

Vous avez des questions ou des inquiétudes à propos de la COVID-19 ?

SI VOUS AVEZ DES SYMPTÔMES ET VOUS PENSEZ ÊTRE ATTEINT: 1 877 644-4545

VOUS VOULEZ DES INFORMATIONS SUR LA SITUATION GÉNÉRALE ET SON ÉVOLUTION: quebec.ca/coronavirus

VOUS DÉSIREZ DEVENIR BÉNÉVOLE ?
CONTACTEZ LE CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE AU: 418 986-4649
OU INSCRIVEZ-VOUS ICI: Jebenevole.ca

MESSAGE IMPORTANT

On se protège!



On reste à la maison et on sauve des vies



On respecte les directives du gouvernement et de la santé publique



On respecte le confinement et la distanciation sociale



Lavez-vous les mains le plus souvent possible

Centre intégré de santé et de services sociaux des Îles

Québec



Les Îles-de-la-Madeleine Municipalité

ASSEMBLÉE NATIONALE DU QUÉBEC

JOËL ARSENEAU
Député des Îles-de-la-Madeleine



Téléphone: 418 986-1489
Courriel: diane.lebouthillier.C2@parl.gc.ca

Services de soutien à la population des Îles



L'ENTRAIDE et la SOLIDARITÉ sont la clé pour faire face aux difficultés. Des services sont offerts mais rien ne remplace les gestes des membres de la famille, des voisin(e)s ou des ami(e)s pour s'aider les uns et les autres à surmonter ce défi collectif!

Dans le contexte dans lequel nous vivons actuellement, il est tout à fait normal de se sentir dépassé par les événements. N'hésitez surtout pas à demander ou à accepter de l'aide!

Nous remercions d'ailleurs les organismes et organisations qui ont contribué à la démarche et pour le travail exceptionnel qu'ils font auprès de la population.

quebec.ca/coronavirus

 1 877 644-4545



Vous vivez de la détresse?



CLSC – Accueil psychosocial

De 8h30 à 12h et de 13h à 16h30

☎ 418 986-2572

Info social Service 24/7

☎ 811 option 2

Ligne de prévention du suicide Service 24/7

☎ 1-866-APPELLE (1-866-277-3553)

Guide d'autosoins

📄 publications.msss.gouv.qc.ca/msss/document-002491

Centre communautaire L'Éclaircie

(Personnes vivant avec des problèmes de santé mentale et leurs proches)

☎ 418 986-6456

Possibilité de visioconférence, skype, facetime, etc.

APHI (Personnes handicapées)

☎ 418 986-5535

Association TCC/ACV

(Personnes TCC et ACV et de leurs proches.)

☎ 418 969-7108

ADEQ (Autisme)

☎ 1-877-725-2575 (Équipe de Rimouski)

CAVAC GIM (Victimes d'actes criminels)

☎ 418 986-4044

CALACS (Victimes de violence à caractère sexuel)

✉ info@calacsdesiles.com

📘 CALACS l'espoir des îles

☎ 418 986-6111

Groupe d'entraide de la fibromyalgie et des douleurs chroniques des Îles

✉ groupefibrodesiles@hotmail.com

📘 facebook.com/groupefibrodesiles

☎ 418 937-6964

* Possibilité de textos, Messenger ou Facetime

Regroupement des femmes La Sentin'Elle

(Soutien aux femmes)

✉ cdflasentinelle@hotmail.com

📘 Regroupement des femmes LaSentin'Elle

☎ 418 986-4334

Groupe d'entraide allaitement SEIN-PATHIQUE

✉ Courriel: <https://facebook.com/allaitement.seinpathique>

📘 Facebook: Allaitement Sein-pathique

☎ 418 937-9382

Carrefour Unité

(Personnes souffrant de dépendance ainsi que leurs proches)

✉ info@carrefourunite.com

📘 Carrefour Unité

☎ 418 986-2233

L'APPUI aux proches aidants d'aînés

(Répit aux proches aidants)

☎ 418 969-7134

Société Alzheimer Point de service des Îles

(Soutien aux proches aidants)

☎ 418 969-7134

Hommes & Gars (Soutien aux hommes)

☎ 418 986-1811

Maison de la famille L'Embellie (Soutien familial)

✉ embellie@gmail.com

📘 Maison de la famille L'Embellie

☎ 418-969-4040

CAMI

✉ Courriel: helena@micami.ca

☎ Téléphone: 418 937-6085

Vous voulez de l'aide pour vos besoins essentiels?



Centre d'action bénévole

(Livraison d'épicerie de dépannage)

☎ 418 986-6389 (Du lundi au vendredi)

Entraide communautaire des Îles

(Service d'aide alimentaire et autres besoins primaires)

☎ 418 986-3240

Maison d'aide et d'hébergement l'Accalmie

(Femmes victimes de violence)

☎ 418 986-5044

Fonds d'entraide de Grande-Entrée

(Personnes et familles vivant en situation de précarité financière)

☎ 418 985-2228

Maison à Damas (Hébergement d'urgence)

☎ 418 986-6631

Pharmacie Jean Coutu (Service de livraison)

☎ 418 986-2700

Message privé facebook: 📘 Jean Coutu Iles-de-la-Madeleine

Pharmacie Proxim Lapierre, Lapierre & Patton

(Service de livraison / Ramassage sur place)

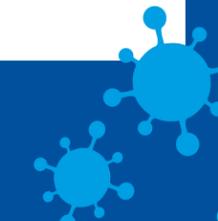
☎ 418 986-3133

✉ commandeproxim@hotmail.com

Message privé facebook: 📘 proximllp

Application mobile: Groupe Proxim

Vous êtes un jeune et avez besoin d'aide ?



CLSC- Accueil jeunesse/clinique jeunesse

☎ 418 986-2572

Centre jeunesse

☎ 418 986-2230 (Point de services des Îles)

Pour faire un signalement:

☎ 1-800-463-4225 (Jour)

☎ 1-800-463-0629 (Soir)

Commission scolaire

📘 csdesiles

☎ Centre administratif: 418 986-5511 poste 1101

Service de garde d'urgence: 418 986-5511 poste 2730

Carrefour jeunesse emploi des Îles

✉ info@cjedesiles.qc.ca

📘 Carrefour jeunesse-emploi des Îles

☎ 418 986-2536

Maison des jeunes des Îles

✉ mdj@ilesdelamadeleine.ca

📘 Maison des Jeunes des Îles

☎ Téléphone: 418 986-4080

Maison des jeunes l'Hav'nir de Havre-Aubert

📘 Maison des jeunes de Havre-Aubert

☎ 418 937-2597 (Boîte vocale)

Maison des jeunes de l'Est

Groupe Messenger pour urgence

Travailleur de milieu – Mario Pichette

📘 Mario Tdm ☎ 418 937-4417

Vous avez des questions concernant vos obligations financières?

Caisse populaire Desjardins Des Ramées

☎ 418 986-2319, *Lavernière* 7086221, *Cap-aux-Meules* 7086321, *Fatima* 7096221, *Havre-Aubert* 7086421, *Grande-Entrée* 7086438

🌐 www.desjardins.com/caissedesramees

Caisse populaire Desjardins de Havre-aux-Maisons

☎ 418 969-2266, poste 7097227

🌐 www.desjardins.com/81540027 section commentaires

Banque Nationale

☎ 418 986-2335

* Veuillez également vérifier avec vos fournisseurs de services

Soutien aux entreprises et aux travailleurs

🌐 www.quebec.ca
information sur le COVID-19, section entreprises et travailleurs

🌐 www.canada.ca
Coronavirus (COVID-19), section soutien financier et économique

Vous avez des questions en lien avec des aspects municipaux ou provinciaux ?

Municipalité des Îles

☎ 418 986-3100 * Possibilité de visioconférence

Bureau du député des Îles-de-la-Madeleine à l'Assemblée nationale, M. Joël Arseneau

✉ Joel.arseneau.idlm@assnat.qc.ca 📘 [JoelarseneauDepute](https://www.facebook.com/JoelarseneauDepute)

☎ 418 986-4140

Municipalité de Grosse-Île

☎ 418 985-2510

Vous avez perdu votre emploi dû au COVID-19 ou vous êtes inquiets pour un proche qui séjourne à l'étranger ?

Bureau du député fédéral

(Adjoint de circonscription, Benoît Cormier)

☎ 418 986-1489