

GUIDE DES RESSOURCES

POUR LES CITOYENNES ET CITOYENS DE LA MRC DE COATICOOK

COVID-19: AVEZ-VOUS DES INQUIÉTUDES?

OUI

NON



MORAL ET DÉTRESSE PSYCHOLOGIQUE
(ANGOISSE, DÉPRESSION, STRESS)

OUI

ACCUEIL PSYCHOSOCIAL
819 849-9102, poste 57344

24/7 INFO-SOCIAL
8-1-1 option 2



INSÉCURITÉ FINANCIÈRE
(REVENU, DÉPENSES, BUDGET)

OUI

MESURES D'AIDES ÉCONOMIQUES
pour particuliers

- prestation d'assurance-emploi
- prestation canadienne d'urgence
- programme incitatif pour la rétention des travailleurs essentiels
- autres

www.Canada.ca
www.Quebec.ca



BESOINS ALIMENTAIRES
(POPOTE, DÉPANNAGES, ÉPICERIES)

OUI

CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE
819 849-7011
POPOTE ROULANTE (poste 225)
DÉPANNAGE ALIMENTAIRE (poste 239)

Si vous êtes en attente de revenus, n'hésitez surtout pas à faire appel à l'aide alimentaire. Service confidentiel et livraison disponible en cas de besoin.

Connaissez-vous les services offerts par les épiceries, dépanneurs et restaurants de la région?

Consultez le tableau des commerces ouverts sur le site web de la MRC de Coaticook au:
www.mrcdecoaticook.qc.ca



SANTÉ ET COVID-19
(INFOS COVID-19, CONSULTATIONS)

OUI

CLINIQUE MÉDICALE
819 849-4808

- information sur la COVID-19
- information sur le dépistage de la COVID-19
- consultations pour patients avec ou sans médecin de famille

EN CAS D'URGENCE, COMPOSEZ LE 9-1-1

INFO COVID-19 : 1 877 644-4545

RV POUR UN TEST (ESTRIE) : 1 844 721-6094

Si jamais votre situation change, n'hésitez pas à appeler la ligne **Info-Social au 8-1-1 option 2.**

Vous pouvez aussi consulter l'ensemble des ressources disponibles avec une brève description de services à l'endos.



MAISON DES JEUNES DE COATICOOK
www.fb.com/mayzcoaticook

- ANIMATION DES MÉDIAS SOCIAUX
- RENCONTRES VIRTUELLES



MAISON DES JEUNES DE WATERVILLE
www.fb.com/mdjwaterville

- ANIMATION DES MÉDIAS SOCIAUX
- RENCONTRES VIRTUELLES



FAMILLES & PARENTS
ACCOMPAGNATRICE DE MILIEU
819 943-3823

- CAFÉS-RENCONTRES VIRTUELS



ADULTES & JEUNES
TRAVAILLEUR DE RUE
873 662-1544



AÎNÉS
TRAVAILLEUR DE PROXIMITÉ
819 345-0877



AGRICULTEURS
TRAVAILLEUSE DE RANG
1 450 768-6995

MESURES D'AIDES ÉCONOMIQUES
pour entreprises

Chambre de commerce : 819 849-4733
MRC de Coaticook : 819 849-9166
Rues Principales : 819 849-9677
SADC : 819 849-3053

JEVI : 1 866 277-3553

JEUNESSE, J'ÉCOUTE : 1 800 668-6868 **24/7**

SECOURS-AMITIÉ : 819 564-2323

SOS VIOLENCE CONJUGALE : 1 800 363-9010 **24/7**

BESOINS DE BASE

Aide alimentaire et popote roulante

CAB : 819 849-7011

Dépannages : poste 239 | Popote : poste 225

Transport

Acti-Bus : 819 849-3024

Taxi 300 (+livraison): 819 849-2552

W Transport et taxi (+livraison) : 819 821-0823

Soins des personnes âgées et répit

Aide à domicile : 819 849-7716

Électricité

Hydro-Coaticook : 819 849-2721

Hydro-Québec : 1 888 385-7252

DÉTRESSE ET ISOLEMENT

Pour tous

Secours-Amitié Estrie : 819 564-2323

Agression et Violence conjugale

Agression Estrie - CALACS : 819 563-9999 ^{24/7}

SOS Violence conjugale : 1 800 363-9010 ^{24/7}

Drogue : aide et référence

1 800 265-2626 ^{24/7}

Gestion de la colère

Le seuil : 819 821-2420

Hommes

Momenthom : 819 563-0303

Jeunes

Jeunesse, J'écoute : 1 800 668-6868 ^{24/7}

Tel-jeunes : 1 800 263-2266 ^{24/7}

Parents

TDAH-Estrie : 819 565-7131, poste 2 ou 3

Ligneparents : 1 800 361-5085 ^{24/7}

Prévention suicide

Jevi : 1 866 277-3553

Tel-Aide : 1 514 935-1101 ^{24/7}

Proches aidants

Info-Aidant : 1 855 852-7784

Société Alzheimer : 819 821-5127

RESSOURCES LOCALES EN LIGNE



Maison de la famille Coaticook

facebook.com/maisondefamiliecoaticook

APHC+ (personnes handicapées)

facebook.com/aph.coaticook

Éveil Coaticook (santé mentale)

facebook.com/eveilcoaticook

CJE MRC Coaticook (emploi / 16-35 ans)

facebook.com/cjemrccoaticook

EN CAS DE DOUTES

Clinique médicale de Coaticook: 819 849-4808

Accueil psychosocial : 819 849-9102, poste 57344

Info-Social : 8-1-1 option 2 ^{24/7}

Urgence : 9-1-1 ^{24/7}

TRAVAILLEURS DE PROXIMITÉ :

Famille : 819 943-3823

Jeunes et adultes : 873 662-1544

Aînés : 819 345-0877

Agriculteurs : 1 450 768-6995



EN SAVOIR PLUS...



PAGE FACEBOOK

MRC de Coaticook - coronavirus/COVID-19

**+
Page Facebook de votre municipalité**



**CORPORATION DE
DÉVELOPPEMENT
COMMUNAUTAIRE
MRC DE COATICOOK**

**ORGANISMES
COMMUNAUTAIRES**

www.ressourcescoaticook.com



ÉTAT DE LA SITUATION

MRC DE COATICOOK

www.mrcdecoaticook.qc.ca

RESSOURCES
TÉLÉPHONQUES
& EN LIGNE

S'ORIENTER:
PÉRIODE DE LA
COVID-19

AVRIL 2020

MRC DE
COATICOOK