

SOUTIEN INFORMATION RESSOURCE

BESOIN D'AIDE ?

Soyez attentifs aux autres.

Offrez votre aide ou référez-les aux organismes ci-dessous.

POUR
VOUS



ALIMENTATION

Groupe d'entraide Sorel-Tracy :	450 746-5611
Centre d'Action bénévole du Bas-Richelieu :	450 743-4310
Dépannage alimentaire de 10 h à 12 h Service de popote roulante	
La Porte du Passant :	450 743-4803
Repas pour emporter de 11 h à 12 h 45	
Carrefour communautaire l'Arc-en-Ciel :	450 785-2875
La popote roulante en milieu rural 1-844 440-2874	
Carrefour communautaire Saint-Roch-de Richelieu :	450 785-3515
Popote roulante, dépannage alimentaire Saint-Roch	



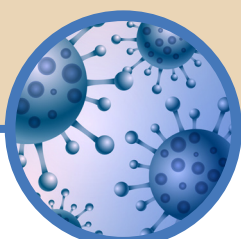
SOUTIEN

Accueil psychosocial MRC de Pierre De Saurel :	450 746-4545
Lundi au vendredi 8 h à 21 h, Samedi et dimanche : 8 h à 16 h	
La Traversée, Centre de prévention du suicide :	450 746-0303
L'Ardoise groupe d'alphabétisation populaire	450 780-1016
Association de la déficience intellectuelle de la région de Sorel-Tracy :	450 743-0664
Association des Aidants(es) Naturels(les) Du Bas Richelieu :	450 730-0880
Groupe d'entraide l'Arrêt-Court :	450 743-6071
Pour personnes vivant de l'anxiété	
Le Vaisseau d'or :	450 743-2300
Famille d'une personne atteinte de maladie mentale	
Maison La Source : Hébergement femme	450 743-2821
Maison Le Passeur : Soutien téléphonique homme	450 743-8403
Maison la Margelle : (dépendance) 24 h/7j	450 746-2788
	1 866-446-2788
Santé mentale Pierre-de Saurel Québec :	450 746-1497
suivi individuel	
SOS violence conjugale : Soutien téléphonique	1-800 363-9010
Travailleuse de rue :	450 846-1283
• URGENCES : 911 locale	
FAMILLE	
Carrefour Naissance-Famille : Soutien famille	450 743-0359
Ligne Parents :	1-800-361-5085
Tel-Jeunes :	1-800-263-2266
Jeunesse J'écoute :	1-800-668-6868



AÎNÉS

Travailleuse de milieu pour aînés :	450 881-7017
Soutien téléphonique	
Programme PAIR :	450 780-5600
Système d'appel quotidien personnalisé poste 5200	
Centre d'écoute Montérégie :	450 658-8509 et 1-877-658-8509
Vivre et vieillir chez soi Bas-Richelieu :	450 743-1584
du lundi au mercredi	
Regroupement pour la santé des aînés Pierre-de Saurel :	450 855-3737
Soutien téléphonique	



SANTÉ

• Si la COVID-19 vous inquiète ou si vous présentez des symptômes comme de la toux, de la fièvre ou une perte soudaine de l'odorat et du goût sans congestion nasale, vous pouvez composer Pour les personnes malentendantes (ATS), le 1 800 361-9596 (sans frais).	450 644-4545 1 877 644-4545 (sans frais) 1 800 361-9596
• Info santé : 811	
Pharmacies : Veuillez contacter votre pharmacie locale	



DROITS ET EMPLOI

Carrefour Jeunesse-emploi Pierre-De Saurel :	450 743-1441
L'Orienthèque :	450 730-0181
Regroupement des chômeurs et chômeuses de Sorel-Tracy :	450 556-1224
Action logement Pierre-De Saurel :	450 881-1910
Association Coopérative Économie Familiale Montérégie-Est (ACEF) :	450 908-0929
Organisme de défense des droit sociaux de Richelieu :	450 743-4804
Collectif de défense des droits de la Montérégie :	450 746-7308 / 1-877-771-1164
Boîte vocale	

Ressources disponibles dans la MRC de Pierre-De Saurel

ACCUEIL PSYCHOSOCIAL MRC DE PIERRE DE SAUREL : 450 746-4545 poste 5133