

SOUTIEN INFORMATION RESSOURCE

POUR
VOUS

BESOIN D'AIDE ?

Soyez attentifs aux autres.

Offrez votre aide ou référez-les aux organismes ci-dessous.



ALIMENTATION

- Groupe d'entraide Sorel-Tracy :** 450 746-5611
- Centre d'Action bénévole du Bas-Richelieu :** 450 743-4310
Dépannage alimentaire de 10 h à 12 h
Service de popote roulante
- La Porte du Passant :** 450 743-4803
Repas pour emporter de 11 h à 12 h 45
- Carrefour communautaire l'Arc-en-Ciel :** 450 785-2875
La popote roulante en milieu rural 1-844 440-2874
- Carrefour communautaire Saint-Roch-de Richelieu :** 450 785-3515
Popote roulante, dépannage alimentaire Saint-Roch



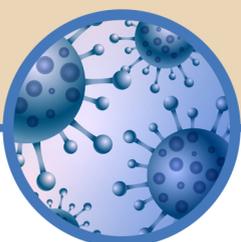
SOUTIEN

- Accueil psychosocial MRC de Pierre De Saurel :** 450 746-4545
poste 5133
Lundi au vendredi 8 h à 21 h,
Samedi et dimanche : 8 h à 16 h
- La Traversée, Centre de prévention du suicide :** 450 746-0303
- L'Ardoise groupe d'alphabétisation populaire** 450 780-1016
- Association de la déficience intellectuelle de la région de Sorel-Tracy :** 450 743-0664
- Association des Aidants(es) Naturels(les) Du Bas Richelieu :** 450 730-0880
- Groupe d'entraide l'Arrêt-Court :** 450 743-6071
Pour personnes vivant de l'anxiété
- Le Vaisseau d'or :** 450 743-2300
Famille d'une personne atteinte de maladie mentale
boîte vocale
- Maison La Source :** Hébergement femme 450 743-2821
- Maison Le Passeur :** Soutien téléphonique homme 450 743-8403
- Maison la Margelle :** (dépendance) 24 h/7j 450 746-2788
1 866-446-2788
- Santé mentale Pierre-de Saurel Québec :** 450 746-1497
suivi individuel
- SOS violence conjugale :** Soutien téléphonique 1-800 363-9010
Travailleuse de rue : 450 846-1283
- **URGENCES :** 911 locale
- FAMILLE**
- Carrefour Naissance-Famille :** 450 743-0359
Soutien famille
- Ligne Parents :** 1-800-361-5085
- Jeunesse J'écoute :** 1-800-668-6868



AÎNÉS

- Travailleuse de milieu pour aînés :** 450 881-7017
Soutien téléphonique
- Programme PAIR :** 450 780-5600
Système d'appel quotidien personnalisé poste 5200
- Centre d'écoute Montérégie :** 450 658-8509 et 1-877-658-8509
- Vivre et vieillir chez soi Bas-Richelieu :** 450 743-1584
du lundi au mercredi
- Regroupement pour la santé des aînés Pierre-de Saurel :** 450 855-3737
Soutien téléphonique



SANTÉ

- Si la COVID-19 vous inquiète ou si vous présentez des symptômes comme de la toux, de la fièvre ou une perte soudaine de l'odorat et du goût sans congestion nasale, vous pouvez composer 450 644-4545
1 877 644-4545 (sans frais)
Pour les personnes malentendantes (ATS), le 1 800 361-9596 (sans frais). 1 800 361-9596
- Info santé : 811
- Pharmacies :** Veuillez contacter votre pharmacie locale



DROITS ET EMPLOI

- Carrefour Jeunesse-emploi Pierre-De Saurel :** 450 743-1441
- L'Orienthèque :** 450 730-0181
- Regroupement des chômeurs et chômeuses de Sorel-Tracy :** 450 556-1224
- Action logement Pierre-De Saurel :** 450 881-1910
- Association Coopérative Économie Familiale Montérégie-Est (ACEF) :** 450 908-0929
- Organisme de défense des droit sociaux de Richelieu :** 450 743-4804
- Collectif de défense des droits de la Montérégie :**
Boîte vocale 450 746-7308 / 1-877-771-1164

Ressources disponibles dans la MRC de Pierre-De Saurel

ACCUEIL PSYCHOSOCIAL MRC DE PIERRE DE SAUREL : 450 746-4545 poste 5133