

SERVICES ESSENTIELS DE SOUTIEN À LA POPULATION BAIE-DES-CHALEURS/LES PLATEAUX EN PÉRIODE DE LA COVID-19

Dernière mise à jour : 23 juin 2020 – **VERSION ESTIVALE. PAS D'AUTRES MISES À JOUR PRÉVUES POUR LES PROCHAINS MOIS D'ÉTÉ, NI À L'AUTOMNE. HORAIRES ET OFFRES DE SERVICES SUJETS À CHANGEMENTS.**



ENGLISH VERSION ALSO AVAILABLE: [CLICK HERE](#).

- Les équipes en développement social des MRC d'Avignon et Bonaventure ont colligé et rassemblé des informations concernant les **services essentiels disponibles pour les personnes les plus vulnérables** dans la Baie-des-Chaleurs et sur les Plateaux.
- Le contenu rassemblé ci-dessous s'adresse à la population ainsi qu'aux employés et bénévoles des organismes communautaires, institutions, municipalités, clubs sociaux et autres acteurs et citoyens qui œuvrent en soutien aux personnes en situation de vulnérabilité de nos communautés.
- **Cet outil est en constante évolution.** Il sera mis à jour chaque semaine tant que des modifications ou des ajouts seront apportés.
- **Services essentiels répertoriés dans cet outil :**
 - Services municipaux
 - Dépannage alimentaire et popote roulante
 - Alimentation : vente et livraison
 - Pharmacies
 - Nouvelle section : Friperies
 - Services aux aînés
 - Services enfance-jeunesse-famille
 - Services adultes
 - Services en santé mentale (soutien psychosocial)
 - Transport collectif

IMPORTANT : Pour toute question médicale, composer sans frais le **1-877-644-4545** ou visiter la plateforme d'information pour la Gaspésie du CISSSS. <https://www.ciass-gaspesie.gouv.qc.ca/coronavirus-19/>.

Pour toute situation de **détresse psychologique et idées suicidaires**, composer sans frais le **1-866-APPELLE**.

VOUS SOUHAITEZ AIDER ? INSCRIVEZ-VOUS SUR LA PLATEFORME [JEBENEVOLE.CA](https://www.jebenevole.ca) !

L'entraide et la solidarité sont la clé du soutien aux personnes vulnérables. 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!

TABLE DES MATIERES

SERVICES MUNICIPAUX	3
DEPANNAGE ALIMENTAIRE ET POPOTES ROULANTES	4
ALIMENTATION : VENTE ET LIVRAISON.....	5
MRC AVIGNON	5
MRC DE BONAVENTURE	6
PHARMACIES.....	8
MRC AVIGNON	8
MRC DE BONAVENTURE	9
FRIPERIES	10
MRC AVIGNON	10
MRC DE BONAVENTURE	10
SERVICES AÎNÉS.....	11
SERVICES ENFANCE-FAMILLE-JEUNESSE.....	13
SERVICES AUX ADULTES	16
SERVICES EN SANTÉ MENTALE (SOUTIEN PSYCHOSOCIAL).....	20
TRANSPORT COLLECTIF.....	21
AUTRES INITIATIVES	21

NOTES POUR L'UTILISATION DU RÉPERTOIRE :

1. Dans chacune des sections, les organismes sont classés par **ordre alphabétique**.
2. Dans les sections où l'information est présentée par MRC, les informations sont classées par ordre alphabétique de municipalité.
3. Lorsque le territoire desservi n'est pas précisé sous le nom de l'organisme, le service est disponible pour toute la population de la Baie-des-Chaleurs et des Plateaux.
4. Les modifications apportées à la version du 4 juin sont surlignées **en jaune**.

SERVICES MUNICIPAUX

Les infrastructures municipales ont amorcé une réouverture progressive. La plupart des Hôtels de ville sont maintenant ouverts. Afin de limiter les risques de propagation de la COVID-19, la population est quand même invitée à téléphoner avant de se déplacer.

Les bibliothèques sont en processus de réouverture. Les aires de jeux et les blocs sanitaires sont préparés progressivement pour accueillir la population qui utilisera les installations. Les centres communautaires et les installations de sports et de loisirs demeurent fermées au public (en date du 4 juin 2020). Quelques camps de jours ouvriront pour la période estivale.

Note importante : Chaque municipalité applique un fonctionnement et des horaires qui lui sont propres et qui sont sujets à changement. Pour de l'information sur les services municipaux, adressez-vous directement à votre municipalité.

MRC Avignon Municipalités	Informations	MRC de Bonaventure Municipalités	Informations
MRC Avignon	418-364-2000 Site Web Page Facebook	MRC de Bonaventure	Site Web Page Facebook
Carleton-sur-Mer	418 364-7073 Site Web Page Facebook	Bonaventure	418-534-2313 Site Web Page Facebook
Escuminac	418 788-5644	Caplan	418-388-2075 caplan@globetrotter.net Site Web Page Facebook
L'Ascension-de-Patapédia	418 299-2024 munic@globetrotter.net Page Facebook	Cascapédia-St-Jules	418-392-4042 mun.cascapediastjules@globetrotter.net
Maria	418 759-3883 Site Web Page Facebook	Hope	418-752-3212
Matapédia	418 865-2917 Page Facebook	Hopetown	418-752-2137 hopetown@navigue.com Site Web
Nouvelle	418 794-2253 Site Web Page Facebook	New Carlisle	418-752-3141 Page Facebook
Pointe-à-la-Croix	418 788-2011 Page Facebook	New Richmond	418-392-7000 Site Web Page Facebook
Ristigouche-sud-est	418 788-5769	Paspébiac	418-752-2277, poste 1 Site Web Page Facebook
St-Alexis-de-Matapédia	418 299-2030	Saint-Alphonse	418-388-5214 Site Web Page Facebook
St-André-de-Restigouche	418 865-2234	Shigawake	418-752-7474 Site Web
Saint-François-d'Assise	418 299-2066	Saint-Godefroi	418-752-6316 Page Facebook
		Saint-Siméon	418-534-2155 Site Web Page Facebook
		St-Elzéar	481-534-2611 muni@saintelzear.net



Organismes	Services	Informations
Centre d'action bénévole Ascension-Escuminac	Tous les services sont disponibles par téléphone. Popote roulante. Dépannage alimentaire et petits plats givrés. Sur place avec un protocole d'accueil à suivre. Contact téléphonique préalable nécessaire. Livraison au besoin, avec un protocole de sécurité.	418-865-2740
Centre d'action bénévole St-Alphonse-Nouvelle	Tous les services sont disponibles par téléphone. Petits plats givrés sur place avec protocole d'accueil à suivre. Livraison des repas pour les aînés à domicile, de façon sécuritaire, sur le perron. Dépannages couches/lait et service-conseil parental du P'tit bonheur. Dépannage vestimentaire pour les personnes en situation de vulnérabilité, sur rendez-vous.	418-759-3131, poste 3 Page Facebook
Centre d'action bénévole St-Siméon-Port-Daniel	Popote roulante, livraison de repas chauds à domicile, le mardi et le jeudi de chaque semaine. Petits plats givrés. Placer les commandes à l'avance. Cueillette sur place ou livraison. Dépannage pour les familles du P'tit Bonheur (0-6 ans), produits alimentaires (fruits, légumes, produits laitiers) et produits d'hygiène.	418-752-5577 Page Facebook
Collectif Alimen-Terre <i>Saint-Siméon à Port-Daniel</i>	Dépannage alimentaire et récupération alimentaire.	418-752-5010
Source alimentaire Bonavignon	Dépannage alimentaire du mardi au jeudi.	418-759-8000



MRC AVIGNON

Entreprises	Services	Informations
Carleton-sur-Mer Métro	<ul style="list-style-type: none"> – Livraison gratuite de Maria à Nouvelle. – Prise de commandes du lundi au vendredi de 9 h à 15 h. <u>Horaire</u> Tous les jours de 8 h 30 à 19 h	(418) 364-7380 Paiement par carte de crédit.
Maria IGA	Livraison à Maria et Gesgapegiag gratuite. <u>Horaire</u> Tous les jours de 8 h à 20 h	(418) 759-3440
Matapédia Épicerie Bujold L'Intermarché Dessert Matapédia à Riverside	Livraison disponible. <u>Horaire</u> : Tous les jours de 8 h 30 à 22 h	(418) 865-2915 Paiement par carte de crédit et chèque seulement.
Nouvelle Marché Richelieu Dessert St-Omer à Pointe-à-la-Garde	<ul style="list-style-type: none"> – Vente et livraison. Livraison gratuite (pour les 70 et + et personne en quarantaine), deux fois par jour. – Offre aussi de préparer des commandes en magasin à récupérer dans le stationnement. <u>Horaire</u> : Tous les jours de 8 h à 18 h	(418) 794-2252 Paiement par carte de crédit.
Pointe-à-la-Croix Provigo	Livraison. Secteurs de livraison gratuite : <ul style="list-style-type: none"> – Restigouche-Sud, Pointe-à-la-Croix et Pointe-à-la-Garde – Ne couvre pas Matapédia <u>Horaire</u> : Tous les jours de 8 h à 20 h	(418) 788-5111 Livraison gratuite : Mélanie Côté : 506 789-3852 Nathalie Roy : 418 788-2511
Saint-Alexis Épicerie famille Lavoie Dessert jusqu'à St-François	Livraison. Livraison gratuite pour les 70 et + gratuit <u>Horaire</u> : fermé le dimanche	(418) 299-2872 Paiement par carte de crédit.
Saint-André Coop Saint-André Dessert seulement St-André	Livraison gratuite. <u>Horaire</u> : 11 h à 15 h du lundi au samedi, fermé dimanche.	(418) 865-2063
St-François Coop St-François (dépanneur)	Livraison gratuite au besoin. <u>Horaire</u> : Tous les jours de 8 h à 21 h	(418) 299-2744 Paiement par carte de crédit.

INFORMATION COMPLÉMENTAIRE :

Initiatives des membres de [Gaspésie Gourmande](#)

MRC DE BONAVENTURE

Entreprises	Services	Informations
Bonaventure IGA Dessert : <ul style="list-style-type: none"> - New-Carlisle - St-Elzéar - Bonaventure - Saint-Siméon - Caplan 	<ul style="list-style-type: none"> - Commande en ligne, par courriel et par téléphone tous les jours entre 8 h et 15 h. - Livraison du lundi au samedi. - Frais de livraison : entre 5 \$ et 8 \$ selon la municipalité. - Montant d'achat minimal : aucun. - Possibilité de faire préparer la commande avant que le client passer la récupérer. <p><u>Horaire :</u> Samedi au mercredi de 8 h à 19 h Jeudi au vendredi de 8 h à 21 h</p>	lga.net 418 534-2020 Paiement par carte de crédit
Caplan Marché Tradition Dessert : <ul style="list-style-type: none"> - Caplan - St-Alphonse - St-Siméon 	<ul style="list-style-type: none"> - Commande mardi et jeudi, de 8 h 30 à 11 h 30 en ligne ou par téléphone. - Livraison gratuite, en pm. - Montant minimal d'achat : 25 \$ <p><u>Horaire :</u> Tous les jours de 8 h à 20 h</p>	admcoopcaplan@globetrotter.net 418 388-2042 Paiement par carte de crédit
New Carlisle Dépanneur 200 Dessert New-Carlisle	<ul style="list-style-type: none"> - Commande par téléphone. - Livraison mardi et vendredi pour personnes âgées et résidences. - Frais de livraison : 3,50 \$ <p><u>Horaire :</u> Lundi au vendredi de 6 h à 20 h Samedi et dimanche de 6 h à 22 h</p>	418 752-7070 Paiement en argent (jusqu'à maintenant – sujet à changement)
New Richmond IGA Dessert : <ul style="list-style-type: none"> - New-Richmond - Cascapédia-St-Jules - Caplan - St-Alphonse 	<ul style="list-style-type: none"> - Commande en ligne et par téléphone entre 8 h et 17 h sur semaine. - Livraison gratuite. - Montant minimal d'achat : 50\$ flexible. <p><u>Horaire :</u> Tous les jours de 8 h à 20 h</p>	lga.net 418 392-4237 Paiement par carte de crédit
New Richmond Maxi	Pas de livraison <u>Horaire :</u> Tous les jours de 7 h* à 21 h *7 h à 8 h : réservé aux aînés	418 392-2600 Consulter Facebook pour être informé si changement.
Paspébiac IGA Dessert : <ul style="list-style-type: none"> - De New-Carlisle jusqu'à Port-Daniel, incluant St-Jogues 	<ul style="list-style-type: none"> - Commande en ligne et par téléphone entre 8 h et 17 h sur semaine. - Livraison gratuite. - Montant minimal d'achat : 50\$ flexible. <p><u>Horaire :</u> Tous les jours de 8 h à 20 h</p>	lga.net 418 752-2288 Paiement par carte de crédit

Entreprises	Services	Informations
Saint-Alphonse Dépanneur Le Duo Dessert : - Saint-Alphonse	Pas de livraison. <u>Horaire :</u> Ouvert tous les jours de 6 h 30 à 20 h 30	418 388-5558
St-Elzéar Dépanneur Libel Dessert : - St-Elzéar	Pas de livraison. <u>Horaire :</u> Ouvert tous les jours de 7 h à 19 h	418 534-4058
St-Siméon Beau-soir Dessert : - St-Siméon	<ul style="list-style-type: none"> – Commande par téléphone du lundi au vendredi avant-midi. – Livraison en après-midi. – Montant minimal d’achat : 25 \$. – Produits exclus : <ul style="list-style-type: none"> ○ Produits alcoolisées ○ Tabac ○ Loteries <u>Horaire :</u> Tous les jours de 6 h à 23 h	581 364-3000 Paiement par carte de crédit, par téléphone.

INFORMATION COMPLÉMENTAIRE :

Initiatives des membres de [Gaspésie Gourmande](#)

PHARMACIES



MRC AVIGNON

Entreprises	Services	Informations
Carleton-sur-Mer Familiprix Extra Livraison gratuite d'Escuminac à Maria	Commande par téléphone disponible. <u>Horaire</u> : (6 clients à la fois) Tous les jours de 9 h à 18 h	(418) 364-3352
Carleton-sur-Mer Pharmacie Jean-Coutu Livraison gratuite jusqu'à Nouvelle, incluant Miguasha.	<ul style="list-style-type: none"> – Commande par Facebook, téléphone et services en ligne (délai de 24 h). – Service à l'auto (paiement à l'avance). <u>Horaire</u> : Commande à partir de 8 h. Lundi au vendredi : 9 h à 18 h Samedi : 9 h à 17 h Dimanche : 10 h à 17 h	(418) 364-3393
Maria Pharmacie Brunet Livraison gratuite de Carleton à New Richmond	<ul style="list-style-type: none"> – Commande par téléphone. – Service à l'auto. <u>Horaire</u> : (4 clients à la fois) Lundi au vendredi : 9 h à 18 h Samedi : 9 h à 17 h Dimanche : 12 h à 17 h	(418) 759-3462
Matapédia Pharmacie J Maltais – Familiprix Livraison possible par le CAB.	<ul style="list-style-type: none"> – Commande par téléphone seulement et remise des achats à l'extérieur du magasin. – Services prescription en ligne. <u>Horaire</u> : Lundi au vendredi : 8 h 30 à 16 h 30	(418) 865-2003 Livraison : 418-865-2740
Pointe-à-la-Croix Pharmacie Jean Coutu Livraison possible par le CAB.	<u>Horaire</u> : Lundi au vendredi : 8 h 30 à 16 h 30 Samedi : 8 h 30 à 12 h	(418) 788-2500 Livraison : 418-865-2740

MRC DE BONAVENTURE

Entreprises	Services	Informations
Bonaventure Uniprix Dessert : <ul style="list-style-type: none"> - Bonaventure - St-Elzéar - St-Simon 	<ul style="list-style-type: none"> - Commande par téléphone pour personnes en confinement et personnes âgées en résidence. - Livraison gratuite. <u>Horaire</u> : (6 clients à la fois) Lundi au vendredi : 9 h à 18 h Samedi : 9 h à 17 h Dimanche : 12 h à 16 h	418 534-4488 Paiement par carte de crédit
Caplan Jean-Coutu Dessert : <ul style="list-style-type: none"> - Caplan - St-Alphonse - Saint-Siméon 	<ul style="list-style-type: none"> - Commande par téléphone ou en ligne pour médicament. - Livraison gratuite. <u>Horaire</u> : Lundi au mercredi : 9 h à 17 h Jeudi : 9 h à 18 h Vendredi : 9 h à 17 h Samedi et dimanche : Fermé	418 388-2345 Paiement par carte de crédit
New Richmond Jean-Coutu Dessert : <ul style="list-style-type: none"> - Maria - Gesgapegiag - St-Jules – Cascapédia - St-Edgar - Caplan - St-Alphonse - Saint-Siméon 	<ul style="list-style-type: none"> - Commande par téléphone ou en ligne pour médicament. - Livraison gratuite. <u>Horaire</u> : Lundi au mercredi : 9 h à 18 h Jeudi au vendredi : 9h à 21h Samedi : 9 h à 17 h Dimanche de 10 h à 17 h	418 392 4451 Paiement par carte de crédit
Paspébiac Familiprix Dessert : <ul style="list-style-type: none"> - Port-Daniel - Gascons - St-Godefroi - Hope – Hope Town - Paspébiac - New-Carlisle - St-Elzéar - Bonaventure 	<ul style="list-style-type: none"> - Commande par téléphone et Internet pour médicament et autres produits. - Livraison gratuite. <u>Horaire</u> : (12 clients à la fois) Lundi, mardi, mercredi : 9 h à 20 h Jeudi et vendredi : 9 h à 21 h Samedi : 9 h à 17 h Dimanche : 12 h à 17 h	418 752-6635
Paspébiac Jean-Coutu Dessert : <ul style="list-style-type: none"> - Bonaventure - New-Carlisle - Paspébiac - Hope – Hope Town - St-Godefroi - Port-Daniel - Gascons 	<ul style="list-style-type: none"> - Commande par téléphone pour médicament, possibilité d’ajouter d’autres produits. - Livraison gratuite, si médicament. Sinon, achat minimal de 20 \$. <u>Horaire</u> : Lundi, mardi, mercredi : 9 h à 20 h Jeudi et vendredi : 9 h à 21 h Samedi : 9 h à 17 h Dimanche : 12 h à 17 h	418 752-3807 Paiement par carte de crédit

FRIPERIES

MRC AVIGNON

Organismes	Services	Informations
Saint-Omer	Accepte deux clients à la fois.	418 364-7506
Le Partage	<u>Horaire</u> : Mardi et jeudi : 13 h à 16 h Samedi : 12 h à 15 h	Lieu : OTJ
Carleton-sur-Mer	Sur rendez-vous, aux 30 minutes.	418 364-6378
Comptoir aux trouvailles	<u>Horaire</u> : Mardi et jeudi : 13 h à 16 h Jeudi : 18 h à 21 h	Page Facebook

MRC DE BONAVENTURE

Organismes	Services	Informations
(Port-Daniel)	Accepte deux clients à la fois, sur rendez-vous.	418 396-2299 ou 418 751-4263



INFORMATION COMPLÉMENTAIRE :

Liste nationale des ressources d'aide et services disponibles en lien avec la [maltraitance faite aux aînés](#)

Organismes	Services	Informations
CISSS	<p>Service de soins et soutien à domiciles pour les aînés (SAPA).</p> <p>La plupart des soins et services de soutien à domicile maintenus pour les aînés.</p>	<p>MRC Avignon 418 364-7064, poste 1070 418 865-2221, poste 1070</p> <p>MRC Bonaventure 418 388-257,2 poste 1070 418 752-2572, poste 1070</p>
Carrefour des 50 ans et +	Soutien téléphonique et par courriel aux membres.	<p>418 391-7179 im.be.aultconstance@outlook.com</p>
CASA	Seniors's support on the phone (ITMAV).	418-752-0855
Centre Accalmie	<ul style="list-style-type: none"> – Soutien téléphonique 24 h/24 – Hébergement pour personnes en difficulté. Certaines conditions s'appliquent. – Ateliers d'auto-gestion de la santé. 	<p>418-788-2406</p> <p>Page Facebook</p>
Centre d'action bénévole Ascension-Escuminac	<p>Tous les services sont disponibles par téléphone.</p> <p>Soutien téléphonique aux aînés en situation de vulnérabilité (programme ITMAV).</p> <p>Soutien téléphonique aux proches aidants (APPUI).</p> <p>Dépannage alimentaire et petits plats givrés. Sur place avec protocole d'accueil à suivre.</p> <p>Accompagnement et transport médical pour personnes qui ont besoin d'un traitement immédiat.</p>	418-865-2740
Centre d'action bénévole St-Alphonse-Nouvelle	<p>Tous les services sont disponibles par téléphone.</p> <p>Soutien téléphonique aux aînés en situation de vulnérabilité (programme ITMAV).</p> <p>Soutien téléphonique aux proches aidants (APPUI).</p> <p>Écoute téléphonique et interventions psychosociales.</p> <p>Service d'accompagnement transport pour rendez-vous médicaux essentiels seulement (hémodialyse, chimiothérapie et injections psychiatriques).</p> <p>Livraison des repas sur le perron. Petits plats givrés sur place avec protocole d'accueil à suivre.</p> <p>Appels du matin aux aînés seuls (PAIR).</p> <p>Dépannage vestimentaire pour les personnes en situation de vulnérabilité, sur rendez-vous.</p>	<p>418-759-3131, poste 3</p> <p>Page Facebook</p>

Organismes	Services	Informations
Centre d'action bénévole St-Siméon-Port-Daniel	<p>Popote roulante, livraison de repas chauds à domicile, le mardi et le jeudi de chaque semaine.</p> <p>Petits plats givrés. Placer les commandes à l'avance. Cueillette sur place ou livraison.</p> <p>Service d'accompagnement transport uniquement pour les services essentiels (hémodialyse, chimiothérapie ou traitement obligatoire).</p> <p>Service d'appels de bienveillance, écoute, information, soutien et référence au besoin.</p> <p>Programme d'appel de sécurité PAIR, appels automatisés faits quotidiennement pour s'assurer que la personne est en sécurité.</p> <p>Aide aux commissions lorsque le service n'est pas disponible auprès du commerçant et pour un service essentiel.</p>	<p>418-752-5577</p> <p>Page Facebook</p>
Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes (CAAP-GÎM)	<p>Soutien téléphonique et par courriel aux personnes vivant des difficultés dans une résidence privée pour personne âgée (RPA).</p>	<p>418-368-7433, poste 2</p> <p>nathalie.adams@cgcable.ca</p>
Entraide COVID-19 Pointe-à-la-Croix et Ristigouche-Sud-Est (regroupement citoyen ponctuel)	<p>Préparation et/ou livraison de l'épicerie, livraison de prescriptions, service de poste, service de livraisons diverses</p> <p>Promenade d'animaux de compagnie</p> <p>Service de désinfection</p> <p>Accompagnement sur l'utilisation des technologies (commande et paiement en ligne, etc.)</p> <p>Autres demandes justifiables.</p> <p><i>Ce regroupement est composé de citoyens bénévoles. Services offerts gratuitement.</i></p>	<p>Mélanie Côté : 506-789-3852 ou Nathalie Roy : 418-788-2511</p>
Entre-tiens d'Avignon	<p>Services de soutien à domicile maintenus pour le moment (soutien aux tâches quotidiennes et aux soins corporels, entretien ménager, lessive, préparation de repas, approvisionnement, répit)</p>	<p>418-364-3699</p>
Entre-tiens Chaleurs	<p>Services de soutien à domicile maintenus pour le moment (soutien aux tâches quotidiennes et aux soins corporels, répit, préparation de repas, approvisionnement)</p>	<p>418-534-3751</p>
Organisme gaspésien pour les personnes atteintes de cancer (OGPAC)	<p>Soutien téléphonique ou en visioconférence pour les personnes atteintes de cancer, notamment pour le relais d'information sur la COVID-19.</p>	<p>418-759-5050</p>
Société Alzheimer (SAGIM)	<p>Soutien téléphonique aux proches aidants de personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer.</p>	<p>Bonaventure : 418-534-1313 Maria : 759-313,1 poste 6 Matapédia: 418 865-2740</p>

SERVICES ENFANCE-FAMILLE-JEUNESSE



Organismes	Services	Informations
CISSS <i>Les services du CLSC le plus près de chez-vous.</i>	Guichet jeunesse 0-18 ans pour soutien psychosocial, conseils et référence	CLSC Matapédia : 418 865-2572, poste 1609 CLSC St-Omer : 418 364-2572, poste 1470 CLSC Paspébiac : 418 752-2572, poste 1011 Direction de la protection de la jeunesse : 1-800-463-0629
	Suivi sage-femme pour la grossesse, l'accouchement (à l'hôpital ou à domicile) et jusqu'à 6 semaines après l'accouchement pour la mère et l'enfant.	1-877-388-SAGE (7243) louise.miousse.cisssgaspesie@ssss.gouv.qc.ca
Carrefour jeunesse-emploi Avignon-Bonaventure	Soutien en personne (sur rendez-vous), par téléphone, courriel, Messenger (Facebook) ou visioconférence pour les jeunes de 16 à 35 ans ayant besoin de support et d'aide dans leurs différentes démarches ou dans leurs réflexions professionnelles. Services en personne sur rendez-vous offerts le lundi et mardi à Bonaventure; mercredi et jeudi à Carlerton-sur-Mer.	MRC Avignon : 418 364-6660 cjecarle@cieavbo.org MRC de Bonaventure : 418 534-3993 cjebona@cieavbo.org Page Facebook
	Accompagnement pour identifier le soutien financier disponible et pour compléter les formulaires de demande. Interruption des services d'orientation et en entrepreneuriat du 28 juin au 3 août 2020.	
Centre d'action bénévole St-Alphonse-Nouvelle	Accueil, écoute et soutien par téléphone. Service d'accompagnement transport médical pour les services essentiels. Dépannage pour les familles du P'tit Bonheur (0-6 ans), produits alimentaires (fruits, légumes, produits laitiers) et produits d'hygiène. Dépannage vestimentaire pour les personnes en situation de vulnérabilité, sur rendez-vous.	418-759-3131, poste 3 Page Facebook
Centre d'action bénévole St-Siméon Port-Daniel	Accueil, écoute et soutien par téléphone. Location/prêt d'équipements sécuritaires pour les enfants. Service d'accompagnement transport médical pour les services essentiels. Dépannage pour les familles du P'tit Bonheur (0-6 ans), produits alimentaires (fruits, légumes, produits laitiers) et produits d'hygiène. Dépannage vestimentaire, sur demande.	418-752-5577 Page Facebook
Équijustice	Soutien et accompagnement des jeunes via Messenger (Facebook) et soutien téléphonique. Rencontre de médiation par visioconférence ou téléphone.	(418) 392-4800 Page Facebook

Organismes	Services	Informations
Family Ties	Support to early childhood (0-5) families. Food Security programs and community garden services.	418-752-7265 Page Facebook
Maison de la famille MRC Avignon	Soutien téléphonique et via Messenger (Facebook) aux familles. Rencontres virtuelles de groupe par visioconférence. Services de dépannage de préparation commerciale pour nourrisson, de couches et vêtements. Fermée du 19 juillet au 1 ^{er} août 2020.	418-788-3359 Page Facebook
Maison de la famille MRC de Bonaventure	Accueil, écoute, support, référence, par téléphone, du mardi au jeudi de 8 h 30 à 16 h 30. Causerie-familles par Zoom les mardis de 9 h 30 à 11 h 30. Répét-poussette le jeudi.	418-534-4449 mdfanimation@navigue.com Page Facebook
Maison des jeunes Bonaventure	Fermeture de la maison des jeunes, mais soutien téléphonique et via Messenger (Facebook).	418-534-4244 Page Facebook
Maison des jeunes Caplan	Fermeture de la maison des jeunes, mais groupe de discussion Facebook pour répondre aux questions des jeunes, soutien téléphonique.	418-388-2777 Page Facebook
Maison des jeunes Carleton-sur-Mer	Fermeture de la maison des jeunes, mais soutien via Messenger (Facebook). Mise en place d'un serveur Discord (plateforme utilisée par les jeunes) ouverte 24h/24 avec des modérateurs bénévoles et des animateurs pour répondre aux questions, mais aussi afin de créer des occasions propices à la relation d'aide. Référence vers les services utiles pour les jeunes.	418-364-6144 Page Facebook Serveur Discord : https://discord.gg/VWjVFHx
Maison des jeunes Maria	Fermeture de la maison des jeunes, mais soutien téléphonique et via Messenger (Facebook). Activités sur live destinées aux jeunes sur la page Facebook. Animation du groupe Facebook ouvert à la communauté.	418-759-3308 Page Facebook Groupe de discussion Facebook
Maison des jeunes New Richmond	Fermeture de la maison des jeunes, mais soutien téléphonique et via Messenger (Facebook). Animation du groupe de discussion.	# téléphone d'urgence : 581-886-0740 ou 581-886-3542 Groupe de discussion : demander à la page Facebook Mdj New Richmond.
Maison des jeunes Pointe-à-la-Croix	Fermeture de la maison des jeunes, mais soutien via courriel, Messenger (Facebook), Instagram et visioconférence. Activités interactives via la page Facebook.	maisondesjeunespalc@hotmail.com Page Facebook
Maison des jeunes St-Alphonse	Fermeture de la maison des jeunes, mais soutien téléphonique et via Messenger (Facebook).	418-388-5178 Page Facebook

Organismes	Services	Informations
Maison des jeunes St-François-d'Assise	Fermeture de la maison des jeunes, mais soutien téléphonique, via Messenger et groupe de discussion (Facebook).	418-299-2454 ou 418-865-4075 (cellulaire) mdjeunes428@hotmail.com Page Facebook
Supportons-lait : groupe d'entraide à l'allaitement	Soutien et jumelage en lien avec l'allaitement par téléphone, courriel et via Messenger (Facebook). Possibilité de visite à domicile par une marraine d'allaitement, si nécessaire et suivant un protocole sanitaire.	418 391-2166 info@supportons-lait.org Page Facebook
Travailleurs de milieu MRC Avignon	Soutien aux jeunes de 12 à 25 ans par téléphone, message texte ou visioconférence. Possibilité de se déplacer en fonction des besoins en suivant des règles de sécurité strictes. Les besoins des personnes aidées orientent les interventions.	Yannick Sage : 581-886-1834 Anaé Tremblay Bourque : 418-391-4254

SERVICES AUX ADULTES

Perte/absence de revenus : Plusieurs **mesures** sont mises en place pour les employés et travailleurs autonomes qui ne reçoivent pas de rémunération dans leur période d'isolement social.

Consulter le [site web du gouvernement du Québec](#)

Organismes	Services	Informations
CISSS <i>Les services du CLSC le plus près de chez-vous.</i>	Soutien psychosocial général ou en santé mentale	CLSC Matapédia : 418 865-2221, poste 1613 CLSC St-Omer : 418 364-7064, poste 1476 CLSC Caplan : 418 388-2572, poste 1342 CLSC Paspébiac : 418 752-2572, poste 1342
	Santé au travail : soutien aux <u>entreprises</u> à la mise en place des recommandations émises par le gouvernement du Québec	Nouvelle ligne d'info : 1 833 354-0009 CLSC St-Omer : 418 364-7064 Manon LaBillois (inf. clinicienne), poste 1431 Sylvie Beaulieu, poste 1430 CLSC de Caplan : 418 388-2572 Marie-Ève Barriault (inf. clinicienne), poste 1323 François Gosselin, poste 1335
Info-Social 811	Soutien psychologique psychosocial disponible 24 heures/jour.	811
Association des TCC et AVC	<ul style="list-style-type: none"> – Soutien téléphonique, via Messenger (Facebook) et Skype aux personnes vivant avec un traumatisme crânio-cérébral ou d'un accident vasculaire cérébral et à leur famille. – Livraison de biens essentiels et urgents aux membres. 	418-759-5120 Page Facebook
Association personnes handicapées Action Chaleurs (APHAC)	Soutien téléphonique, via courriel et Messenger (Facebook) aux membres.	418-534-5516 aphac@navigue.com Page Facebook
Association personnes handicapées visuelles	Soutien téléphonique, par texto et via Messenger (Facebook).	418 388-2836
CALACS La Bôme Gaspésie	Soutien aux victimes d'agressions à caractère sexuel par téléphone, courriel ou Skype.	418-364-2424 ou 1-877-759-1330 Ligne ressource pour les victimes d'agression sexuelle : 1-888-933-9007

Organismes	Services	Informations
Centre Accalmie	<ul style="list-style-type: none"> – Soutien téléphonique 24 h/24 – Hébergement pour personnes en difficulté. Certaines conditions s'appliquent (test de dépistage COVID-19). – Ateliers d'auto-gestion de la santé. 	<p>418-788-2406</p> <p>Page Facebook</p>
Centre d'aide aux victimes d'actes criminels (CAVAC)	<ul style="list-style-type: none"> – Soutien téléphonique. – Soutien en personne si urgent et nécessaire. – Accompagnement à la cour lorsque jugé nécessaire. 	<p>418-689-4331</p>
Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes (CAAP-GÎM)	Soutien téléphonique et par courriel aux personnes vivant des difficultés concernant les services de santé et de services sociaux.	<p>1-877-767-2227</p> <p>caap-gim@cgocable.ca</p>
Centre de justice de proximité Gaspésie- Les Îles	Soutien d'information juridique par téléphone.	<p>418-689-1505</p>
Centr'Elles MRC Avignon	<ul style="list-style-type: none"> – Soutien pour les femmes en personne (lundi au jeudi de 8 h 30 à 16 h 30), par téléphone, courriel et via Messenger (Facebook). – Causeries en visioconférence. <p>Interruption de l'offre de services du 6 juillet au 21 août 2020.</p>	<p>418-364-3157</p> <p>Nathalie Babin : coordo@centrellesfemmes.com Mélanie : intervenante@centrellesfemmes.com Donna : community@centrellesfemmes.com</p> <p>Page Facebook</p>
Convergence	Soutien individuel pour les hommes par téléphone.	<p>1-855-866-4455 ou 418-391-6443</p>
Députées fédérales	<ul style="list-style-type: none"> – Accompagnement pour identifier les programmes et le soutien financier disponibles au Gouvernement du Canada. – Suivi auprès de Services-Canada pour les demandes d'assurance-emploi et la Prestation canadienne d'urgence (PCU). 	<p>Pour les gens résidant dans la MRC Avignon, bureau de Kristina Michaud : 418 364-6254</p> <p>Pour les gens résidant dans la MRC de Bonaventure, bureau de Diane Lebouthillier : 581 355-0060</p>
Député provincial	Aide, référence et accompagnement pour les programmes disponibles et ministères du Gouvernement du Québec.	<p>Pour les gens résidant dans la MRC Avignon, bureau de Sylvain Roy à Carleton-sur-Mer : 418 364-6153</p> <p>Pour les gens résidant dans la MRC Bonaventure et les anglophones de la Baie-des-Chaleurs, bureau de Sylvain Roy à Bonaventure : 418 534-4974</p>
Droits devant	Soutien téléphonique pour la déclaration d'impôts pour personnes assistées sociales.	<p>418-759-8099</p>
Droits et recours en santé mentale	Soutien en droits par téléphone.	<p>1-800-463-6192</p>
Épilepsie Gaspésie Sud	<ul style="list-style-type: none"> – Soutien par téléphone, courriel et Messenger (Facebook). – Rencontre individuelle en personne, sur rendez-vous. 	<p>418-752-6819</p> <p>info@epilepsiegaspesiesud.com</p> <p>Page Facebook</p>

Organismes	Services	Informations
Femmes en mouvement <i>MRC de Bonaventure</i>	Soutien téléphonique du lundi au jeudi de 9 h à 17 h.	418-534-4345
Groupe Ressource en logements collectifs	Services offerts uniquement par téléphone : demande de logement et services/information aux locataires.	Demande de logement : 581-362-1221 Autres demandes : 418-364-3333 https://grlcm.com/ Page Facebook
Horizon Emploi	Services d'aide à l'emploi et d'orientation adaptés aux besoins de chacun. Services offerts à distance par téléphone, Skype ou visioconférence.	info@horizonemploi.com 418 534-3714
L'Appui	Service d'écoute et de référencement pour les proches aidants d'ânés et leur entourage.	1-855-852-7784
L'Émergence	<ul style="list-style-type: none"> – Hébergement maintenu pour femmes violentées dans un contexte conjugal et leurs enfants. – Soutien téléphonique et par texto. 	Téléphone : 418-759-3411 ou 1 866-759-3411 Texte : 418 391-4972
L'Oasis Inter-Action	Hébergement et services pour l'autonomie en santé mentale maintenus.	418-392-6227
La Passerelle	Soutien téléphonique en santé mentale.	418-392-4888
La Ressource d'aide aux personnes handicapées	Fermé pour la période estivale. Reprise des activités le 8 septembre 2020.	Pour la période estivale, information via le bureau régional de Rimouski : 1-888-413-7233 laressource@globetrotter.net
LGBT+ Baie-des-Chaleurs	Soutien téléphonique.	581-886-lgbt (5428) Page Facebook
Maison Maguire	Soutien aux personnes handicapées et à leurs familles par téléphone, courriel, Messenger (Facebook) et Facetime.	Michèle Beaulieu : 418-364-3131 info@lamaisonmaguire.com
Nouveau regard	Soutien et information aux familles et amis touchés par la maladie mentale par téléphone et courriel, du lundi au vendredi de 8 h 30 à 16 h 30.	1-888-503-6414 info@nouveauregard.qc.ca
Organisme gaspésien pour les personnes atteintes de cancer (OGPAC)	<ul style="list-style-type: none"> – Soutien téléphonique ou par courriel pour les personnes atteintes de cancer. – Soutien par visioconférence, au besoin. 	418-759-5050 ogpac@globetrotter.net Page Facebook
SEMO Gaspésie-les Îles	Soutien en employabilité aux personnes handicapées et aux employeurs via téléphone ou visioconférence.	1-800-883-5187 info@semogim.org
Service d'accueil des nouveaux arrivants (SANA) <i>MRC Avignon</i>	<ul style="list-style-type: none"> – Soutien téléphonique ou courriel des nouveaux arrivants dans leurs démarches d'établissement et démarches administratives d'immigration. – Accompagnement pour identifier le soutien financier disponible (COVID-19). – Possibilité de rencontre en personne, sur rendez-vous. 	418 364-6660, poste 110 catherineaa.landry@cjeavbo.org
	Fermé du 20 au 31 juillet 2020.	

Organismes	Services	Informations
Service d'accueil des nouveaux arrivants (SANA) MRC de Bonaventure	<ul style="list-style-type: none"> – Soutien téléphonique ou courriel des nouveaux arrivants dans leurs démarches d'établissement et démarches administratives d'immigration. 	<p style="text-align: center;">581-357-0122</p> <p style="text-align: center;">sana@mrcbonaventure.com</p>
Service d'aide à l'emploi MRC Avignon	<ul style="list-style-type: none"> – Traitement des dossiers d'employabilité et des demandes d'aide et d'accompagnement des clients, par téléphone et par courriel. – Accompagnement pour identifier le soutien financier disponible et pour compléter les formulaires de demande. 	<p style="text-align: center;">emploi@saeavignon.ca</p> <p style="text-align: center;">418 391-4466</p>
Services-Québec	Bureaux de Services Québec de Carleton-sur-mer et Bonaventure ouverts. Priorisation de services tels le dépôt d'une demande ou la gestion de dossiers d'assistance sociale. Ordinateurs non accessibles à la clientèle.	Bureau de Bonaventure : 418-534-2823, poste 0 Bureau de Carleton-sur-Mer : 418-364-3324, poste 0 Bureau de Pointe-à-la-Croix : 1-877-229-0541 ou 418-364-3324, poste 0 <i>Services regroupés avec bureau de Carleton-sur-Mer</i>

SERVICES EN SANTÉ MENTALE (SOUTIEN PSYCHOSOCIAL)



* La mention « soutien 24/7 » indique que le service est offert 24 heures/jour, 7 jours/semaine.

**Pour une liste plus exhaustive des services spécifiques aux différentes clientèles, consulter les sections ci-dessus.

Pour toute situation de **détresse psychologique et idées suicidaires**, composer sans frais le **1-866-277-3553**.

	Organismes	Services	Informations
POUR TOUTES ET TOUS	Info-Social 811	Soutien 24/7	811
	CISSS <i>Les services du CLSC le plus près de chez-vous.</i>	Adultes : Soutien psychosocial général ou en santé mentale	CLSC Matapédia : 418 865-2221, poste 1613 CLSC St-Omer : 418 364-7064, poste 1476 CLSC Caplan : 418 388-2572, poste 1342 CLSC Paspébiac : 418 752-2572, poste 1342
	Droits et recours en santé mentale	Aide individuelle, soutien et accompagnement en droits (lois, code civil...)	1-800-463-6192
	Interligne	Soutien 24/7 (diversité sexuelle et genre)	Téléphone ou texto : 1 888 505-1010 interligne.co/clavardage
	LGBT+ Baie-des-Chaleurs	Soutien téléphonique ou Messenger (Facebook)	581 886-lgbt (5428) Page Facebook
	La Passerelle	Soutien en santé mentale	418 392-4888
	Ligne Parents	Soutien 24/7	1 800 361-5085 https://www.ligneparents.com/LigneParents/Ecrivez-nous
	Mawiomi Treatment Services	Soutien et conseils pour adultes autochtones aux prises avec des dépendances	En anglais : 418 391-4193
	Nouveau Regard	Soutien et information aux familles et amis touchés par la maladie mentale	1 888 503-6414 info@nouveauregard.qc.ca
Prévention du suicide	Soutien 24/7	1 866 277-3553 - (1 866-APPELLE)	
Jeunes	CISSS <i>Les services du CLSC le plus près de chez-vous.</i>	0-18 ans : Soutien psychosocial, conseils et référence	CLSC Matapédia : 418 865-2572, poste 1609 CLSC St-Omer : 418 364-2572, poste 1470 CLSC Paspébiac : 418 752-2572, poste 1011 Direction de la protection de la jeunesse : 1 800 463-0629
	Allo Prof	Soutien du lundi au jeudi de 9 h à 20 h et le vendredi de 9 h à 17 h	1 888 776-4455 Texto (selon les matières) : http://www.alloprof.qc.ca/Pages/Texto.aspx
	Jeunesse j'écoute	Soutien 24/7	1 800 668-6868 Texto : Envoie PARLER au 686868
	Tel-Jeunes	Soutien 24/7	1 800 263-2266 Texto : 514 600-1002 https://www.teljeunes.com/Tel-jeunes/Ecris-nous
Aînés	Aide Abus aux Aînés	Service bilingue de 8 h à 20 h, 7 jours par semaine	1 800 489-2287
	Écoute pour les aînés (ITMAV)	Soutien, écoute, référencement, accompagnement et information sur les ressources disponibles.	En anglais : 418-752-0855 L'Ascension à Escuminac : 418 865-2740 Nouvelle à St-Alphonse : 418 759-3131, poste 3
Agression violence	CALACS La Bôme Gaspésie	Soutien aux victimes d'agressions à caractère sexuel	418 364-2424 ou 1 877 759-1330 Ligne pour les victimes d'agression sexuelle : 1-888-933-9007
	Convergence	Soutien pour les hommes	1 855 866-4455 ou 418 391-6443
	L'Émergence	Soutien 24/7 aux femmes victimes de violence conjugale et leurs enfants	Téléphone : 418 759-3411 ou 1 866 759-3411 Texto : 418 391-4972
	SOS Violence conjugale	Soutien 24/7	1 800 363-9010
Dépendances	CISSS <i>Les services du CLSC le plus près de chez-vous.</i>	Soutien pour les personnes aux prises avec des dépendances	CLSC St-Omer : 418 364-7064, poste 1428 ou 1461 CLSC Caplan : 418 388-2572, poste 1317 CLSC Paspébiac : 418 752-2572, poste 1014
	Alcooliques Anonymes	24/7	1 800 463-6155
	Drogues : aide et référence	Soutien bilingue 24/7	1 800 265-2626
	Jeu : aide et référence	Soutien 24/7	1 800 461-0140

TRANSPORT COLLECTIF

Organisme	Services	Informations
REGIM	Retour à l'horaire régulier des services de transports adapté et collectif.	1 877 521-0841 www.regim.info

AUTRES INITIATIVES

Initiative	Services	Informations
Bénévolat	Plateforme provinciale de jumelage des centres d'action bénévole et organismes sans but lucratif (OSBL) avec les bénévoles.	jebenevole.ca
J'achète local dans la Baie-des-Chaleurs	Plateforme pour simplifier l'achat local dans la Baie-des-Chaleurs.	https://www.jachetelocalbdc.ca/
Solidarité au temps du coronavirus	Partage d'initiatives locales, offres ou demandes de services ainsi que pensées positives pour garder le moral malgré tout.	https://www.facebook.com/groups/2676909285765939/
Solution locale	Initiative citoyenne québécoise de ressources locales. Actuellement, peu de commerces de la région ont indiqué de l'information.	https://solutionlocale.ca/region/gaspesie-iles-de-la-madeleine