

RÉPERTOIRE DES RESSOURCES



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

DES SERVICES DE PROXIMITÉ

Travailleur de rue
Louis Saint-Laurent
☎ 418 851-6132

Intervenante de milieu auprès des aînés
Madone Denis
☎ 418 750-9252

DES SERVICES D'URGENCE* (24/7)

| | |
|------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|
| 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 |
| 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 |
| Ligne Parents | 1 800 361-5085 |
| Maison La Vigile | 1 888 315-0007 (soir et nuit) / 581 742-7001 (8h à 17h) |
| Narcotiques Anonymes | 1 855 544-6362 |
| Ressources d'Aide – agressions sexuelles | 1 888 933-9007 |
| SOS violence conjugale | 1 800 363-9010 |
| Sûreté du Québec (centrale) | 418 310-4141 cell*4141 |
| Sûreté du Québec – poste Trois-Pistoles | 418 851-3833 |
| Tandem-Jeunesse | 418 856-2202 |
| Tel-Jeunes | 1 800 263-2266 |
| Urgence santé | 911 |

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

Comité Tricoté Serré
MRC des Basques

~ AVANT-PROPOS ~

- 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 Maillon

Le Maillon est né 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 est liée au Citoyen-Maillon que l'on retrouve dans plusieurs municipalités de notre MRC. Cette personne est celle vers qui celles et ceux dans le 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 nouvelles personnes. Dans un futur rapproché, nous souhaitons que les municipalités, les pharmacies, les salons de coiffure et dépanneurs soient pourvus du répertoire des ressources.

Nous constatons que, de plus en plus, l'intérêt se développe et les gens voient en le Maillon un système par et pour les citoyens où le bien-être des personnes est réellement au cœur des préoccupations.

Pour bien comprendre ce qu'est le Maillon, voici ses fondements philosophiques:

- le projet vise à rendre les nombreux services disponibles, plus accessibles et moins intimidants à ceux qui en auront besoin;
- il est basé 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 au national.

N.B. Un identifiant Maillon a été créé et le porter représente la disponibilité de la personne en tant que Citoyen-Maillon.

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 est désormais disponible pour ces différents réseaux.

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.

Contenu

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

| | |
|----------------------------------------------------------------------------|-----------|
| Impôt | 12 |
| Jeunes..... | 12 |
| Hébergement communautaire mixte : | 12 |
| Justice | 13 |
| Personnes avec limitation(s)..... | 13 |
| Proches aidants..... | 13 |
| Sexualité | 14 |
| Soutien aux femmes..... | 14 |
| Soutien aux hommes..... | 14 |
| DÉPENDANCES..... | 14 |
| Alcool | 14 |
| Alcool, drogue, jeu excessif | 14 |
| Drogue | 15 |
| Hébergement..... | 15 |
| Jeu excessif..... | 15 |
| DEUIL..... | 15 |
| Groupes de soutien | 15 |
| Interventions téléphoniques (individuelles, familiales et de groupe) | 15 |
| Ligne d'écoute | 16 |
| DÉVELOPPEMENT LOCAL ET SOUTIEN À L'ENTREPRENEURIAT | 16 |
| DROITS DES USAGERS ET/OU SERVICE DES PLAINTES..... | 17 |
| Communauté..... | 17 |
| Éducation | 17 |
| | 17 |

| | |
|---------------------------------------------------------------------------|-----------|
| Emploi | 17 |
| Municipal | 17 |
| Système public de la santé et de services sociaux | 17 |
| ÉCONOMIE SOCIALE, HABITATION ET INFORMATIQUE | 18 |
| ÉDUCATION | 18 |
| Aide aux devoirs | 18 |
| Commission scolaire | 18 |
| Écoles primaires (classées par direction) | 18 |
| Écoles secondaires | 19 |
| Secteur adulte Formation professionnelle et services aux entreprises..... | 19 |
| ÉDUCATION POPULAIRE | 19 |
| EMPLOI ET SOUTIEN AU REVENU | 19 |
| ENVIRONNEMENT | 20 |
| FABRIQUES | 20 |
| FORMATION EN SECOURISME..... | 20 |
| HÉBERGEMENT | 21 |
| Hébergement public de soins de longue durée..... | 22 |
| Ressources Intermédiaires | 22 |
| JARDINS COMMUNAUTAIRES ET/OU COLLECTIFS | 23 |
| MÉDIAS ET COMMUNICATIONS | 23 |
| Bulletins municipaux..... | 23 |
| Journaux | 23 |
| Radio..... | 23 |
| Télévision | 23 |

| | |
|-----------------------------------------------------|-----------|
| MUNICIPALITÉS | 24 |
| NAISSANCES..... | 24 |
| Soutien | 24 |
| PRÉVENTION POUR LA SÉCURITÉ À DOMICILE | 25 |
| RÉPIT | 25 |
| RETOUR EN RÉGION | 25 |
| SANTÉ MENTALE..... | 25 |
| Aide et support | 25 |
| Anorexie et boulimie | 26 |
| Anxiété et dépression | 26 |
| Droits, recours et représentation..... | 26 |
| | 26 |
| Hébergement..... | 26 |
| Suicide | 27 |
| SANTÉ PHYSIQUE..... | 27 |
| Audition | 27 |
| Autisme | 27 |
| Cancer..... | 27 |
| Coeur | 27 |
| Diabète..... | 27 |
| Fibromyalgie..... | 27 |
| ITSS/Sida/VIH | 28 |
| Parkinson | 28 |
| Rein..... | 28 |

| | |
|-----------------------------------------------------------------------|-----------|
| Sclérose en plaques | 28 |
| Stomisés | 28 |
| Vision | 28 |
| SERVICES D'AIDE DOMESTIQUE | 28 |
| SERVICES DE GARDE..... | 28 |
| Installation et milieux familiaux | 28 |
| Scolaire | 29 |
| SERVICES DE SANTÉ, SERVICES SOCIAUX ET SERVICES MÉDICAUX | 29 |
| SERVICES GOUVERNEMENTAUX..... | 31 |
| Généraux | 31 |
| Légaux | 31 |
| Spécifiques..... | 32 |
| SOINS PALLIATIFS | 32 |
| Rivière-du-Loup..... | 32 |
| Rimouski | 32 |
| TRANSPORT | 32 |
| URGENCE..... | 33 |
| Ambulance, pompiers et policiers | 33 |
| Antipoison | 33 |
| Police | 33 |
| Protection de la jeunesse | 33 |
| Suicide | 33 |
| VÊTEMENTS ET ACCESSOIRES ADAPTÉS..... | 33 |
| VIOLENCE CONJUGALE | 34 |

| | |
|-------------------------------|-----------|
| Aide et support | 34 |
| Hébergement..... | 34 |
| Ligne d'écoute | 34 |
| Visites amicales | 34 |

ACCUEIL ET INTÉGRATION

Accueil et Intégration Bas-Saint-Laurent

Site Internet : aibsl.org/

☎ 1 418-723-1986, poste 1595

Univers Emploi

☎ 418-314-0404, poste 2502

AIDE AUX FORMULAIRES ET ACCOMPAGNEMENT

Carrefour d'information pour aînés

Site Internet : www.actionbenevolebsl.org/basques

☎ 418-851-3904

ALIMENTATION

➔ Aide à domicile

Logis-Aide des Basques

Site Internet : 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

☎ 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/

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, 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 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

☎ 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/

☎ 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 du 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/

☎ 418-851-2662

ALPHABÉTISATION

Centre Alpha des Basques

Site Internet : 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/

☎ 418-863-7720, poste 2249

BÉNÉVOLAT

Centre d'action bénévole des Basques

Site Internet : www.actionbenevolebsl.org/basques

☎ 418-851-4068

CHANT

Ensemble vocal Synergie

Mme Brigitte Pelletier, Présidente

☎ 418-851-4458

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-Rioux, 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

➔ Actes criminels

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

Site Internet : cavac.qc.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/

☎ 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/

☎ 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

Service de promotion et d'animation en loisir

Responsable : Aline Denis

☎ 418-851-3178

➔ 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

☎ 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

☎ 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/

☎ 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
☎ 1 866-430-3466

Ligne Parents
Site Internet : ligneparents.com/
☎ 1 800-361-5085 

Maison de la famille des Basques
Site Internet : : 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 : premiereressource.com
☎ 1 866-329-4223

➔ **Impôt**



Centre d'action bénévole des Basques
Clientèle: à faible revenu
Site Internet : 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>
☎ 1 800-4532-9135

Hébergement communautaire mixte :

- **Le Transit,**
Clientèle : jeunes de 17 et 30 ans
Site Internet : aubergeducoeurletransit.net
☎ 1-418-724-9595 
- **Tandem-Jeunesse,**
Clientèle : jeunes de 15 à 22 ans
Site Internet : tandem-jeunesse.com
☎ 1-418-856-2202 

Jeunesse, J'écoute
Site Internet : jeunessejecoute.ca/teens/home/splash.aspx
☎ 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
☎ 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

☎ 1-800-263-2266 

Univers Emploi

Intervention jeunesse :

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

☎ 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/

☎ 1-855-345-7770



Personnes avec limitation(s)

Aide aux travailleurs accidentés

Site Internet : 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/

☎ 418-867-5885 poste 180

Association des personnes handicapées l'Éveil des Basques

Site Internet : 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/

☎ 1 877-847-1324

Office des personnes handicapées du Québec

Site Internet : ophq.gouv.qc.ca/

☎ 1 800-567-1465



Proches aidants

Centre d'aide aux proches aidants des Basques

Site Internet : www.lecapab.com

☎ 418-851-4040

Sexualité

Clinique de planning

Site Internet : planningchrr.com/

☎ 1 866-724-8578

Gai écoute (gais et lesbiennes)

Site Internet : 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/

☎ 1 888-844-7432

Soutien aux femmes

Centre-Femmes Catherine-Leblond

Site Internet : cfcatherineleblond.org/mission.html

☎ 418-851-3178

Soutien aux hommes

Trajectoires Hommes du KRTB

Site Internet : trajectoreshommes.org/

☎ 418-605-0878

DÉPENDANCES

Alcool

Al-Anon Alateen

Site Internet : al-anon-alateen-qc.ca/fr-main.htm

☎ 418-851-1555

Alcooliques Anonymes (AA)

Site Internet : aa-quebec.org/AA_Quebec/index.htm

☎ 418-867-3030

Éduc'alcool

Site Internet : educalcool.qc.ca/

☎ 1-514-875-7454

Alcool, drogue, jeu excessif

Jeu : aide et référence

Site Internet : jeu-aiderreference.qc.ca/www/default.asp

☎ 1 800-461-0140

La Montée du Bas-Saint-Laurent

Site Internet : centrelamontee.com/

☎ 1 418-371-1444

L'Arrimage du Bas-Saint-Laurent


Site Internet : agcid.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

☎ 1 800-265-2626 

Narcotiques anonymes


Site Internet : naquebec.org/

☎ 1 866-484-6664 

Hébergement

Le Répit du Passant


Site Internet : rimouskiweb.com/repitdupassant/

☎ 1 418-722-6559 

Le Tremplin

N.B. : Fermé cinq semaines durant l'été

Site Internet : 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/

☎ 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

☎ 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/

☎ 1 418-723-3944

Groupe de soutien au deuil pour personnes endeuillées par le suicide

Site Internet : cpsdukrbt.org/

☎ 418-862-9658

Interventions téléphoniques (individuelles, familiales et de groupe)

Deuil-Jeunesse

Site Internet : 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/

☎ 1 888-533-3845

DÉVELOPPEMENT LOCAL ET SOUTIEN À L'ENTREPRENEURIAT

Centre local de développement des Basques (CLD)

Site Internet : 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

☎ 581-645-8484

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

Secteur des adultes, formation professionnelle et service aux entreprises

Site Internet : csfl.qc.ca/

☎ 418-863-7720, poste 2249

Équipe intégrée des Basques

Agents oeuvrant 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, Agente de développement

☎ 418-851-6098

- **MRC des Basques**

☎ 418-851-3206

Giovanni 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

☎ 418-314-0404, poste 2502

Micro crédit du KRTB

Site Internet : microcreditkrtb.ca/

☎ 418-899-6858

MRC des Basques

Site Internet : mrcdesbasques.com/mrc/

☎ 418-851-3206

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

Site Internet : 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/

☎ 1 800-463-5070

Office de la protection du consommateur

Site Internet : opc.gouv.qc.ca/

☎ 1 888-672-2556

➔ Éducation

Commission scolaire du Fleuve-et-des-Lacs

Site Internet : csfl.qc.ca

☎ 418-854-2370, poste 2104

➔ Emploi

Ministère du Travail, Emploi et Solidarité sociale

Site Internet : 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/

☎ 1 855-280-5348, poste 4078

➔ Systeme public de la santé et de services sociaux

Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes BSL

Site Internet : 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 : cisss-bsl.gouv.qc.ca/

☎ 418-851-3700 poste 162

ÉCONOMIE SOCIALE, HABITATION ET INFORMATIQUE

Atena Coopérative de travail
Site Internet : atena.qc.ca/
☎ 1 418-722-8535

ÉDUCATION

➔ Aide aux devoirs

Allô prof
Site Internet : alloprof.qc.ca/
☎ 1 888 776-4455 (17h00 à 20h00)

Centre Alpha des Basques
Site Internet : alphabasques.com
☎ 418-851-4088

➔ Commission scolaire

Commission scolaire du Fleuve-et-des-Lacs
Site Internet : csfl.qc.ca/
☎ 418-863-7709

Fondation pour la persévérance scolaire du Fleuve-et-des-Lacs
Site Internet : 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

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 : mfrkrb.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 : unitetheatralebsl.wordpress.com/

☎ 418-738-2686

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 : emploi.quebec.gouv.qc.ca/

☎ 418-851-1432

Service Accès Emploi

Clientèle : 36 ans et plus

Site Internet : 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 services en employabilité (incluant une clientèle ayant un problème de santé mentale, un handicap physique ou intellectuel).

☎ 418-314-0404

ENVIRONNEMENT

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

Site Internet : co-eco.org/

☎ 1-418-856-2628

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

Site Internet : crebsl.com/

☎ 1-418-721-5711

Équiterre

Site Internet : equiterre.org/

☎ 1-877-272-6656

Récupération des Basques et Centre de tri Écocentre

Site Internet : recuperationdesbasques.com/

☎ 418-851-1366

Service récupDON

Site Internet : 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-Rioux : ☎ 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

➔ 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^{1/2} et 5^{1/2} 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^{1/2} et 4^{1/2} avec une salle communautaire)

Clientèle : 50 ans et plus

☎ 418-963-6271

Saint-Jean-de-Dieu 10, rue Gauvin (10 loyers de 3^{1/2} et 4^{1/2} 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^{1/2} et 4^{1/2})

Clientèle : population en générale

☎ 418-963-2967

Trois-Pistoles 222, rue Congrégation et 402, rue Richard (21 loyers 3 ½ et 4 1/2)

Clientèle : personne de plus de 50 ans

☎418-851-1746

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

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 Marguerites, 568, rue Caron (Nombre d'unités : 19)

☎418-851-3278

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

Trois-Pistoles

Villa des Basques (15)

Clientèle : personnes âgées en grande perte d'autonomie

St-Jean-de-Dieu

Villa Dubé (12)

Clientèle : personnes âgées en grande perte d'autonomie

JARDINS COMMUNAUTAIRES ET/OU COLLECTIFS

Saint-Clément ☎ 418-963-1607, poste 4

Saint-Jean-de-Dieu ☎ 418-963-3529, poste 228

Sainte-Françoise ☎ 418-851-5494

Trois-Pistoles ☎ 418-851-4040

MÉDIAS ET COMMUNICATIONS

➡ Bulletins municipaux

Notre-Dame-des-Neiges : Courriel : admin@notredamedesneiges.qc.ca

Saint-Clément : Courriel : lcaron@stclement.qc.ca

Saint-Éloi : Courriel : st-eloi@st-eloi.qc.ca

Saint-Guy : Courriel : admin@st-guy.qc.ca

Saint-Jean-de-Dieu : Courriel : secretariat1@saintjeandedieu.ca

Saint-Mathieu-de-Rioux : Courriel : admin@stmathieuderieux.qc.ca

Saint-Médard : Courriel : admin@st-medard.qc.ca

Saint-Simon : Courriel : admin@st-simon.qc.ca

Sainte-Françoise : Courriel : municipal@ste-francoise.qc.ca

Sainte-Rita : Courriel : info@municipalite.sainte-rita.qc.ca

Trois-Pistoles : Courriel : jprioux@ville-trois-pistoles.ca

➡ Journaux

L'Horizon, presse coopérative des Basques

Site Internet : journalhorizon.com/

Rédaction : horizondesbasques@hotmail.com / Publicité : horizonvente@hotmail.com

Dates de tombée pour 2017 : 13 juin, 5 septembre, 26 septembre, 17 octobre, 7 novembre et 4 décembre (N.B. : distribution le mercredi suivant)

☎ 418-851-3777

L'Info-Dimanche

Site Internet : infodimanche.com/

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

☎ 418-862-1911

➡ Radio

Chronique des Basques (CIEL FM 103,7)

En direct les mercredis vers 9 h 15 (sauf l'été)

Courriel : sebrioux1@gmail.com

➡ Télévision

CFTF-Rivière-du-Loup

Service gratuit du Carnet

Courriel : carnet@cfff.ca

☎ 418-862-2909

CIMT- Rivière-du-Loup
Service gratuit de l'Agenda
Courriel : agenda@cimt.ca
☎ 418-867-1341

Télévision communautaire des Basques et du Haut-Pays
Courriel : tcbh@outlook.com
☎ 418-851-4000

MUNICIPALITÉS

Ministère des affaires municipales : Site internet : www.mamot.gouv.qc.ca
MRC des Basques: ☎ 418-851-3206 Site internet : www.tourismelesbasques.com
Notre-Dame-des-Neiges : ☎ 418-851-3009 Site internet : www.notredamedesneiges.qc.ca
Saint-Clément : ☎ 418-963-2258 Site internet : www.st-clement.ca
Saint-Éloi : ☎ 418-898-2734 Site internet : www.municipalite-st-eloi.com
Saint-Guy : ☎ 418-963-2601 Site internet: www.st-guy.qc.ca
Saint-Jean-de-Dieu : ☎ 418-963-3529 Site internet: www.saintjeandedieu.ca
Saint-Mathieu-de-Rioux : ☎ 418-738-2953 Site internet : www.municipalites-du-quebec.org/st-mathieu-de-rioux
Saint-Médard : ☎ 418-963-6276 Site internet : www.municipalites-du-quebec.org/st-medard
Saint-Simon : ☎ 418-738-2896 Site internet : www.saint-simon.ca
Sainte-Françoise : ☎ 418-851-1502 Site internet: www.sainte-francoise.org
Sainte-Rita : ☎ 418-963-2967 Site internet : www.ste-rita.ca
Trois-Pistoles : ☎ 418-851-1995 Site internet : www.ville-trois-pistoles.ca

NAISSANCES

CISSS du BSL Centre hospitalier régional du Grand-Portage
Site Internet : cisss-bsl.gouv.qc.ca/
☎ 418-868-1000

CISSS du BSL Hôpital régional de Rimouski
Site Internet : cisss-bsl.gouv.qc.ca/
☎ 1 418-724-3000

Clinique de planning
Site Internet : planningchrr.com/
☎ 1 866-724-8578

Maison des Naissances Collette-Julien
Site Internet : csssmittis.ca/maisondesnaissancesci
☎ 1 418-775-3636

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

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

☎ 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 : aubergecleschamps.com/

☎ 418-963-2272

Centre d'aide aux proches aidants des Basques

Service: soir et fin de semaine

Site Internet : 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

☎ 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

☎ 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)

☎ 418-314-0404, poste 2502

SANTÉ MENTALE

➔ Aide et support

Association canadienne pour la santé mentale, Bas-du-Fleuve

Site Internet : acsmbf.com/

☎ 1-877-808-0512

Association Québécoise du syndrome de la Tourette

Site Internet : www.aqst.com

☎ 1-855-399-3910

La lueur de l'espoir Bas-Saint-Laurent

Site Internet : lueurespoirbsl.org/

☎ 418-863-4689

Périscopie des Basques

☎ 418-851-3398

Anorexie et boulimie

Anorexie et boulimie Québec

Site Internet : 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/

☎ 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/

☎ 1 866-738-4873

Droits, recours et représentation

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

Site Internet : 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/

☎ 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/

☎ 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/

☎ 1 418-722-6559 

Suicide

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

Site Internet : centredecrisebsl.qc.ca/

☎ 1 866-277-3553 ☎ 1 866-APPELLE 24

Centre prévention suicide du KRTB

Site Internet : cpsdukrbt.org/

☎ 418-862-9658

SANTÉ PHYSIQUE

Audition

Association des malentendants québécois

☎ 1 418-623-5080

Association du Québec pour enfants avec problèmes auditifs

Site Internet : www.agepa.org/

☎ 1 877-842-4006

Autisme

Autisme de l'Est-du-Québec

☎ 1 877-725-2575

Cancer

Association du cancer de l'Est du Québec

Site Internet : aceq.org/

☎ 1-800-463-0806

Société canadienne du cancer

Site Internet : 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/

☎ 1-888-463-4636

Diabète

Les Diabétiques-Amis du KRTB

Site Internet : diabete.qc.ca/fr

☎ 418-862-7428

Fibromyalgie

Association de la fibromyalgie du Bas-Saint-Laurent

Site Internet : 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/

☎ 1-418-722-0600

Rein

Fondation Canadienne du rein

Site Internet : 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

☎ 1-877-424-5499

Stomisés

Association des stomisés du Grand-Portage

☎ 418-867-5885, poste 220

Vision

Association des personnes handicapées visuelles du BSL

Site internet : 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

☎ 418-851-2144

SERVICES DE GARDE

Installation et milieux familiaux

La place 0-5

Site Internet : 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 : ☎ 418 863-7723 poste 3
Point de service : **Chanoine-Côté de Trois-Pistoles**
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 : ciiss-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

Renseignement 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 AAOR)
- 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 + 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

Généraux

Service Canada

☎ 1 800-622-6232

Site Internet : servicecanada.gc.ca/

Service Québec

☎ 1 877-644-4545

Site Internet : 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 ☎ 1 800-3871194

Prestation universelle pour la garde d'enfants ☎ 1 800-3871194

Supplément du revenu garantie ☎ 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 : maisondesjardinskrtb.ca/fr

☎ 418-860-0240

Rimouski

Maison Marie-Élizabeth

76, rue 2^e rue Est

Site Internet : maisonmarieelisabeth.ca/

☎ 1 418-722-8449

TRANSPORT

Autobus Orléans Express

Site Internet : orleansexpress.com/fr/

Centre d'Action Bénévole des Basques

(Accompagnement transport et accompagnement social)

Site Internet : www.actionbenevolebsl.org/basques

☎ 418-851-4068

Amigo Express

Site Internet: amigoexpress.com/

☎ 1-877-264-4997

Taxi des Basques

☎ 418-851-9999

Transport adapté et collectif des Basques

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

Site Internet : eveildesbasques.org/index.php?id=5&taille=&contraste=1


☎ 418-851-2861

Via Rail Canada

Site Internet : viarail.ca/fr

URGENCE

➔ Ambulance, pompiers et policiers

☎ 911 

➔ Antipoison


Centre Antipoison du Québec

Site Internet : csssvc.gc.ca/services/capq.php

☎ 1-800-463-5060 

➔ Police

Sûreté du Québec

☎ 310-4141 (Centrale) ☎ Cellulaire *4141 ☎ 418-851-3833 (poste de Trois-Pistoles) 

➔ Protection de la jeunesse

Centrale de signalement (DPJ)

☎ 1 800 463-9009 

➔ Suicide

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

Site Internet : centredecrisebsl.gc.ca/

☎ 1 866-277-3553 ☎ 1 866-APPELLE 

VÊTEMENTS ET ACCESSOIRES ADAPTÉS

Doris trésor d'ainés

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

☎ 418-851-3178

➔ Hébergement

L'Autre toit KRTB-Cabano

Site Internet : autretoit.ca/

☎ 418-854-7160 🕒

La Débrouille- Rimouski

Site Internet : ladebrouille.ca/

☎ 418-724-5067 🕒

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

Site Internet : lehavredesfemmes.com/

☎ 418-247-7622 🕒

➔ Ligne d'écoute

SOS Violence Conjugale

Site Internet : sosviolenceconjugale.ca/

☎ 1 800 363-9010 🕒

Visites amicales

Centre d'Action Bénévole des Basques

Clientèle : Toute personne vivant une situation d'isolement

Site Internet : www.actionbenevolebsl.org/basques

☎ 418-851-4068

DERNIÈRE MISE À JOUR : 14 OCTOBRE 2017