

Ressources

pour les citoyens de la MRC des **Collines-de-l'Outaouais**

Organisme	Téléphone	Site Web
SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE		
Info-Santé / Info-Social	811 option 2	www.quebec.ca
Tel-Aide	819 775-3223	telaideoutaouais.ca
Tel-Jeunes	1 800 263-2266	www.teljeunes.com
Ligne Parents	1 800 361-5085	www.ligneparents.com
Suicide.ca	1 866 APPELLE	www.suicide.ca
Distress Center	613-238-3311	www.dcottawa.on.ca
VIOLENCE OU ABUS		
SOS Violence conjugale	1 800 363-9010	sosviolenceconjugale.ca
Maison Libère-Elles	819 827-4044	maisonlibere-elles.ca
Maison d'hébergement pour elles Des Deux Vallées	819 986-8286	maisondeuxvallees.com
Ligne Aide Abus Aînés	1 888 489-2287	www.aideabusaines.ca
AIDE ALIMENTAIRE		
Le Grenier des Collines	819 457-1010	www.legrenierdescollines.com
SOUTIEN ET ACTIVITÉS POUR LES AÎNÉS		
Services aux aînés des Collines <i>(anciennement Table autonome des aînés des Collines)</i>	1 855 662-4637	www.tabledesainesdescollines.org
TROUBLES ANXIEUX, SANTÉ MENTALE ET DÉPENDANCES		
Maison Le Ricochet	819 456-4230	www.maisonlericochet.com
RESSOURCES POUR FAMILLES		
Maison de la famille l'Étincelle	819 456-4696	FB: Maison de la famille l'Étincelle
Maison de la famille de Quyon	819 458-2808	FB: Maison de la Famille de Quyon
Familles d'abord	819 463-4500	FB: Familles d'abord

Organisme

Téléphone

Site Web

RESSOURCES POUR JEUNES

Maison des jeunes Le Mashado	819 456-1100	www.mashado.ca
Maison des jeunes Val-Jeunesse	819 457-4693	FB: Maison de jeunes Val-Jeunesse
La Source des jeunes	819 607-0871	www.lasourcedesjeunes.net
Carrefour Emploi des Collines (Carrefour jeunesse emploi)	819 561-7712	toncec.ca
The WAY	819 459-3531	FB: The WAY

INFORMATIONS ET RÉFÉRENCEMENT

Ressources des Collines	873 655-8372	www.tdsco.org
Santé Mentale Outaouais		santementaleoutaouais.ca

ÉQUIPE-RELAIS LES ÉCLAIREURS / COLLINES-DE-L'OUTAOUAIS

Nathalie Morin, organisatrice communautaire CISSS de l'Outaouais
NathalieMorin@ssss.gouv.qc.ca / 819 208-3717

Antoine Daoudi, agent de proximité TDS des Collines-de-l'Outaouais
ressources@tdsco.org / 873 655-8372