# RESSOURCES HAUT-SAINT-FRANÇOIS

## CONTINUUMHSF.COM

pour plus d'informations sur les services

<b>~</b> A		-	
	M		
-	ш		

Info Covid-19 1 844 721-6094 (Estrie) Informations en lien avec la Covid-19

Urgence psychosociale 819 821-4000 poste 0 Détresse, crise, violence, idées suicidaires et plus

Info-Santé et Info-Social (24/7) 811 Information médicale | Soutien psychologique et social

#### **AIDE ALIMENTAIRE**

Moisson HSF 819 943-2781 Paniers de nourriture Moisson Cookshire 819 875-1431 (jeudi) Paniers de nourriture

Centre d'action bénévole 819 560-8540 Popote congelée (5 \$ par repas)

# **SOUTIEN ET ÉCOUTE**

Carrefour jeunesse-emploi 819 832-1513 16 à 35 ans : peu importe ton besoin appelle-nous

Centre d'action bénévole 819 560-8540 Personnes aînées et proches aidants

La Passerelle 1 877 447-3423 Femmes

La Relève 819 875-5050 Famille et parents

Virage santé mentale 819 877-2674 (lundi au jeudi) Problématiques en santé mentale

## **EN TOUT TEMPS 24/7 (BESOIN DE PARLER)**

Drogue : aide et référence 1 800 265-2626 Consommation de drogues et alcool

Jeu : aide et référence 1 800 461-0140 Jeu excessif

Interligne 1 888 505-1010 Diversité sexuelle et de genre

JEVI 819 564-1354 Idées suicidaires

Ligne parents 1 800 361-5085 Parents

La Méridienne 1 888 699-3050 Violence conjugale

Tel-Jeunes 1 800 263-2266 Jeunes

Secours amitié Estrie 819 564-2323 Toute la population (de 8 h le matin à 3 h la nuit)

### PROBLEMATIQUES DE VIOLENCE (PSYCHOLOGIQUE, PHYSIQUE ET SEXUELLE)

DPJ 1 800 463-1029 Maltraitance des enfants (signalement)

La Méridienne 1 888 699-3050 Violence conjugale (écoute et hébergement)

Ligne aide abus aînés 1 888 489-2287 Personnes aînées victimes de maltraitance

CALACS Agression Estrie 1 877 563-0793 Victimes d'agressions à caractère sexuel

#### **AIDE JURIDIQUE**

Clinique d'assistance juridique COVID-19

Conseils juridiques gratuits concernant vos droits et obligations dans le contexte de la pandémie

#### **SOUTIEN FINANCIER**

Services Québec 819 832-2403 Informations générales et aide au revenu Centre local de développement 819 560-8500 Soutien et information pour les entreprises