<b>Saint-Clément</b>	☎ 418 963-1607, poste 4
<b>Saint-Jean-de-Dieu</b>	☎ 418 963-3529, poste 228
<b>Sainte-Françoise</b>	☎ 418 851-3700, poste 266
<b>Trois-Pistoles</b>	☎ 418 851-4040

## **LOISIRS ET DIVERTISSEMENTS (ORGANISMES)**

### **Culturels**

**Bibliothèques, festivals, carnivals, loisirs municipaux et terrains de jeux**

Consulter la rubrique MUNICIPALITÉS

**Chorales dans les églises**

Consulter la rubrique FABRIQUES

**Ciné-club ONF**

Facebook : <https://fr-ca.facebook.com/commissionjeunesse/>

**Corporation du patrimoine et du tourisme religieux des Trois-Pistoles**

Pique-niques musicaux, concerts

Site internet : [www.eglisetrois-pistoles.com](http://www.eglisetrois-pistoles.com)

☎ 418 851-4031

**Guide des loisirs de la Ville de Trois-Pistoles**

Site Internet : [www.ville-trois-pistoles.ca](http://www.ville-trois-pistoles.ca)

**Les Amis de l'art de la Maison du notaire**

Ateliers et camp artistique

Site internet : [www.maisondunotaire.ca](http://www.maisondunotaire.ca)

☎ 418 851-1656

**Les compagnons de la mise en valeur du patrimoine vivant de Trois-Pistoles**

Spectacles de contes et festival

Site internet : [www.compagnonspatrimoine.com](http://www.compagnonspatrimoine.com)

☎ 418 857-3241

### **Ligue d'improvisation des Basques** (LIB) (adultes et adolescents)

Facebook : <https://fr-ca.facebook.com/LigueImprovisationBasques/>

### **L'œil de la tempête**

Spectacles musicaux

Facebook : <https://fr-ca.facebook.com/loieldelatempete/>

### **Synergie, ensemble vocal** (adultes et enfants)

Courriel : [ensemblevocalsynergie@outlook.fr](mailto:ensemblevocalsynergie@outlook.fr)

☎ 418 857-4068

### **Société d'histoire et de généalogie de Trois-Pistoles** (SHGTP)

Conférences et recherches

Site Internet : [www.shgtp.org](http://www.shgtp.org)

☎ 418 851-2105

### **Trois-Pistoles en chansons**

Concours et spectacles

Facebook : [www.facebook.com/troispistoles.enchansons.7](http://www.facebook.com/troispistoles.enchansons.7)

☎ 418 963-6333



## **Sportifs**

### **Aréna Bertrand Lepage**

104, rue Roy à Trois-Pistoles

☎ 418 851-2924

### **Aréna Jean-Claude Bélisle**

12, rue Leblond à Saint-Jean-de-Dieu

☎ 418 963-2576, poste 4

### **Centre de conditionnement physique des Basques**

111, rue de l'Aréna à Trois-Pistoles

☎ 418 851-4864, poste 2

### **Club de marche le Lacet**

Facebook : club de marche le lacet

### **COOP kayak des îles**

60, rue du Parc

☎ 418 851-4637

### **Corporation du Parc du Mont-Saint-Mathieu**

121, du Lac Sud à Saint-Mathieu -de-Rieux

Activités de glisse, raquettes et golf

Site Internet : [www.montstmathieu.com](http://www.montstmathieu.com)

☎ 418 738-2298

### **Guide des loisirs de la Ville de Trois-Pistoles**

Site Internet : [www.ville-trois-pistoles.ca](http://www.ville-trois-pistoles.ca)

## **Piscine régionale des Basques**

111, rue de l'Aréna à Trois-Pistoles

Particularité : duathlon annuel pour la cause des enfants

Facebook : <https://www.facebook.com/piscinedesbasques/>

☎ 418 851-4864, poste 1

## **SPORT'AIDE**

Ligne d'aide

Site Internet : [www.sportaide.ca](http://www.sportaide.ca)

☎ 1 833 211-AIDE (2433)

# **MÉDIAS ET COMMUNICATIONS**

## **Bulletins municipaux**

**Notre-Dame-des-Neiges:** Courriel: [admin@notredamedesneiges.qc.ca](mailto:admin@notredamedesneiges.qc.ca)

**Saint-Clément:** Courriel: [loisirstclement@gmail.com](mailto:loisirstclement@gmail.com)

**Saint-Éloi:** Courriel: [st-eloi@st-eloi.qc.ca](mailto:st-eloi@st-eloi.qc.ca)

**Saint-Guy:** Courriel: [admin@st-guy.qc.ca](mailto:admin@st-guy.qc.ca)

**Saint-Jean-de-Dieu:** Courriel: [secretariat1@saintjeandedieu.ca](mailto:secretariat1@saintjeandedieu.ca)

**Saint-Mathieu-de-Rioux:** Courriel: [admin@stmathieuderieux.qc.ca](mailto:admin@stmathieuderieux.qc.ca)

**Saint-Médard:** Courriel: [admin@st-medard.qc.ca](mailto:admin@st-medard.qc.ca)

**Saint-Simon:** Courriel: [admin@st-simon.qc.ca](mailto:admin@st-simon.qc.ca)

**Sainte-Françoise:** Courriel: [municipal@ste-francoise.qc.ca](mailto:municipal@ste-francoise.qc.ca)

**Sainte-Rita:** Courriel: [secretariat.sterita@gmail.com](mailto:secretariat.sterita@gmail.com)

**Trois-Pistoles:** Courriel: [jp.rioux@ville-trois-pistoles.ca](mailto:jp.rioux@ville-trois-pistoles.ca)

## **Feuillets paroissiaux**

**Secteur pastoral des Basques** (Trois-Pistoles, St-Simon, Rivière-Trois-Pistoles, St-Éloi, Ste-Françoise et St-Mathieu-de-Rioux)

Courriel: [fabrique3pistoles@intermobilex.com](mailto:fabrique3pistoles@intermobilex.com)

**Secteur pastoral des Belles-Vues** (Saint-Clément, St-Jean-de-Dieu, St-Médard, Ste-Rita et St-Cyprien)

Courriel: [fabriquestclement@hotmail.ca](mailto:fabriquestclement@hotmail.ca)

## **Journaux**

**L'Horizon, presse coopérative des Basques**

Site Internet: [journalhorizon.com](http://journalhorizon.com)

Rédaction: [horizondesbasques@hotmail.com](mailto:horizondesbasques@hotmail.com) Publicité : [horizonvente@hotmail.com](mailto:horizonvente@hotmail.com)

☎ 418 851-3777

## L'Info-Dimanche

Site Internet: [infodimanche.com](http://infodimanche.com)

Courriel : [journalistes@infodimanche.com](mailto:journalistes@infodimanche.com) (date de tombée le lundi)

☎ 418 862-1911

## **Radio**

### **Chronique des Basques (CIEL FM 103,7)**

En direct les mercredis vers 8 h 45 (sauf l'été)

Courriel: [sebrioux1@gmail.com](mailto:sebrioux1@gmail.com)

## **Télévision**

### **CFTF-Rivière-du-Loup**

Service gratuit du Carnet socioculturel

Courriel: [carnet@cftf.ca](mailto:carnet@cftf.ca)

☎ 418 862-2909

### **CIMT- Rivière-du-Loup**

Service gratuit de l'Agenda

Courriel: [agenda@cimt.ca](mailto:agenda@cimt.ca)

☎ 418 867-1341

### **Télévision communautaire des Basques et du Haut-Pays**

Courriel: [tcbh@outlook.com](mailto:tcbh@outlook.com)

☎ 418 851-4000

# MUNICIPALITÉS

### **Ministère des affaires municipales:**

**MRC des Basques:** ☎ 418 851-3206

**Notre-Dame-des-Neiges:** ☎ 418 851-3009

**Saint-Clément:** ☎ 418 963-2258

**Saint-Éloi:** ☎ 418 898-2734

**Saint-Guy:** ☎ 418 963-2601

**Saint-Jean-de-Dieu:** ☎ 418 963-3529

**Saint-Mathieu-de-Rioux:** ☎ 418 738-2953

**Saint-Médard:** ☎ 418 963-6276

**Saint-Simon:** ☎ 418 738-2896

**Sainte-Françoise:** ☎ 418 851-1502

**Sainte-Rita:** ☎ 418 963-2967

**Trois-Pistoles:** ☎ 418 851-1995

Site Internet: [www.mamot.gouv.qc.ca](http://www.mamot.gouv.qc.ca)

Site Internet: [www.tourismelesbasques.com](http://www.tourismelesbasques.com)

Site Internet: [www.notredamedesneiges.qc.ca](http://www.notredamedesneiges.qc.ca)

Site Internet: [www.st-clement.ca](http://www.st-clement.ca)

Site Internet: [www.municipalite-st-eloi.com](http://www.municipalite-st-eloi.com)

Site Internet: [www.st-guy.qc.ca](http://www.st-guy.qc.ca)

Site Internet: [www.saintjeandedieu.ca](http://www.saintjeandedieu.ca)

Site Internet: [www.municipalites-du-quebec.org/st-mathieu-de-rioux](http://www.municipalites-du-quebec.org/st-mathieu-de-rioux)

Site Internet: [www.municipalites-du-quebec.org/st-medard](http://www.municipalites-du-quebec.org/st-medard)

Site Internet: [www.saint-simon.ca](http://www.saint-simon.ca)

Site Internet: [www.sainte-francoise.org](http://www.sainte-francoise.org)

Site Internet: [www.ste-rita.ca](http://www.ste-rita.ca)

Site Internet: [www.ville-trois-pistoles.ca](http://www.ville-trois-pistoles.ca)

## NAISSANCES

### **CISSS du BSL Centre hospitalier régional du Grand-Portage**

Site Internet: [ciss-bsl.gouv.qc.ca/](http://ciss-bsl.gouv.qc.ca/)

☎ 418 868-1000

### **CISSS du BSL Hôpital régional de Rimouski**

Site Internet: [ciss-bsl.gouv.qc.ca/](http://ciss-bsl.gouv.qc.ca/)

☎ 1 418 724-3000

### **Clinique de planning**

Site Internet: [planningchrr.com/](http://planningchrr.com/)

☎ 1 866 724-8578

### **Maison des Naissances Collette-Julien**

Site Internet: [csssmitis.ca/maisondesnaissancescj](http://csssmitis.ca/maisondesnaissancescj)

☎ 1 418 775-3636

### **Services Sage-femme du CISSS BSL**

☎ 418 867-2642, poste 155 (KRTB)

### ***Soutien***

#### **Centre périnatal Entre deux vagues**

N.B. Seul le service des relevailles n'est pas disponible pour notre MRC

Site Internet: <http://entredouxvagues.com/>

☎ 1 418 723-3944

## NAVIGATION SÉCURITAIRE SUR INTERNET

### **Pour en savoir plus sur la navigation sécuritaire sur Internet**

Site Internet: [www.choix.org](http://www.choix.org)

Site Internet: [www.protegeonsnosenfants.ca](http://www.protegeonsnosenfants.ca)

Site Internet: [www.webaverti.ca](http://www.webaverti.ca)

### **Pour obtenir de l'aide**

Cyberaide (service pancanadien de signalisation)

Site Internet: [www.cyberaide.ca](http://www.cyberaide.ca)

### **Sûreté du Québec**

☎ 310-4141

## PRÉVENTION POUR LA SÉCURITÉ À DOMICILE

### **Centre d'Action Bénévole des Basques**

(Téléphone de sécurité Lifeline et programme PAIR « rappel des médicaments »)

Site Internet: [www.actionbenevolebsl.org/basques](http://www.actionbenevolebsl.org/basques)

☎ 418 851-4068

## RÉPIT

### **Auberge la Clé des Champs**

Clientèle: jeune ou adulte présentant un ou plusieurs handicaps, ou ayant une problématique de santé mentale polyhandicap, déficience intellectuelle, déficience physique sensorielle, trouble envahissant du développement.

Service: séjours de répit et camps de vacances

Site Internet: [aubergecledechamps.com/](http://aubergecledechamps.com/)

☎ 418 963-2272

### **Centre d'aide aux proches aidants des Basques**

Service: soir et fin de semaine

Site Internet: [www.lecapab.com](http://www.lecapab.com)

☎ 418 851-4040

### **Logis-Aide des Basques**

Clientèle: proches aidants d'aînés ayant des troubles cognitifs

Service: en semaine

Site Internet: [www.logisaide.com](http://www.logisaide.com)

☎ 418 851-2144

### **Société Alzheimer BSL (Point de service Rimouski / Les Basques)**

Clientèle: personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ou autres déficits cognitifs

Service de répit stimulation à domicile : en semaine

Service de centre de jour : en semaine

Site Internet: [alzheimer.ca/fr/bassaintlaurent](http://alzheimer.ca/fr/bassaintlaurent)

☎ 418 851-3700 poste 292 (mercredi) ☎ 1 418 724-7204, poste 5618 (L.M.J.V.)

## RETOUR EN RÉGION

### **Univers Emploi (programme Place aux jeunes en région)**

Site Internet: [www.universemploi.ca](http://www.universemploi.ca)

☎ 418 314-0404, poste 2502

## SANTÉ MENTALE

### ***Aide et support***

**Association Québécoise du syndrome de la Tourette**

Site Internet: [www.agst.com](http://www.agst.com)

☎ 1 855 399-3910

### **La lueur de l'espoir Bas-Saint-Laurent**

Site Internet: [lueurespoirbsl.org/](http://lueurespoirbsl.org/)

☎ 418 863-4689

### **Périscope des Basques**

☎ 418 851-3398

## **Santé mentale Québec-Bas St-Laurent**

Site Internet: [www.cmq-bsl.org](http://www.cmq-bsl.org)

☎ 1 877 808-0512

## **Anorexie et boulimie**

**Anorexie et boulimie Québec**

Site Internet: [www.anebquebec.com/](http://www.anebquebec.com/)

☎ 1 800 630-0907

**Anorexie et boulimie Maison de transition L'Éclaircie**

N.B. Seul le service d'écoute téléphonique est disponible pour notre MRC

Site Internet: [www.maisoneclaircie.qc.ca/](http://www.maisoneclaircie.qc.ca/)

☎ 1 866 900-1076

## **Anxiété et dépression**

**Association québécoise de soutien aux personnes souffrant de troubles anxieux, dépressifs ou bipolaires «Revivre»**

Site Internet: [revivre.org/](http://revivre.org/)

☎ 1 866 738-4873

## **Droits, recours et représentation**

**Promotion lutte aide intervention défense droit du Bas-du-Fleuve (PLAIDD-BF)**

Site Internet: [plaidd.com/](http://plaidd.com/)

☎ 1 800 524-8758

**Regroupement Implication des Personnes Utilisatrices en santé mentale du Bas-du-Fleuve (RIPU)**

☎ 1 800 524-8758

## **Hébergement**

**La Bouffée d'air du KRTB**

Clientèle: Personne de 18 ans et plus désireuse de se retirer temporairement de son milieu de vie et/ou de reprendre du pouvoir sur la situation qui prévaut

Site Internet: [labouffeedair.com/](http://labouffeedair.com/)

☎ 418 867-8580 📞

**Maison La Vigile**

Clientèle: Femmes et hommes portant l'uniforme ou toute autre personne adulte ayant des problématiques associées à la dépendance comme la dépression, le deuil, le stress, l'anxiété...

Site Internet: [lavigile.qc.ca/](http://lavigile.qc.ca/)

☎ 581-742-7001 (8 h à 17 h) ☎ 1 888 315-0007 (soir et nuit) 📞

**Le Répit du Passant**

Clientèle: l'hébergement s'adresse aux hommes de 18 ans et plus

Site Internet: [www.rimouskiweb.com/repitdupassant/](http://www.rimouskiweb.com/repitdupassant/)

☎ 1 418 722-6559 📞

## **Suicide**

**Centre de prévention du suicide et d'intervention de crise du Bas-Saint-Laurent**

Site Internet: [centredecrisebsl.qc.ca/](http://centredecrisebsl.qc.ca/)

☎ 1 866 277-3553 ☎ 1 866 APPELLE 📞

**Centre prévention suicide du KRTB**

Site Internet: [cpsdukrtb.org/](http://cpsdukrtb.org/)

☎ 418 862-9658

## **Audition**

**Association des malentendants québécois**

Site Internet: [www.autismedelest.org/](http://www.autismedelest.org/)

☎ 1 418 623-5080

**Association du Québec pour enfants avec problèmes auditifs**

Site Internet: [www.aqepa.org/](http://www.aqepa.org/)

☎ 1 877 842-4006

## **Autisme**

**Autisme de l'Est-du-Québec**

Site Internet: [www.autismedelest.org/](http://www.autismedelest.org/)

☎ 1 877 725-2575

## **Cancer**

**Association du cancer de l'Est du Québec**

Site Internet: [.aceg.org/](http://.aceg.org/)

☎ 1 800 463-0806

**Société canadienne du cancer**

Site Internet: [cancer.ca/fr-ca/?region=qc](http://cancer.ca/fr-ca/?region=qc)

☎ 1 888 939-3333

## **Coeur**

**Fondation des maladies du cœur et de l'AVC**

Site Internet: [fmcoeur.qc.ca/](http://fmcoeur.qc.ca/)

☎ 1 888 463-4636

## **Diabète**

**Les Diabétiques-Amis du KRTB**

Site Internet: [diabete.qc.ca/fr](http://diabete.qc.ca/fr)

☎ 418 862-7428

## **Fibromyalgie**

**Association de la fibromyalgie du Bas-Saint-Laurent**

Site Internet: [fibromyalgiebsl.org/](http://fibromyalgiebsl.org/)

☎ 1 855 724-5613

## **ITSS/Sida/VIH**

**Mains Bas-Saint-Laurent**

☎ 1 888 844-7432

## **Parkinson**

**Groupe d'entraide Parkinson**

☎ 418 860-2515

**Parkinson Bas-Saint-Laurent**

Site Internet: [parkinsonquebec.ca/](http://parkinsonquebec.ca/)

☎ 1 418 722-0600





## **Rein**

Fondation Canadienne du rein

Site Internet: [rein.ca/Page.aspx?pid=785](http://rein.ca/Page.aspx?pid=785)

☎ 1 418 721-4421



## **Sclérose en plaques**

Fondation de la sclérose en plaques du KRTB

☎ 418 867-5808

Société canadienne de la sclérose en plaques du Bas-St-Laurent

Site Internet: [scleroseenplaques.ca/section/Bas-Saint-Laurent](http://scleroseenplaques.ca/section/Bas-Saint-Laurent)

☎ 1 877 424-5499



## **Stomisés**

Association des stomisés du Grand-Portage

☎ 418 867-5885, poste 220



## **Syndrome de la Tourette**

Association Québécoise du Syndrome de la Tourette

Site Internet: [www.info@aqst.com](mailto:www.info@aqst.com)

☎ 1 855 399-3910



## **Vision**

Association des personnes handicapées visuelles du BSL

Site Internet: [aphvbsl.org/](http://aphvbsl.org/)

☎ 1 418 723-0932

# **SERVICES D'AIDE DOMESTIQUE**

Logis-Aide des Basques

*(entretien ménager, approvisionnement et préparation de repas)*

Site Internet: [www.logisaide.com](http://www.logisaide.com)

☎ 418 851-2144

# **SERVICES DE GARDE**



## **Installation et milieux familiaux**

La place 0-5

Site Internet: [www.laplace0-5.com](http://www.laplace0-5.com)

☎ 1 844 270-5055

## Centre de la petite enfance La Baleine Bricoleuse

566, rue Jean-Rioux

Trois-Pistoles (Québec) G0L 4K0

N.B. : 41 places en installation et 193 places en milieu familial

☎ 418 851-2795



### Scolaire

**Gérard-Raymond de Trois-Pistoles**

**Chanoine-Côté de Trois-Pistoles**

☎ 418 863-7723 poste 3

*Point de service :*

**Litalien de Trois-Pistoles:**

☎ 418 863-7713 poste 3

**L'Oiseau-Chanteur:**

☎ 418 863-2188 poste 3

**École de Saint-Cyprien:**

☎ 418 863-7717 poste 3

**École de Saint-Clément:**

☎ 418 863-7718 poste 3

**École Sainte-Marie de Saint-Jean-de-Dieu:**

☎ 418 863-7719 poste 5

## **SERVICES DE SANTÉ, SERVICES SOCIAUX ET SERVICES MÉDICAUX**

### **CISSS Bas-Saint-Laurent Centre hospitalier de Trois-Pistoles**

550, rue Notre-Dame Est

Trois-Pistoles (Québec) G0L 4K0

Site Internet: [cisss-bsl.gouv.qc.ca/](http://cisss-bsl.gouv.qc.ca/)

☎ 418 851-1111, poste 3

#### Centrale des rendez-vous (GMF)

Horaire: du lundi au vendredi de 8 h à 17 h

☎ 418 851-1111, poste 2

#### Guichet d'accès aux services : AAOR (Accueil, analyse, orientation et référence)

Horaire: 7 jours de 8h30 à 16h30

☎ 418 851-1111, poste 300

#### Renseignements pour les prélèvements

Horaire de Trois-Pistoles : lundi, mardi, jeudi et vendredi de 7 h 30 à 11 h 30

☎ 418 851-1111, poste 1

Horaire de Saint-Jean-de-Dieu: mercredi de 7 h 30 à 11 h 30

Info-tempête (écoutez le message) ☎ 418 851-1111, poste 131

Urgence 📞

## **Les services offerts au CISSS Bas-Saint-Laurent Centre hospitalier Trois-Pistoles sont:**

### **Services 0-100 ans :**

- Centre d'abandon du tabagisme (référence ou AAOR)
- Clinique de dépistage des infections transmissibles sexuellement par le sang (scolaire ou GMF)
- Ergothérapie (référence)
- Nutrition (référence ou AAOR)
- Physiothérapie (référence)
- Programme des maladies chroniques « diabète, asthme, bronchite, emphysème, maladies cardiovasculaires »
- Psychologie (AAOR ou référence)
- Services médicaux et infirmiers
- Soins courants (du lundi au vendredi demande une référence d'un professionnel (une prise de rendez-vous au ☎ poste 318)
- Soins palliatifs (référence)
- Soutien à domicile (référence ou AAOR, N.B. : la personne doit être admissible aux critères)
- Travail social (AAOR ou référence)
- Vaccination

### **Santé publique:**

- Prévention et promotion des saines habitudes de vie - Clientèle âgée de 5 à 17 ans et 50 ans et plus (avec critères de références) (☎ poste 312)
- Organisation communautaire « soutien au développement des communautés (☎ poste 266)
- Pratique clinique préventive des saines habitudes de vie chez les jeunes 0-17 ans (☎ poste 312)
- Santé dentaire, Programme public de services dentaires préventifs (☎ poste 316)

### **Jeunesse**


- Clinique jeunesse (présence médicale ponctuelle à l'École secondaire de Trois-Pistoles)
- Consultation et accompagnement pré-interruption volontaire de grossesse (référence ou AAOR)
- Consultation sur la contraception hormonale et la contraception orale d'urgence (référence ou AAOR)
- Évaluation, orientation et suivi des problématiques en santé physique (référence ou AAOR)
- Immunisation 0-17 ans (référence ou AAOR)
- Orthophonie 0-5 ans (référence ou AAOR)
- Programme SIPPE (Services intégrés en périnatalité et petite enfance) (référence)
- Prévention et promotion des saines habitudes de vie en milieu scolaire (5-17 ans)
- Programme préventif de stimulation précoce 0-5 ans : favorisant un meilleur développement des enfants d'âge préscolaire (référence ou AAOR)
- Programme L'Entrain : groupe de développement des habiletés et des compétences parentales (référence)
- Programme OLO : soutien alimentaire destiné aux femmes enceintes en situation de précarité économique (référence ou AAOR)
- Psychoéducation et réadaptation externe (référence ou AAOR)
- Service de la direction de la protection de la jeunesse (☎ 418 851-3353 Centrale de signalement)
- Service de pédiatrie en réadaptation physique (physiothérapie, ergothérapie) (référence)
- Soutien à l'allaitement (référence ou AAOR)
- Stimulation du langage
- Suivi intensif de crise familiale JED(AAOR)
- Suivis prénatals et postnatals (référence ou AAOR)


## **Adultes**

- J'avance ! Programme d'auto gestion de l'anxiété de Revivre (☎ poste 250)
- Soutien d'intensité variable (référence)

## **Personnes âgées (soutien à l'autonomie des personnes âgées)**

- Accompagnement / Support pour avoir accès aux services communautaires (AAOR ou intervenant social)
- Centre de jour communautaire pour répit (référence AAOR ou intervenant social)
- Hébergement de convalescence (référence)
- Popote roulante (Trois-Pistoles et quelques secteurs de Notre-Dame-des-Neiges/demande une référence)
- Programme d'interventions multifactorielles personnalisées du soutien à domicile « pour les personnes qui chutent » (référence)
- Programme Viactive (☎ poste 266)
- Service d'aide à l'hygiène (respect des critères)

**Info-Santé** ☎ 811 poste no 1 

**Info-Social** ☎ 811 poste no 2 

## **Comité des Auxiliaires Bénévoles du CSSS des Basques**

☎ 418 851-3700, poste 170

## **Fondation du Réseau de santé et de services sociaux des Basques**

☎ 418 851-3700, poste 107

# **SERVICES GOUVERNEMENTAUX**

## **Général**

### **Service Canada**

☎ 1 800 622-6232

Site Internet: [servicecanada.gc.ca/](http://servicecanada.gc.ca/)

### **Service Québec**

☎ 1 877 644-4545

Site Internet: [mess.gouv.qc.ca/services-quebec/](http://mess.gouv.qc.ca/services-quebec/)

## **Légaux**

### **Aide aux travailleurs accidentés**

☎ 1 418 598-9844

### **Aide juridique**

☎ 418 862-1522 Rivière-du-Loup

☎ 1 418 722-4477 Rimouski

### **Chambre des notaires du Québec**

☎ 1 800 NOTAIRE (668-2473)

### **Commission de la santé et sécurité au travail du Québec**

☎ 1 800 668-2773

### **Commission des droits de la personne et des droits de la jeunesse**

☎ 1 800 361-6477

## **Commission des normes du travail**

☎ 1 800 265-1414

## **Cour des petites créances**

☎ 418 862-3579 Rivière-du-Loup

☎ 1 418 727-3852 Rimouski

## **Curateur public du Québec**

☎ 1 866 621-7088

## **Indemnisation des victimes d'actes criminels (IVAC)**

☎ 1 800 561-4822

## **Palais de justice de Rimouski**

☎ 1 418 727-3852

## **Palais de justice de Rivière-du-Loup**

☎ 418 862-3679

## **Régie du logement**

☎ 1 800 683-2245

## **Société d'Assurance Automobile du Québec**

☎ 418 851-3679

☎ 1 800 361-7620

## **Spécifiques**

### **Gouvernement Fédéral**

Assurance Emploi	☎ 1 800 808-6352
Changement d'adresse	☎ 1 800 959-7383
Dépôt direct	☎ 1 800 959-7775
Pension de la sécurité de la vieillesse	☎ 1 800 277-9915
Prestation fiscale canadienne pour enfants	☎ 1 800 387-1194
Prestation universelle pour la garde d'enfants	☎ 1 800 387-1194
Supplément du revenu garanti	☎ 1 800 277-9915
TPS	☎ 1 800 277-9915

### **Gouvernement provincial**

Allocation logement	☎ 1 800 267-6299
Changement d'adresse	☎ 1 800 267-6299
Crédit d'impôt pour frais de garde	☎ 1 800 267-6299
Crédit d'impôt pour maintien à domicile	☎ 1 800 267-6299
Crédit d'impôt pour solidarité	☎ 1 800 267-6299
Dépôt direct	☎ 1 800 267-6299
Dossier fiscal	☎ 1 800 267-6299
Pension alimentaire	☎ 1 800 267-6299
Prime au travail	☎ 1 800 267-6299
Régie des Rentes du Québec	☎ 1 800 463-5185

## SOINS PALLIATIFS

### **Rivière-du-Loup**

**Maison Desjardins de soins palliatifs du KRTB**

44, rue des Chauffailles

Site Internet: [maisondesjardinskrbtb.ca/fr](http://maisondesjardinskrbtb.ca/fr)

☎ 418 860-0240

### **Rimouski**

**Maison Marie-Élisabeth**

76, rue 2<sup>e</sup> rue Est

Site Internet: [maisonmarieelisabeth.ca/](http://maisonmarieelisabeth.ca/)

☎ 1 418 722-8449

## TRANSPORT

### **Autobus Orléans Express**

Site Internet: [orleansexpress.com/fr/](http://orleansexpress.com/fr/)

### **Centre d'Action Bénévole des Basques**

(Accompagnement transport et accompagnement social)

Site Internet: [www.actionbenevolebsl.org/basques](http://www.actionbenevolebsl.org/basques)

☎ 418 851-4068

### **Transport adapté et collectif des Basques**

Territoire de la MRC des Basques et de la Municipalité de Saint-Cyprien

Site Internet: [eveildesbasques.org](http://eveildesbasques.org)

☎ 418 851-2861

### **Amigo Express**

Site Internet: [amigoexpress.com/](http://amigoexpress.com/)

☎ 1 877 264-4997

### **Taxi des Basques**


☎ 418 851-9999

### **Via Rail Canada**

Site Internet : [viarail.ca/fr](http://viarail.ca/fr)

## URGENCE


### **Ambulance, pompiers et policiers**

☎ 911 

### **Antipoison**

**Centre Antipoison du Québec**

Site Internet: [csssvc.qc.ca/services/capq.php](http://csssvc.qc.ca/services/capq.php)

☎ 1 800 463-5060 

### **Police**

Sûreté du Québec

☎ 310-4141 (Centrale)

☎ Cellulaire \*4141 📞 24/7

### **Protection de la jeunesse**

Centrale de signalement (DPJ)

☎ 1 800 463-9009 📞 24/7

### **Suicide**

Centre de prévention du suicide et d'intervention de crise du Bas-Saint-Laurent

Site Internet: [centredecrisebsl.gc.ca/](http://centredecrisebsl.gc.ca/)

☎ 1 866 277-3553

☎ 1 866 APPELLE 📞 24/7

## **VÊTEMENTS ET ACCESSOIRES ADAPTÉS**

### **Doris trésor d'aînés**

41, rue Pelletier à Trois-Pistoles

Horaire du lundi au vendredi de 10 h à 12 h et de 13 h 30 à 16 h 30 et le samedi de 10 h à 12 h

☎ 418 851-4176

## **VIOLENCE CONJUGALE**

### **Aide et support**

Centre-femmes Catherine-Leblond

Site Internet: [cfcatherineleblond.org/mission.html](http://cfcatherineleblond.org/mission.html)

☎ 418 851-3178

### **Hébergement**

L'Autre toit KRTB-Cabano

Site Internet: [autretoit.ca/](http://autretoit.ca/)

☎ 418 854-7160 📞 24/7

La Débrouille - Rimouski

Site Internet: [ladebrouille.ca/](http://ladebrouille.ca/)

☎ 418 724-5067 📞 24/7

Le Havre des femmes - L'Islet-sur-Mer

Site Internet: [lehavredesfemmes.com/](http://lehavredesfemmes.com/)

☎ 418 247-7622 📞 24/7

### **Ligne d'écoute**

SOS Violence Conjugale

Site Internet: [sosviolenceconjugale.ca/](http://sosviolenceconjugale.ca/)


☎ 1 800 363-9010 📞 24/7

# VISITES AMICALES

## Centre d'Action Bénévole des Basques

Clientèle: Toute personne vivant une situation d'isolement

Site Internet: [www.actionbenevolebsl.org/basques](http://www.actionbenevolebsl.org/basques)

 418 851-4068

MIS À JOUR : 15 MAI 2018