

Besoin d'aide? Nous sommes là!

Organismes de soutien de la MRC de Témiscouata



DÉPANNAGE ALIMENTAIRE

Petite bouffe des frontières
Secteur Transcontinental | 418 893-2626

Cuisines collectives du Haut-Pays
Secteur Haut-Pays | 418 779-2731

Cuisines collectives de Cabano
Secteur Cabano et les environs
418 854-9316

Cuisines collectives de Dégelis
Secteur Dégelis et les environs
418 853-3767



POPOTES ROULANTES



Centre d'action bénévole Région Témis | Pour le Témiscouata | 418 853-2546

SOUTIEN PSYCHOSOCIAL & HÉBERGEMENT

CISSS du Bas-St-Laurent

Accès à un service de santé | AAOR | CLSC
1 833 422-2267

Services de nature sociale et de santé

Info-santé | Info-social 811

Option 1: pour parler à une infirmière 24/7

Option 2: pour parler à une travailleuse sociale 24/7

Centre de Prévention du suicide du KRTB
418 862-9658

Soutien téléphonique

Source d'Espoir
418 854-0009

Écoute et soutien téléphonique

Tandem Jeunesse
418 856-2202

Hébergement/intervention téléphonique 24/7

Trajectoires-Hommes du KRTB
418 605-0878

Soutien d'hommes en difficulté

SOS Violence Conjugale
1 800 363-9010

Accueil, évaluation, information, sensibilisation,
soutien et référence

L'Autre-Toit du KRTB
418 854-7160

Hébergement de femmes victimes de violence
conjugale, soutien et écoute téléphonique

Centre des femmes du Ô Pays
418 779-2316

Écoute téléphonique et référence

Centre des femmes du Témiscouata
418 854-2399

Écoute téléphonique et référence

Tel-Jeunes | 1 800 263-2266

Ligne d'écoute 24/7

Tel-Aide | 1 877 700-2433

Ligne d'écoute

Travail de rue

418 714-3929 | 418 551-8226

Écoute téléphonique et référence

La Bouffée d'air du KRTB
418 867-8580

Hébergement/intervention téléphonique 24/7

Ligne Aide-Abus-Aînés (de 8h à 20h)
1 888 489-2287

Écoute téléphonique dans les cas de maltraitance
et d'abus



SOUTIEN FAMILIAL



Acti-Familles
418 893-5389

Écoute, accompagnement et référence

Maison de la famille du Témiscouata
418 499-2633

Écoute, accompagnement et référence

Re-Source Familles
418 497-1515

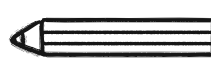
Écoute, accompagnement et référence

Ligne-Parents
1 800-361-5085

Écoute et soutien 24/7



REVENU ET BUDGET



ABC des Portages
418 862-9998

Soutien à la rédaction
de formulaires
(écrivaine publique)

RASST

418 853-2975

Aide téléphonique pour demandes : aide
sociale, assurance chômage,
prestations COVID-19

ACEF du Grand Portage
418 867-8545

Gestion des finances et
problème d'endettement

Pour connaître d'autres organismes qui peuvent vous aider, consultez le répertoire MAILLON