

Organismes communautaires

Table des matières

Alcoolisme et toxicomanie	2
Autres organismes.....	4
Familles.....	7
Femmes.....	11
Hommes.....	13
Jeunesse.....	14
Personnes âgées.....	21
Personnes démunies.....	26
Personnes handicapées	30
Santé mentale	31
Santé physique	33

Alcoolisme et toxicomanie

Al-Anon, Al, Ateen

Tél : 418-669-7213 (téléavertisseur)

Mission

Aider les gens vivant ou ayant déjà vécu avec des parents et des amis alcooliques et les aider à mieux se sentir.

Clientèle visée

Al-Anon : Adultes de 18 ans et +

Al-Ateen : Jeunes de 12 à 18 ans

Services offerts :

Rencontres hebdomadaires, information, support.

Heures d'ouverture

Variables

Coût :

Gratuit

Alcooliques anonymes

Tél : 1-866-376-6279

Mission

Aider les personnes aux prises avec des problèmes d'alcoolisme.

Clientèle visée

Toute personne vivant un problème d'alcoolisme et tout individu s'intéressant à ce problème.

Services offerts

Écoute téléphonique, entraide, support, rencontres hebdomadaire de type salle fermée (pour les personnes alcooliques seulement) et salle ouverte (soirées d'information, conférences, témoignages, etc.).

Heures d'ouverture :

Service d'écoute téléphonique 24 heures sur 24, 7 jours sur 7.

Coût

Gratuit

Narcotiques anonymes

Tél. : 669-6789 ou 1-800-463-01NA

Mission

Groupe d'entraide visant à aider les personnes aux prises avec des problèmes de toxicomanie.

Clientèle visée

Toute personne vivant des problèmes de dépendance à l'alcool, aux médicaments ou à tout autre forme de drogue.

Services offerts

Rencontre hebdomadaires, information, soutien, activités d'information auprès du public sur demande.

Heures d'ouverture

Service téléphonique (téléavertisseur) 24 heures sur 24, 7 jours sur 7.

Coût

Gratuit

Centre le S.P.O.T. INC.

Tél : 418-349-8050

Tél : 418-349-2433

Courriel : spot@cybernaute.com

Coordonnatrice: Madame Anick St-Gelais

27, rue Saint-Antoine
Métabetchouan-Lac-à-la-Croix G8G 1H6

Mission

Diminuer la consommation problématique de psychotropes au moyen de la prévention, l'information et la conscientisation de la population; promouvoir le bien-être affectif, physique et social afin d'éviter l'assuétude (dépendance).

Clientèle visée

Toute personne qui vit ou connaît, de près ou de loin, des problèmes de dépendance (alcool, drogue, médicaments, etc.).

Services offerts

Centre de jour avec restaurant et activités, intervention, écoute, support, suivi précurse et postcure, références, animation, écoute téléphonique.

Heures d'ouverture

Centre de jour : de 13 h à 23 h, 7 jours sur 7
Bureau : du lundi au vendredi de 9 h à 17 h

Coût

Gratuit

S.I.I.T (Le) – Unité Domrémy – Alma Inc.

Tél. :418-662-9251 ou 418-662-6229

Télécopieur : 418-662-5656

Directrice : Madame Sylvie Harvey

Courriel : siitdomremy@qc.aira.com

280, rue Scott Ouest
Alma G8B 1P9

Mission

Aider les personnes toxicomanes et alcooliques ainsi que les joueurs compulsifs.

Clientèle visée

Toute personne vivant un problème de consommation d'alcool, de drogues ou de médicaments ainsi que les joueurs compulsifs.

Services offerts

Intervention, information, suivi, orientation, rencontres individuelles, restauration et loisirs.

Heures d'ouvertures

De 7 h à 23 h

Coût

Gratuit

Autres organismes

Les amis du foyer normandie

Tél. 418-668-8313

Télécopieur : 418-668-2453

Présidente : Madame Denise Bolduc

50, chemin du Foyer-Nord – C.P. 220
Alma G8B 5V6

Mission

Divertir, accompagner, soutenir les bénéficiaires internes et externes du Foyer normandie.

Clientèle visée

Personnes âgées vivant dans un centre d'accueil et bénéficiaires du centre de jour.

Services offerts

Accompagnement, activités, service de marrainage et parrainage.

Heures d'ouverture

Variables

Coût

10 \$

Association des auxiliaires bénévoles de l'Hôtel-Dieu d'Alma

Tél. Bureau : 418-669-2000 poste 2296 (Salon d'accueil / Salle de Augustines)

Président : 418-662-5708

Téléavertisseur : 418-487-99753 / C.A 653(Salon) / OU 418-669-2987 (association)

Courriel : carsuzan@sympatico.ca

Président : Monsieur Roch Harvey

300, boul. Champlain Sud
Alma G8B 5W3

Mission

Apporter une aide et un soutien aux usagers et à leur famille immédiate en complémentarité avec le personnel en place.

Clientèle visée

Usagers hospitalisés en courte durée, gériatrie active et en santé mentale, usagers en attente de leur chambre ou d'un examen clinique avec intervalle prolongé ou de leur transport après hospitalisation ou en besoin d'assistance non médicale pour rendre leur visite ou leur séjour au centre hospitalier plus agréable.

Services offerts

Boutique, bibliothèque, café, accompagnement pour un transport interhospitalier ou local et visites en chambre sur demande (famille ou CH), escorte à l'intérieur de l'Hôpital d'Alma et accueil en salon d'attente.

Heures d'ouverture :

Boutique : de 9 h à 20 h

Pastorale et café : de 8 h à 15 h 30

Salon d'accueil : de 9 h 30 à 15 h 30 ou plus

Accompagnement à la demande de jour seulement

Coût

Gratuit

Bénévoles du Centre d'hébergement Isidore-Gauthier

Tél. : 418-347-4709

Présidente : Madame Thérèse Simard

Courriel : therez225@hotmail.com

225, rue des Huarts
Alma G8E 2G1

Mission

Offrir des services aux bénéficiaires internes et externes du Domaine du Bel Âge; les accueillir, les distraire et les accompagner dans un contexte d'affection et de respect.

Clientèle visée

Personnes en perte d'autonomie

Services offerts

Accompagnement, dépannage, visites.

Heures d'ouverture

Variables

Coût

Gratuit

CAVAC (Centre d'aide aux victimes d'actes criminels) – Point de service

Tél. : 418-662-1339 ou 1-888-662-3339

Télécopieur : 418-543-5289

Courriel : cavac.sag@qc.aira.com

Site web: www.cavac.qc.ca

Directrice: Madame Nathalie Lamy

725, rue Harvey Ouest
Alma G8B 1P5

Mission

Offrir des services d'aide, de support, d'accompagnement, de référence et d'information sur les droits et recours ainsi que sur le processus judiciaire, à toute personne victime de crime.

Clientèle visée

Hommes, femmes ou enfants victimes d'actes criminels ainsi que leurs proches et les témoins.

Services offerts

Consultation téléphonique, intervention psychosociale et post-traumatique de court terme, information, accompagnement à la cour, références.

Heures d'ouvertures

Du lundi au vendredi de 8 h 30 à 16 h 30

Coût

Gratuit

Havre de l'hospitalité

Tél. : 418-668-6411

Télécopieur : 418-668-9143

Présidente du C.A. : Madame Louise Simard

Courriel : lehavrealma@distributel.net

1153, chemin Villebois
Alma G8B 5V2

Mission

Être un lieu qui favorise le développement et l'accomplissement des groupes par la croissance humaine et spirituelle.

Clientèle visée

Adultes, couples, groupes.

Services offerts

Groupes de croissance, conférences, hébergement, ressourcement, relation d'aide, sessions de formation, salle de réunion, repas et salle à manger.

Heures d'ouverture

De 8 h à 17 h

Réponse téléphonique jusqu'à 20 h; un répondeur assure la communication

Coût

Variables

Familles

Accès Entraide-Famille Lac-Saint-Jean

Tél. : 418-662-5899

Télécopieur : 418-662-3739

Président : Monsieur Claude Lajoie

275, boul. Dequen Nord
Alma G8B 5N8

Mission

Assurer des activités de loisirs accessibles aux familles à faibles revenus; organiser et réaliser un camp de vacances annuel pour les enfants et plusieurs autres activités durant l'année pour offrir un répit aux parents.

Clientèle visée

Enfants de 7 à 12 ans de familles défavorisées et à faibles revenus du secteur de Lac-Saint-Jean-Est. Depuis quelques années, nous facilitons l'intégration des enfants dits différents.

Services offerts

Un camp de vacances annuel pour les enfants et des activités tout au long de l'année.

Heures d'ouverture

Du lundi au vendredi de 8 h 30 à 16 h 30

Coût

Carte de membre au coût de 5 \$ par année

Les Amis compatissants, Section Lac-Saint-Jean

Tél. : 418-343-2827

Présidente : Madame Jovette Gagnon

C.P. 13

Alma G8B 3W1

Mission

Offrir du soutien et du réconfort aux parents dans le deuil.

Clientèle visée

Parents ayant perdu un enfant et désirant le support d'un groupe vivant une situation semblable; le parent peut venir seul ou avec son conjoint.

Services offerts

Rencontres mensuelles, livres, documentation et bulletins disponibles, écoute téléphonique.

Heures d'ouverture

Rencontre le 2^e mardi de chaque mois de 19 h 30 à 21h 30 à l'église Saint-Pierre d'Alma

Coût

Gratuit

La cigogne – Service d'entraide-familles de Lac-Saint-Jean-Est

Tél. : 418-662-3690

Télécopieur : 418-662-3984

Coordonnatrice : Madame Monique Besson

Courriel : cigogne@qc.aira.com

Site web: <http://spit.to/cigogne>

275, boul. Dequen Nord – C.P. 756

Alma G8B 5W1

Mission

Donner du répit aux parents ayant des enfants de 0 à 5 ans; leur offrir des services d'éducation, de prévention, de support et d'entraide; développer des programmes ou des activités dans le but de favoriser le développement harmonieux des jeunes enfants.

Clientèle visée

Les familles, les enfants et les personnes à faibles revenus du territoire de Lac-Saint-Jean-Est

Services offerts

Gardiennage et banque de gardiennes, location de siège d'auto, programme Y'APP (Y'a personne de parfait), le Jardin des Petits (ateliers éducatifs pour les enfants de 2 ans et demi à 5 ans et leurs parents), 8 jardins éducatifs en périphérie, dépannage alimentaire (denrées vendues au prix coûtant), service de mets cuisinés vendus au prix coûtant, entraide-gardiennage (échange de services), programme « Oui, j'arrête » (cesser de fumer), formation préventive en alimentation, cuisine collective.

Heures d'ouverture

Du lundi au vendredi de 8 h à 17 h, 12 mois par année.

Coût

Carte de membre au coût de 5 \$ par année, donne droit à tous les services gratuitement.

Parentant

Tél. : 418-662-8454

Télécopieur : 418-662-5964

Coordonnatrice : Madame Nathalie Harvey

Courriel : parentant@hotmail.com

Mission

Supporter et informer les parents qui ont des enfants âgés de 0 à 12 ans.

Clientèle visée

Familles à faibles revenus, familles vivant des situations difficiles (isolement, violence, retard de développement chez l'enfant, alcoolisme, trouble du comportement de l'enfant, etc.) et parents désireux de perfectionner leurs compétences parentales.

Services offerts

Prêts de jeux et jouets, ateliers de jeux et bricolage parents/enfants, activités de plein air parents/enfants, capsule d'information interactive parents/enfants sur le jeu, atelier sur la discipline et l'encadrement, activités pour les pères et leur(s) enfant(s), aide individuelle, atelier de stimulation précoce (1 à 2 ans et demi) parents/enfants.

Heures d'ouverture

Du lundi au vendredi de 9 h à 12 h et de 13 h à 16 h

Coût

Tous les services sont gratuits

Parents-branchés (Association de familles monoparentales et recomposées de Lac-Saint-Jean-Est

Tél. : 418-668-4986

Télécopieur : 418-662-7377

Directrice : Madame Lilianne Boucher

Courriel : gfgslsje@qc.aira.com

Mission

Informier, prévenir, renseigner, offrir une aide et un appui moral; proposer des outils, développer des attitudes positives, favoriser l'épanouissement personnel et une plus grande autonomie dans une démarche de réorganisation d'un nouveau mode de vie

Clientèle visée

Tout personne ayant vécu une séparation, un divorce ou un deuil, pères et mères célibataires ayant des enfants et les familles recomposées.

Services offert

Ateliers, cours, conférences sur différentes problématiques prévues, activités récréatives favorisant les valeurs humaines et les relations familiales, service d'aide de support et de référence au local.

Heures d'ouverture

Du lundi au vendredi de 8 h à 16 h

Grands frères et grandes sœurs de Lac-Saint-Jean-Est

Mission

Organiser le jumelage et le parrainage avec un adulte bénévole dans un engagement d'un an minimum; favoriser l'épanouissement personnel des enfants.

Clientèle visée

De 7 à 16 ans issue de familles monoparentales, adultes ou couples bénévoles de 18 ans et plus.

Services offerts

Suivi et évaluation des jumelages, activités pour briser l'isolement, référence et information.

Heures d'ouverture

En semaine, heures de bureau, fermeture en période estivale

Coût

Gratuit

Femmes

Services externes de main d'œuvre (SEMO) Saguenay-Lac-Saint-Jean inc. – Point de service Alma

Tél. : 418-480-1860 -Carole Harvey ou au 418-480-3884 – Lynn Sénéchal

Télécopieur : 418-480-3604

Directrice : Madame Lise Fortin

Courriel : semoalma@bellnet.ca

100, rue Saint-Joseph Sud, bureau 213
Alma G8B 7A6

Mission

Offrir des services spécialisés et personnalisés de développement de l'employabilité et d'intégration de l'emploi dans le cadre d'une approche de services intégrés de main-d'œuvre.

Clientèle visée

Personnes ayant besoin d'une approche personnalisés et d'un support particulier afin d'intégrer le marché du travail : formation désuète ou insuffisante, problème de santé limitant les champs d'emploi, problèmes familiaux, devant intégrer un emploi suite à une séparation, perte d'emploi, problèmes d'adaptation, etc.

Services offerts

Évaluation des besoins, intervention personnalisée ou individualisée (ou de groupe), orientation, curriculum vitae, recherche d'emploi supervisée, techniques dynamiques de recherche d'emploi, placement assisté, négociation de programmes, contacts et références à des employeurs, stages d'immersion, sensibilisation, adaptation des postes de travail, suivi et maintien en emploi.

Heures d'ouverture

De 8 h à 12 h et de 13 h à 16 h

Coût

Services gratuits

Services d'accompagnement pour jeunes mères « La Nichée »

Tél. : 418-668-3738

Télécopieur : 418-668-3743

Coordonnatrice : Madame Diane Tanguay

Courriel : nichee@digicom.qc.ca

Site web : www.nichee.org

20, rue Saint-Joseph Sud
Alma G8B 3E4

Mission

Supporter et accompagner les jeunes femmes enceintes; aider les jeunes mères dans leur nouveau rôle de parent; identifier les besoins des clientes et les mettre en contact avec les ressources pertinentes.

Clientèle visée

Jeunes femmes enceintes ou nouvelles mères

Services offerts

Relevailles, activités mensuelles, ateliers de jeunes mères, journal « Info-Nichée », don de vêtement de maternité et de matériel de bébé selon les disponibilités.

Heures d'ouverture

Du lundi au vendredi de 9 h à 16 h

Coût

Gratuit

Centre de femme au Quatre-Temps

Tél. : 418-668-7698

Télécopieur : 418-668-3417

Coordonnatrice : Madame Nathalie Lapointe

Courriel : centrefemmesauquatre-temps@globetrotter.net

279, rue Collard Ouest
Alma G8B 1M8

Mission

Travailler à l'amélioration des conditions de vie des femmes au plan social, économique, politique et privé, soutenir les femmes dans leur démarche d'autonomie en leur permettant d'acquérir plus de pouvoir sur leur vie; donner aux femmes l'opportunité de briser l'isolement; développer la solidarité, l'entraide et le soutien.

Clientèle visée

Toutes les femmes et plus particulièrement les femmes isolées, violentées ou ayant des problèmes de santé physique et mentale.

Services offerts

Centre de jour, soutien individuel et collectif, écoute téléphonique, information, centre de documentation et références, accompagnement dans les démarches, ateliers, cours.

Heures d'ouverture

Du lundi au jeudi de 8 h 30 à 16 h 30; le vendredi de 8 h 30 à 12 h

Coût

Gratuit

La passerelle inc.

Tél. : 418-668-4671

Télécopieur : 416-668-4671

Directrice : Madame Isabelle Harvey

1060, rue Robert-Jean C.P. 536
Alma G8B 5W1

Mission

Orienter les personnes, leur offrir du soutien moral et les accompagner dans leurs démarches.

Clientèle visée

Femmes victimes de violence et/ou en difficulté, avec ou sans enfant (quelques places sont disponibles pour des hommes en difficulté, sur référence).

Services offerts

Hébergement à court, moyen et long terme, relation d'aide individuelle et de groupe, intervention en situation de crise, intervention auprès d'enfants témoins et/ou victimes de violence, références.

Heures d'ouverture

24 heures sur 24. 7 jours sur 7 et 12 mois par année.

Coût

Selon les capacités financières de l'individu.

Hommes

Services externes de main d'œuvre (SEMO) Saguenay-Lac-Saint-Jean inc. – Point de service Alma

Tél. : 418-480-1860 -Carole Harvey ou au 418-480-3884 – Lynn Sénéchal

Télécopieur : 418-480-3604

Directrice : Madame Lise Fortin

Courriel : semoalma@bellnet.ca

100, rue Saint-Joseph Sud, bureau 213
Alma G8B 7A6

Mission

Offrir des services spécialisés et personnalisés de développement de l'employabilité et d'intégration de l'emploi dans le cadre d'une approche de services intégrés de main-d'œuvre.

Clientèle visée

Personnes ayant besoin d'une approche personnalisés et d'un support particulier afin d'intégrer le marché du travail : formation désuète ou insuffisante, problème de santé limitant les champs d'emploi,

problèmes familiaux, devant intégrer un emploi suite à une séparation, perte d'emploi, problèmes d'adaptation, etc.

Services offerts

Évaluation des besoins, intervention personnalisée ou individualisée (ou de groupe), orientation, curriculum vitae, recherche d'emploi supervisée, techniques dynamiques de recherche d'emploi, placement assisté, négociation de programmes, contacts et références à des employeurs, stages d'immersion, sensibilisation, adaptation des postes de travail, suivi et maintien en emploi.

Heures d'ouverture

De 8 h à 12 h et de 13 h à 16 h

Coût

Services gratuits

Jeunesse

Carrefour Jeunesse-Emploi Lac-Saint-Jean-Est (La Bivoie)

Tél. : 418-668-0105

Télécopieur : 418-668-3658

Directrice générale : Madame Andrée Forest

Courriel : cje@bivoie.com

Site web : www.bivoie.com

100, rue Saint-Joseph Sud, bureau 203
Alma G8B 7A6

Mission

Faciliter l'insertion sociale et l'intégration économique des jeunes adultes, par l'amélioration de leurs conditions de vie en les accompagnant dans leur cheminement vers l'emploi, vers un retour aux études ou vers la réalisation d'un projet, sur une base volontaire.

Clientèle visée

Tous les jeunes adultes de 16 à 35 ans du territoire de Lac-Saint-Jean-Est.

Services offerts

Support individuel et de groupe en préparation, insertion et maintien à l'emploi, centre d'animation et de documentation, service d'orientation, service aux employeurs, activités de sensibilisation à l'entrepreneuriat jeunesse, accueil et références.

Heures d'ouverture

Du lundi au vendredi de 8 h à 12 h et de 13 h à 16 h 30

Coût

Gratuit

Centre communautaire d'aide à la jeunesse de Lac-Saint-Jean-Est

Tél. : 418-480-1663

Télécopieur : 418-480-1663 (téléphoner avant)

Coordonnateur : Monsieur Éric Audet

Mission

Opérer dans le milieu une ressource d'aide psychosociale en privilégiant la mise sur pied de services adaptés aux besoins et à la réalité des jeunes et des parents d'adolescent.

Clientèle visée

Adolescents de 12 à 17 ans, jeunes adultes de 18 à 30 ans, parents d'adolescents et autres adultes significatifs.

Services offerts

Aide individuelle, groupe d'échange et de soutien (pour les adolescents et les parents d'adolescents), médiation parent/adolescent, projet d'insertion sociale pour les jeunes, récupération, vente et location de vélo (vélo-jeunesse).

Heures d'ouverture

Du lundi au vendredi de 8 h à 16 h, 5 jours par semaine.

Coût

Gratuit

Comité du travail de rue d'Alma

Tél. : 418-662-6777

Télécopieur : 418-662-8195

Président : Monsieur Jocelyn Tremblay

Courriel : travailderuedalma@hotmail.com

453, Sacré-Cœur Ouest
Alma G8B 1M4

Mission

Assurer une présence significative auprès de jeunes, agir auprès de ces derniers en tant qu'agent d'aide, de références, de sensibilisation et de prévention et enfin comme agent de conciliation et de médiation.

Clientèle visée

Jeunes de 12 à 35 ans sur le territoire d'Alma

Services offerts

Aide, références, sensibilisation et prévention, médiation.

Heures d'ouverture

En général, du mardi au samedi, soir et nuit.

Coût

Gratuit

Maison des jeunes d'Alma inc.

Tél. : 418-662-6332

Télécopieur : 418-662-2433

Coordonnatrice : Madame Nancy Laroche

900, rue Laurent Ouest – C.P. 335
Alma G8B 5V8

Mission

Offrir un lieu de rencontre « animé » pour les jeunes; donner la priorité à 2 secteurs d'activités pour les adolescents : volet préventif-éducatif (prévention formelle et informelle) et volet loisir-culture.

Clientèle visée

Jeune de 12 à 17 ans

Services offerts

Milieu de vie, activités de prévention, responsabilisation, implication et formation (pairs aidants) selon les besoins des jeunes et leurs demandes.

Heures d'ouverture

Bureau : du lundi au vendredi de 8 h 30 à 16 h

Animation : du lundi au jeudi de 18 h à 22 h et le samedi de 13 h à 22 h

Coût

Gratuit

Maison des jeunes de Delisle

Tél. : 418-347-1793

Coordonnatrice : Madame Sophie Maltais

125 rue des Pluviers
Alma G8E 2H8

Mission

Offrir un milieu de rencontre, favoriser la prise en charge de l'individu et le respect d'autrui lors de différentes activités.

Clientèle visée

Jeunes de 12 à 17 ans

Services offerts

Billard, soccer sur table, accès à Internet, jeux vidéo, etc. Activités sur plusieurs thématiques : violence, estime de soi, sexualité, etc.

Heures d'ouverture

Jeudi de 18 h à 21 h

Vendredi et samedi de 18 h à 22 h

Dimanche de 18 h à 21 h

Ligue de billard le mercredi de 18 h à 21 h

Coût

Gratuit

Maison des jeunes de Desbiens

Tél. : 418-346-5356

Télécopieur : 418-346-5422

Coordonnateur : Monsieur Claude Delisle

Courriel : mdjdesbiens@al.cgocable.ca

927, rue Hébert
Desbiens G0W 1N0

Mission

Aider les jeunes à devenir des citoyens responsables et actifs au sein de leur communauté en les aidant à se prendre en charge au niveau de leurs loisirs et de leur développement social.

Clientèle visée

Jeunes entre 10 et 17 ans

Services offerts

Écoute, entraide, discussions, animation sur les sujets qui préoccupent les jeunes (problématiques jeunesse)

Heures d'ouverture

Mercredi, jeudi et dimanche de 18 h à 21 h
Vendredi et samedi de 18 h à 22 h

Coût

Carte de membre au coût de 3 \$

Maison des jeunes de l'Ascension-de-Notre-Seigneur

Tél. : 418-347-4178

Télécopieur : 418-347-4178

Secrétaire trésorière : Madame Sylvie Harvey

Courriel : syharvey73@hotmail.com

900, 4^e Avenue Est – C.P. 119
L'Ascension-de-Notre-Seigneur G0W 1Y0

Mission

Organisme de charité à but non lucratif social et culturel. Favoriser l'intégration et l'implication des jeunes dans la société, susciter la participation des jeunes dans leur milieu, les responsabiliser face à leur avenir dans la société, prise en charge d'activités sociales, culturelles et sportives, être à l'écoute des jeunes qui vivent des problèmes.

Clientèle visée

Les jeunes de 12 à 18 ans

Services offerts

Activités culturelles, sportives, soirées dansantes, ateliers d'information, maison pour les jeunes avec différentes sortes de jeux.

Heures d'ouverture

Jeudi : 3 h – Vendredi : 4 h – Samedi : 4 h

Coût

Carte de membre au coût de 5 \$ annuellement

Maison des jeunes de Métabetchouan

Tél. : 418-349-3511

Télécopieur : 418-349-3553

Coordonnatrice : Madame Nancy Lavoie

Courriel : maison-des-jeunes@cgocable.ca

21, rue Plourde
Métabetchouan G0W 1Y0

Mission

Offrir un lieu de regroupement et de divertissement pour les jeunes, permettre aux jeunes de développer un sentiment d'appartenance et leur sens des responsabilités, les impliquer dans la mise sur pied d'activités sociales, culturelles et sportives, permettre aux parents de se sensibiliser aux réalités des jeunes. On se donne la mission d'être un milieu de prévention par des soirées d'information et on touche les thèmes suivants : le SIDA, le suicide, les MTS, les familles monoparentales, etc.

Clientèle visée

Les jeunes de 11 à 17 ans

Services offerts

Jeux de divertissement : billard, ping-pong, 3 consoles de jeux, soirées film, etc. Information et prévention auprès des jeunes. Notre période d'activités est de septembre à la fin mai.

Heures d'ouverture

Du mardi au jeudi de 18 h à 21 h et le vendredi et le samedi de 18 h à 22 h

Coût

Carte de membre obligatoire au coût de 3 \$

Maison des jeunes de Saint-Gédéon

Tél. : 418-345-8745

Télécopieur : 418-345-8994

Animatrice : Madame Line Bolduc

120, rue de la Plage
Saint-Gédéon G0W 2P0

Mission

Regrouper les jeunes dans un lieu de rencontre propice, leur apporter un support psychologique, éducatif et formatif, impliquer les jeunes dans leur milieu.

Clientèle visée

Les jeunes de 12 à 18 ans de Saint-Gédéon et des alentours.

Services offerts

Activités socioculturelles, sportives, éducatives, formatives, services de toute nature en relation avec les buts de la corporation.

Heures d'ouverture

Jeudi de 18 h 30 à 21 h 30

Vendredi de 18 h 30 à 23 h

Samedi de 18 h 30 à 23 h

Dimanche de 18 h 30 à 21 h 30

Maison des jeunes de Lamarche

Tél.: 418-481-2791

Télécopieur : 418-481-1412

Présidente : Madame Line Bolduc

108, rue Principale
Lamarche G0W 1X0

Mission

Favoriser l'intégration et l'implication des jeunes dans leur milieu, responsabiliser les jeunes face à leur avenir, favoriser la prise en charge des jeunes, développer une meilleure communication entre les jeunes et les adultes, être à l'écoute de leurs problèmes.

Clientèle visée

Les jeunes de 12 à 17 ans

Services offerts

Accessibilité au local jeunesse, activités de prévention, activités socioculturelles, participation aux tables de concertation, animation d'ateliers destinés aux jeunes et à leurs parents.

Heures d'ouverture

Du lundi au jeudi de 18 h à 22 h et le vendredi de 18 h à 23 h ; en après-midi et en soirée le vendredi et le samedi

Coût

Carte de membre au coût de 5 \$

Maison des jeunes Saint-Bruno

Tél. : 418-343-3874

Télécopieur : 418-343-3874 ou 418-343-2662

Coordonnateur : Monsieur Denis Boudreault

Courriel : mdjstbruno@hotmail.com

547, route Saint-Alphonse
Saint-Bruno G0W 2L0

Mission

Assister les jeunes dans leurs relations avec les adultes, offrir une assistance particulière aux adolescents en les incitant à prendre des responsabilités, regrouper les jeunes.

Clientèle visée

Les jeunes de 11 à 17 ans de Saint-Bruno provenant de tous les milieux

Services offerts

Ligues sportives : tables de billard, jeux vidéo, ping-pong, mississippi et autres, soirées vidéos, soirées conférences, théâtre, improvisation.

Heures d'ouverture

Du lundi au jeudi de 18 h 30 à 21 h

Le vendredi de 19 h à 22 h 30

Coût

Gratuit

Station Jeunesse (Maison des jeunes Hébertville-Station)

Tél. : 418-343-2353

Télécopieur : 418-343-2349

Coordonnatrice : Madame Prescyllia Thériault

Courriel : prescyllia@hotmail.com

Site web : www.stationjeunesse.cbj.net

23, rue Deschênes

Hébertville-Station G0W 1T0

Mission

Organiser des activités socioculturelles, sportives et éducatives pour les jeunes, les intégrer et les impliquer dans leur milieu, leur apporter un support psychologique, assurer un service de prévention, promouvoir la place des jeunes, les supporter dans l'organisation de leurs activités. L'AnDos : offrir à cette clientèle un lieu de rencontre, un service de loisirs et d'écoute, l'impliquer et l'intégrer davantage dans son milieu, développer un sentiment d'appartenance et l'intégrer à une vie associative, l'aide à développer des intérêts, des habiletés et des talents.

Clientèle visée

Les jeunes de 11 à 17 ans. L'AnDos : jeunes de 9 à 12 ans

Services offerts

Activités socioculturelles, sportives et éducatives, sorties extérieures, activités de prévention, activités artistiques, activités d'autofinancement, projet divers. L'AnDos : un service récréatif, culturel, artistique et éducatif.

Heures d'ouverture

Lundi : 18 h à 21 h

Mardi : 19 h à 21 h

Mercredi au vendredi : 18 h 30 à 21 h 30

Horaire variable selon le financement et la période.

Coût

Carte de membre annuelle au coût de 5 \$. L'AnDos : service gratuit.

Personnes âgées

A.Q.D.R. d'Alma

Tél. : 418-480-1122 (jour) 418-662-7923 (soir)

Télécopieur : 418-662-7293

Président : Madame Margot Tremblay

Courriel : aqdralma@bellnet.ca

875, rue Bourassa Ouest
Alma G8B 2G6

Mission

Regrouper des personnes retraitées dans le but de participer à la défense de leurs droits : promouvoir les droits à l'information, l'autodétermination et la prise de paroles, assurer le maintien des acquis et des conditions de vie convenables.

Clientèle visée

Personnes retraitées ou préretraitées de 50 ans et plus de la MRC de Lac-Saint-Jean-Est.

Services offerts

Rencontres d'information et ateliers de formation, accompagnement, interventions, organisation de pétitions et représentations au besoin pour la défense des droits.

Heures d'ouverture

Bureau : du lundi au vendredi de 9 h à 12 h et de 13 h à 16 h

Coût

Carte de membre annuelle au coût de 10 \$

Coopérative de services à domicile de Lac-Saint-Jean-Est

Tél. : 418-344-1555 ou 1-888-349-5049

Télécopieur : 418-344-4586

Directrice générale : Madame Julie Ouellet

Courriel : cooplsje@cgcable.qc.ca

297, rue Turgeon
Hébertville G8N 1S5

Mission

Procurer à ses membres et non-membres des services de qualité à un meilleur coût possible dans le domaine de l'aide à domicile et l'aide à la personne.

Clientèle visée

Personnes âgées, en perte d'autonomie, convalescentes, handicapées, active sur le marché du travail. Tout personne faisant appel aux services.

Services offerts

Entretien ménager léger, grand ménage, préparation de repas, soins d'hygiène, gardiennage (répit), menus travaux, entretien extérieur, accompagnement-transport.

Heures d'ouverture

Du lundi au vendredi de 8 h 30 à 12 h et de 13 h à 16 h 30

Le groupe de soutien de Saint-Nazaire inc.

Tél. : 418-662-5525

Présidente`Madame Yolande Pilote

159, 1^{ère} Rue Sud
Saint-Nazaire G0W 2V0

Mission

Venir en aide aux personnes ayant des besoins, gérer, administrer et maintenir une maison d'hébergement sans but lucratif.

Clientèle visée

Personnes âgées, en difficulté, handicapées, seules, en perte d'autonomie, malades.

Services offerts

Transport, travaux domestiques, activités, accompagnement, préparation des repas, téléphones sécuritaires, etc.

Heures d'ouverture

24 heures sur 24

Coût

Services gratuits; Hébergement : prix variables

Popote Roulante Saint-Joseph Alma

Tél. : 418-668-2954

Président du C.A. : Monsieur Gilles Simard

440, rue Harvey Ouest
Alma G8B 1N9

Mission

Aider les personnes âgées et handicapées en leur offrant une aide alimentaire.

Clientèle visée

Personnes âgées et handicapées.

Services offerts

2 repas chauds par semaine.

Heures d'ouverture

Du lundi au jeudi.

Coût

3 \$ par repas

Popote Roulante Saint-Sacrement

Tél. : 418-662-2829

Présidente : Madame Rita Tremblay

391, avenue Larouche Nord
Alma G8B 5B1

Mission

Aider les personnes âgées et malades, leur apporter du réconfort et diminuer leur isolement, leur offrir un service d'aide alimentaire.

Clientèle visée

En priorité les personnes âgées et malade vivant seules et sur une base temporaire, les personnes convalescentes.

Services offerts

Services de repas chauds livrés à domicile 2 fois par semaine (lundi et jeudi) à 24 ou 25 bénéficiaires.

Heures d'ouverture

De 8 h à 12 h 30

Coût

3 \$ par repas

Centre d'action bénévole du Lac

Tél. : 418-662-5188

Télécopieur : 418-662-4065

Directrice : Madame Françoise Duperré

Courriel : benevolac@bellnet.ca

875, rue Bourassa Ouest – C.P. 656
Alma G8B 5W1

Mission

Recruter, former et orienter les personnes bénévoles selon leurs goûts, aptitudes et compétences, établir et superviser des équipes de soutien auprès des personnes âgées.

Clientèle visée

Personnes âgées, malades ou seules, personne démunies, aidants naturels, clientèle du programme des travaux compensatoires.

Services offerts

Visites d'amitié, bonjour quotidien, accompagnement-transport, service d'animation, bibliothèque mobile, formation de bénévoles, groupe de grands-parents.

Heures d'ouverture

Du lundi au jeudi de 9 h à 16 h

Coût

Gratuit

Auberge du Bon temps

Tél. : 418-347-5107

Télécopieur : 418-347-3335

Directrice générale : Madame Nancy Brisson

138, rue Honfleur
Sainte-Monique G0W 2T0

Mission

Offrir des services d'hébergement pour personnes âgées dans une résidence sans but lucratif (O.S.B.L.)

Clientèle visée

Personnes âgées autonomes et semi-autonomes.

Services offerts

Logement, 3 repas plus collation, animation, gardiennage, services sur place : caisse populaire, médecin, pharmacie, courrier, offices religieux. Toutes les chambres ont leur salle de bain complète, CLSC, entretien, répit-dépannage.

Heures d'ouverture

24 heures sur 24

Coût

819 \$ par mois – programme maintien à domicile

Résidence de Labrecque

Tél. : 418-481-1654 ou 418-481-2640

Télécopieur : 418-481-2950

Responsable : Madame Michelle Couture

1410, rue Principale
Labrecque G0W 2S0

Mission

Offrir des services d'hébergement pour personnes âgées, leur permettre de conserver leur autonomie et de demeurer dans leur milieu naturel à proximité de leur entourage.

Clientèle visée

Personnes âgées autonomes et semi-autonomes.

Services offerts

Salle à manger, salle de jeux, buanderie, offices religieux, activités de loisirs, visites chez le médecin, coiffure, livraison du courrier, rangement, câble et télévision payante inclus, parc extérieur. Toutes les chambres ont leur entrée indépendante et salle de bain complète, répit-dépannage.

Heures d'ouverture

24 heures sur 24

Coût

825 \$ par mois avec possibilité du crédit d'impôt

Résidence Patrick Trottier

Tél. : 418-343-3176

Télécopieur : 418-343-3584

Directrice générale : Madame Diane Brideau

3, rue Notre-Dame
Hébertville-Station G0W 1T0

Mission

Offrir des services d'hébergement pour personnes âgées, leur permettre de conserver leur autonomie et de demeurer dans leur milieu et leur entourage.

Clientèle visée

Personnes âgées autonomes et semi-autonomes.

Services offerts

Salle à manger (en cas de maladie, il est possible de recevoir les repas dans la chambre), visite du médecin, coiffure, livraison, courrier, rangement, télévision, salle de bain dans chaque chambre, service jour et nuit.

Heures d'ouverture

24 heures sur 24

Coût

800 \$ par mois avec le crédit du logement.

Personnes démunies

Association des citoyennes averties d'Alma

Tél. : 418-662-2102

Télécopieur : 418-662-6471

Coordonnatrice : Madame Monique Lavoie

415, rue Collard Ouest – C.P. 184
Alma G8B 5V6

Mission

Travailler à l'amélioration des conditions de vie des femmes et leur famille, regrouper des femmes à faibles revenus, favoriser une prise en charge personnelle et collectives, acquérir une autoformation, travailler à la promotion et à la prévention en matière de santé.

Clientèle visée

Femmes et familles à faibles revenus, groupes populaires et communautaires.

Services offerts

Hébergement confortable (30 personnes), services communautaires, cuisine collective, organisation de vacances pour familles à faibles revenus, hébergement de groupes et familles pour sessions de formation et rencontres familiales, accès à la cuisinière et au réfrigérateur.

Heures d'ouverture

De 8 h 30 à 16 h 30

Coût

Selon les services

Atelier de formation l'Encrier Inc.

Tél. : 418-668-2215

Télécopieur : 418-668-0680

Coordonnatrice : Madame Geneviève Bergeron

Courriel : encrier@cybernaute.com

409, rue Collard Ouest – C.P. 595
Alma G8B 5W1

Mission

Réunir les personnes assistées sociales d'Alma et des environs afin de promouvoir leurs droits et leurs intérêts, développer et créer des liens de solidarité et contribuer ainsi à un avancement de la justice sociale.

Clientèle visée

Personnes assistées sociales et personnes à faibles revenus.

Services offerts

Information téléphonique sur la loi du soutien du revenu (aide sociale), rencontres individuelles, rencontres thématiques en groupe à tous les 15 jours, formation, accompagnement, défense des droits et suivi.

Heures d'ouverture

Du lundi au jeudi de 8 h 30 à 16 h
Un répondeur assure un retour d'appel.

Coût

Gratuit

Les gens oubliées de Notre-Dame-d'Hébertville

Tél. : 418-344-4115

Télécopieur : 418-344-4486

Coordonnatrice : Madame Ginette Dionne

Courriel : atelier.lgo@sympatico.ca

408, rue Racine
Hébertville G8N 1R1

Mission

Promouvoir et défendre les droits des personnes assistées sociales et des chômeurs, les informer et les référer au besoin, venir en aide aux personnes démunies.

Clientèle visée

Personnes assistées sociales, chômeurs, personnes à faibles revenus et personnes âgées.

Services offerts

Aide et entraide, écoute téléphonique, formation, références, comptoir vestimentaire, service de couture, consultation et analyse budgétaires, atelier de bricolage, location de costumes, potage rencontre, cuisine collective.

Heures d'ouverture

Bureau : du lundi au vendredi de 9 h 30 à 12 h et de 13 h à 16 h
Comptoir vestimentaire : du mardi au vendredi de 9 h 30 à 12 h et de 13 h à 16 h

Coût

En général, les services offerts sont gratuits sauf pour le comptoir vestimentaire, l'atelier de couture et pour la location des costumes.

La Maison 415 inc.

Tél. : 418-668-2148

Trésorier : Monsieur Jean-Yves Harvey

415, rue Collard Ouest – C.P. 553
Alma G8B 5W1

Mission

Assurer la gestion de locaux pour des organismes communautaires.

Clientèle visée

Organisme à but non lucratif, colocataire de la maison.

Services offerts

Location partagée et copropriété des organismes occupants.

Coût

Partage des coûts

Marmite Fumante Inc.

Tél. : 418-662-5908

Président : Monsieur Roger Pilote

70, avenue Saint-Joseph Sud
Alma G8B 3E4

Mission

Aider les personnes démunies en leur offrant un service d'aide alimentaire.

Clientèle visée

Personnes démunies

Services offerts

Un repas par jour servi le midi du lundi au vendredi.

Heures d'ouverture

Du lundi au vendredi de 11 h 30 à 13 h

Coût

1 \$ par repas

Moisson d'Alma

Tél. : 418-480-4999

Télécopieur : 418-480-4999

Directrice : Madame Manon Tremblay

265, boul. Dequen Nord
Alma G8B 5N8

Mission

Offrir un service d'aide alimentaire, des conseils sur les valeurs nutritives et les protéines contenues dans certains aliments.

Clientèle visée

Personnes et familles démunies ou à faibles revenus référées par nos partenaires.

Services offerts

Distribution d'aliments et de différents autres produits de consommation, information sur la nutrition et sur les organismes communautaires d'aide à la famille.

Heures d'ouverture

Du lundi au vendredi de 10 h à 12 h

Coût

Carte de membre de 5 \$ par mois, le nombre de visites est évalué par l'endroit de référence.

Service budgétaire et communautaire d'Alma Inc.

Tél. : 418-668-2148

Télécopieur : 418-668-2048

Coordonnatrice : Madame Thérèse Gagnon

Courriel : sbc.alma@globetrotter.net

Site web : www.sbalma.ca.tc

415, rue Collard Ouest – C.P. 594

Alma G8B 5W1

Mission

Travailler à la prévention et à l'éducation par le biais de la formation sur différentes problématiques, notamment au niveau des habitudes de consommation et de leurs conséquences sur la santé, le budget, l'organisation familiale et les conditions de vie.

Clientèle visée

Individus et familles à faible ou moyen revenu avec ou sans emploi.

Services offerts

Accueil, soutien, information et références, cours et rencontres thématiques, consultation budgétaire individuelle ou en couple : analyse financière, suivi budgétaire, accompagnement ou appui dans les démarches, recherche de solution lors d'endettement, service de prêts sans intérêts.

Heures d'ouverture

Du lundi au jeudi de 8 h 30 à 12 h et de 13 h à 16 h

Coût

Gratuit, ou coût minime selon les activités.

Personnes handicapées

Association des personnes handicapées de Desbiens Inc.

Tél. : 418-346-1066

Télécopieur : 418-346-1065

Coordonnatrice : Madame Sylvie Blais

1398, rue Dequen
Desbiens G0W 1N0

Mission

Promouvoir l'intégration et le développement des personnes handicapées.

Clientèle visée

Personnes défavorisées vivant avec un handicap physique ainsi que leurs parents ayant besoin de répit ou de dépannage.

Services offerts

Sorties de groupe, hébergement et une chambre de répit-dépannage et gardiennage d'un jour à l'intérieur de la résidence de l'organisme.

Heures d'ouverture

24 heures sur 24, 7 jours sur 7

Coût

Carte de membre au coût de 2 \$

Foyer d'apprentissage et d'autonomie sociale P.A.S. Inc.

Tél. : 418-662-4951 ou 418-668-5079

Télécopieur : 418-662-4951

Présidente du C.A. : Madame Viviane Ouellet

197, avenue des Récollets
Alma G8C 1G6

Mission

Offrir un service de répit-dépannage aux familles qui vivent présentement avec un enfant (jeune ou adulte) handicapé physiquement ou intellectuellement.

Clientèle visée

Familles vivant avec une personne handicapée.

Services offerts

Gardiennage spécialisé des enfants ou adultes handicapés physiquement ou intellectuellement.

Heures d'ouverture

Le jeudi à 8 h, le dimanche à 20 h ; 24 heures sur 24, 7 jours sur 7 en saison estivale.

Coût

Cotisation annuelle de 10 \$ et 30 \$ par séjour de 24 heures.

Groupe Centre-Lac d'Alma

Tél. : 418-668-3357

Télécopieur : 418-668-0534

Directeur : Monsieur André Dionne

285, avenue Eymard Nord
Alma G8B 5JE

Mission

Favoriser l'épanouissement des personnes handicapées, les sortir de leur isolement, répondre à leurs besoins, promouvoir leurs intérêts, leur permettre une plus grande autonomie.

Clientèle visée

Personne adulte vivant avec un handicap physique et/ou intellectuelle.

Services offerts

Activités éducatives, sociales et culturelles, transport adapté, service de maintien à domicile, ateliers d'alphabétisation, etc.

Heures d'ouverture

De 8 h 30 à 16 h

Coût

Carte de membre de 10 \$, coûts variables selon les activités.

Santé mentale

Joueurs compulsifs anonymes (Gamblers anonymes)

Tél. : 418-690-5513

Mission

Aider les personnes aux prises avec des problèmes liés au jeu.

Clientèle visée

Toute personne vivant un problème de jeu.

Services offerts

Écoute téléphonique, entraide, support, rencontres hebdomadaire de type « salle fermée » (pour les joueurs seulement) sous la formule thérapie de groupe et partage.

Heures d'ouverture

Service d'écoute téléphonique 24 heures sur 24, 7 jours sur 7.

Coût

Gratuit

Groupe le P.A.S. (prévention, aide et soutien en santé mentale)

Tél. : 418-668-8706

Télécopieur : 418-668-8451

Directeur : Monsieur Frédéric Côté

Courriel : lepas@bellnet.ca

Site web: lepas.cbj.net

122, rue Harvey Est
Alma G8B 1B3

Mission

Briser l'isolement, apporter aide et soutien aux personnes en difficulté, favoriser l'intégration sociale et développer l'entraide par les pairs, offrir une alternative à l'approche traditionnelle, travaille à la prévention en santé mentale.

Clientèle visée

Toute personne vivant une détresse émotionnelle, personne vivant des problèmes graves de santé mentale, proches d'une personne ayant des problèmes de santé mentale.

Services offerts

Milieu de jour, hébergement, groupe d'entraide (agoraphobie et maladie affective bipolaire), supervision en logement, aide aux parents et amis des personnes atteintes, relation d'aide, plateau de travail.

Heures d'ouverture

Du lundi au vendredi de 8 h à 16 h

Du mardi au jeudi de 19 h à 21 h

Coût

Gratuit

Santé physique

Club Kinocoeur d'Alma inc.

Tél. : 418-662-5618

Présidente : Madame Murielle Boivert

Courriel : kino@lafirme.com

Site web : www.kinocoeur.qc.ca

820, rue des Glaïeuls
Alma G8C 1J9

Mission

Faciliter l'intégration à une vie « normale » des personnes ayant des problèmes cardiovasculaires ou d'autres problèmes de santé physique.

Clientèle visée

Personnes avec des problèmes cardiovasculaires ou autres problèmes de santé, personnes âgées, autres personnes.

Services offerts

Programmes d'exercices adaptés en fonction des différents problèmes de santé par un moniteur et suivi par une infirmière.

Heures d'ouverture

Lundi, mercredi et vendredi de 16 h à 17 h 15 pendant 15 semaines.

Coût

55 \$ par personne par session de 15 semaines.

Soli-Can (Solidarité-Cancer) Lac-Saint-Jean-Est

Tél. : 418-662-8306

Télécopieur : 418-662-7972

Directrice générale : Madame Christiane Hudon

Courriel solicanalma@hotmail.com

Site web : www.solican.org

300, boul. Champlain Sud – Pavillon Alfred-Villeneuve
Alma G8B 5W3

Mission

Offrir aux personnes atteintes de cancer et à leurs proches résidant sur le territoire de Lac-Saint-Jean-Est des services de support pouvant les aider à mieux vivre avec cette maladie.

Clientèle visée

Toute personne ayant à vivre la problématique du cancer et/ou du deuil.

Services offerts

Groupe d'entraide « Entre-Femmes », pour les femmes atteintes du cancer du sein et « Tourne-Soleil » pour les personnes atteintes de toute formes de cancer et leurs proches ; Maison Soli-Can : Maison de soins palliatifs pour les malades en phase terminale et leurs proches, écoute et support pour les personnes atteintes de cancer et leurs proches.

Heures d'ouverture

24 heures sur 24, 365 jours par année.

Coût

Tous les services sont gratuits. Carte de membre de 10 \$ par année.

