

NUMÉROS
IMPORTANTESAIDE ET
RÉFÉRENCE**Carrefour d'Initiatives Populaires**

418-867-5735 # 218 (Laissez un message)

Dépannage alimentaire

disponible pour tous

Centre d'entraide L'Horizon

418-894-5711

Soutien téléphoniqueJuste besoin de jaser
ou d'être écouté**Centre intégré de santé et de services
sociaux du Bas-Saint-Laurent**

Accueil régionale : 1-833-422-2267

**Demande de service
et référence en soutien
social****Ligne 811 #2****Écoute et soutien
téléphonique**AIDE,
ÉCOUTE ET
HÉBERGEMENTCentre de prévention du suicide
du KRTB : 418-862-9658

Soutien téléphonique

1-866-APPELLE (277-3553)

Ligne d'écoute

La Bouffée d'Air du KRTB
418 867-8580Hébergement, intervention
téléphonique 24/7Service d'information aux aîné-es
418-867-8011Écoute téléphonique,
accompagnement, rédaction de
formulaire et référenceCentre d'action bénévole
des Seigneuries : 418 867-3130Soutien à domicile et livraison de
popote roulanteCentre Femmes du Grand Portage
418 867-2254

Écoute et référence

L'Autre-Toit du KRTB
418 854-7160Hébergement femmes victimes de
violence conjugaleTrajectoires-Hommes du KRTB
418 605-0878

Soutien pour hommes en difficulté

Tandem-Jeunesse
418 856-2202Hébergement, intervention
téléphonique 24/7

Tel-Aide : 1 877 700-2433

ou

Ligne d'écoute

Tel-Jeunes : 1 800 263-2266

Ligne d'écoute

SOUTIEN
FAMILIALMaison de la famille du Grand
Portage : 418 860-4818Écoute, accompagnement
et référence

LigneParents : 1 800 361-5085

Écoute et soutien 24/7

Les Grands Amis du KRTB
418-867-5885 poste 161
(laissez un message)Soutien en ligne et téléphonique
pour les jeunes de 5 à 17 ans.AUTRES
SERVICESACEF du Grand Portage
418-867-8545Gestion des finances et problèmes
d'endettementsABC des Portages
418-862-9998Soutien à la rédaction de formulaire
(écrivaine publique)

SANTÉ

Pour avoir accès à des soins de santé qui ne sont pas en lien
avec la COVID-19 n'hésitez pas à consulter votre **médecin
de famille** ou une **clinique médicale** près de chez vous
PAR TÉLÉPHONE.

Ligne COVID-19 : 1-877-644-4545