

# Bottin des ressources

## Ressources internes :

Fonction	Équipe du SAPS	
	Campus Gabrielle-Roy	Campus Félix-Leclerc
Tech. en travail social	Marie-Michèle Brind'Amour P.2035	Mikael Piché-Richard, p. 2282
Travailleuse sociale	Camille Laberge	Anyck Bastien
Psychologue	Patrick Bertrand	Annique Lavergne
<b>Service d'intervention et de prévention des violences à caractère sexuel (SIPVACS)</b>		
Geneviève Dupuis, T.S. p.2548 ou p.6053		

Programme d'aide aux membres du personnel et à leur famille	
Solutions Mieux-être LifeWorks	1-800-361-2433

Co-coordonnatrices du Consortium Je tiens la route et Sentinelles
Julie Gosselin Mélynda Cantin <a href="mailto:info@jetienlaroute.com">info@jetienlaroute.com</a>

### **Agents de sécurité du Cégep :**

Vous **accompagnez** une personne en détresse, les membres de l'équipe du SAPS ne sont pas disponibles pour vous accueillir et **vous jugez que vous ne pouvez pas laisser la personne seule? Contactez l'agent de sécurité !**

- Campus Gabrielle-Roy
- Campus Félix-Leclerc

poste 2911  
poste 3911

# Table des matières

Détresse / Crise / Suicide .....	3
Dépendances .....	3
Hébergement.....	4
Victime d’abus et d’acte criminel.....	5
Judiciaire.....	5
Victime de violence conjugale et services aux femmes .....	6
Grossesse / Avortement.....	7
Familles, parents, enfants .....	7
Personnes démunies et banques alimentaires .....	8
Personnes ayant des problèmes de santé mentale .....	9
TSA.....	10
Personnes immigrantes.....	11
Premières Nations et Inuits.....	11
VIH/SIDA.....	11
Hommes violents.....	11
Deuil.....	11
Orientation sexuelle .....	11
Troubles d’apprentissage .....	12
Troubles alimentaires.....	12
Aide relative aux finances et à l’endettement .....	12
Recherche d’emploi.....	12
Cyberviolence .....	13

## Détresse / Crise / Suicide

<p><b>CLSC de Gatineau</b>  <b>Service info-social «811»</b>                  777, boulevard de la Gappe                  Gatineau, Qc, J8T 8R2                  Tél. : 811 (sélectionnez l'option #2)</p>	<p>Lorsqu'une étudiante ou un étudiant présente une situation de crise nécessitant une intervention immédiate, on doit contacter le 811.                  À noter que le recours aux services d'urgence 911 de même que l'urgence de l'hôpital demeurent l'intervention à privilégier lorsque la sécurité de la personne est compromise.</p>
<p><b>Centre de prévention du suicide</b>                  Tél. : 1 866 APPELLE (277-3553)</p>	<p>Écoute, intervention en situation de crise et de détresse fait par des intervenantes et intervenants qualifiés.                  24 heures/24, 7 jours/7 au Québec. L'appel sera dirigé vers le centre de prévention du suicide le plus proche.</p>
<p><b>Tel-Aide Outaouais</b>                  Casier postal 2121                  Succursale B                  Gatineau, Qc, J8X 3Z4                  Tél. : 1-800-567-9699</p>	<p>Écoute active, intervention directe ou indirecte en cas de crise suicidaire, info- références.                  Orientation vers d'autres ressources (Multi- clientèles).</p>

## Dépendances

<p><b>Centre d'intervention et de prévention en toxicomanie de l'Outaouais (CIPTO)</b>                  92, rue St-Jacques                  Gatineau, secteur Hull, Qc, J8X 2Z2                  Tél. : 819 770-7249                  Site web : <a href="http://www.cipto.qc.ca">www.cipto.qc.ca</a></p>	<p>Guidé par l'approche de la réduction des risques et des méfaits, le CIPTO offre des services d'accueil, de soutien et d'accompagnement aux personnes utilisatrices de substances psychoactives et à leur entourage, en plus d'initier des actions collectives.</p>
<p><b>Centre de réadaptation en dépendance en Outaouais (CRDO) (anciennement Jelinek)</b>                  25, rue Saint-François                  Gatineau, secteur Hull, Qc, J9A 1B1                  Tél. : 819 776-5584</p>	<p>Service confidentiel pour personnes ayant un problème de consommation d'alcool, de drogues, de médicaments ou de jeu. Service à l'entourage des personnes dépendantes, c'est-à-dire aux conjoints, conjointes, parents/enfants.</p>
<p><b>L'Association pour la prévention de la toxicomanie et de l'alcoolisme chez les femmes de l'Outaouais (L'APTAFO)</b>                  C.P.1144, Succursale B                  Gatineau, secteur Hull, Qc, J8X 3X5                  Tél. : 819 778-0997</p>	<p>Programme de promotion, prévention et d'intervention de groupe ou individuelle, services d'accompagnement et de soutien aux femmes aux prises avec des problèmes de toxicomanie et diverses assuétudes.                  Programme de prévention et d'intervention s'adressant aux jeunes filles et aux adolescentes à risque.                  En collaboration avec L'Antre-Hulloise.</p>
<p><b>SOS Contact AI-To inc.</b>                  948, rue George                  Gatineau, secteur Buckingham, Qc, J8L 2E5                  Tél. : 819 281-2570</p>	<p>Services de promotion de la santé et prévention des dépendances auprès des jeunes et leur famille.                  Services d'aide et de support auprès des personnes aux prises avec des problèmes de dépendance.</p>
<p><b>Centre Cyber-aide</b>  <b><a href="mailto:info@centrecyber-aide.com">info@centrecyber-aide.com</a></b></p>	<p>Le Centre Cyber-aide désire informer et outiller la population à l'utilisation saine et sécuritaire des TIC via le web. Tout spécialement les adolescents, qui sont de fervents utilisateurs des nouvelles technologies informatiques. Les thématiques traitées sont l'utilisation saine (prévention à la cyberdépendance), l'utilisation sécuritaire (cybercriminalité : cyberintimidation et cyberagression sexuelle/sexting), ainsi que l'hypersexualisation via les jeux de console en ligne et hors ligne, les réseaux sociaux et les sites à caractère sexuel, et ce, dans une perspective de rapports égaux.</p>

## Hébergement

<p><b>Centre d'aide 24/7</b> 19, rue Caron Gatineau, secteur Hull, Qc, J8Y 1Y6 Tél. : 819 595-3476</p>	<p>Centre d'hébergement pour personnes en situation de crise (deuil, perte d'emploi, rupture...) Risque suicidaire faible ou moyen, si risque élevé la personne sera redirigée à l'hôpital.</p>
<p><b>L'Appart Adojeune</b> 22 rue d'Auvergne Gatineau, Qc, Tél. : 819 205-7204</p>	<p>Hébergement d'urgence pour jeunes de 13 à 17 ans. 24 h sur 24 et pour un maximum de 7 jours.</p>
<p><b>Le Belvédère-Vallée-Jeunesse</b> 111, rue Carillon Gatineau, secteur Hull, Qc, J8X 2P8 Tél. : 819 778-8550, poste 103</p>	<p>Le Belvédère offre aux jeunes de la région de l'Outaouais, âgés de 16 à 24 ans, l'opportunité d'accéder à une démarche vers l'autonomie. Le Belvédère se veut un lieu de résidence volontaire qui permet aux jeunes de s'impliquer activement dans le cheminement progressif de l'organisation de leur vie dans le but d'atteindre leurs objectifs personnels. Le jeune doit apprendre à subvenir à ses propres besoins dans une perspective de prise en charge de son projet de vie.</p>
<p><b>Héberge-Ados (Avenue des Jeunes)</b> 39, rue Richard Gatineau, secteur Hull, Qc, J8Y 4Y6 Tél. : 819 771-1750</p>	<p>Hébergement et dépannage jeunesse pour jeunes de 13 à 17 ans. Suivis individuels et familiaux.</p>
<p><b>Mon chez nous Inc.</b> 808 Boulevard Maloney Est, bureau 100 Gatineau, Qc, J8P 0J8 Courriel : logement@moncheznousinc.ca Tél. : 819 669-6032</p>	<p>Développer, offrir et gérer des logements avec support communautaire afin de permettre à des personnes seules ou familles à faible ou modeste revenu, en situation d'itinérance ou à risque de le devenir, de vivre dans les conditions améliorées de logements, d'environnement et d'organisation sociale.</p>
<p><b>Le Gîte Ami</b> 85 rue Morin Gatineau, secteur Hull, Qc, J8X 0A1 Tél. : 819 776-5953 Site web : <a href="http://www.legiteami.org">www.legiteami.org</a></p>	<p>Services aux personnes itinérantes : Hébergement, repas, support, suivi pour les sans-abris.</p>
<p><b>Les Œuvres Isidore Ostiguy</b> 95 rue Lois Gatineau, Qc, J8Y 3R5 Tél. : 819-778-1325</p>	<p>Logement social avec support communautaire; Hébergement transitoire pour familles avec enfants; Services d'aide au logement pour la population de l'Outaouais.</p>
<p><b>Service d'aide à la recherche de logement (SARL)</b> 227 chemin de la Savane Gatineau (Québec) J8T 1R5 Téléphone : 819 568-AIDE (2433) Télécopieur: 819 568-7356 <a href="http://www.ohoutaouais.ca/sarl.php">http://www.ohoutaouais.ca/sarl.php</a> Courriel : sarl@live.ca</p>	<p>Le service d'aide à la recherche de logements (SARL) aide et informe tout citoyen de la Ville de Gatineau vivant une situation d'habitation à risque d'itinérance (éviction) ou dont le logement ne correspond plus à ses besoins (ex. : sinistre, logement surpeuplé, etc.).</p>

## Victime d'abus et d'acte criminel

<p><b>Centre d'aide et de lutte contre les agressions sexuelles (CALAS)</b>                  Case postale 1872, succursale Hull                  Gatineau, secteur Hull, Qc, J8X 3Z1                  Tél. : 819-771-1773                  Site web : <a href="http://www.calas.ca">www.calas.ca</a></p>	<p>Aide aux femmes, adolescentes de 12 ans et plus qui ont vécu des agressions sexuelles, soutien, information, accompagnement à la police, groupes, ateliers.</p>
<p><b>Centre d'intervention en abus sexuels pour la famille (CIASF)</b>                  130 boul. St-Raymond,                  Gatineau, Qc, J8Y 1T2                  Tél : 819-595-1905                  Site web : <a href="http://www.ciasf.org">www.ciasf.org</a></p>	<p>Contrer l'abus sexuel envers les enfants en offrant des services spécialisés de thérapie, de prévention et de sensibilisation à toute famille et ainsi qu'à toute personne confrontée à cette problématique.</p>
<p><b>Centre d'aide aux victimes d'acte criminels (CAVAC)</b>                  Tél. : 1-866-LECAVAC                  1-866-532-2822</p>	<p>Les CAVAC, sont là pour vous aider à en surmonter les conséquences psychiques, psychologiques et sociales.</p>
<p><b>Indemnisation des victimes d'actes criminels (IVAC)</b>                  Tél. : 1-800-561-4822                  Courriel : <a href="mailto:info@ivac.qc.ca">info@ivac.qc.ca</a></p>	<p>L'IVAC est un régime d'indemnisation qui offre des prestations pour aider les victimes et les sauveteurs dans le processus de guérison de leurs blessures causées par les actes criminels ou les actes de civisme</p>

## Judiciaire

<p><b>Centre communautaire juridique de l'Outaouais</b>                  365, Boul. Gréber, bureau 202.                  Gatineau (Québec)                  (819) 568-0990  <a href="http://www.aidejuridiqueoutaouais.ca/admissibilite/droit-de-la-famille">http://www.aidejuridiqueoutaouais.ca/admissibilite/droit-de-la-famille</a>   <a href="http://www.aidejuridiqueoutaouais.ca/admissibilite/volet-gatuit">http://www.aidejuridiqueoutaouais.ca/admissibilite/volet-gatuit</a></p>	<p><b>Droit criminel</b> : Si vous êtes une personne adulte et que l'on vous accuse d'avoir commis une ou des infraction(s) relative(s) au Code criminel ou aux autres lois reliées au droit criminel.</p> <p><b>Droit famille</b> : Si vous avez un problème concernant l'un des sujets suivants: Divorce; séparation; pension alimentaire; garde des enfants; et autres sujets reliés au droit de la famille.</p> <p><b>Droit civil</b> : Si vous avez un problème concernant l'un des sujets suivants : la Régie du logement; l'aide sociale; l'assurance automobile; l'assurance-emploi; l'IVAC; ou un accident de travail et autres sujets reliés au droit civil.</p> <p><b>Droit jeunesse</b> : Si vous avez reçu une procédure concernant la protection de la jeunesse (DPJ) ou si vous êtes une personne mineure accusée d'avoir commis une ou des infraction(s) relative(s) au Code criminel (LSJPA (jeunes contrevenants)) ou aux autres lois reliées au droit criminel.</p>
<p><b>Relais Famille</b> (Dessers tout le Québec)                  5039 rue Saint Dominique,                  Montréal, QC H2T 1V1                  Coût : cotisation de 5\$/ année pour activité de groupe</p>	<p>Relais Famille est un organisme à but non lucratif qui offre un service d'aide aux familles ayant un proche en instance de détention, en détention ou en libération à la suite d'un emprisonnement</p>

## Victime de violence conjugale et services aux femmes

<p><b>L'Autre chez soi inc.</b> Case postale 444 Gatineau, secteur Aylmer, Qc, J9H 5E7 Tél. : 819 685-0006</p>	<p>Aide, hébergement, écoute 24/7, accompagnements. Suivis, interventions, consultations, prévention, sensibilisation pour femmes et enfants violentés.</p>
<p><b>L'EntourElle</b> Case postale 935 Fort-Coulonge, Qc, J0X1V0 Tél. : 819 683-2709</p>	<p>Aide, hébergement, écoute 24/7, interventions, suivis, accompagnements, consultations, prévention, sensibilisation et réhabilitation pour femmes et enfants violentés et/ou en difficulté.</p>
<p><b>La maison d'hébergement pour Elles des Deux Vallées</b> Case postale 2993 Gatineau, secteur Buckingham, Qc, J8L 2X5 Tél. : 819 986-8286</p>	<p>Aide, hébergement, écoute 24/7, accompagnement, suivi, consultation, réhabilitation pour femmes et enfants violentés.</p>
<p><b>La Maison Unies-Vers-Femmes</b> Adresse confidentielle Gatineau, Qc, Tél. : 819-568-4710</p>	<p>Aide, hébergement, écoute 24/7, accompagnement, consultation, suivi, réhabilitation pour femmes et enfants violentés.</p>
<p><b>Le Centre Mechtilde</b> Case postale 79182 Gatineau, secteur Hull, Qc, J8Y 6V2 Tél. : 819 777-2952</p>	<p>Aide et d'hébergement et accompagne dans leur cheminement vers le mieux-être, les femmes et leurs enfants vivant de la violence conjugale ou familiale ou à risque <u>d'itinérance</u>.</p>
<p><b>Maison Libère-Elles</b> Case postale 1705 Chelsea, Qc, J9B 1A1 Tél. : 819 827-4510 (administration) Tél. : 819 827-4044 (ligne d'écoute)</p>	<p>Aide, hébergement, écoute 24/7, accompagnement, suivi, consultation, réhabilitation pour femmes et enfants violentés.</p>
<p><b>Halte-Femme Haute-Gatineau</b> Maniwaki, Qc Tél. : 819-449-4545</p>	<p>Femmes victimes de violence ou en difficultés et enfants. Aide, hébergement, écoute 24/7, accompagnement, suivi, consultation, prévention, sensibilisation et réhabilitation pour femmes et enfants.</p>
<p><b>Le Centre Actu-Elle</b> 501 rue des Pins Gatineau, Qc, J8T 4J3 Tél. : 819-568-0747</p>	<p>Services aux femmes : Rencontres sur autosanté, cours avec garderie, connaissance de soi, participation à des activités organisées par la communauté, aide individuelle et de groupe. Sensibilisation à la violence conjugale et dépistage.</p>
<p><b>Le Centre d'entraide La Destinée</b> 177 ch. De la Savane Gatineau, Qc, J8T 1R2 Tél. : 819-561-7474</p>	<p>Services offerts aux femmes : Cafés rencontres et thématiques, ateliers de groupes, connaissance de soi, activités éducatives et spéciales, aide individuelle et de groupe, implication collective, prévention, dépistage et sensibilisation à la violence conjugale.</p>
<p><b>Espace Outaouais</b> 194 boul. St-Joseph, suite 200 Gatineau, Qc, J8Y 3W9 Tél. : 819-771-1546</p>	<p>Programme de prévention de toutes les formes de violence faite aux enfants en collaboration avec différents milieux de vie: écoles, CPE, groupes sportifs ou de loisirs et autres.</p>
<p><b>L'Antre-Hulloise inc.</b> 16 rue Bériault, C.P. 1144, Succ. B Gatineau, Qc, J8X 3X5 Tél : 819-778-0997</p>	<p>L'Antre-Hulloises Inc. a développé un programme de sensibilisation et de prévention à la violence conjugale s'adressant à des jeunes femmes de 16 à 29 ans.</p>
<p><b>Sos Violence conjugale</b> 1 800 363-9010 438-601-1211 — Texto</p>	<p>La mission de SOS violence conjugale est de contribuer à la sécurité des victimes de violence conjugale et à la réduction de la violence conjugale et de ses conséquences en offrant des services à toutes les personnes touchées par la violence conjugale.</p>

<p><b>Service d'aide au conjoint (SAC)-Hommes seulement</b> 10000 Rue Lajeunesse, Montréal, QC H3L 2E1</p> <p>514.384.6296</p>	<p>Le SERVICE D'AIDE AUX CONJOINTS (SAC) est un organisme sans but lucratif s'adressant aux hommes vivant des difficultés conjugales dans une perspective d'intervention, de sensibilisation, de responsabilisation et de prévention de la violence conjugale.</p>
--	--

## Grossesse / Avortement

<p><b>Clinique des femmes de l'Outaouais</b> 228 boul. St-Joseph, local 201 Gatineau, Qc, J8Y 3X4 Tél.: 819-778-2055</p>	<p>Consultations en contraception, info-référence en planning des naissances et sexualité, interruption volontaire de grossesse, counseling.</p>
<p><b>L'Antre-Hulloise inc.</b> 16 rue Bériault, C.P. 1144, Succ. B Gatineau, secteur Hull, Qc, J8X 3X5 Tél. : 819 778-0997</p>	<p>Services offerts aux femmes et adolescentes enceintes : rencontres sur l'auto-santé, connaissance de soi, participation à des activités organisées par la communauté, aide individuelle, sensibilisation à la violence conjugale et au dépistage.</p>
<p><b>Naissance-Renaissance Outaouais</b> 115-B boul. Sacré-Cœur, Gatineau, Qc, J8X 1C5 Tél. : 819-561-4499 Site web: <a href="http://www.nroutaouais.ca">www.nroutaouais.ca</a></p>	<p>Soutien aux parents durant la période entourant la naissance: soutien à l'allaitement (Nourri-Lait), accompagnement à la naissance, relevailles, info-référence.</p>
<p><b>Maison de naissance de l'Outaouais</b> 76, avenue Gatineau Gatineau (Québec) J8T 4J4 Tél. : 819 966-6585 Télé. : 819 966-6586 <a href="mailto:07_cisssso_MDN@ssss.gouv.qc.ca">07_cisssso_MDN@ssss.gouv.qc.ca</a> <a href="https://cisss-outaouais.gouv.qc.ca/obtenir-un-service/avoir-un-enfant/maison-de-naissance-de-loutaouais/">https://cisss-outaouais.gouv.qc.ca/obtenir-un-service/avoir-un-enfant/maison-de-naissance-de-loutaouais/</a></p>	<p>La Maison de naissance de l'Outaouais est composée de 1 responsable, de 14 sages-femmes, de 4 aides natales et 2 agentes administratives dans de nouvelles installations neuves depuis 2016. La sage-femme est une professionnelle de la santé diplômée d'un programme universitaire en pratique sage-femme et est membre de l'Ordre des sages-femmes du Québec.</p>

## Familles, parents, enfants

<p><b>Équipe Soutien-Famille</b> 67, rue principale Gatineau, secteur Aylmer, Qc, J9H 3L4 Tél. : 819 682-2037</p>	<p>Répît, accompagnement, activités sociales, support aux familles en difficultés. Service de garde de jour-soir-fin de semaine.</p>
<p><b>Espace Outaouais inc.</b> 194, Boulevard Saint-Joseph, suite 200 Gatineau, secteur Hull, Qc, J8Y 3W9 Tél. : 819 771-1546</p>	<p>Service à la famille : Prévention de tous types d'abus commis envers les enfants de 2 à 12 ans. Sensibilisation des adultes et des enfants à cette situation.</p>
<p><b>Espoir Rosalie</b> 763, rue St-Louis Gatineau (QC) J8T 2S9 Téléphone : 819-243-7663 Télécopieur : 819-243-7648</p>	<p>Service à la femme monoparentale (mères célibataires). Rencontres de croissances; estime de soi. Ateliers thématique, accueil inconditionnel, écoute, accompagnement, garde de répît.</p>
<p><b>L'Association des familles monoparentales et recomposées de l'Outaouais (L'AFMO)</b> 85, boul. St-Joseph Gatineau, secteur Hull, Qc, J8Y 3W6 Tél. : 819 771-3269</p>	<p>Éducation familiale et personnelle. Activités parents-enfants. Médiation communautaire pour familles recomposées. Service de surveillance parentale. Programme de pré-employabilité pour famille monoparentales.</p>
<p><b>L'Alternative Outaouais</b> 768 boul. St-Joseph, bureau 202 Gatineau, Qc, J8Y 4B8</p>	<p>Promotion, formation et intervention à la résolution pacifique de conflits, la médiation et à la justice alternative; médiation</p>



Tél. : 819-595-1106 Site web: www.laltou.com	gratuite. Gestion et application de programme extrajudiciaires et judiciaires.
<b>Les Enfants de l'espoir (MF)</b> 81 rue St-Henri Gatineau, Qc, J8X 2Y1 Tél. :819-778-5259	Services d'aide et d'entraide aux familles avec approche adaptée, support et encadrement. Offrir un lieu d'appartenance, de rencontre pour les familles afin de développer des compétences parentales.
<b>Maison de la famille</b> 69 avenue Gatineau, Gatineau, Qc, J8T 4J4 Tél. : 819-568-6830	Défendre et promouvoir les intérêts des familles. Centre de services Nathalie Tremblay, Présidente communautaire. Entraide familiale.

<b>Personnes démunies et banques alimentaires</b>	
<b>Banque alimentaire de la Petite Nation</b> 1264 route 317 Ripon, Qc, J0V 1V0 Tél. : 819-983-3191	Centre de distribution d'aliments aux personnes et familles démunies.
<b>Banque alimentaire  Service entraide (BASE)</b> 66, rue Eddy Gatineau (Québec) J8X 2W2 819 770-5601 poste 101 accueil.base@gmail.com	Centre de distribution alimentaire et service d'intervenante/agent de liaison destinés aux personnes démunies du secteur de l'île de Hull et des environs. <i>*anciennement Manne de l'île*</i>
<b>Bouffe-Pontiac</b> 2 rue Elsie Campbell's Bay, Qc, J0X 1K0 Tél. : 819-648-2550	Dépannage alimentaire, livraison de dépannage alimentaire, Magasin Partage, Magasin Partage de Noël, Cuisines Collectives, Jardin Collectif.
<b>Centre alimentaire Aylmer</b> 67 rue du Couvent Gatineau, secteur Aylmer, Qc, J9h 6A2 Tél. : 819 684-0163	Aide alimentaire aux familles démunies ainsi qu'insertion sociale auprès des familles.
<b>Comité Solidarité Gatineau-Ouest</b> 1096, rue Saint-Louis Gatineau, Qc, J8T 2R7 Tél. : 819 246-2029	Services offerts aux individus et aux familles qui éprouvent des difficultés sociales et économiques.
<b>Entraide familiale de l'Outaouais</b> 396 rue Notre-Dame Gatineau, Qc, J8P 1L5 Tél. : 819 669-0686	Cueillette et don de meubles et petits électroménagers, écoute, support psychologique et aide dans l'acquisition de mobilier.
<b>La maison de l'Amitié de Hull</b> 58, rue Hanson Gatineau, secteur Hull, Qc, J8Y 3M5 Tél. : 819 772-6622	Intervention de quartier auprès des familles et citoyens démunis et vulnérables.
<b>La Mie de l'entraide</b> 129 rue Joseph Gatineau, secteur Buckingham, Qc, J8L 1G1 Tél. : 819-281-3231	Distribution de denrées alimentaires aux personnes dans le besoin.
<b>La Soupe populaire de Hull inc.</b> 297 boul. des Allumettières Gatineau, secteur Hull, Qc, J8X 2S7 Tél. : 819 778-0173	Accueillir toute personne vivant une situation de précarité financière, sociale ou personnelle. Interventions personnelles et de groupe. Activités d'informations, de formation et de



	réinsertion. Service de repas-midi, logements sociaux et volet de fiducie volontaire.
<b>La soupière de l'Amitié de Gatineau inc.</b> 144, Jean-René-Monette Gatineau, Qc, J8P 5B7 Tél. : 819 663- 6777	Services aux familles démunies : Centre où on sert des repas aux personnes défavorisées, cueillette de nourriture, accueil, écoute.
<b>Le Grenier des Collines</b> 2-34 chemin de l'Église Val-des-Monts, Qc. J8N 2A1 Tél. : 819-457-1010	La mission du Grenier des Collines est d'assurer la sécurité alimentaire des personnes dans le besoin sur le territoire de la MRC des Collines de l'Outaouais.
<b>L'entraide de la Vallée</b> 446 de la Montagne Maniwaki, Qc, J9E 1K6 Tél. : 819-441-3596	Fournir une aide alimentaire aux personnes démunies via les organismes de dépannage locaux.

<b>Personnes ayant des problèmes de santé mentale</b>	
<b>Aidants unis pour recréer ensemble des soutiens</b> 230 rue des Drapeurs Gatineau, Qc, J9J 1K5 Tél. : 819-557-0789	Service d'accompagnement donné par des usagers en santé mentale (appelés pairs aidants) pour d'autres usagers en santé mentale ayant pour but de briser l'isolement social de ces deux groupes de personnes.
<b>Aire ouverte</b> Téléphone : 819 966-6220 Courriel : 07.aire_ouverte@ssss.gouv.qc.ca <a href="https://cisss-outaouais.gouv.qc.ca/obtenir-un-service/obtenir-des-services-pour-les-jeunes-et-leur-famille/aire-ouverte/#RS">https://cisss-outaouais.gouv.qc.ca/obtenir-un-service/obtenir-des-services-pour-les-jeunes-et-leur-famille/aire-ouverte/#RS</a> Faire demande par téléphone ou courriel. Se déplace et gratuit	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Faciliter l'accès aux services pour les jeunes de 12 à 25 ans</li> <li>• Rejoindre les jeunes qui ne viennent pas dans les services</li> <li>• Rejoindre les jeunes en situation de vulnérabilité ou de désaffiliation sociale</li> <li>• Améliorer la transition entre les services jeunesse et adulte</li> <li>• En complémentarité avec les services existants</li> </ul>
<b>CAP santé Outaouais</b> 92 boul. St-Raymond, bureau 304 Gatineau, Qc, J8Y 1S7 Tél. : (819) 771-2277 ou 1-800-363-0718 Site web: www.capsante-outaouais.org	Organisme en promotion de la santé mentale et du mieux-être des personnes et des collectivités. Outils et ateliers pour une bonne santé mentale. Service d'information et de référence vers les groupes d'entraide et de soutien. Accompagnement à la création de groupes d'entraide. Programme de promotion des conduites pacifiques à l'école primaire.
<b>Droits-Accès de l'Outaouais</b> 145 rue Eddy Gatineau, Qc, J8X 2W7 Tél. : 819-777-4746 Site web: <a href="http://www.droitsaccés.com/">http://www.droitsaccés.com/</a>	Offre une démarche individuelle ou collective, d'aide, d'accompagnement et de promotion en défense de droits, aux personnes fragilisées par un problème de santé mentale et dont les droits sont lésés ou sont susceptibles d'être lésés.
<b>La Maison Alonzo Wright</b> 2425-A rue Saint-Louis Gatineau, Qc, J8V 1E7 Tél. : 819-246-7277 Site web: <a href="http://www.maisonalonzowright.com">www.maisonalonzowright.com</a>	Lieu d'accueil et de cheminement pour tous ceux vivant une situation difficile et étant à la recherche d'un sens à l'existence.
<b>L'Apogée – Association pour parents et amis de la personne ayant un problème de santé mentale</b> 92 boul. St-Raymond, bureau 304 Gatineau, Qc, J8Y 1S7 Tél. : 819-771-6488 Site web: <a href="http://www.lapogee.ca">www.lapogee.ca</a>	Association pour les parents et amis de la personne adulte vivant avec un trouble de santé mentale. Services offerts : accueil, suivi individuel, entraide, soutien, ateliers de formation, informations, programme de répit-dépannage, sensibilisation.

<p><b>La Maison Réalité</b>  10, rue Jeanne D'Arc Gatineau  (Québec) J8Y 2H2  819 776-1214  <a href="https://www.maisonrealite.org/a-propos/mission/info@maisonrealite.org">https://www.maisonrealite.org/a-propos/mission/info@maisonrealite.org</a></p>	<p>Permettre aux adultes ayant des troubles de santé mentale de se rétablir et réaliser leur plein potentiel par un accompagnement personnalisé et axé sur les forces.</p>
<p><b>Centre Inter-Section</b>  1232, boulevard Saint-René Ouest,  Gatineau, QC. J8T 6H3  Téléphone: 819-568-4555  Fax: 819-568-9567  <a href="https://www.inter-section.ca">https://www.inter-section.ca</a></p> <p>Heures d'ouvertures sont du lundi au vendredi de 8h30 à 16h00 et le samedi de 10h00 à 16h00.</p>	<p>Le Centre de rétablissement est un organisme communautaire visant la réadaptation et la réinsertion sociale de personnes ayant un problème de santé mentale tout en apportant un soutien aux endeuillés par suicide.</p> <p>Notre philosophie est basée sur le concept du rétablissement qui met de l'avant l'appropriation du pouvoir d'agir tout en favorisant l'utilisation de l'approche par les forces.</p> <p>L'équipe de professionnels du Centre Inter-Section s'appuie sur les données probantes et innovantes afin de soutenir votre rétablissement.</p>
<p><b>Les Habitations Nouveau Départ</b>  163-165 boul. Maloney Ouest  Gatineau, Qc, J8P 3V6  Tél. : 819-893-1223  Site web: <a href="http://www.hndgatineau.org">www.hndgatineau.org</a></p>	<p>Hébergement social, soutien au logement pour personne ayant des problèmes de santé mentale.</p>
<p><b>Le Boulev'art de la Vallée</b>  132, rue MacLaren Est  Gatineau (QC) J8L 1K1  Téléphone: 819-281-0680  Courriel: <a href="mailto:coordoboulevard@hotmail.com">coordoboulevard@hotmail.com</a>  -----Petite-Nation-----  68, rue Principale  St-André-Avellin (QC) J0V 1W0  Téléphone: 819-516-0681  Email: <a href="mailto:coordoboulevardpn@hotmail.com">coordoboulevardpn@hotmail.com</a></p>	<p>Le Boulev'Art de la Vallée est un organisme communautaire autonome à but non lucratif dont la mission consiste à offrir des services de réadaptation et d'intégration sociale en santé mentale sur le territoire du comté de Papineau. L'organisme vise à favoriser l'entraide, le soutien et l'autonomie de la clientèle adulte desservie.</p>
<p><b>Maison amitié de la Haute-Gatineau</b>  108 rue Christ Roi  Maniwaki, Qc, J8Z 1P5  Tél. : 819-449-6777</p>	<p>Réadaptation, réinsertion sociale et professionnelle. Hébergement structuré pour personne avec une santé mentale précaire à sévère et persistante.</p>

<b>TSA</b>	
<p><b>Trait-d'Union Outaouais</b>  109, rue Wright, bureau 104  Gatineau (Québec) J8X 2G7  Tél. : 819 595-1290</p>	<p>Nous offrons des services aux personnes autistes de la région pour favoriser leur intégration dans la communauté. Nos services s'adressent aussi aux familles des personnes autistes.</p> <p>TUOI dessert d'abord et avant tout les personnes autistes ou ayant un trouble du spectre de l'autisme (TSA). Il offre aussi des services aux personnes qui ont obtenu un diagnostic de troubles envahissants du développement (TED), tel que le syndrome d'Asperger, les TED non-spécifié et autres.</p>

<b>Personnes immigrantes</b>	
<b>Accueil-Parrainage Outaouais</b> 124, rue Jeanne d'Arc Gatineau, secteur Hull, Qc, J8Y 2H7 Tél. : 819 777-2960	Accueil, adaptation, intégration, accompagnement, services d'interprètes, dépannage pour personnes immigrantes.
<b>Association des femmes immigrantes de l'Outaouais (L'AFIO)</b> 109 rue Wright, bureau 009 Gatineau, secteur Hull, Qc, J8X 2G7 Tél. : 819 776-6764 Site web : <a href="http://www.afio.ca">www.afio.ca</a>	Aide à l'intégration, accompagnement, soutien, information, référence, rencontres thématiques, intervention psychosociale auprès des femmes immigrantes victimes de violence conjugale, et en difficulté d'adaptation, sensibilisation à la diversité culturelle, assistance à la recherche d'emploi et cours de francisation et d'harmonisation culturelle.
<b>Premières Nations et Inuits</b>	
<b>Ligne d'écoute d'espoir pour le mieux-être</b> <b>Service de counseling par clavardage</b> Ligne sans frais le 1-855-242-3310, 24 sur 24, 7 jours sur 7 Site web : <a href="https://espoirpourlemieuxetre.ca">https://espoirpourlemieuxetre.ca</a>	La Ligne d'écoute d'espoir pour le mieux-être apporte une aide immédiate en offrant du counseling et des services d'intervention en cas de crise à tous les peuples autochtones au Canada. Des conseillers expérimentés, sensibilisés aux réalités culturelles sont disponibles.
<b>VIH/SIDA</b>	
<b>Bureau régional d'action SIDA (B.R.A.S.)</b> 109, rue Wright- Suite 03 Gatineau, Qc, J8X 2G7 Tél.: 819-776-2727 Site web : <a href="http://www.lebras.qc.ca">www.lebras.qc.ca</a>	Services offerts aux personnes vivant avec le VIH/SIDA et leurs proches et aux groupes vulnérables au VIH/SIDA : éducation à la prévention, promotion de la santé, counseling individuel, groupes d'entraide, ateliers de formation, accompagnement, soutien à l'hébergement.
<b>Hommes violents</b>	
<b>Donne-toi une chance</b> 1939, Boul. St-Louis, local 4 Gatineau, Qc, J8T 4H5 Tél. : 819-205-1451 Site web : <a href="http://www.donne-toi-une-chance.org">www.donne-toi-une-chance.org</a>	Offrir un lieu d'accueil, d'aide et d'intervention adapté aux hommes vivant des problèmes reliés : à ses relations interpersonnelles; à une période de transition (rupture, pertes, etc.); à une dynamique de violence conjugale- familiale.
<b>Deuil</b>	
<b>Entraide-Deuil de l'Outaouais</b> 115, boul. Sacré-Cœur, bureau 202 Gatineau, Qc, J8X 1C5 Tél.: 819- 770-4814 Site web : <a href="http://entraide-deuil.qc.ca">http://entraide-deuil.qc.ca</a>	Groupes d'entraide, d'écoute et de partage pour les personnes vivant un deuil à la suite d'un décès (multiclientèles, dont le deuil animalier). Approche globale, d'avant à après le deuil.
<b>Orientation sexuelle</b>	
<b>Jeunesse Idem</b> 109 rue Wright, bureau 007 Gatineau, Qc, J8X 2G7 Tél. : 819.776-1445	Soutien et écoute auprès des jeunes gais, lesbiennes, bissexuels(les), transgenre, transsexuels(les). Promotion des relations interpersonnelles saines. Sensibilisation de la population aux conséquences de l'homophobie et de la transphobie.

<p><b>Trans-Outaouais</b>  Contactez : Ève  Tél.: 819-771-2277  <a href="https://www.transoutaouais.com/services">https://www.transoutaouais.com/services</a></p>	<p>Groupe d'entraide et de discussion visant les personnes transsexuelles, intersexes, ou en questionnement sur leur identité ainsi qu'à leurs proches, et ce, à n'importe quelle étape de leur cheminement. Le groupe a pour but de favoriser le dialogue, l'échange et briser l'isolement dans le respect mutuel. Il offre aussi un endroit sécuritaire, confidentiel favorisant l'accueil de la diversité pour la communauté Transgenre de l'Outaouais.</p>
<p><b>Interligne</b>  <a href="https://interligne.co/ressources">https://interligne.co/ressources</a>  1-888-505-1010</p>	<p>Interligne est un organisme de première ligne qui, par ses services d'écoute, d'intervention et de sensibilisation, contribue au mieux-être des personnes concernées par la diversité sexuelle et la pluralité des genres.</p> <p>Services :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ligne d'écoute 24/24 7 jours sur 7</li> <li>• Programmes jeunesse</li> <li>• Programmes pour personnes âgées</li> <li>• Programmes violences</li> <li>• Clinique juridique</li> <li>• Services en milieux professionnels</li> </ul>
<h3>Troubles d'apprentissage</h3>	
<p><b>Association Québécoise des troubles d'apprentissage (AQETA)</b>  Tél. : 819 777-3126  Courriel : <a href="mailto:info@aqetaoutaouais.qc.ca">info@aqetaoutaouais.qc.ca</a></p>	<p>Soutien, formation et activités pour les gens ayant des troubles d'apprentissage</p>
<h3>Troubles alimentaires</h3>	
<p><b>ANEB Anorexie et boulimie Québec</b>  Tél. : 1 800-630-0907  Site web : <a href="https://anebquebec.com">https://anebquebec.com</a></p>	<p>Aide immédiate, spécialisée et gratuite aux personnes atteintes d'un trouble du comportement alimentaire et à leurs proches.</p>
<h3>Aide relative aux finances et à l'endettement</h3>	
<p><b>Association coopérative d'économie familiale de l'Outaouais (ACEFO)</b>  109 rue Wright Bureau 102  Gatineau, Québec, J8X 2T9  Tel. :819-770-4911</p>	<p>Depuis 1966, l'Association coopérative d'économie familiale de l'Outaouais (ACEFO) regroupe, sous forme de coopérative, les consommateurs et consommatrices de tout l'Outaouais. L'ACEFO défend vos droits et vous offre des services dans le domaine du budget, de l'endettement et de la consommation. Elle privilégie les valeurs de solidarité, de justice sociale et d'autonomie économique.</p>
<h3>Recherche d'emploi</h3>	
<p><b>Réseau Outaouais : Insertion sociale et professionnelle</b>  200-109, rue Wright  Gatineau, Qc, J8X 2G7  Tél. : 819-770-7129  Site web : <a href="http://www.reseauoutaouais.qc.ca/">http://www.reseauoutaouais.qc.ca/</a></p>	<p>Offre aux personnes sans emploi aux prises avec des problématiques multiples (santé mentale, physique, sous-qualification, sous-emploi ou insertion socioéconomique). Offre des services d'évaluation, d'accompagnement et de formation favorisant l'autonomie et le cheminement vers une intégration sociale et professionnelle réussie.</p>
<p><b>Carrefour jeunesse-emploi de l'Outaouais (CJEO)</b>  350, boul. de la Gappe  Gatineau, Qc, J8T 7T9  Tél. : 819 561-7712  Courriel : <a href="mailto:info@cjeo.qc.ca">info@cjeo.qc.ca</a>  Site web: <a href="http://www.cjeo.qc.ca">www.cjeo.qc.ca</a></p>	<p>La mission du Carrefour jeunesse emploi de l'Outaouais (CJEO) est d'offrir des services qui visent à améliorer les conditions de vie des jeunes adultes de 16 à 35 ans en les accompagnant dans leur cheminement vers l'emploi, vers un retour aux études ou vers le démarrage d'une entreprise. Il est, pour le jeune adulte, un lieu d'accueil, d'aide et de valorisation dans sa démarche</p>

<p><b>Carrefour jeunesse-emploi Papineau (CJEP)</b>  112, rue Maclaren Est  Gatineau, secteur Buckingham Qc, J8L 1K1  Tel : 819 986-5248  <a href="http://cjepapineau.qc.ca">http://cjepapineau.qc.ca</a></p>	<p>Le Carrefour jeunesse-emploi Papineau (CJEP) a pour mission d'offrir aux personnes âgées de 12 à 99 ans des services personnalisés visant à améliorer leurs conditions de vie, augmenter leur niveau d'employabilité et favoriser leur intégration sur le marché de l'emploi ou vers un retour aux études.</p>
<p><b>La Relance</b>  270, boul. des Allumettières,  Gatineau, Qc, J8X 1N3  Tél. : 819 770-6444  Site web : <a href="https://lareance.ca">https://lareance.ca</a></p>	<p>La Relance s'engage à offrir, à chaque personne qui le désire, de s'intégrer à un emploi qui lui convient, par ses services et ses entreprises. La Relance encourage l'innovation pour mettre en œuvre des solutions durables au développement de l'emploi, à l'insertion sociale et au respect de l'environnement. Elle mobilise pour ce faire, les talents de tous ses employés et s'associe aux compétences des partenaires de son milieu.</p>
<p><b>L'Envol SRT inc</b>  92, boul. St-Raymond, bureau 302  Gatineau (Québec) J8Y 1S7  Tel. 819-770-1622  <a href="https://www.envolsrt.org/">https://www.envolsrt.org/</a></p>	<p>L'Envol SRT est un organisme communautaire régional sans but lucratif dont la mission consiste à favoriser l'accès et le maintien au travail ou aux études pour des adultes ayant rencontré des difficultés de santé mentale.</p> <p>Des programmes de réintégration au travail et de prévention et de promotion de la santé au travail sont aussi offerts</p>
<p><b>SITO-</b>  4, rue Taschereau, bureau 400  Gatineau Québec  J8Y 2V5  1 (819) 776-2260  <a href="mailto:info@sito.qc.ca">info@sito.qc.ca</a>  <a href="http://www.sito.qc.ca">www.sito.qc.ca</a></p>	<p>Mission :  L'intégration des personnes immigrantes à la société québécoise par leur insertion en emploi et leur intégration économique</p> <p>Vision :  Être reconnu pour l'excellence de ses services et programmes et comme un joueur incontournable dans l'intégration de la main d'œuvre immigrante.</p>

## Cyberviolence

<p><b>StopLesCyberviolences</b>  <a href="https://stoplescyberviolences.ca/aide-aux-victimes/">https://stoplescyberviolences.ca/aide-aux-victimes/</a></p>	<p>Site web avec diverses ressources en lien avec diverses problématiques (violence sexuelle, intimidation, suicide).  Explication des recours légaux et de la médiation avec lien pour trouver les organismes de la région.</p>
<p><b>Clinique de cyber-criminologie (Université de Montréal)</b>  <a href="https://www.clinique-cybercriminologie.ca/">https://www.clinique-cybercriminologie.ca/</a></p>	<p>Offrir un support personnalisé aux victimes de cyberfraude, vol d'identité et valoriser un cyber hygiène.</p>