

English copies of this update are available on demand from my constituency office. See inside for contact information.



GUIDE DE RESSOURCES COMMUNAUTAIRES

PIERRE-LUC DUSSEAU
Député de Sherbrooke



Cher ami, chère amie,

C'est avec beaucoup de plaisir que je vous fais parvenir ce Guide de ressources communautaires ayant pignon sur rue à Sherbrooke. Notre ville compte plus d'une centaine d'organisations de toutes sortes qui œuvrent au bien-être des personnes.

À tout moment, chacun et chacune d'entre nous peuvent avoir besoin d'une de ces précieuses ressources. Ce guide vise donc à faciliter votre recherche si le besoin se fait sentir pour vous ou pour l'un de vos proches.

Bien que cette liste ne soit pas exhaustive, vous constaterez comme moi que le milieu communautaire sherbrookoise est des plus dynamique et diversifié. Ce dynamisme est d'autant plus extraordinaire que le propre de tout organisme communautaire est d'être mis sur pied par des gens ont décelé des besoins particuliers et se sont engagés concrètement à y remédier.

En tant que député, je suis fier de cet engagement citoyen et de toute l'expertise qui se déploie au profit de la qualité de vie des personnes de tous les âges. Je tiens à souligner le travail colossal réalisé par tous les travailleurs et travailleuses ainsi que tous les bénévoles de ces organisations.

Je profite de cette occasion pour souhaiter à tous mes concitoyens et concitoyennes un très bel automne et vous remercier de vos messages d'appui tout au long de l'année.



Pierre-Luc Dusseault
Député de Sherbrooke

AFFAIRES SOCIO-ÉCONOMIQUES ET DEVELOPPEMENT COMMUNAUTAIRE

Caritas Estrie inc.

Soutenir des organismes pour leur permettre de mettre de l'avant des projets de lutte contre la pauvreté et l'injustice, pour améliorer les conditions de vie des plus démunis.

819 566-6345 www.caritas-estrie.org

Carrefour de solidarité internationale

Regroupement d'organismes qui œuvre pour la solidarité internationale, la justice sociale et le développement durable.

819 566-8595 www.csisher.com

Corporation de développement

économique communautaire de Sherbrooke (CDEC)

Développer et soutenir des projets structurants et novateurs qui intègrent les dimensions économiques et sociales, afin de favoriser la revitalisation et l'enrichissement des collectivités.

819-563-1600 www.cdec-sherbrooke.ca

Coopérative de développement régional de l'Estrie

Aider au démarrage de nouvelles entreprises coopératives, promouvoir la formule coopérative et favoriser l'intercoopération en région.

819-566-0234 www.cdrestrie.com

Habitat pour l'humanité Sherbrooke

Organisme sans but lucratif, qui s'appuie sur le bénévolat pour construire des maisons simples et décentes et les vendre à prix abordable et sans intérêt à des familles dans le besoin.

819 993-5169 www.habitatsherbrooke.org

PGE (Pro-Gestion Estrie)

Promotion et développement de l'entrepreneuriat et des compétences.

819 822-6162 www.progestion.qc.ca

Solutions Budget plus

Favoriser la prise en charge et l'autonomie financière des personnes et ce, par son travail d'éducation au budget et de prévention à l'endettement, il rejoint l'ensemble de la population.

819-562-8656 www.solutionsbudgetplus.com

INTERVENTION ET PRÉVENTION DE LA VIOLENCE

Association estrienne pour l'information et la formation aux aînés (AEIFA-DIRA)

Activités de sensibilisation sur la maltraitance, formation à l'intention des étudiants et intervenants œuvrant auprès des aînés, aide individuelle auprès des aînés qui sont, ou croient être, victimes de maltraitance.

819 346-0679 www.aeifa-dira.org

Bulle et Baluchon

Prévention de toutes formes de violence contre les enfants par le biais d'ateliers. Accueil, information, support et référence.

819 822-6046 www.bulleetbaluchon.org

Centre d'aide aux victimes d'actes criminels de l'Estrie – CAVAC

Fournir accueil, réconfort et soutien moral aux victimes d'actes criminels. Donner l'information de base sur le processus judiciaire ainsi que les droits et recours des victimes d'actes criminels.

819 820-2822 www.cavac.qc.ca

Centre d'Aide et de Lutte contre les Agressions à Caractère Sexuel de l'Estrie (CALACS)

Offrir des services d'aide directe aux femmes et aux adolescentes (12 ans et plus) ayant vécu une agression à caractère sexuel ainsi qu'à leur entourage.

819 563-9999 www.calacsestrie.com

Centre d'intervention en violence et abus sexuels de l'Estrie-CIVAS

Organisme venant en aide aux personnes ayant commis ou ayant peur de commettre un comportement sexuel déviant.

819 564-5127 www.civas.ca

L'Escale de l'Estrie

Maison d'accueil et d'hébergement venant en aide aux femmes victimes de violence conjugale et à leurs enfants.

819 569-3611 www.escaleestrie.com

Le Seuil de l'Estrie

Offre de l'aide aux hommes au prise avec des difficultés de couple (ex. : problèmes de communication, séparation) et aide à toutes personnes (hommes, femmes et adolescent(e)s) ayant un problème de gestion de la colère et de l'impulsivité avec l'entourage.

819 821-2420 www.leseuil.qc.ca

SOS Violence conjugale

Services téléphoniques d'accueil, d'évaluation, d'information, de sensibilisation, de soutien et de référence bilingues, gratuits, anonymes et confidentiels 24h sur 24 et sept jours sur sept.
1 800 363-9010

SERVICES D'HÉBERGEMENT ET DE RÉPIT

Accueil Poirier et Partage St-François

Fournir un lieu d'hébergement sécuritaire et temporaire en offrant des services de première ligne de base pour la population itinérante, hommes et femmes adultes.

819 569-9559 www.partagesaintfrancois.qc.ca

Auberge du cœur La Source-Soleil

Maison d'hébergement pour les jeunes de 18 à 30 ans en difficulté ou sans-abri (hommes et femmes) membre du Regroupement des Auberges du cœur du Québec.

819 563-1131

Centre d'Hébergement Alternatif de Sherbrooke (C.H.A.S.)

Accompagner les jeunes adultes ayant un trouble de santé mentale à développer leur autonomie afin d'intégrer des activités sociales (travail, école, activités sportives...) et un milieu de vie plus autonome (appartement autonome ou supervisé).

819 562-6875

Domaine Perce-Neige

Centre d'aide pour personnes ayant un problème de dépendances.

819 346-7878 ou 1 877 832-1108 www.domaineperceneige.com

Maison Caméléon de l'Estrie (La)

Service de répit pour les familles vivant avec une personne ayant une déficience physique, intellectuelle ou multi-déficiences, et ce, dans un milieu stimulant, sécurisant et adapté.

819 562-6881 www.lamaisoncameleon.com

Maison Jeunes-Est

Prévenir l'éclatement du noyau familial, limiter l'effritement des conditions de vie et offrir une alternative à la rue aux jeunes de 12 à 17 ans.

819 821-1999

Résidence d'Hébergement Handi-Respect

Offrir aux personnes ayant une déficience motrice ou intellectuelle, le soutien et l'expertise nécessaire afin de vivre dans un milieu sécuritaire et jouir d'une bonne qualité de vie.

819-636-0119

Résidence Monchénou (La)

Fournir, dans un cadre familial, respectueux et sécurisant, des soins et des services personnalisés à des personnes ayant un handicap intellectuel ou une santé mentale fragilisée.

819 823-7193 www.monchenou.org

S.P.E.C. Tintamarre inc.

Offrir des services qui s'adressent aux personnes de 5 ans et plus présentant un trouble envahissant du développement (TED) ou un trouble apparenté affectant leur développement ou leur fonctionnement social.

819 822-3918

Tremplin 16-30 de Sherbrooke (Le)

Offrir des services aux jeunes adultes (16-30 ans) en recherche d'autonomie, en leur permettant d'accéder à un logement abordable ainsi qu'à un milieu de vie dynamique offrant soutien et accompagnement (individuel ou de groupe).

819 565-4141 www.tremplin16-30.com

Villa Marie-Claire inc.

Offrir des services de réadaptation aux familles et enfants ainsi qu'aux jeunes mères ou adultes en difficulté, enceintes ou avec enfant de 0 à 5 ans.

819 563-1622 www.santeestrie.qc.ca/vmc

DÉFICIENCE INTELLECTUELLE ET PHYSIQUE

ACTE - Association des accidentés cérébraux-vasculaires et traumatisés crâniens de l'Estrie

Organisme de soutien pour les personnes accidentées souffrant d'un traumatisme crânien ou ayant subi un accident cérébro-vasculaire ainsi qu'à leur famille.

819 821-2799 **www.acteestrie.com**

AIRE (L')

Offrir des services aux personnes ayant une déficience intellectuelle : favoriser leur intégration résidentielle, soutenir les familles concernées.

819 562-7605

Apprentis cow-boys

Offrir des services de réadaptation et de thérapie assistée par le cheval à des cavaliers présentant des limitations d'ordres physiques, intellectuelles, mentales, comportementales ou émotionnelles.

819 847-4836 **www.apprentis-cowboys.com**

Association de Sherbrooke pour la déficience intellectuelle inc.(ASDI)

Association de parents créée dans le but de promouvoir l'intégration et la participation sociale, de favoriser le bien-être et de défendre les droits des personnes ayant une déficience intellectuelle et ceux de leur famille.

819 346-2227 **www.asdi-org.qc.ca**

Association de spina-bifida et d'hydrocéphalie de l'Estrie inc.

Soutenir les personnes atteintes de spina-bifida/parents/familles. Sensibiliser la population à cette malformation congénitale et à la prévention. Améliorer la qualité de vie des personnes handicapées.

819 822-3772

Association des personnes handicapées visuelles de l'Estrie

Faire valoir les droits et les intérêts des personnes handicapées visuelles. Représenter et agir comme porte-parole des personnes handicapées visuelles afin qu'elles soient entendues et obtiennent des améliorations des services et de leur condition de vie.

819 566-4848 **www.aphve.com**

Association des Sourds de l'Estrie (ASDI)

Promotion des droits des Sourds, formation et informations. Services d'accueil, référence, soutien et écoute, afin de briser l'isolement des sourds.

819 563-1186 Voix et ATS **www.sourdestrie.com**

Association du Québec pour enfants avec problèmes auditifs secteur Estrie (AQEPA)

Accueil, référence, informations, soutien, écoute, formation, aide aux devoirs et journal d'information.

819 829-2737 ATS **www.aqepa.org**

Ateliers Poly-Teck

Centre de travail adapté pour personnes handicapées où sont fabriqués des articles de vinyle.

819 563-6636 **www.poly-teck.qc.ca**

CRDITED Estrie

Offrir des services spécialisés d'adaptation, de réadaptation, d'intégration et de participation sociale aux personnes qui ont une déficience intellectuelle (DI) ou un trouble envahissant du développement (TED), ainsi que des services de soutien aux proches de ces personnes et aux partenaires.

819 346-8471 **www.crditedestrie.qc.ca**

Dysphasie – Estrie

Regrouper les personnes atteintes de dysphasie. Défendre les droits et les besoins des personnes atteintes.

819 569-6449 **www.dysphasieestrie.com**

Fondation MIRA

Concentrer nos efforts à l'amélioration des capacités fonctionnelles des individus, notamment la mobilité et l'orientation afin qu'ils puissent se déplacer librement dans leur milieu de vie.

819 345-3030 www.mira.ca

Handi Apte

Travailler au maintien de la personne handicapée physique dans son milieu et s'assurer de l'amélioration de sa qualité de vie.

819 562-8877 www.handiapte.com

Handi-Capable

Regrouper des personnes handicapées physiques de Sherbrooke, désireuses de garder leur autonomie et de se donner des projets de vie permettant la créativité et l'action solidaire. Encadrement, services et activités nécessaires à l'exercice d'une citoyenneté à part entière.

819-542-1136 www.handi-capable.net

Service d'interprétation pour personnes sourdes de l'Estrie (S.I.P.S.E.)

Permettre à une personne ayant une déficience auditive de communiquer avec des personnes entendant en établissant une communication satisfaisante et adéquate pour les deux parties.

819 563-4357 et 819 563-6177 <http://www.aide-internet.org/sipse>

Société de l'autisme et des troubles envahissants du développement de l'Estrie (SATEDE)

Soutenir les familles qui vivent avec une personne autiste ou ayant un trouble envahissant du développement (T.E.D.).

819 823-6610 www.autisme.qc.ca

TRAV-ACTION

Accompagner les personnes ayant des limitations fonctionnelles qui éprouvent des difficultés à obtenir ou à conserver un emploi. Le but étant d'accroître leur capacité d'intégration sur le marché du travail.

819 564-1271 www.travaction.ca sipse

DÉPANNAGE ALIMENTAIRE ET VESTIMENTAIRE

Armée du Salut (L') - Poste de Sherbrooke

Dépannage alimentaire et vestimentaire, 112, rue Wellington Sud, bureau 202

819 566-6298 www.armeedusalut.ca

Chaudronnée de l'Estrie inc. (La)

Service d'aide alimentaire et centre de jour pour personnes de tout âge à faible revenu vivant une situation de pauvreté, d'exclusion ou d'itinérance.

819 821-2311 www.chaudronweb.org

Club des petits déjeuners du Québec

Le Club des petits déjeuners du Québec met tout en œuvre afin que chaque enfant reçoive deux éléments essentiels pour apprendre : un petit déjeuner nutritif et un climat nourrissant.

1 888 442-1217 www.clubdejeuners.org

Comptoir familial de Sherbrooke

Offrir à la population de Sherbrooke des vêtements et articles divers à des prix très bas.

819 569-5336

Coopérative de solidarité Le Journal de rue de Sherbrooke

Favoriser la réinsertion progressive de personnes vivant des difficultés d'ordre psychologique, social et économique.

819 348-0086 www.journalderue.org

Estrie-Aide

Services de dépannage, vêtements et meubles.

819 346-9714 www.estrieaide.com

Fondation Rock Guertin inc.

Fournit les «paniers de l'espoir», pendant la période des fêtes aux familles démunies de Sherbrooke et soutient les organismes sherbrookoïses venant en aide aux démunis.

819 562-0401 www.rockguertin.com

Grande table (La)

Offrir des repas à des familles défavorisées.

819 821-5505 lagrandetable.com

Moisson-Estrie

Banque alimentaire qui recueille de la nourriture et l'achemine à des organismes qui la distribuent. Offre un comptoir de distribution pour les individus.

819 822-6025

Samaritain (Le)

Venir en aide aux personnes démunies et en situation financière précaire.

819 563-8457

SOUTIEN DANS LE DEUIL

Amis compatissants de l'Estrie (Les)

Groupe d'entraide mutuelle offrant amitié et compréhension aux parents qui ont fait face à la mort d'un enfant.

819 820-1407

Deuil enfants et ados

Offrir des groupes de soutien aux enfants et adolescents en deuil. Soutenir et informer les adultes qui accompagnent ces jeunes en deuil.

819 578-2042 ou 819 565-7646 www.deuilenfantsetados.com

Mouvement " La porte ouverte"

Aider les personnes après le deuil. Service offert aux veuves et veufs seulement.

819 562-0227

DÉPENDANCES

AL-ANON

Rencontres réunissant parents et amis d'alcooliques pour s'entraider.

819 820-5085 www.al-anon.alateen.org/accueil

Alcooliques anonymes – Sherbrooke

Fraternité d'hommes et de femmes qui partagent entre eux leur expérience, leur force et leur espoir dans le but de résoudre leur problème commun et d'aider d'autres personnes à se rétablir de l'alcoolisme.

819 564-0070 www.aa-quebec.org/region88

Carrefour de l'Espoir

Offrir des services de réinsertion sociale post-cure de catégorie «Aftercare» avec hébergement (3 mois et plus) pour hommes et femmes âgés de 18 ans et plus qui souffrent de problèmes de dépendance.

819 212-0778 www.carrefourdelespoir.org

Centre corps âme et esprit

Intervenir auprès des hommes et des femmes âgés de 18 ans et plus présentant ou à risque de présenter une problématique de dépendance à l'alcool, aux drogues ou au jeu pathologique.

819 563-3323 www.corpsameesprit.ca

Coalition sherbrookoïse pour le travail de rue

Améliorer la qualité des ressources et services reliés aux conditions de vie des jeunes âgés entre 10 et 30 ans.

819-822-1736 www.travailderuesherbrooke.org

Élixir ou l'assuétude d'Ève

Travail en promotion de la santé et prévention des dépendances auprès des femmes adultes.

819 562-5771 www.elixir.qc.ca

Gamblers Anonymes

Travail en promotion de la santé et prévention de dépendances auprès des hommes et femmes ayant un problème de jeu.

1 866 484-6664 www.etape.qc.ca/anonymes/ga.htm

ENVIRONNEMENT

Action Saint-François

Travail à l'assainissement de la rivière Saint-François et de ses tributaires.

819 563-5362 www.asf-estrie.org

Ami(E)s de la terre de l'Estrie (Les)

Contribuer au développement d'une société plus respectueuse de l'environnement et de l'être humain. Sensibiliser et éduquer la population aux questions environnementales ainsi qu'à leurs interactions avec les facteurs socio-économiques et culturels.

819 562-4413 www.atestrie.com

Sentiers de l'Estrie (Les)

Promouvoir la marche en rendant accessible le Sentier de l'Estrie par des activités d'initiation et de perfectionnement à la randonnée en forêt.

819 864-6314 www.lessentiersdelestrie.qc.ca

JUSTICE ET DÉFENSE DE DROITS

Action Plus de Sherbrooke

Promotion et défense des intérêts des personnes assistées sociales, par de l'information et de la formation visant l'autonomie de la personne.

819 564-4418 www.actionplusedesherbrooke.org

AFEAS - Région Estrie

Groupe visant la promotion de la femme par l'éducation et l'action sociale. Améliorer les conditions de vie et de travail des femmes et défendre leurs droits.

819 864-4186 www.afeas.qc.ca

Amnistie internationale (Sherbrooke)

Mouvement humanitaire mondial qui œuvre dans le domaine de la défense des droits fondamentaux de la personne. Organisation impartiale et indépendante de tous gouvernements, son action s'appuie sur la Déclaration universelle des droits de l'homme.

800 565-9766 www.amnesty-volunteer.org/aiscf/sherbrooke

Association coopérative d'économie familiale de l'Estrie (ACEF Estrie)

Aider les individus à prendre en charge la défense de leurs droits et faire la promotion et la défense des intérêts des consommateurs à moyen et à faibles revenus.

819 563-8144 www.consommateur.qc.ca

Association des locataires de Sherbrooke

Revendication concernant le droit au logement. Défense des droits et soutien aux locataires.

819 791-1541 www.assoloccs.sitew.comorg/~assoloccs

Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées AQDR (Section Sherbrooke)

819 829-2981 www.aqdr.org/

Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes de l'Estrie (CAAP-E)

Aider les usagers dans leurs démarches de plaintes auprès d'un établissement de santé et de services sociaux, de l'Agence de santé et des services sociaux et du Protecteur du citoyen.

819 823-2047 ou 1 877 767-2227 sans frais www.caapestrie.org/sherbrooke

Clinique juridique Juripop de l'Estrie

Propose des services juridiques gratuits ou à coût très modique aux personnes exclues de l'aide juridique gouvernementale, mais qui sont dans l'incapacité financière de payer pour la défense de leurs droits.

819 791-7216 www.juripop.org/estriesherbrooke

Collectif pour le libre choix de Sherbrooke (Le)

Défendre et promouvoir le droit inaliénable des femmes d'avoir ou non des enfants, d'en déterminer le nombre et le moment. Informer et sensibiliser la population, prévenir les grossesses non planifiées et les infections transmises sexuellement.

819 562-7338 www.libre-choix.ca

Comité des travailleurs accidentés de l'Estrie

Regrouper les travailleurs et les travailleuses afin de défendre et d'élargir les droits des victimes d'accidents et de maladies du travail.

819 563-8178

Illusion emploi

Organisme de défense et de promotion des droits des travailleuses et des travailleurs non syndiqués.

819 569-9993 www.illusionemploi.org

Ligue des droits et libertés - section Estrie

Information et soutien dans la défense des droits de la personne.

819 346-7373 www.liguedesdroits.ca/

Mouvement des chômeurs et chômeuses

Informier, sensibiliser et regrouper les chômeurs et chômeuses de l'Estrie dans la défense de leurs droits.

819-566-5811 www.lemcce.org

PEPINES - Promotion des Estriennes pour initier une nouvelle équité sociale

Promouvoir l'engagement et la participation des femmes au développement socio-économique de la région et développer des moyens pour permettre un meilleur accès aux postes décisionnels.

819 348-1282 www.pepines.com

Pont (le), organisme de justice alternative

En matière de gestion d'infractions, de litiges et de conflits, Le Pont voit à ce que les personnes concernées (12-18 ans) participent le plus activement possible au processus de règlement dans le respect des droits et de la dignité de chacun.

819 565-2559 www.lepontoja.org

Promotion handicap Estrie inc.

Défense des droits et libertés des personnes handicapées de l'Estrie. L'organisme regroupe les personnes ayant une déficience motrice et favorise leur intégration sociale par l'information, la sensibilisation et l'éducation.

819 565-7708 www.promotionhandicap.com

Regroupement des usagers du transport adapté de Sherbrooke Métropolitain - (RUTASM)

Défense du droit des personnes handicapées au transport adapté et collectif.

819 562-3311

Service de médiation de quartier de Sherbrooke

Offrir un service de médiation pour les personnes aux prises avec un conflit interpersonnel, de voisinage ou relié à un acte criminel.

819 565-8435

MAINTIEN À DOMICILE

Baluchon Alzheimer Estrie

Soutenir les aidants par un répit et un accompagnement afin de prévenir l'épuisement et l'isolement permettant ainsi de retarder l'hébergement de la personne atteinte de la maladie d'Alzheimer.

819 563-5890 www.baluchonalzheimer.com

Centre d'entraide plus de l'Estrie

Aide aux familles et aux individus à faible revenu vivant une situation particulière et difficile. L'objectif est d'aider la clientèle à acquérir une plus grande autonomie et à consolider concrètement leur prise en charge.

819 563-5656 www.entraideplus.queb.ca/

Coopérative de services à domicile de l'Estrie

Favoriser le maintien à domicile des personnes âgées et améliorer la qualité de vie de toute la population en offrant des services à domicile.

819 823-0093 www.coopestrie.com

Petits Frères (Les), La grande famille des personnes âgées seules

Accueillir et accompagner les personnes seules de 75 ans et plus, afin de contrer leur isolement, en créant autour d'elles une famille engagée et fidèle jusqu'à la fin de leur vie.

819 821-4411 www.petitsfreres.ca

Rayon de Soleil de l'Estrie

Favoriser l'autonomie de prise en charge des personnes de 50 ans et plus vivant à domicile.

819 565-5487 www.rayonsoleilestrie.com

Regroupement des aidant(e)s naturel(le)s de Sherbrooke

Offrir un lieu où les aidant(e)s peuvent recevoir du support émotif, s'informer et obtenir des références. Permettre aux aidant(e)s de se regrouper, d'échanger et de s'entraider. Défendre les droits et les intérêts de ses membres.

819 562-2494 www.raan.ca

Réseau d'amis de Sherbrooke(Le)

Briser l'isolement de personnes âgées de 65 ans et plus, en perte d'autonomie, et favoriser leur maintien à domicile par le biais des services de visites amicales et d'accompagnement-transport.

819 562-2494 www.reseaudamis.ca

Sercovie inc.

Contribuer au maintien à domicile des aînés et des personnes en perte d'autonomie, notamment par un service de repas livrés à domicile.

819 565-1066 www.sercovie.org

SANTÉ ET GROUPE DE SOUTIEN

ARRIMAGE Estrie

Favoriser le développement d'une image corporelle positive dans la collectivité en plus d'accompagner les personnes touchées par un trouble du comportement alimentaire ou une préoccupation envers leur corps, leur poids ou leur apparence.

819 564-7885 www.arrimageestrie.com

Association PANDA de l'Estrie

Contribuer à l'amélioration de la qualité de vie des enfants ayant le TDAH, de leurs parents et des personnes qui les soutiennent, afin de participer à leur mieux-être dans les différents milieux où ils évoluent : famille, service de garde, école, milieu de la santé et des services sociaux, communauté et société.

819 565-7131 www.pandaestrie.org/Accueil

Centre des femmes La Parolière

Aider et accompagner chaque femme dans la découverte de ses forces afin qu'elle puisse y prendre appui et relever les défis de sa vie sociale, communauté et société.

819 569-0140 www.laparoliere.org

Clinique de planning, santé sexuelle et planification familiale

Information et consultation sur la planification des naissances.

819 565-0767

S.O.S. Grossesse Estrie

Offrir aux femmes et aux jeunes filles qui vivent une grossesse non prévue ou qui ont peur d'être enceintes, ainsi qu'à leurs proches, un service d'aide et d'écoute confidentiel et gratuit.

819 822-1181 ou 1 877 822-1181 www.SosGrossesseEstrie.qc.ca

Cuisine collective Le Blé d'Or de Sherbrooke

Promouvoir l'autonomie alimentaire et de saines habitudes de vie dans le but d'améliorer la santé et la qualité de vie de la population du territoire sherbrookoise.

819 820-1231 www.cuisincollectivebledor.org

Gai-Écoute

Centre d'écoute téléphonique et de renseignements pour les gais et lesbiennes du Québec.

1 888 505-1010 www.gai-ecoute.qc.ca

IRIS-Estrie

Groupe d'intervention et d'information sur les infections transmises sexuellement et le VIH/sida en Estrie. Rejoindre la population par la prévention.

819 823-6704 www.iris-estrie.com

Jeunesse, j'écoute

Offrir aux jeunes le support immédiat qu'ils méritent et dont ils ont besoin 24 heures sur 24, 365 jours par année.

1 800 668-6868 www.jeunessejecoute.ca

JEVI Centre de prévention du suicide Estrie

Promotion du mieux-vivre et prévention du suicide auprès de la population de l'Estrie.

Intervenants 1 866 277-3553 ou Admin: 819 564-7349

www.jevi.qc.ca

Ligne Parents (La)

Ligne d'intervention téléphonique pour les parents où ils peuvent trouver appui et information sur les préoccupations parentales, peu importe l'ampleur du problème.

1 800 361-5085 www.ligneparents.com

MomentHom - Centre d'entraide pour hommes de l'Estrie

Accueillir et répondre aux besoins des hommes de l'Estrie qui vivent des situations de vulnérabilité.

Aide: 819 563-0303 ou Admin: 819 791-1210

www.momenthom.com

Naissance Renaissance Estrie

Information, soutien et aide aux mères, aux pères, aux couples et aux familles dans le respect de leurs valeurs et de leurs besoins, de la conception jusqu'au 2e anniversaire de l'enfant.

819 569-3119 www.coucoulavie.com

Outremangeurs Anonymes

Association d'hommes et de femmes qui se rencontrent pour partager leur expérience et s'aider mutuellement à surmonter leur compulsion alimentaire et toutes formes de troubles alimentaires.

1 877 509-1939 ou 819 566-8230 www.outremangeurs.org

Réseau Hommes Québec

Groupes autogérés d'écoute, de parole et d'entraide, d'occasions d'échanges et de réflexion afin de permettre aux hommes d'accroître l'estime et le rayonnement de leur personne par un mode de vie authentique et responsable alimentaire.

819 566-0724 et 1 877 908-4545 www.rhq.ca

Revivre - Association québécoise de soutien aux personnes souffrant de troubles anxieux, dépressifs ou bipolaires

Venir en aide aux personnes souffrant de troubles anxieux, dépressifs ou bipolaires.

1 866 738-4873 www.revivre.org

Rose des vents de l'Estrie (La)

Offrir du soutien et un accompagnement dans toutes les étapes de la maladie tant au plan physique, psychosocial que spirituel. Faciliter le retour et le maintien à domicile.

819 823-9996 www.rosedesvents.com

Secours-Amitié Estrie

Service d'écoute téléphonique confidentiel, anonyme et gratuit. Il s'adresse aux personnes qui ressentent le besoin ou la nécessité de se confier, qui sont confrontées à la solitude, qui font face à des idées suicidaires ou à toute autre problématique pouvant affecter leur santé mentale.

Ligne d'écoute: 819 564-2323 Admin: 819 823-5400 www.secoursamitieestrie.org

Société Alzheimer de l'Estrie

Soutenir et accompagner les personnes atteintes et leurs proches. Sensibiliser et informer la population sur la maladie d'Alzheimer et ses conséquences.

819 821-5127 www.alzheimerestrie.co

IMMIGRATION ET COMMUNAUTÉ CULTURELLE

Actions interculturelles de développement et d'éducation

Organisation à but non lucratif qui vise le rapprochement interculturel.

819-822-4180 www.aide.org

Centre Interculturel Peuplestrie Optimum (CIPO)

Mouvement sans but lucratif axé sur la solidarité et les relations intercommunautaires fructueuses. Favorise l'intégration des personnes immigrantes à la population d'accueil.

819-566-5673 www.cipo2.com

Centre pour femmes immigrantes de Sherbrooke

Soutenir les femmes immigrantes dans leur processus d'intégration sociale et professionnelle.

Aide à l'information, à la défense des droits, au soutien et à l'accompagnement

819-822-2259 www.fccestrrie.com

Fédération des communautés culturelles de l'Estrie

Représenter les communautés culturelles en favorisant l'unification dans un esprit de partenariat pour l'épanouissement, le développement et la pleine participation des personnes immigrantes.

819-823-0841 www.fccestrrie.org

Mouvement MultiEthnique

Promouvoir les valeurs socioculturelles et organiser différentes activités qui faciliteront les échanges culturels.

819-580-2820

Rencontre interculturelle des familles de l'Estrie (R.I.F.E.)

Promouvoir l'interculturel en Estrie. Créer des opportunités de rencontres et privilégier les rapprochements entre les familles de toutes origines et de toutes religions. Répond aux besoins des familles immigrantes de l'Estrie sur les plans culturel, économique et social.

819-821-3839 www.rifestrie.com

Service d'aide aux Néo-Canadiens

Accueillir les personnes immigrantes venant s'y établir tout en facilitant leur intégration sur les plans social, psychosocial, économique et culturel en collaboration avec les ressources du milieu. Favorise le développement et le maintien de relations interculturelles entre les citoyens. Offre différents services tel que : Accueil et établissement, service à la clientèle, service d'accès au travail (secteur employabilité), service d'internet.

819-566-5373 www.sanc-sherbrooke.ca

SOUTIEN À LA FAMILLE

Amis du Quartier-Comité 0-5 ans

Mettre en place des projets significatifs permettant le développement optimal des enfants de moins de 5 ans et leur famille sur le territoire de la table ÉPÉ Jardins Fleuris.

819 560-8672

Centre de maternité de l'Estrie

Accompagnement de la femme durant sa grossesse, pendant l'accouchement et après celui-ci par des sages-femmes dans un contexte naturel et familial.

819 780-2220 poste 47500 www.sagefamille.org

Famille Plus

Accompagner les familles dans leur rôle parental par le biais de différents services, programmes et un service de halte-garderie.

819 822-0835 www.famille-plus-sherbrooke.blogspot.com

Familles Espoir

Regroupement de familles (quartier d'Ascot, quartier Ouest de Sherbrooke et ses environs) offrant des activités socio-éducatives.

819 569-7923 www.aide-internet.org/famillesespoir

Maison de la famille de Sherbrooke inc. (La)

Sa mission est de favoriser le mieux-être psychosocial des couples et des familles.

819 791-4142 www.maisonfamillesherbrooke.com

Maison des Grands-Parents de Sherbrooke (La)

Lieu de rencontre où se déroulent plusieurs activités et projets intergénérationnels entre les enfants, les adolescents, les adultes et les grands-parents.

819 820-9803 www.mgpsherbrooke.org

Marraine Tendresse de l'Estrie

Apporte un soutien et écoute aux nouvelles mères afin qu'elles puissent vivre de façon épanouissante leur rôle de mère et de femme.

819 562-0406 www.marrainetendresse.com/

Parents-Secours Sherbrooke inc.

Assurer la sécurité et la protection des enfants et des aînés(es) en offrant un réseau de foyers refuges sécuritaires, tout en contribuant à promouvoir la prévention par l'information et l'éducation.

819 821-5990 www.aide-internet.org/parents/

RAME (Le) Réseau d'appui aux familles monoparentales et recomposées de l'Estrie

Améliorer les conditions de vie des familles monoparentales et recomposées de l'Estrie.

819-822-3451 <http://rame-estrie.org/>

Société de l'autisme et des troubles envahissants du développement de l'Estrie (SATEDE)

Soutenir les familles qui vivent avec une personne autiste ou ayant un trouble envahissant du développement (T.E.D.).l'Estrie.

www.autisme.qc.ca

SANTÉ MENTALE

APPAMM-ESTRIE

Services de soutien et d'information aux proches de personnes atteintes de maladie mentale.
819 563-1363 www.appamme.org

Autre Rive (L')

Venir en aide aux gens souffrant de troubles anxieux.
819 564-0676 www.autre-rive.ca

Cordée, ressource alternative en santé mentale (la)

Ressource alternative en santé mentale, intervient auprès des personnes ayant des problèmes de santé mentale et d'ordre émotionnel. Elle offre à ses membres usagers un lieu d'appartenance et une ambiance chaleureuse ainsi qu'une gamme d'activités qui favorise l'acceptation et le dépassement.
819 565-1225 www.lacordeerasm.org

PRO-DEF Estrie

Promotion et défense des droits en santé mentale de l'Estrie. Informer et soutenir la personne dans l'exercice de ses droits et de ses recours.
819 822-0363 ou 1 800 561-0363 www.prodefestrie.qc.ca

TRAVAIL

Au Pont de Bois

Au Pont de Bois, est un plateau de travail en ébénisterie et finition de meubles pour adultes, qui facilite l'intégration au marché de l'emploi.
819 563-5216 www.aupontdebois.com

Carrefour Jeunesse-emploi de Sherbrooke

Aider les jeunes adultes de 16 à 35 ans, quel que soit leur statut économique ou social, à intégrer ou à réintégrer le marché du travail.
819 565-2722 www.cje-sherbrooke.qc.ca

Centre de main-d'oeuvre Opex

Aider les personnes judiciairisées à s'intégrer dans la société par le biais de l'emploi.
819 565-1866 opexemploi.com

Centre d'intégration au marché de l'emploi- CIME

Favoriser l'accès des femmes au marché du travail et leur maintien en emploi.
819 564-0202 www.cime-emploi.com

Centre d'orientation et de recherche d'emploi

Corporation à but non lucratif qui offre des services de counseling d'orientation et d'emploi aux adultes en recherche d'emploi, ou qui désirent réorienter leur carrière.
819 822-3226 www.orientationemploi.org

Centre Option 45

Pour les personnes de 45 ans, 55 ans et 65 ans à la recherche d'emploi qui désirent réintégrer le marché du travail, prestataires d'assurance emploi, prestataires de la sécurité du revenu ou personnes sans revenu.
819 829-5060 www.centreooption45.qc.ca

Récupex inc.

Plateau de travail qui offre à ses salariés la formation en employabilité et un soutien au placement.
819 820-1300 www.recupexinc.com

TRAV-ACTION

Accompagner les personnes ayant des limitations fonctionnelles et qui éprouvent des difficultés à obtenir ou à conserver un emploi. Le but étant d'accroître leur capacité d'intégration sur le marché du travail.
819 564-1271 www.travaction.ca

À votre service!

Nous rejoindre

Bureau de circonscription:

100, rue Belvédère-Sud, Bureau 130,
Sherbrooke, Québec,
J1H 4B5

Nos services

- Service de passeports
- Aide Immigration Canada
- Aide Agence Revenu Canada
- Aide Service Canada
- Service de photocopies pour organismes communautaires
- Rencontre avec le député



Avez-vous trouvé ce guide utile?

Oui. Non.

Êtes-vous satisfaits du travail de votre député?

Oui. Non.

Laissez-moi un commentaire.

Merci de votre appui!

À VOTRE ÉCOUTE

Téléphone: **819-564-4200**
Site Internet: **PLDusseault.ca**

Courriel: **Pierre-Luc.Dusseault@parl.gc.ca**

NOM _____

ADRESSE _____

VILLE _____ PROVINCE _____

CODE POSTAL _____ TÉL. _____

COURRIEL _____

Pierre-Luc Dusseault
Député de Sherbrooke
Chambre des communes
Ottawa (Ontario)

**AUCUN
TIMBRE
REQUIS**