



LISTE DES RESSOURCES DU TERRITOIRE

Grand Gatineau

10, rue Noël suite 107
Gatineau (Québec) J8Z 3G5
Téléphone : (819) 771-1546
Télécopieur : (819) 771-7491
Courriel : espaceoutaouais@videotron.ca

2020

MEMBRE DU REGROUPEMENT
DES ORGANISMES ESPACE DU QUÉBEC

espacesansviolence.org

AÎNÉS

<i>Nom de l'organisme</i>	<i>Mission</i>
<p>Académie des retraités de l'Outaouais (819) 776-5052 www.academiedesretraites.ca</p>	<p>L'ARO s'est donné pour mission d'encourager le développement et l'épanouissement des retraités par une action éducative et le réinvestissement social des acquis et des expériences. Ainsi, l'ARO brise l'isolement et contribue au mieux-être physique et psychologique de ses membres.</p>
<p>Aîné-Avisé contre l'abus et la Fraude 1-800-544-9058</p>	<p>Visé à sensibiliser les aînés aux abus et aux fraudes envers les aînés (séances d'informations avec professionnels et policiers, conseils de prévention).</p>
<p>Campus 3 (819) 663-3305 www.campus3.ca</p>	<p>Organisme communautaire qui répond aux besoins d'engagement, d'apprentissage, de soutien et de socialisation des personnes de 50 ans ou plus résidant sur le territoire de la ville de Gatineau. Grâce à son réseau de partenaires, d'employés et de bénévoles, il offre des cours et des services variés, des activités récréatives diversifiées et de l'hébergement.</p>
<p>Centre de rencontre Arc-en-ciel (819) 243-2536</p>	<p>Offre des activités et loisirs, mise à briser l'isolement des personnes âgées.</p>
<p>Centre d'entraide aux aînés (819) 771-6609 www.entraideauxaines.ca</p>	<p>Offre des services de maintien à domicile, accompagnement et transport, visite d'amitié, accompagnement à l'épicerie, journées d'activités, ainsi que du support aux aidants naturels.</p>

ALIMENTATION

Nom de l'organisme	Mission
<p>Centre alimentaire Aylmer (819) 684-0163 Centrealimentaire-dir@videotron.ca</p>	<p>Services offerts pour la sécurité et l'autonomie alimentaires des personnes de la communauté du secteur Aylmer. A comme objectif de briser l'isolement. Offre des services tels que : cuisines collectives, dépannage alimentaire, sac de provisions en fin de mois et une cafétéria communautaire.</p>
<p>Manne de l'île (819) 770-5261 www.mannedelile.com</p>	<p>Centre de distribution alimentaire, venant en aide aux personnes et aux familles démunies. Territoire de l'île de Hull et ses environs.</p>
<p>Moisson Outaouais (819) 669-2000 www.moissonoutaouais.com</p>	<p>Banque alimentaire régionale. Assure la sécurité alimentaire des personnes vivant des conditions socioéconomiques difficiles en partenariat avec 32 organismes associés en Outaouais.</p>
<p>La Soupe Populaire de Hull (819) 770-3789 www.soupepopulairedehull.org</p>	<p>Offre des services pour toutes personnes vivant une situation de précarité financière, sociale ou personnelle. Intervention personnelle et de groupe. Activités de formation et de réinsertion. Service de repas-midi, collation et cuisines collectives, friperie.</p>
<p>La Soupière de l'amitié de Gatineau (819) 663-6777 www.soupiere.delamitie.com</p>	<p>Offre du dépannage alimentaire d'urgence, repas du midi chaud à moindre coût aux personnes démunies, livraison de petits déjeuners santé gratuits dans les écoles primaires aux enfants dans le besoin. Réinsertion sociale, briser l'isolement.</p>

DÉFENSE DES DROITS / JURIDIQUE

Nom de l'organisme	Mission
<p>Centre communautaire juridique de l'Outaouais /Bureau d'aide juridique (819) 772-3011 www.aidejuridiqueoutaouais.ca</p>	<p>Veille à ce que l'aide juridique gratuite ou avec contribution soit fournie aux personnes financièrement admissibles qui en font la demande.</p>
<p>Droit-Accès de l'Outaouais (819) 777-4746 1-800-667-4746 www.droitsaccés.com</p>	<p>Offre des services pour les personnes ayant des problèmes de santé mentale. Offre de l'information et de l'accompagnement dans l'exercice et la défense des droits.</p>

DÉFICIENCE / HANDICAPS

Nom de l'organisme	Mission
<p>L'Amicale des personnes handicapées physiques de l'Outaouais (819) 663-2999 www.amicale.ca</p>	<p>Offre des services à des personnes handicapées physiquement tels que des activités visant à briser l'isolement ainsi qu'à développer leur autonomie.</p>
<p>Arche Agape (819) 770-2000 www.larcheagape.org</p>	<p>Hébergement pour des personnes vivant avec une déficience intellectuelle, misant sur la vie communautaire entre résidents.</p>
<p>Association pour l'intégration communautaire de l'Outaouais (A.P.I.C.O.) (819) 669-6219 www.apico.ca</p>	<p>Offre des services aux personnes ayant une déficience intellectuelle ou autisme et leur famille. Vise à favoriser et faciliter l'intégration sociale et communautaire ainsi que socioprofessionnelle.</p>
<p>Association des neurotraumatisés -Région Outaouais (819) 770-8804 www.ano.ca</p>	<p>Services offerts aux personnes ayant subi un traumatisme crâniocérébral (TCC) et/ou un accident vasculaire cérébral (AVC) et leurs familles dans l'obtention de services appropriés d'aide, de réadaptation et de services psychologiques.</p>
<p>L'Association de l'Ouïe de l'Outaouais (819) 770-9653 www.adoo.ca</p>	<p>Services offerts aux personnes malentendantes ayant pour objectif de briser l'isolement, soutenir, informer et accompagner vers les ressources existantes dans le milieu. Offre de l'Information, référence, atelier de communication, promotion des cours de langage des signes au Québec.</p>
<p>Association Répit communautaire (819) 669-6352 asso-arc.com</p>	<p>Offre un service de répit aux familles dont un enfant présente une déficience intellectuelle et/ou un trouble du spectre de l'autisme (TSA).</p>
<p>Association québécoise pour enfants ayant des troubles de l'apprentissage -Outaouais (AQETA) (819)777-3126 www.aqetaoutaouais.com</p>	<p>L'AQETA est la référence en matière de troubles de l'apprentissage. Il répond aux besoins des personnes ayant des troubles d'apprentissage afin de promouvoir leur intégration dans leur réseau d'éducation ainsi que dans la vie communautaire.</p>

<p>Centre artisanal pour la déficience intellectuelle de l'Outaouais (C.A.D.O) (819) 663-0062 www.cado-qc.ca</p>	<p>Offre des activités de travail, formation et loisirs ainsi que du support auprès des personnes avec une déficience intellectuelle. Offre aux adultes des situations d'apprentissages dans un milieu de travail afin de valoriser leur processus d'intégration sociale.</p>
<p>Entre deux roues (819) 770-2233 www.entredeuxroues.org</p>	<p>Offre des activités afin de briser l'isolement des personnes vivant avec une perte de mobilité importante.</p>
<p>Logement intégré de Hull inc (819) 205-5673 www.logementintergredehull.org</p>	<p>Services à domicile offerts aux personnes ayant une déficience physique.</p>
<p>Service régional d'interprétation visuelle de l'Outaouais (819) 771-7273 www.srivo.ca</p>	<p>Offre des services d'interprétation aux personnes sourdes, devenues sourdes, malentendantes ou sourdes-aveugles. Mise à accroître leur autonomie.</p>
<p>Trait d'Union Outaouais (819) 595-1290 1-866-355-8864 www.traidunionoutaouais.ca</p>	<p>Offre des services aux personnes autistes de la région de l'Outaouais pour favoriser leur intégration dans la communauté. Services à la famille. Pour les enfants : Centre de prêt, activités éducatives, camps de jour, loisirs répit. Pour les 21 ans et plus : information, et soutien, individualisé, ateliers et activités de groupe.</p>

EMPLOI

Nom de l'organisme	Mission
<p>La Relance (819) 770-6444 www.larelance.ca</p>	<p>Favorise l'intégration à l'emploi grâce à une approche de développement économique, social et environnemental.</p>
<p>Réseau Outaouais ISP (insertion sociale professionnelle) (819) 770-7129 www.reseauoutaouais.qc.ca</p>	<p>Offre aux personnes sans emplois ayant des problématiques multiples (santé physique, santé mentale, de sous-qualification, sous-emploi ou d'insertion socioéconomique) des services d'évaluation, d'accompagnement et de formation favorisant l'autonomie. Offre une intégration sociale et professionnelle.</p>

ENFANTS / JEUNESSE

Nom de l'organisme	Mission
<p>Adojeune (819) 568-4499 (siège social) www.adojeune.org coordomdj@adojeune.org</p>	<p>Maison des jeunes : Centre de rencontre, venant en aide aux adolescents en difficulté (drogues, alcool, situation familiale problématique, etc.). Favoriser la participation des jeunes et de la population à la création, à l'administration et à la programmation d'activités récréatives et communautaires.</p>
<p>L'Appart Adojeune services 24/7 (819) 205-7204 Urgence : (819) 743-0038</p>	<p>Ressource d'hébergement d'urgence pour jeunes en difficultés vivant en Outaouais.</p>
<p>L'Alternative Outaouais (819) 595-1106 1-877-595-1106 www.laltou.com</p>	<p>Organisme de justice alternative avec un mandat régional. Offre un service à des adolescents et des victimes impliquées dans une infraction. Vise à mettre à contribution la communauté dans la réparation des torts qui ont été causés.</p>
<p>Avenue des jeunes (819)778-0634 (administration) www.avenuedesjeunes.com</p>	<p>Maison des jeunes; améliorer la qualité de vie des jeunes de la communauté et de la région de l'Outaouais avec des programmes spécifiques et activités. Fournir aux jeunes des outils nécessaires pour leur permettre de faire des choix éclairés.</p>
<p>Héberge-Ado (Avenue des jeunes) (819) 771-1750 www.avenuedesjeunes.com</p>	<p>Offre des services d'hébergement pour les jeunes vivants des difficultés. Suivis individuels, ateliers et activités de groupe, suivis post-hébergement.</p>
<p>Centre de Pédiatrie sociale (819) 600-1661 (Hull) (819) 643-3000 (Gatineau) www.pediatriesociale.gatineau.com</p>	<p>Accueil des enfants vulnérables, malades, victimes, exclus ou abandonnés de la communauté afin de les aider à retrouver la santé et l'espoir. Mise à développer leur plein potentiel dans le respect de la convention relative aux droits des enfants.</p>
<p>Les Grands Frères et Grandes Sœurs de l'Outaouais (GFGSO) (819) 778-0101 www.gfgso.com</p>	<p>Offre des programmes de mentorat aux jeunes de l'Outaouais. L'organisme a comme mission d'aider les familles dans le besoin afin de réduire certains problèmes sociaux (délinquance</p>

<p>Jeunesse Idem (819) 776-1445 1-877-776-1445 Plus d'information sur Facebook</p>	<p>juvénile, violence, intimidation, décrochage scolaire et manque d'estime personnelle des jeunes).</p> <p>Vise à améliorer la qualité de vie des jeunes gais, lesbiennes, bisexuels-les, transgenres, transsexuels-les et en questionnement de 14 à 25 ans. Sensibilise la population de la région de l'Outaouais face aux réalités de la diversité de l'orientation et des identités sexuelles. Soutien individuel et de groupe pour les jeunes et leurs proches.</p>
<p>La Pointe aux jeunes (819) 243-2537 pointeauxjeunes@videotron.ca Plus d'information sur la page Facebook</p>	<p>Offre un lieu de rencontre et d'appartenance qui permet aux jeunes d'être artisans de leurs projets et de réaliser leur plein potentiel. Activités sportives, culturelles, levées de fond, implication des jeunes du milieu.</p>
<p>SAGA jeunesse (819) 561-1240 http://sagajeunesse.ca</p>	<p>Maison des jeunes. Offre des services aux adolescents de 12 à 17 ans afin de renforcer l'estime de soi, acquisition d'autonomie ainsi que la prévention et la sensibilisation des comportements dommageables (drogues, alcool, comportements sexuels à risques, etc.)</p>

LOGEMENT

Nom de l'organisme	Mission
<p>Les habitations partagées de l'Outaouais (819) 771-6576 www.habitationspartagees.ca hpou@videotron.ca</p>	<p>Offre un service de jumelage pour les personnes intéressées à partager un même toit, un service d'accompagnement, ainsi qu'un service d'aide au déménagement pour les aînés qui désirent être relogés dans un milieu mieux adapté à leurs besoins.</p>
<p>Les Œuvres Isidore Ostiguy (819) 778-1325 lguidon_oio@bellnet.ca</p>	<p>Services offerts afin d'aider les ménages à se reloger. Offre des séances de médiation propriétaire-locataire, intervention en situation de crise, accompagnement pour les besoins de base, références, recherche et visite de logement, organisation ou déménagement. Organise également des activités d'éducation populaire sur les droits et les responsabilités des propriétaires et locataires.</p>

NOUVEAUX ARRIVANTS / IMMIGRATION

<i>Nom de l'organisme</i>	<i>Mission</i>
<p>Accueil-Parrainage Outaouais (APO) (819) 777-2960 www.apo-qc.org</p>	<p>Offre des services aux immigrants nouvellement arrivés dans l'Outaouais. Offre un soutien à l'intégration et veille à ce que toutes les conditions de bases soient remplies : se nourrir, se vêtir, se loger et se sentir en sécurité.</p>
<p>L'Association des femmes immigrantes de l'Outaouais (AFIO) (819) 776-6764 www.afio.ca</p>	<p>Vise à favoriser l'intégration sociale, culturelle et économique des femmes immigrantes de l'Outaouais et de leur famille.</p>

PROGRAMMES COMMUNAUTAIRES

<i>Nom de l'organisme</i>	<i>Mission</i>
<p>Action-Quartiers (819) 777-7815 Informations sur la page Facebook</p>	<p>Maison de quartier, vise à améliorer la qualité de vie des résidents vivants dans les quartiers Val-Tétreau, St-Jean-Bosco et Wrightville. Favoriser l'implication citoyenne.</p>
<p>Centre d'action bénévole ACCÈS (819) 684-2242 Cab.acces@videotron.ca</p>	<p>Offre des services afin de soutenir et de promouvoir l'action bénévole au sein de la communauté du secteur d'Aylmer. Elle vise également la participation active et l'amélioration de la qualité de vie individuelle et collective. Mise sur l'entraide sociale bénévole, grâce à une gamme de services offerte aux personnes âgées et/ou dans le besoin.</p>
<p>Centre d'Action bénévole de Hull (CABH) (819) 778-2900 www.benevoles-outaouais.org</p>	<p>Offre des services afin de promouvoir et soutenir l'action bénévole. Répond aux besoins du milieu en santé et services sociaux par l'intermédiaire de l'action bénévole. Services bénévoles offerts dans la ville de Gatineau (secteur Hull).</p>
<p>Centre d'Action bénévole de Gatineau (819) 568-0747 Benevole.ncf.ca</p>	<p>Le Centre d'action bénévole de Gatineau est un organisme communautaire, sans but lucratif, qui fait la promotion de l'action bénévole afin de répondre aux besoins de la communauté.</p>

Centre communautaire

Entre-Nous

(819) 684-2236

Informations sur la page
Facebook

Dépanneur Sylvestre

(819) 771-3723

Depanneursylvestre.org

Groupe communautaire

Deschênes

(819) 684-7999

www.vive-deschenes.ca

Maison communautaire

Daniel-Johnson

(819) 772-6625

mcdj@bellnet.ca

Maison d'accueil Mutchmore

(819) 770-0788

Maisonaccueil.dg@videotron.ca

**Regroupement des organismes
communautaires en santé
mentale de l'Outaouais**

(819) 771-5566

www.rocsmo

Maison de quartier visant à créer des projets et des liens de solidarité entre les résidents du quartier Macleod et des environs.

Initiative citoyenne d'entraide et de solidarité. Offre un endroit d'inclusion et de partage via la préparation de repas végétariens à contribution volontaire. Un mini-marché de fruits et de légumes biologiques a lieu le samedi. Organise des spectacles et plusieurs activités culturelles.

Offre des activités sociales, éducatives, de prévention et de sensibilisation aux résidents. Apporte un soutien aux individus ainsi qu'aux familles dans le besoin.

Maison de quartier misant sur le potentiel des gens. Lieu d'accueil non discriminatoire et d'accompagnement. Offre plusieurs services tels que; cuisines collectives, animation de quartier, activités familiales, etc.

Offre des services aux résidents du quartier Mutchmore particulièrement les familles à faibles revenus, les familles monoparentales et les familles immigrantes dans le but d'améliorer leurs vies.

Services offerts afin de regrouper et soutenir les organismes communautaires en santé mentale. Favorise une meilleure réponse aux besoins individuels et collectifs par une participation active de la communauté.

SANSABRISME

<i>Nom de l'organisme</i>	<i>Mission</i>
Le Gîte Ami (819) 776-0134 www.legiteami.org	Services offerts aux personnes itinérantes. Offre un hébergement temporaire, du support, ainsi que de l'accompagnement pour des démarches de réinsertion sociale, etc.

SANTÉ MENTALE / DÉPENDANCES

<i>Nom de l'organisme</i>	<i>Mission</i>
Aidant unis pour recréer ensemble des soutiens (819) 557- 0789 www.aupres.ca	Services d'accompagnement pour des personnes ayant un problème de santé mentale vivant de l'isolement. Les services sont offerts bénévolement par des gens ayant déjà vécu les mêmes difficultés.
L'Apogée (819) 771-6488 1855-272-7837 (sans frais) www.lapogee.ca	Offre des services visant à améliorer la qualité de vie des familles et amis d'une personne vivant avec un trouble majeur de santé mentale.
L'Association pour la prévention de la toxicomanie et de l'alcoolisme chez les femmes (APTAF0) (819) 778-0997	Programme de prévention et d'aide spécifique. Intervention de groupe ou individuelle, services de soutien aux femmes ayant des problèmes de toxicomanie et/ou d'alcoolisme.
C.A.P Santé de l'Outaouais (819) 771-2277 1-800-363-0718 www.capsante-outaouais.org	Offre des services afin de promouvoir la santé mentale et le mieux-être des personnes et des collectivités. Services de groupes d'entraide, projet pacifique, formations diverses (personnelles ou professionnelles), etc.
Centre d'intervention et de prévention en toxicomanie de l'Outaouais CIPTO (819)770-7249 1-866-778-4372 www.cipto.qc.ca	Services d'actions communautaires, d'intervention et de prévention en toxicomanie. Accueil, évaluation, orientation, support, écoute téléphonique auprès des jeunes (12-18ans) et des adultes.

Centre Inter-Section

(819) 568-45555

www.inter-section.ca

Centre d'aide 24/7

Services administratifs : (819)

595-3476

Ligne d'intervention : (819) 595-9999

www.centredaide247.com

Entraide-Deuil de l'Outaouais

(819) 770-4814

1-866-770-4814

www.entraide-deuil.qc.ca

L'Envol S.R.T service de retour au travail

(819) 770-1622

www.envolsrt.org

Les Habitations Nouveau départ

(819) 893-1223

www.hndgatineau.org

info@hndgatineau.org

La Maison Alonzo-Wright

(819) 246-7277

www.maisonalonzowright.com

Maison Réalité

(819) 776-1214

www.maisonrealite.org

info@maisonrealite.org

La mission du Centre Inter-Section est de favoriser la réadaptation et la réinsertion sociale de personnes vivant avec un problème de santé mentale et apporter un soutien aux endeuillés par suicide.

Offre aux personnes et à leurs proches vivant une situation de crise et de détresse, des services d'accueil, d'aide, de soutien et d'accompagnement visant à désamorcer la crise et à amorcer un processus de résolution de problème. Offre aux partenaires du réseau de la santé et des services sociaux de l'Outaouais une expertise et soutien en matière de crise.

Offre un groupe d'entraide, d'écoute et de partage pour les personnes vivant un deuil suite à un décès.

Offre des services à des adultes ayant un problème de santé mentale. Mise à favoriser l'accès et le maintien au travail afin qu'ils développent une plus grande autonomie.

Offre un logement sain et adéquat à des personnes ayant un trouble de santé mentale afin d'acquérir les habiletés nécessaires pour vivre dans un logement tout en s'intégrant dans la communauté.

Lieu d'accueil, d'écoute, de partage ainsi que de cheminement pour les couples et les familles. Intervention psychosociale et soutien à la croissance personnelle. Relation d'aide psychologique.

Offre des services de soutien et de réadaptation psychosociale à des adultes ayant des problèmes de santé mentale. Offre une résidence, de l'hébergement temporaire ainsi qu'un centre de jour.

Tel-Aide Outaouais (819) 776-2649 (613) 741-4381 http://telaideoutaouais.ca	Offre un service d'écoute téléphonique en français pour toute personne de l'Outaouais et de la région d'Ottawa ayant besoin d'aide, de soutien et de référence.
--	---

SERVICES À LA FAMILLE

Nom de l'organisme	Mission
L'Association des familles monoparentales et recomposées de l'Outaouais (AFMRO) (819) 771-3269 www.afmro.ca	Offre des services professionnels en matière de rupture et de réorganisation familiale. Consultation, relation d'aide, échange de garde, visites supervisées, atelier de croissance. Centre de documentation, programme de réintégration sociale et pré employabilité.
Centre d'activités préscolaire et familiale (819) 776-0114 www.centreprescolaire.ca	Leur mission est d'offrir des services éducatifs diversifiés favorisant le développement global des enfants d'âge préscolaire, tout en apportant des outils de soutien aux familles.
Centre de l'enfant Pont magique (819) 663-1916 lepontmagique@hotmail.com	Offre différents programmes pour les parents et leurs enfants de 0 à 5 ans.
Centre de ressources Connexions ressources centre (819) 777-3206 www.centreconnexions.org	Favorise le bien-être social et la santé aux familles anglophones. Offre des services communautaires en anglais.
Les enfants de l'espoir (MFA) (819) 778-5259 www.enfantsdelespoirhull.org	Services d'aide et d'entraide aux familles. Mise sur une approche adaptée ainsi que du support et de l'encadrement. Offre un lieu d'appartenance, des rencontres pour les familles afin de développer des compétences parentales.
Maison Alcide-Clément (819) 776-1306 maisonalcideclement@videotron.ca	Offre un lieu d'accueil, de soutien et d'implication pour toutes les familles.

<p>Maison de la famille de Gatineau (819) 568-6830 www.maisonfg.org info@maisonfg.org</p>	<p>Offre des services d'apprentissages et des activités de prévention pour toutes les familles de l'Outaouais.</p>
<p>Naissance-Renaissance Outaouais (819) 561-4499 (819) 561-LAIT (5248) www.nroutaouais.ca</p>	<p>Organisme offrant du soutien pour les familles pendant la période entourant la naissance d'un enfant. Mise à favoriser le développement d'habiletés parentales dans le respect de leurs valeurs et de leurs droits. Offre également des services d'accompagnement après la naissance et des cliniques d'allaitement.</p>

SERVICES AUX FEMMES

Nom de l'organisme	Mission
<p>Antre-Hulloise (819) 778-0997 www.antrehulloise.org antre.hulloise@bellnet.ca</p>	<p>Centre de femmes visant l'amélioration des conditions de vie des femmes. Offre accueil, référence, réseau d'information, rencontres individuelles, ateliers, accompagnement et intervention de groupe.</p>
<p>Centre d'entraide La Destinée (819) 561-7474 www.ladestinee.org ladestinee@qc.aira.com</p>	<p>Vise à améliorer la qualité et les conditions de vie des femmes, à briser l'isolement ainsi qu'à développer l'autonomie affective, sociale et économique des femmes.</p>
<p>Clinique des femmes de l'Outaouais (Centre d'information et d'action sociale de l'Outaouais) (819) 778-2055 www.cliniquedesfemmes.com</p>	<p>Services offerts aux femmes. Offre de l'info-référence en planification des naissances et sexualité, interruption volontaire de grossesse ainsi que du soutien psychologique.</p>
<p>Groupe Entre-femmes de l'Outaouais (819) 776-3694 www.entre-femmes.ca info@entre-femmes.ca</p>	<p>Services offerts aux femmes afin de briser leur isolement. Offre du support et des activités telles que ; café-rencontre, conférences et ateliers dans le but d'améliorer leur qualité de vie.</p>

<p>Option Femmes Emplois (819) 246-1725 www.optionfemmesemploi.qc.ca</p>	<p>Vise l'autonomie économique des femmes et la valorisation de la main-d'œuvre féminine par une offre de services de développement professionnel et d'entrepreneuriat.</p>
---	---

SOINS DE SANTÉ

Nom de l'organisme	Mission
<p>Association des personnes vivant avec la douleur chronique (819)246-4932 www.apvdc.ca</p>	<p>Offre support et aide pour personnes vivant avec des douleurs chroniques. Vise à améliorer la condition et la qualité de vie. Offre des conférences, groupe d'entraide, atelier d'autogestion de la douleur des activités sociales et récréatives.</p>
<p>Bureau régional d'action SIDA (BRAS) (819) 776-2727 1-877-376-2727 www.lebras.qc.ca info@lebras.qc.ca</p>	<p>Services offerts aux personnes vivant avec le VIH/SIDA et leurs proches. Prévention, promotion de la santé, groupe d'entraide, vie communautaire, hébergement (Maison des Oliviers). Vise à élaborer et promouvoir des actions communautaires visant l'amélioration de la qualité de vie de la population de l'Outaouais concernant le VIH-SIDA.</p>
<p>Les Diabétiques de l'Outaouais inc. (819)770-0442 diabetiquesouatouais@gmail.com</p>	<p>Offre des services afin d'informer, sensibiliser et prévenir le diabète.</p>
<p>Épilepsie Outaouais (819) 595-3331 www.epilepsieoutaouais.org</p>	<p>Offre du soutien pour les personnes épileptiques et leur famille.</p>
<p>Maison Mathieu Froment-Savoie (819) 770-3900 www.mmfs.qc.ca</p>	<p>Accueille et accompagne gratuitement les personnes en fin de vie et leurs proches afin de leur permettre de vivre sereinement les derniers moments dans le respect, la dignité et la compassion. Le centre offre aussi des activités de jour pour les personnes malades et les proches aidants.</p>

<p>Société Alzheimer de l'Outaouais québécois (819) 777-4232 www.saoq.org</p>	<p>Offre du Soutien aux familles : informations, ressources, éducation, soutien et conseils tant pour les proches, que pour la personne atteinte. Services diversifiés.</p>
<p>Société canadienne de la sclérose en plaques (division Québec) (819) 778-1450 www.scleroseenplaques.ca/outaouais</p>	<p>Offre des services de soutien pour les personnes atteintes de la sclérose en plaques et à leur famille. Offre une écoute active, groupe d'entraide, visite à domicile, activités récréatives ainsi que des prêts d'équipements.</p>

SOUTIEN DU REVENU

Nom de l'organisme	Mission
<p>Comité Solidarité Gatineau-Ouest (819) 246-2029 www.solidaritegatineauouest.ca s.g.o@videotron.ca</p>	<p>Organisme venant en aide aux individus et aux familles qui éprouvent des difficultés sociales et économiques. Offre différents programmes (cuisines collectives, friperies, halte-garderie, etc.).</p>
<p>Comptoir St-Vincent-de-Paul (819) 776-1068 (rue Eddy) (819) 770-8150 (rue Wright) (819) 968-9603 (rue Booth) (819) 561-1622 (avenue Gatineau) (819) 561-1553 (rue St-Louis)</p>	<p>Service de friperie, vente de vêtements ainsi que des meubles usagés à moindre coût.</p>
<p>Entraide familiale de l'Outaouais (819) 669-0686 www.entraidefamiliale.wordpress.com dg@entraidefamiliale.com</p>	<p>Organisme venant en aide aux personnes et familles à faible revenu de l'Outaouais afin de lutter contre la pauvreté. Recueille des dons de meubles, d'appareils ménagers, de vêtements et autres articles.</p>
<p>La Maison de l'Amitié de Hull (819) 772-6622 maisonamitiehull@videotron.ca</p>	<p>Offre du support aux personnes démunies. Groupe d'entraide, cuisines collectives, club de devoir, alphabétisation, atelier pour les 2 à 4 ans, activités pédagogiques.</p>
<p>Mon Chez-Nous inc. (819) 669-6032 logement@moncheznousinc.ca www.moncheznousinc.ca</p>	<p>Organisme venant en aide aux personnes seules, fragiles et à faible revenu, dans la défense de leurs droits fondamentaux. Offre de l'aide afin de se loger, se nourrir et se vêtir.</p>

VIOLENCE / AGRESSION

<i>Nom de l'organisme</i>	<i>Mission</i>
<p>CAVAC de l'Outaouais Centre d'aide aux victimes d'actes criminels de l'Outaouais (819) 778-3555 / 1 800 331-2311 <u>Au Palais de Justice :</u> (819) 776-8111 poste 60418 www.cavac.qc.ca</p>	<p>Services de première ligne à toute personne victime d'un acte criminel et des proches ainsi qu'aux témoins d'un acte criminel. L'aide du CAVAC est disponible et ce, que l'auteur du crime soit ou non identifié, arrêté, poursuivi ou reconnu coupable.</p>
<p>Centre d'aide et de lutte contre les agressions sexuelles – Outaouais (CALAS) (819) 771-1773 www.calas.ca</p>	<p>Aide les femmes et les adolescentes de 12 ans et plus ayant vécues une agression sexuelle. Offre du soutien, information, accompagnement à la police, groupes ainsi que des ateliers.</p>
<p>CIASF - Centre d'intervention en abus sexuels pour la famille (819) 595-1905 / 1-855-595-1905 www.ciasf.org</p>	<p>Offre des services spécialisés aux enfants, aux familles et aux personnes confrontées à l'abus sexuel des enfants en Outaouais.</p>

VIOLENCE CONJUGALE

<i>Nom de l'organisme</i>	<i>Mission</i>
<p>L'Autre chez soi (819) 685-0006 www.lautrechezsoi.com lautrechezsoi@qc.aira.com</p>	<p>Offre un milieu de vie sécuritaire et confidentiel pour les femmes victimes de violence et leurs enfants. Services gratuits et bilingues. Offre aide, hébergement, intervention individuelle et de groupe, accompagnement, prévention et informations.</p>
<p>Centre Mechtilde (819) 777-2952 www.centremechtilde.ca</p>	<p>Maison d'aide et d'hébergement pour les femmes et leurs enfants victimes de violence conjugale et à risque d'itinérance.</p>
<p>Donne-toi une chance (819) 205-1451 www.donnetoiunechance.org</p>	<p>Services offerts pour les hommes ayant des difficultés ou des comportements violents en relation conjugale et familiale. Offre un lieu d'entraide, de support et d'échanges.</p>

La maison Unies-Vers-Femmes (819) 568-4710 www.maisonunies.ca	Offre de l'aide, hébergement, écoute 24/7, accompagnement, consultation, suivi, réhabilitation pour les femmes victimes de violence conjugale et leurs enfants.
--	---

AUTRES RESSOURCES :

Centre d'intégré de santé et de services sociaux de l'Outaouais

Points de services :

CSSS Gatineau (La Gappe) :	(819) 966-6550
CSSS Gatineau (Avenue Gatineau) :	(819) 966-6590
CSSS Gatineau secteur Aylmer :	(819) 966-6540
CSSS Gatineau secteur Hull (St-Rédempteur) :	(819) 966-6510
CSSS Gatineau secteur Hull (Mont-Bleu) :	(819) 966-6530
Hôpital de Gatineau :	(819) 966-6100/1-800-267-2325
Urgence de Gatineau :	(819) 966-6333
Hôpital de Hull :	(819) 966-6200/1-866-595-2002
Urgence de Hull :	(819) 966-6222
Hôpital Pierre-Janet :	(819) 771-7761
Info santé / Info sociale :	811
Centre Antipoison	1-800-463-5060
Centre Jellinek	(819) 776-5584

Les Centres jeunesse de l'Outaouais	
Signalement :	(819)776-6060/1-800-567-6810
Plaintes :	(819) 771-2990 poste 2148
Drogue aide et référence :	1-800-265-2626
Hôpital pour enfants de l'est de l'Ontario	(613) 737-7600
Jeunesse J'écoute :	1-800-668-6868
Ligne Parents :	1-800-361-5085
Police municipale de Gatineau (non urgent)	(819) 246-0222
Police provinciale (non-urgent)	(819) 770-9111
Police Ottawa Carleton (non urgent) :	(613) 230-6211
Police provinciale de l'Ontario :	1-888-310-1122
SOS Violence conjugale :	1-800-363-9010
Tel-jeunes :	1-800-263-2266
Urgences	911
La municipalité de Gatineau	311
Pages jaunes	411
Conditions routières	511
Base de données des ressources disponibles	211