



## SANTÉ

<u>CLSC</u>	819 821-4000 poste 38232	Accueil centralisé pour toutes demandes et besoins
<u>Urgence psychosociale</u>	819 821-4000 poste 0	Détresse, crise, violence, idées suicidaires et plus
<u>Info-Santé (24/7)</u>	811 option 1	Information médicale
<u>Info-Social (24/7)</u>	811 option 2	Soutien psychologique
<u>Guichet d'accès</u>	811 option 3	RDV médical sans médecin de famille
<u>GMF du Haut-Saint-François</u>	819 875-5535	Clinique médicale - Mini-urgence - Plusieurs services

## AIDE ALIMENTAIRE

<u>Moisson HSF</u>	819 451-2781	Paniers de nourriture, Épicerie solidaire, activités
<u>Moisson Cookshire</u>	819 875-1431 (jeudi)	Paniers de nourriture
<u>Centre d'action bénévole</u>	819 560-8540	Popote roulante (East Angus), Popote congelée
<u>Cuisines collectives HSF</u>	819 832-1176	Ateliers de cuisine et autonomie alimentaire

## SOUTIEN ET ÉCOUTE

<u>Carrefour jeunesse-emploi</u>	819 832-1513	16 à 35 ans: peu importe ton besoin, appelle-nous
<u>Centre d'action bénévole</u>	819 560-8540	Personnes âgées et proches aidants
<u>La Passerelle</u>	1 877 447-3423	Femmes et personnes de la pluralité de genre
<u>La Relève   Maison des familles</u>	819 875-5050	Familles (parents et enfants)
<u>Virage santé mentale</u>	819 877-2674 (lundi au jeudi)	Problématiques en santé mentale, dépendance, deuil
<u>Intro-Travail</u>	819 832-1750	Aide à l'emploi (+ de 18 ans)
<u>La Méridienne</u>	1 888 699-3050	Violence conjugale femmes et enfants (écoute et hébergement)
<u>L'Étoile Duo</u>	873-825-7227	Périnatalité sociale (0-5 ans)
<u>Service d'aide à la recherche de logement (SARL)</u>	819 943-4281	Recherche de logement, information et accompagnement

## BESOINS ET SERVICES DIVERS

<u>Animation jeunesse</u>	819 943-4571	Maisons de jeunes 12 à 17 ans (Dudswell, Saint-Isidore, Scotstown, Weedon)
<u>CSEP (Centre services éducatifs populaires)</u>	819 832-4059	Ateliers et enseignements
<u>Maison des jeunes Actimaje</u>	819 832-4856	12 à 17 ans, maison des jeunes supervisé à East Angus
<u>Les Étincelles de bonheur</u>	819 832-3540	Milieu de vie, activités, clientèle DI-DP-TSA
<u>Services Québec</u>	819 832-2403	Services gouvernementaux
<u>Aide à domicile</u>	819 832-2200	Divers service d'aide (entretien, assistance, répit)
<u>Transport HSF</u>	819 832-2711	Transport collective, transport adapté
<u>Éducation des adultes</u>	819 832-3637	16 ans +, plusieurs possibilités, cas par cas

## SÉCURITÉ

<u>Protection de la jeunesse</u>	1 800 463-1029	Signalements 24/7
<u>Service de police de Cookshire</u>	819 875-3331	Signalements, plaintes, police communautaire

## ACCOMPAGNEMENT DE MILIEU

<u>Julie Demers   12 à 17 ans</u>	873 825-7272	Écoute, accompagnement, référencement
<u>Camille Marquis   0 à 100 ans</u>	819 570-1134	Écouter, informer, référer et accompagner
<u>Annie Bouchard   aînées</u>	819 560-8540	Écouter, informer, référer, accompagner

# HAUT-SAINT-FRANÇOIS RESSOURCES

Electronic version

Click on everything underlined for more information



Scan me with your smartphone



CONTINUUM HSF

Working better together to meet people's needs

Mieux travailler ensemble pour répondre aux besoins des personnes

LE RÉSEAU  
**D'ÉCLAIREURS**



## HEALTH

<u>CLSC</u>	819 821-4000 ext. 38232	Centralized reception line for all requests and needs
<u>Psychosocial emergency</u>	819 821-4000 ext. 0	Distress, crisis, violence, suicidal thoughts and more
<u>Info-Santé (24/7)</u>	811 option 1	Medical information
<u>Info-Social (24/7)</u>	811 option 2	Psychological support
<u>Primary care access point</u>	811 option 3	Medical consultation for people without family doctor
<u>GMF Haut-Saint-François</u>	819 875-5535	Medical clinic - Emergencies - Other services

## FOOD AID

<u>Moisson HSF</u>	819 451-2781	Food baskets, solidarity grocery store, activities
<u>Moisson Cookshire</u>	819 875-1431 (Thurs.)	Food baskets
<u>Centre d'action bénévole</u>	819 560-8540	Meals on wheels (East Angus), frozen food
<u>Cuisines collectives HSF</u>	819 832-1176	Cooking workshops and food autonomy

## SUPPORT AND LISTENING

<u>Carrefour jeunesse-emploi</u>	819 832-1513	16 to 35 years old : no matter your need, contact us
<u>Centre d'action bénévole</u>	819 560-8540	Elders and care-givers
<u>La Passerelle</u>	1 877 447-3423	Women and gender pluralism
<u>La Relève   Maison des familles</u>	819 875-5050	Families
<u>Virage santé mentale</u>	819 877-2674 (Mon. to Thurs.)	Mental health
<u>Intro-Travail</u>	819 832-1750	Employment assistance (18 +)
<u>La Méridienne</u>	1 888 699-3050	Domestic violence (women and children)
<u>L'Étoile Duo</u>	873-8257227	Social perinatal care (0 to 5 years old)
<u>Service d'aide à la recherche de logement (SARL)</u>	819 943-4281	Housing search, information and support

## NEEDS AND OTHER SERVICES

<u>Animation jeunesse</u>	819 943-4571	Youth centers 12 to 17 years old
<u>CSEP (Centre service éducatif populaire)</u>	819 832-4059	Workshops and teachings
<u>Maison des jeunes Actimaje</u>	819 832-4856	12 to 17 years old, youth center in East Angus
<u>Les Étincelles de bonheur</u>	819 832-3540	Activities and services (ID-ASD-PD)
<u>Services Québec</u>	819 832-2403	Governmental services
<u>Aide à domicile</u>	819 832-2200	Cleaning, cooking, assistance and other services
<u>Transport HSF</u>	819 832-2711	Transportation services
<u>Adult education</u>	819 832-3637	16 +, many possibilities

## SECURITY

<u>Youth protection</u>	1 800 463-1029	Report a situation 24/7
<u>Service de police de Cookshire</u>	819 875-3331	Reports, complaints, inquiries

## COMMUNITY OUTREACH WORKERS

<u>Julie Demers   12 to 17</u>	873 825-7272	Support, referral, information
<u>Camille Marquis   0 to 100</u>	819 570-1134	BILINGUAL - Support, inform, refer
<u>Annie Bouchard   seniors</u>	819 560-8540	Support, inform, refer + <i>Un toit c'est urgent</i> Fund