Boîte à outils

Transition vers la vie adulte

Capitale-Nationale



Offert dans le cadre du comité *Le Portail* du Programme « Envol vers l'autonomie »

FONDATION ANCRAGE JEUNESSE



Cadre de référence pour la structure du document en 8 piliers de transition : Doucet, M., et Conseil national des défenseurs des jeunes pris en charge (2021, le 4 octobre). Normes équitables de transition vers l'âge adulte pour les jeunes pris en charge. Ottawa, ON : LBEC. https://urls.fr/ge3U62

5. Culture et spiritualité



6. Santé & bien-être

6.1 Santé mentale





6.2 Dépendances



6.3 Violences



6.4 Troubles alimentaires



6.5 Santé physique



6.6 Bien-être



7. Plaidoyer et droits



8. Développement émergent à l'âge adulte



9. Autres ressources





1. Soutien financier

1.1 Aide financière

Québec

CHILDREN'S AID FOUNDATION OF CANADA

FONDATION ANCRAGE JEUNESSE

FONDATION NORMAND BRIE
Pour se réaliser au-delà des obstacles

Fondation TELUS pour un futur meilleur

Ministère de l'Emploi et de la Solidarité sociale
Québec

Fondation pour la protection de la jeunesse de Québec

Fondation Dom Bosco

Partout au Canada

Children’s Aid Foundation of Canada

SERVICES OFFERTS

- Soutien scolaire (bourses d’étude)
- Soutien à l’emploi
- Soutien en santé mentale
- Ressources numériques
- Formation à l’éducation financière

MISSION

Aider les enfants issus du système de protection de l’enfance à passer de la survie à l'épanouissement.

La Fondation pour l'aide à l'enfance du Canada est le principal organisme de bienfaisance de notre pays qui se consacre à l'amélioration de la vie des enfants et des jeunes dans le système de protection de l'enfance.

25, Spadina Road, Toronto (ON) M5R 2S9

416-923-0924

https://cafdn.org/

Capitale-Nationale

Fondation pour la protection de la jeunesse de Québec

Fondation pour la protection de la jeunesse de Québec

Fondation du Centre Jeunesse de Québec

SERVICES OFFERTS

- Programme de Bourses d'étude
- Programme projets porteurs d'espoir
- Programme projets dédiés à un groupe de jeunes
- Programme des lits de bébé
- La Maison Le Petit Blanchon

MISSION

La Fondation s'est donnée pour but d'aider les jeunes en difficulté afin qu'ils puissent développer un projet de vie porteur d'espoir et ainsi entrevoir un avenir où ils seront artisans à part entière de la société.

Elle se distingue des autres fondations d'aide à la jeunesse en étant entièrement dédiée aux jeunes et à leur famille qui bénéficient ou ont bénéficié des services de la protection de la jeunesse ou la Loi sur le système de justice pénale pour adolescents. Accompagner ces jeunes vers un avenir meilleur, telle est la mission qui guide les actions ainsi que les engagements de la Fondation.

2915 avenue du Bourg-Royal Québec (QC) G1C 3S2

www.fondationcjq.com

Capitale-Nationale

Fondation Ancrage Jeunesse

FONDATION ANCRAGE JEUNESSE

SERVICES OFFERTS

- Fonds d'urgence
- Paniers alimentaires (période des fêtes)
- Soutien par l'intervention de milieu
- Ateliers culinaires
- Activités sportives, artistiques et culturelles

MISSION

Privilégier le développement du potentiel des jeunes suivis ou ayant été suivis par la Protection de la jeunesse en leur faisant vivre des expériences enrichissantes et en favorisant la création de liens significatifs avec de jeunes adultes issus des milieux d'études supérieures.

2700, boul. Laurier CP31016, Québec (QC) G1V 4W6

www.ancragejeunesse.com

Chaudière-Appalaches et Capitale-Nationale

Fondation Dom Bosco

Fondation Dom Bosco

SERVICES OFFERTS

- Subventions
- Prix Dom Bosco
- Aide financière ponctuelle

MISSION

La Fondation Dom Bosco facilite l'accessibilité aux activités sportives pour les enfants défavorisés ou en difficulté en achetant du matériel ou en payant des inscriptions. Par l'achat de denrées, de matériel ou par la contribution à l'organisation d'activités éducative, la Fondation Dom Bosco favorise le développement personnel et social. La Fondation Dom Bosco a toujours eu à cœur l'éducation des enfants. Nos aides vont de l'achat de matériel d'apprentissage au financement d'inscriptions et d'activités.

https://www.fondationdombosco.org/

Partout au Québec

Fondation Normand Brie

FONDATION
NORMAND BRIE
Pour se réaliser au-delà des obstacles

SERVICES OFFERTS

- Défraie des coûts jugés pertinents dans le cadre d'une démarche entreprise par une personne pour atteindre son but.

MISSION

Vous avez un but à atteindre. Vous devez vaincre un obstacle qui se dresse sur votre route. Il peut être physique, mental, moral ou financier. Ponctuel ou permanent. Mais l'important est que vous avez la volonté de surmonter l'obstacle. Alors, la Fondation Normand Brie peut vous aider à combler le manque.

2335, boul. Bastien, Québec (QC) G2B 1B3

418-923-0924

https://fondationnormandbrie.org/

Partout au Canada

Fondation Telus pour un futur meilleur

Fondation TELUS
pour un futur meilleur

Mobilité pour l'avenir - 5G+ de 3 Go

$0 par mois pendant deux ans, 25 $ par mois par la suite[1]

3 Go de données à partager[2] à des vitesses allant jusqu'à 2 Gbit/s et données illimitées à des vitesses réduites[3]

Appels et textos illimités au pays

SERVICES OFFERTS

- Programme « Mobilité pour l'avenir »

MISSION

La Fondation TELUS pour un futur meilleur est un organisme caritatif enregistré indépendant qui favorise le mieux-être des jeunes pour qu'ils puissent atteindre tout leur potentiel.

www.telus.com/fr/social-impact/connecting-canada/connecting-for-good-programs/youth

Partout au Québec



Gouvernement du Québec

Québec

SERVICES OFFERTS

- Aide financière aux études (Programme de prêts et bourses)

OBJECTIF DU PROGRAMME

Obtenir de l'aide afin de payer vos études à temps plein ou partiel.

Le Programme de prêts et bourses permet aux étudiants dont les ressources financières sont insuffisantes de poursuivre des études à temps plein.

1 877-643-3750

www.quebec.ca/education/aide-financiere-aux-etudes

Partout au Québec



Ministère de l’Emploi et de la Solidarité sociale

Ministère de l’Emploi et de la Solidarité sociale
Québec

SERVICES OFFERTS

- Programme Objectif Emploi
- Programme d’aide sociale
- Programme de solidarité sociale
- Programme de revenu de base

DESCRIPTION

Le ministère de l’Emploi et de la Solidarité sociale (MESS) administre différents programmes qui permettent aux personnes à faible revenu et qui répondent à certains critères d’obtenir un montant d’argent (prestation). Cette somme permet de payer la nourriture, le logement, etc.

www.quebec.ca/famille-et-soutien-aux-personnes/aide-sociale-et-solidarite-sociale

1.2 Services et banques alimentaires

Le Marginal

La Baratte
NOURRIR L'ESTIME DE SOI

Amélie et Frédérick
Service d'entraide

Patro Roc-Amadour

Le Pignon Bleu

Accueil Saint-Ambroise
Accueil ~ Écoute ~ Accompagnement

La Bouchée généreuse
Tendre la main n'a pas de faim !

Relais d'Espérance

Centre Mgr Marcoux

Banques alimentaires du Québec

Service d'entraide Basse-Ville
Aider. Partager. Développer.

Café Rencontre
L'espoir est aussi au menu...
du Centre-Ville (Québec) inc.

entraide agapè
Banque alimentaire et ressourcerie

Sauve ta bouffe

Ville de Québec (LORETTEVILLE et NEUFCHÂTEL-OUEST)

Accueil Saint-Ambroise

SERVICES OFFERTS

- Aide alimentaire
- Banque alimentaire
- Cuisine collective
- Soutien financier
- Repas-collations dans les écoles
- Aide à la déclaration de revenus (rapport d'impôt)

MISSION

Organisme communautaire apportant à des personnes en situation de pauvreté un soutien et de l'aide alimentaire afin d'améliorer leurs conditions de vie.

L'Accueil Saint-Ambroise de Loretteville a pour mission de mettre en œuvre des services d'entraide alimentaire, matérielle, financière et d'écoute dans son secteur désigné de Loretteville/Neufchâtel-Ouest.

262, rue Racine, porte 5, Québec (QC) G2B 1E6 418-847-2433

https://www.211quebecregions.ca/organisme/accueil-saint-ambroise-de-loretteville-QBC0149

Ville de Québec (Saint-Émile)

Amélie et Frédérique (Service d’entraide)

Amélie et Frédérick
Service d’entraide

SERVICES OFFERTS

- Aide alimentaire (distribution, dépannage, frigo partage)
- Accompagnement et soutien (présence d’un intervenant)
- Intégration sociale et à l’emploi
- Accès à leur réseau de partenariat (lunettes, dentiste, articles scolaires, aide aux devoirs, etc.)

MISSION

Amélie et Frédérique offre un soutien en sécurité alimentaire, un lieu d'écoute, de référencement et d’activités enrichissantes pour renforcer le tissu social de la communauté, répondant aux besoins divers des familles en situation de vulnérabilité dans les secteurs de Neufchâtel-Est, Saint-Émile et une partie de Lebourgneuf.

1947, boul. Bastien, Québec (QC) G2B 1C3 418-845-3073 https://www.amelieetfrederick.com/

Partout au Québec

Banques Alimentaires du Québec

Banques alimentaires du Québec

SERVICES OFFERTS

- Site répertoire Web des banques alimentaires au Québec
- Consulter le site Web afin de trouver une ressource près de chez soi

MISSION

Soutenir son réseau par l'augmentation et la mise en commun de ressources et d'expertises afin d'assurer un accès à des denrées nutritives pour les populations vulnérables partout au Québec.

555, boul. Roland-Therrien, bur. 230, Longueuil (QC) J4H 3Y9

514-344-0789

https://banquesalimentaires.org/ou-trouver-de-laide-alimentaire/

Ville de Québec (Capitale-Nationale)

La Baratte

SERVICES OFFERTS

- Dépannage alimentaire
- Mets congelés maison
- Cuisine communautaire
- Service de “popote roulante” à domicile
- Traiteur à visée sociale
- Insertion socioprofessionnelle
- Accès à plusieurs ressources et programmes

MISSION

La Baratte est un organisme à but non lucratif fondé en 1999 qui propose, à la grandeur de la Capitale-Nationale, une réponse concrète aux besoins alimentaires et sociaux de toutes personnes désirant utiliser leurs services.

2120, rue Boivin, Québec (QC) G1V 1N7

418-527-1173

https://labaratte.ca/

Ville de Québec (LIMOILOU)

La Bouchée généreuse

La Bouchée généreuse
Tendre la main n'a pas de faim !

SERVICES OFFERTS

- Distribution alimentaire (les jeudis)
- Cuisine communautaire
- Comptoir alimentaire
- Épicerie communautaire
- Meubles et vestiaires (friperie)
- Opticien (sur rdv, possible de rencontrer le marchand de lunettes)
- Service d'une infirmière sur place (1x par semaine)
- Service d'un avocat sur place (1x par semaine)
- Soutien et écoute
- Aide aux devoirs
- Fêtes d'enfants
- Intégration par le bénévolat

MISSION

Enrayer la pauvreté par le partage des richesses, le recyclage, et l'économie circulaire.

La bouchée généreuse est une banque alimentaire, une friperie et une épicerie communautaire situé dans le quartier Limoilou.

145 boul. Wilfrid-Hamel, Québec (QC) G1L 4H8 418-648-8588 https://laboucheegenereuse.ca/

Ville de Québec, Basse-Ville (SAINT-JOSEPH)

Le Café Rencontre du Centre-Ville

SERVICES OFFERTS

- Repas à moindre coût
- Accompagnement et soutien
- Friperie
- Itinérance / Réinsertion social
- Location de salle
- PROJET 180° (pour les jeunes de 11 à 19 ans), aide aux devoirs et activités variés
- Service de coiffure gratuit
- Animation communautaire

MISSION

Le Café rencontre donne de l'espoir, du réconfort, du soutien et de la confiance à toute personne vivant de la détresse alimentaire ou en situation d'exclusion sociale, en les accueillant avec un bon repas chaud et une écoute attentive de leurs besoins. Notre vision est d'être un agent d'insertion social, dynamique et efficace intervenant en première ligne pour répondre aux besoins de notre communauté, dans le centre-ville de Québec.

796 rue St-Joseph E, CP30146, Québec (QC) G1K 3C3 418-640-0915 https://www.caferencontre.org/

Ville de Québec (LIMOILOU, ST-CHARLES)

Centre Mgr-Marcoux

CENTRE MGR MARCOUX

SERVICES OFFERTS

- Aide alimentaire
- Atelier culinaire
- Jardin collectif
- Atelier de transformation alimentaire
- Cuisines collectives
- Frigo partage
- Marché solidaire
- Jardinage collectif
- Marchand de lunettes

MISSION

Le Centre Mgr Marcoux est un centre communautaire de loisir qui a pour mission d'animer un milieu de vie qui génère l'épanouissement de l'individu et de la collectivité, l'implication bénévole et la participation active de tous et ce, au moyen du loisir, de l'éducation populaire et de l'action communautaire.

Le Centre Mgr Marcoux est la référence en termes d'animation du quartier. Le Centre est connu et reconnu comme étant la porte d'entrée sur le quartier et un milieu de vie où se vit la mixité sociale sous toutes ses formes. Le Centre est un acteur de changement social et il agit à titre de porte-parole des citoyens du quartier.

2025, Adjutor-Rivard, Québec (QC) G1J 0H6

418-661-7766

https://www.centremgrmarcoux.com/

Ville de Québec (BEAUPORT)

Entraide Agapè (Banque alimentaire et friperie)

entraide agapè
BANQUE ALIMENTAIRE ET RESSOURCERIE

SERVICES OFFERTS

- Banque alimentaire
- Ressourcerie/friperie

MISSION

La mission d'Entraide Agapè est d'offrir une aide alimentaire et matérielle aux familles et aux personnes dans le besoin.

Depuis 37 ans, Entraide Agapè offre une aide alimentaire et matérielle aux familles et aux personnes dans le besoin.

Ressourcerie : 3275, chemin Royal, Québec (QC) G1E 1V8
Aide alimentaire : 3148, chemin Royal, Québec (QC) G1E 1V2

Ressourcerie : 418-661-7485 poste 300
Aide alimentaire : 418-661-7485 poste 200

https://entraideagape.org/

Ville de Québec (LIMOILOU)

Patro Roc-Amadour

Patro Roc-Amadour

SERVICES OFFERTS

- La distribution alimentaire régulière et d'urgence
- Le Service d'Entraide (livraison à domicile d'un repas équilibré aux personnes en perte d'autonomie, en convalescence ou en situation de handicap, ainsi qu'aux nouvelles ou futures mamans
- La friperie « Le sous-solde »
- Le P'tit Bazar et Les Grands Bazars
- La cuisine collective
- Les jardins collectifs

MISSION

Le Patro Roc-Amadour est un centre communautaire qui crée et anime un milieu de vie inclusif contribuant au développement de la personne par le biais du loisir, de l'accompagnement et de l'entraide, tout en favorisant la participation de la jeunesse, des aînés et des personnes plus vulnérables.

2301, 1re Av., Québec (QC) G1L 3M9

418-529-4996

https://www.patro.roc-amadour.qc.ca/

Ville de Québec (SAINT-SAUVEUR)

Le Pignon Bleu

SERVICES OFFERTS

- Entreprise d'insertion
- Programme d'aide et d'accompagnement social
- Nutrition communautaire (restaurant populaire, aide alimentaire, cuisine collective)
- Services socio-éducatifs
- Insertion socioprofessionnelle (accueil, accompagnement, activités spéciales)

MISSION

Le Pignon Bleu est un organisme communautaire dont la mission est de favoriser la sécurité alimentaire des enfants et des familles de la ville de Québec, soutenir le développement des enfants et des familles dans le besoin et de contribuer à la formation et à l'insertion au travail de personnes éloignées de l'emploi.

270, Saint-Vallier O, Québec (QC) G1K 1K5 418-648-0598 http://www.pignonbleu.org/

Ville de Québec (LIMOILOU)

Le Relais d’espérance

SERVICES OFFERTS

- Service alimentaire
- Cuisine collective
- Café rencontre
- Comptoir vestimentaire
- Soins de santé
- Programme de pré employabilité
- Programmes de formation
- Ateliers créatifs
- Travaux compensatoires
- Stage étudiant et emploi carrière été Canada

MISSION

À travers le continuum de services offert, le Relais d’espérance prépare leurs clients pour une intégration sociale progressive et formatrice. Il vise à améliorer leurs conditions de vie, à les aider à retrouver leur dignité ainsi que le respect et l’estime d’eux-mêmes.

Depuis 1980, le Relais d’espérance accueille les personnes seules vulnérables et marginalisées de notre société, vivant pour la plupart dans la pauvreté. Que ce soit pour des raisons psychologiques, physiques, sociales ou économiques, tous sont bienvenue dans le respect des différences et le droit à la dignité humaine.

1001, 4e Av. (coin 10e Rue), Limoilou (QC) G1J 3B1 418-522-3301 http://www.lerelaisdesperance.org/index.html

Province de Québec

Répertoire des frigos communautaires du Québec

SERVICES OFFERTS

- Liste des frigos et de leurs adresses sur le site web
- Il est aussi possible d'utiliser le numéro de téléphone 211 pour connaitre un emplacement.

MISSION

Le concept de mettre à disposition des denrées alimentaires dans un espace ouvert à toutes et à tous porte plusieurs noms : frigo communautaire, frigo-partage, frigo-solidaire, frigo collectif... Cependant, l'idée demeure la même : un frigo dans lequel toute la communauté peut déposer des denrées alimentaires afin d'en faire profiter aux personnes ne pouvant répondre à leurs besoins alimentaires.

https://sauvetabouffe.org/boite-a-outils/repertoire-des-frigos-communautaires-du-quebec/

Ville de Québec, Basse-Ville (SAINT-ROCH) (Parvis de l'Église Saint-Roch)

ROULOTTE : Le Marginal

(La société Saint-Vincent de Paul de Québec)

Le Marginal

SERVICES OFFERTS

- Repas chauds et sacs à lunch
- Vêtements
- Dépannage alimentaire
- Trousses d'hygiène
- Accueil et écoute
- Informations
- Orientation et références

MISSION

Depuis 1993, notre motorisé va à la rencontre des personnes en difficulté. On y accueille les gens qui sont en rupture social pour les écouter et leur offrir écoute, repas, conseils, références, vêtements, etc. Notre service permet la distribution de repas chaud et de vêtements adapté au différentes conditions météorologiques. De plus, notre clientèle bénéficie d'un service d'intervention de proximité leur offrant écoute, conseil et références.

2225, boul. Henri-Bourassa, Québec (QC) G1J 3X1 418-522-5741 https://ssvp-quebec.org/programme-le-marginal

Ville de Québec (BASSE-VILLE)

Service d’entraide Basse-Ville (SEBV)

Service d’entraide Basse-Ville

Aider. Partager. Développer.

SERVICES OFFERTS

- Services alimentaires (pour les résidents du quartier Saint-Sauveur, le vendredi entre 13 et 15h).
- Friperie « Boîte à Fripes »
- Grenier à meubles (meubles gratuits pour la demande des gens à faible revenus)
- Le Grenier à Meubles du Service d'Entraide Basse-Ville offre gratuitement à 30 jeunes de moins de 30 ans résidant à Québec des éléments tels que deux électroménagers (réfrigérateur et four), un kit de départ (par exemple, vaisselle, draps et oreillers), les meubles essentiels nécessaires ainsi que les frais de déménagement.

MISSION

Se voulant un milieu d’accueil, de services et de références, le SEBV contribue à l’amélioration des conditions de vie, tant sur le plan matériel que social, des personnes qu’il dessert. Ressource incontournable et véritable milieu de vie, le SEBV se donne les moyens de ses ambitions pour le mieux-être de sa communauté et de sa clientèle.

Le SEBV est un organisme communautaire qui vise principalement la redistribution de la richesse dans un esprit d’entraide.

155 Av. du Sacré Cœur,
Québec (QC) G1N 2W3

Distribution ou Dépannage Alimentaire : 418-529-6889
Le Grenier à Meubles : 367-380-6496 ou 418-683-4083

https://sebv.ca/

1.3 Banques de meubles

Banque de meubles Québec

CENTRE OZANAM
DE LA SOCIÉTÉ DE SAINT-VINCENT-DE-PAUL

Trousseaux de Lisette

Ensemble, on va les aider nos jeunes!

Québec

Centre Ozanam

SERVICES OFFERTS

- Vente de marchandises usagées à bas prix

MISSION

Le Centre Ozanam a comme mission de recueillir auprès de la population des marchandises usagées de qualité afin de les offrir à prix modique aux personnes dans le besoin, et ce dans le respect de chacun et sans aucune distinction.

860, rue du Roi, Québec (QC) G1K 2Y2

418-522-0880

https://www.centreozanam.com/

Ville de Québec

Banque de meubles Québec

Banque de meubles Québec

SERVICES OFFERTS

- Distribution de meubles d'occasion
- Réception de dons de meubles

MISSION

Transformer des logements en "chez-soi" et ainsi soutenir des gens dans leur nouveau départ

Le don de meubles procure des bénéfices psychologiques, physiques et financiers qui apportent douceur et stabilité. La sécurité d'un foyer joue un rôle primordial dans le succès d'un nouveau départ.

Les bénéficiaires de la BMQ doivent être référés par un organisme reconnu qui détermine la priorisation de la clientèle. Les organismes communautaires partenaires de la BMQ lui offrent l'accès à des locaux et facilitent l'intégration avec le milieu.

https://banquedemeubles.org/

Capitale-Nationale et Chaudière-Appalaches

Trousseaux de Lisette

Trousseaux de Lisette

Ensemble, on va les aider nos jeunes!

SERVICES OFFERTS

- Des trousseaux écoresponsables, car ils sont composés à 80% d'articles usagés soigneusement sélectionnés et 20% d'articles neufs.

- Tous les articles nécessaires pour la cuisine, la salle de bains et la literie pour la chambre.

MISSION

Un organisme de bienfaisance enregistré qui a pour but d'offrir gratuitement un trousseau de base pour un départ en appartement ou en chambre. Ceci s'adresse à des jeunes en transition vers l'autonomie, notamment un jeune qui quitte la DPJ à 18 ans , un jeune qui vit avec des problèmes de santé mentale ou un jeune qui a besoin d'un coup de pouce pour un départ plus doux.

418-802-3007

trousseauxdelisette@gmail.com

1.4 Services financiers et gestion de budget



JEAN FORTIN
RÉORGANISATION FINANCIÈRE

acef de Québec
VOUS ACCOMPAGNE DEPUIS 1966

SOCIÉTÉ DE SAINT-VINCENT DE PAUL DE QUÉBEC

LEBLOND & ASSOCIÉS
Syndic autorisé en insolvabilité

Agence du revenu du Canada

GRAPE

ROY MÉTIVIER ROBERGE
SYNDIC AUTORISÉ EN INSOLVABILITÉ

Patro Laval

Grande Région de la Capitale-Nationale et Portneuf

ACEF (Association Coopérative d'Économie Familiale de Québec)

acef de Québec

VOUS ACCOMPAGNE DEPUIS 1966

SERVICES OFFERTS

- Service de consultation budgétaire
- Service de téléconsultation
- Service de fiducie volontaire
- Service d'ateliers budgétaire
- Droits des consommateurs
- Fonds d'entraide Desjardins
- Rencontre d'information
- Accès à plusieurs ressources en lien avec les impôts et les droits citoyens
- Ateliers et informations disponible

MISSION

L'Association Coopérative d'Économie Familiale de Québec a pour mission d'éduquer, informer et conseiller les individus ou familles afin de les aider à développer leur autonomie financière et défendre leurs droits en tant que consommateurs, entre autres.

L'ACEF accompagne les consommateurs de Québec et de Portneuf dans le développement de leurs compétences financières. Ils ont trois principales sphères d'activités soient : L'accompagnement budgétaire, les ateliers de formations et le programme Fonds d'entraide Desjardins.

Québec : 265 rue de la Couronne, local 120, Québec (QC) G1K 6E1
Portneuf : 400, route 138, Donnacona (QC) G3M 1C3

Québec : 418-522-1568
Portneuf : 418-285-2626 poste 15380

https://acefdequebec.com/

Partout au Canada

Le GRAPE (Groupe de Recherche en Animation et Planification Économique)

SERVICES OFFERTS

- Service de consultation budgétaire
- Service de téléconsultation
- Service de fiducie volontaire
- Service d'ateliers budgétaire
- Droits des consommateurs
- Fonds d'entraide Desjardins
- Rencontre d'information
- Accès à plusieurs ressources en lien avec les impôts et les droits citoyens
- Ateliers et informations disponible

MISSION

Aider les personnes en informant et proposant des pistes de solutions budgétaires en fonction des besoins financiers de chacun.

Le GRAPE est un organisme à but non lucratif venant en aide aux personnes ayant des questionnements face à leur situation financière sur le territoire de la région 03 Capitale-Nationale.

4765, 1re Av., bureau 280, Québec (QC) G1H 2T3 418-522-7356 https://legrape.ca/

Partout au Canada

Les Cliniques d’impôts de l’ARC

(Agence de revenu du Canada)

Agence du revenu du Canada

SERVICES OFFERTS

Services et renseignements

MISSION

Grâce au Programme communautaire des bénévoles en matière d’impôt (PCBMI), des organismes communautaires tiennent des comptoirs d’impôts gratuits où des bénévoles remplissent les déclarations de revenus pour des personnes ayant un revenu modeste et une situation fiscale simple.

https://www.canada.ca/fr/agence-revenu/services/impot/particuliers/programme-communautaire-benevoles-matiere-impot.html

Ville de Québec

Comptoir d’impôt SSVPQ

(Société Saint-Vincent-de-Paul de Québec)

SOCIÉTÉ DE SAINT-VINCENT DE PAUL DE QUÉBEC

SERVICES OFFERTS

- Service d’aide en impôt
- Service de référence (si besoin)

MISSION

La Société de Saint-Vincent de Paul de Québec (SSVPQ) est un organisme de bienfaisance à but non lucratif qui a pour mission de lutter contre la pauvreté et l’exclusion sociale des individus et des familles défavorisées de la grande région de la Capitale-Nationale et de Chaudière-Appalaches.

2225, boul. Henri-Bourassa, Québec (QC) G1J 3X1 418-522-5741 https://ssvp-quebec.org/

Ville de Québec, Basse-Ville (SAINT-SAUVEUR)

Patro Laval

Patro Laval

SERVICES OFFERTS

- Impôt bénévole
- Location de salles
- Animation
- Événements

MISSION

Centre communautaire implanté depuis 1910 dans la Basse-Ville de Québec, le Patro Laval offre des activités de loisir accessibles et des services communautaires d'entraide, favorisant ainsi le mieux-être et le développement des personnes de toutes origines et de tous âges, particulièrement les jeunes et les plus vulnérables.

145, rue Bigaouette, Québec (QC) G1K 4L3 418-522-2005 https://patrolaval.com/

Partout au Canada

Jean Fortin – Réorganisation Financière

JEAN FORTIN
RÉORGANISATION FINANCIÈRE

SERVICES OFFERTS

- Consolidation de dettes
- Proposition du consommateur
- Faillite
- Information, soutien et orientation
- Accès à plusieurs outils via le site Web

MISSION

Chez Jean Fortin, notre objectif est de trouver la meilleure solution à vos dettes, sans faire faillite. En 24 heures, vous aurez un plan, les réponses à vos questions et la solution qui vous convient le mieux.

Basse-Ville : 1173, boul. Charest O, bur. 300-3, Québec (QC) G1N 2C9
Charlesbourg : 4600, boul. Henri-Bourassa, bur. 233, Québec (QC) G1H 3A5

Basse-Ville : 418-683-5222
Charlesbourg : 418-683-5222

https://jeanfortin.com/

Ville de Québec (BASSE-VILLE)

LeBlond et Associés Inc.

LEBLOND & ASSOCIÉS
Syndic autorisé en insolvabilité

SERVICES OFFERTS

- Consolidation de dettes
- Proposition du consommateur
- Proposition concordataire
- Faillite
- Évaluation et accompagnement
- Information
- Atelier de formations

MISSION

Depuis plus de 45 ans, LeBlond & Associés Inc. est une entreprise familiale qui a aidé des dizaines de milliers de particuliers et d'entreprises du Québec à régler leurs problèmes financiers.

621, boul. Charest E, Québec (QC) G1K 3J5 418-525-4641 https://gosyndicleblond.com/

Ville de Québec et Chaudière-Appalaches

Roy Métivier Roberge (Syndic Autorisé en Insolvabilité)

ROY MÉTIVIER ROBERGE
SYNDIC AUTORISÉ EN INSOLVABILITÉ

SERVICES OFFERTS

- Consultation gratuite et confidentielle
- Solution sur mesure
- Accompagnement personnalisé
- Consolidation de dettes
- Proposition du consommateur
- Faillite personnelle
- Budget en ligne
- Calculateur de prêt
- Accès à plusieurs autres informations via le site Web

MISSION

Notre mission est de fournir aux particuliers, aux entreprises et aux créanciers des services professionnels en insolvabilité et en réorganisation financière de la plus haute qualité tant sur les plans de la connaissance et de la compétence que sur celui de la diligence.

Roy Métivier Roberge travaille pour forger un avenir sans dettes et sans stress financier à leurs clients. Cet organisme peut aider à trouver un l'équilibre financier en proposant des solutions à l'endettement justes et réalistes.

Québec : 2960, boul. Laurier, bur. 210, Québec (QC) G1V 4S1
Limoilou : 405, 3e Av., bur. 201, Québec (QC) G1L 2W2
Charlesbourg : 5350, boul. Henri-Bourassa, bur. 203, Québec (QC) G1H 6Y8
Val-Bélair : 1653, rue de l'Éclair, Québec (QC) G3K 1P6

Québec : 418-651-5500
Limoilou : 418-651-8077
Charlesbourg : 418-651-8077
Val-Bélair : 418-651-5500

https://rmrsyndics.com/



2. Éducation et développement professionnel

2.1 Bourses d’étude

Fondation du Centre Jeunesse de Québec

CHILDREN'S AID FOUNDATION OF CANADA

Partout au Canada

Children’s Aid Foundation of Canada

SERVICES OFFERTS

- Soutien scolaire (bourses d’étude)
- Soutien à l’emploi
- Soutien en santé mentale
- Ressources numériques
- Formation à l’éducation financière

MISSION

Aider les enfants issus du système de protection de l’enfance à passer de la survie à l'épanouissement.

La Fondation pour l'aide à l'enfance du Canada est le principal organisme de bienfaisance de notre pays qui se consacre à l'amélioration de la vie des enfants et des jeunes dans le système de protection de l'enfance

25, Spadina Road, Toronto (ON) M5R 2S9 416-923-0924 www.ancragejeunesse.com

Québec

Fondation du Centre Jeunesse de Québec

Fondation du Centre Jeunesse de Québec

SERVICES OFFERTS

- Programme de bourses d'études
- Programme projets porteurs d'espoir
- Programme projets dédiés à un groupe de jeunes
- Programme des lits de bébé
- La Maison Le Petit Blanchon

MISSION

La Fondation s'est donnée pour but d'aider les jeunes en difficulté afin qu'ils puissent développer un projet de vie porteur d'espoir et ainsi entrevoir un avenir où ils seront artisans à part entière de la société.

Elle se distingue des autres fondations d'aide à la jeunesse en étant entièrement dédiée aux jeunes et à leur famille qui bénéficient ou ont bénéficié des services de la protection de la jeunesse ou la Loi sur le système de justice pénale pour adolescents. Accompagner ces jeunes vers un avenir meilleur, telle est la mission qui guide les actions ainsi que les engagements de la Fondation.

https://fondationcjq.com/

2.2 Réinsertion socio-professionnelle

centre SAINT LOUIS

CJE CHARLESBOURG CHAUVEAU



CJE capitale nationale

Centre R.I.R.E. 2000

CARREFOUR jeunesse • emploi Charlevoix – Côte-de-Beaupré

Option travail

VALLÉE JEUNESSE

CENTRE LOUIS-JOLLIET

EquiTravail

centre solidarité jeunesse

TAPAJ QUÉBEC

AMASQ Alliance des milieux adaptés de scolarisation du Québec

RECYCLAGE VANIER

2.2 Réinsertion socio-professionnelle

Git Services-conseils en emploi

Services Québec



Croissance Travail

libre EMPLOI

Carrefour jeunesse-emploi Chauveau
Passez à l'action

CAI Centre d'apprentissage intensif

LA JONCTION
SERVICE D'AIDE À L'EMPLOI POUR PERSONNES JUDICIARISÉES

CARREFOUR JEUNESSE-EMPLOI PORTNEUF

CJE MONTMORENCY

INTÉGRATION ITSA
Intégration des adultes vivant avec un trouble du spectre de l'autisme

Le Pavois



Partout au Québec (Site Répertoire)

AMASQ (Alliance des Milieux Adaptés de Scolarisation du Québec)

AMASQ
Alliance des milieux adaptés de scolarisation du Québec

SERVICES OFFERTS

- Service d'accompagnement et/ou de scolarisation, complémentaire au service public régulier
- Accompagnement psychosocial de pair avec la scolarisation

MISSION

L'AMASQ regroupe des milieux adaptés de scolarisation (MAS) qui offrent des services d'accompagnement et/ou de scolarisation, complémentaires au secteur public régulier, visant la réussite éducative par la persévérance scolaire, le développement personnel, professionnel ainsi que la pleine participation citoyenne. Leurs services s'adressent aux personnes en situation d'exclusion et de vulnérabilité.

https://amasq.org/

https://amasq.org/trouver-un-mas/

Capitale-Nationale

APE (Accompagne votre parcours en emploi)

ape ACCOMPAGNE VOTRE PARCOURS EN EMPLOI

SERVICES OFFERTS

- Orientation professionnelle
- Bilan des compétences
- Recherche d'emploi (CV, préparation à l'entrevue)
- Maintien en emploi
- Accompagnement personnalisé
- Counseling d'emploi
- Stages en entreprise
- Informations et soutien

MISSION

Aider les clients à apprendre à se connaître et à développer des habiletés qui leur permettront de trouver et de conserver un emploi. Depuis plus de 40 ans, ce sont des milliers de chercheurs et de chercheuses d'emploi qui ont profité de l'expertise et des conseils de l'APE afin de retourner sur le marché du travail, de choisir un domaine d'études ou encore de trouver un emploi qui répond à leurs forces et leurs intérêts.

Québec : 710, rue Bouvier, suite 275, Québec (QC) G2J 1C2

Québec : 418-628-6389

https://ape.qc.ca/

Ville de Québec (BASSE-VILLE) - Services offerts à tous !

Centre d’apprentissage intensif de Québec

(C.A.I)

SERVICES OFFERTS

- Accompagnement
- Orientation
- Soutien
- Formation

MISSION

La mission du Centre d’apprentissage intensif est d’accompagner une clientèle éloignée du marché du travail à vivre une expérience scolaire gratifiante en vue d’atteindre des reconnaissances académiques pour ainsi augmenter son employabilité.

Le C.A.I de Québec a comme objectif d’amener le participant à atteindre les préalables scolaires en vue de déposer une inscription dans un cours de formation professionnelle et/ou d’acquérir les connaissances suffisantes pour réussir les tests de l’équivalence de niveau de scolarité de 5e année du secondaire en vue d’une intégration au marché du travail.

503, rue Prince-Édouard, bur. 101, Québec (QC) G1K 2M8 418-522-6445

Ville de Québec (BASSE-VILLE)

Centre R.I.R.E 2000

SERVICES OFFERTS

- Accompagnement en employabilité
- Assistance aux démarches administratives
- Francisation
- Intégration sociale
- Diverses activités

MISSION

Le Centre R.I.R.E. 2000 est un organisme à but non lucratif dont la mission est d'appuyer les jeunes et les adultes des communautés culturelles dans leur intégration socioéconomique au sein de la société québécoise.

369, rue de la Couronne, 3e étage, Québec (QC) G1K 6E9

418-524-5609 poste 221

https://www.r2000.qc.ca/

Ville de Québec (LORETTEVILLE)

Centre Saint-Louis (Éducation des adultes)

centre SAINT LOUIS

SERVICES OFFERTS

- Bilan des acquis
- Cours grand public
- Formation à distance
- Formation de base
- Formation générale secondaire
- Intégration sociale (IS)
- Préalables à la formation professionnelle et aux études supérieures
- Service d'engagement vers la réussite (EVR)
- Service de pairs aidants (Coup de Pouce)
- Service d'intégration socioprofessionnelle (ISP)
- Test d'équivalence de niveau secondaire (TENS)
- Test de développement général (TDG)
- Formation à distance (du présecondaire à la 5e secondaire)

MISSION

Le centre Saint-Louis se démarque par sa dimension humaine qui permet de développer un contact personnalisé avec l'élève. Les enseignants sont soucieux du cheminement scolaire et personnel de leurs 1050 élèves. Ils prennent le temps qu'il faut avec chacun d'entre eux pour les amener vers la réussite.

262, rue Racine, Québec (QC) G2B 1E6 418-686-4040, poste 4063 https://cssc.gouv.qc.ca/ecole/centre-saint-louis/

Ville de Québec (HAUTE-VILLE / VIEUX-QUÉBEC)

Centre Solidarité Jeunesse

centre solidarité jeunesse

SERVICES OFFERTS

Projet Passerelle

(Passerelle vise à aider des jeunes en voie de décrochage ou en situation de décrochage scolaire en leur offrant un environnement d'apprentissage différent et une approche personnalisée).

MISSION

Le Centre Solidarité Jeunesse est un organisme à but non lucratif qui accompagne les jeunes de 10 à 21 ans dans leurs transitions scolaires. Par ses actions, il favorise la persévérance scolaire et permet aux jeunes d'apprendre à se découvrir et devenir des citoyens impliqués.

945, rue des Sœurs de la Charité, suite 316 A, Québec (QC) G1R 1H8 Service Passerelle 418-524-4199 https://csjeunesse.org/

Ville de Québec (BASSE-VILLE)

Croissance Travail

SERVICES OFFERTS

- Service d’accueil
- Rencontre individuelle
- Ateliers de groupe
- Service d’intégration
- Service de formation
- Programme Intégré de Soutien à l’Emploi (PISE)
- Programme d’Aide et d’Intégration Sociale (PAAS Action)
- Programme de Formation Qualifiante
- Service de placement individuel
- Accompagnement dans un plan d’action personnalisé

MISSION

Croissance Travail est un organisme communautaire dont la mission est d'offrir des services d'intégration sociale et professionnelle visant le rétablissement de la personne ayant des problèmes de santé mentale au moyen de formations et d'activités de travail.

Croissance Travail est un organisme communautaire à but non lucratif qui offre des services à des personnes adultes qui vivent une problématique de santé mentale et qui souhaitent se réaliser par le travail.

215, rue Caron, Québec (QC) G1K 5V6 418-522-1244 https://croissancetravail.com/

Ville de Québec (BASSE-VILLE)

CJE Capitale-Nationale

SERVICES OFFERTS

- Service d'aide à l'emploi (SAE)
- Accompagnement en emploi pour un maintien
- Projet pour l'autonomie et la remise en action
- Project Mes finances, mes choix
- Soutien à la persévérance scolaire
- Projet Graff'Cité
- Soutien en entrepreneuriat et bénévolat

MISSION

Le Carrefour jeunesse-emploi de la Capitale Nationale a pour mission de soutenir les jeunes de 15 à 35 ans dans leurs démarches visant à améliorer leurs conditions de vie, notamment en favorisant le développement de leur employabilité.

Le CJE Capitale-Nationale accueil principalement de jeunes adultes en processus de définition de projets de vie et nous les accompagnons afin qu'ils puissent, entre autres, intégrer le marché du travail, effectuer un retour aux études ou démarrer un projet personnel. Notre Carrefour se démarque par son accueil inconditionnel des jeunes adultes, quels que soient leur statut socio-économique, leurs origines ou leurs objectifs personnels et professionnels.

265, rue de la Couronne, bur. 200, Québec (QC) G1K 6E1 418-524-2345 https://cjecn.qc.ca/

Ville de Québec (CHARLESBOURG)

CJE Charlesbourg-Chauveau



SERVICES OFFERTS

- Service d'orientation
- Service d'aide à l'emploi
- Programme *Départ@9* (retour aux études, au travail, vaincre des difficultés personnelles, aide adapté, remise en action, découverte de soi. Avec l'aide d'intervenantes en développement socioprofessionnel. Programme financé par Emploi-Québec.
- Aide, Soutien et accompagnement vers l'autonomie personnelle et sociale (subvenir à tes besoins de base, accompagnement pour la réalisation de démarches personnelles, outils pour mieux gérer ta vie et tes relations, remise en action, trouver un projet de vie).
- Persévérance scolaire
- Éducation financière
- Références vers les ressources pertinentes à tes besoins

MISSION

Le CJE Charlesbourg-Chauveau favorise le développement socioprofessionnel et personnel de tous jeunes âgés entre 16 et 35 ans en les accompagnant dans la réalisation de leurs démarches d'intégration et de maintien à l'emploi, de persévérance scolaire, de retour aux études ou d'entrepreneuriat.

8500, boul. Henri-Bourassa, bur. 061, Québec (QC) G1G 5X1
(Porte 3 à l'intérieur du Carrefour Charlesbourg).

418-623-3300

https://www.cjecc.org/

Secteur de Charlevoix et Côte-de-Beaupré

CJE Charlevoix / Côte-de-Beaupré

CARREFOUR jeunesse • emploi Charlevoix – Côte-de-Beaupré
Une division des Services de Main-d'Œuvre l'Appui inc.

SERVICES OFFERTS

- Service d'orientation scolaire et professionnelle
- Service d'aide à l'emploi
- Soutien à la recherche d'emploi
- Persévérance scolaire
- Autonomie personnelle et sociale
- Développement de projets
- Projet Cire-Constance (entreprise-école pour revenir sur le marché du travail)

MISSION

Le CJE Charlevoix/Côte-de-Beaupré accueille et aide, sans aucune forme de discrimination, les jeunes de 15-35 ans, par divers programmes favorisant l'insertion en emploi, la persévérance scolaire, le retour aux études, l'autonomie personnelle et sociale, les saines habitudes de vie, etc. Le but est d'améliorer leurs conditions de vie et leur permettre de développer tout leur potentiel.

Charlevoix : 85, rue Saint Jean Baptiste, Baie-Saint-Paul (QC) G3Z 1M5
Charlevoix-Est : 460, rue Saint Étienne, La Malbaie (QC) G5A 1H4
Côte-de-Beaupré : 216, rue Prévost, Beaupré (QC) G0A 1E0

Charlevoix : 418-435-2503
Charlevoix-Est : 418-665-7745
Côte-de-Beaupré : 418-827-8211

https://cje-appui.qc.ca/

Ville de Québec (SECTEUR CHAUVEAU)

CJE Chauveau

Carrefour jeunesse-emploi Chauveau
Passez à l'action

SERVICES OFFERTS

- Aide à l'emploi
- Coup de pouce pour les besoins de base
- Aide d'une intervenante pour les difficultés de vie
- Soutien à la persévérance scolaire
- Ateliers de finances personnelles
- Allocation financé par Emploi Québec

MISSION

Le CJE Chauveau favorise le développement socioprofessionnel et personnel de tous jeunes âgés entre 16 et 35 ans en les accompagnant dans la réalisation de leurs démarches d'intégration et de maintien à l'emploi, de persévérance scolaire, de retour aux études ou d'entrepreneuriat.

8500, boul. Henri-Bourassa, bureau 061, Québec (QC) G1G 5X1 418-623-3300 https://www.cjecc.org/

Ville de Québec (SECTEUR MONTMORENCY)

CJE Montmorency

SERVICES OFFERTS

- Service d'orientation scolaire et professionnelle
- Projet L'Expérience (Raccrochage scolaire pour les jeunes qui ont abandonné l'école et qui souhaitent reprendre leur parcours scolaire).
- Projet Sphinx (Prévention du décrochage scolaire pour les jeunes ayant besoin d'aide en réponse à des préoccupations personnelles).
- Projet Départ@9 (Pour les jeunes avec des difficultés dans diverses sphères de leur vie désirant se trouver un emploi ou à retourner aux études).
- Projet PARA (Pour les jeunes aux prises avec des difficultés dans diverses sphères de leur vie qui les rendent non disposés à se trouver un emploi ou à retourner à l'école).
- Service de soutien psychologique (Ce service s'adresse aux personnes qui vivent des difficultés pouvant nuire à leur intégration et/ou maintien en emploi/aux études).
- Autres

MISSION

Le CJE Montmorency (CJEM) est un organisme communautaire qui offre aux 15-35 ans une gamme de services gratuits permettant de les accompagner dans leur cheminement vers l'emploi ou vers un retour aux études ainsi que dans leur projet de création d'une entreprise.

947, avenue Royale, Québec (QC) G1E 1Z9 418-821-0063 https://cjem.ca/

Ville de Québec (SECTEUR PORTNEUF)

CJE Portneuf

SERVICES OFFERTS

- Recherche d'emploi
- Orientation
- Entrepreneuriat, volontariat et bénévolat
- Accompagnement
- Plateaux de travail
- Persévérance scolaire
- Place aux jeunes en région
- Éducation financière

MISSION

Le Carrefour jeunesse-emploi (CJE) de Portneuf vise l'amélioration des conditions de vie des jeunes adultes (16-35 ans) en les supportant dans leurs démarches d'intégration sociale et professionnelle.

L'équipe du Carrefour propose un environnement chaleureux, dynamique et professionnel qui favorise l'atteinte des objectifs des jeunes. En travaillant en concertation avec les partenaires du milieu, le CJE participe à l'élaboration et à la mise en place de projets stimulants qui répondent aux besoins exprimés par les "16-35 ans".

162, rue Notre-Dame, suite 101
Donnacona (QC) G3M 1G4

418 329-1357

www.cjeportneuf.com

Ville de Québec et le Territoire de Portneuf

ÉquiTravail

SERVICES OFFERTS

- Aide à l'emploi
- Accès à un Agent d'intégration à l'emploi
- Groupes d'entraide

MISSION

Service d'aide à l'emploi pour les personnes vivant soit avec une problématique de santé mentale, une déficience intellectuelle ou un trouble du spectre de l'autisme. Ce service est offert aux personnes qui habitent la Capitale nationale et sur le territoire de Portneuf.

210 Charest E, 6e étage, Québec (QC) G1K 3H1 418-529-5557 https://equitravail.com/

Ville de Québec (BEAUPORT) - Service offert dans le secteur de la Capitale-Nationale

Étape-Emploi



SERVICES OFFERTS

- Recherche d'emploi (Pour trouver l'emploi visé)
- Bilan des compétences (Pour préciser votre objectif professionnel)
- Orientation professionnelle (Pour déterminer votre avenir professionnel)
- Maintien en emploi (Pour une intégration réussie en emploi)
- Programme s'Entreprendre (Pour réaliser votre projet professionnel)
- Soutien aux proches aidants (Pour mieux vivre la réalité de proche aidant)
- Métiers non traditionnels (Pour une plus grande mixité en emploi)
- Activités « Entre Femmes » (Pour vous informer sur des sujets variés)
- Espace informatique (Pour avoir accès à un ordinateur)

MISSION

Organisme à but non lucratif œuvrant dans la Capitale-Nationale, Étape emploi favorise l'amélioration des conditions socio-économiques des femmes.

Étape-Emploi aide les femmes à améliorer leurs conditions de vie en favorisant leur épanouissement professionnel, personnel et familial.

3100, ave du Bourg-Royal, bur. 100, Québec (QC) G1C 5S7 418-529-4779 https://www.etape-emploi.ca/

Ville de Québec (VANIER) et Région de la Capitale-Nationale

Gestion Jeunesse



SERVICES OFFERTS

- Évaluation des besoins et du potentiel d'embauche
- Apprentissage des techniques de recherche d'emploi
- Apprentissage de la réalité du marché du travail
- Stage en milieu communautaire
- Stage en entreprise
- Aide à l'intégration d'un plateau de travail ou d'une entreprise d'insertion
- Aide à la recherche d'emploi
- Aide pour un retour aux études
- Suivi en stage, en emploi ou aux études
- Rencontre individuelle

MISSION

La mission de Gestion Jeunesse est d'offrir leur expertise aux jeunes de 15 à 17 ans de la grande région de Québec, qui ont besoin d'accompagnement sur mesure et individualisé dans leurs démarches de développement et d'insertion en employabilité et/ou de retour aux études.

245, rue Soumande, bur. 290, Québec (QC) G1M 3H6 418-648-2351 https://www.gestionjeunesse.org/

Ville de Québec (VANIER)

GIT Services-conseils en emploi

Services-conseils en emploi

SERVICES OFFERTS

- Rédaction de CV
- Rédaction de lettre de présentation
- Préparation d'une entrevue
- Stratégie de recherche d'emploi
- Exploration des possibilités d'emploi
- Maintien en emploi
- Service d'aide à l'emploi pour les personnes immigrantes

MISSION

GIT offre des services-conseils personnalisés, outille et accompagne les personnes dans leurs démarches de recherche ou de changement d'emploi et les employeurs dans leurs défis d'attraction, de rétention et de gestion des ressources humaines.

Au fil des années, l'équipe de GIT a aidé plus de 30 000 personnes dans leur recherche d'emploi, et ce, quel que soit leur âge, leur origine, leur expérience et leur formation professionnelle. Ceux-ci bénéficient de services individuels offerts dans les locaux de GIT ou en ligne.

Vanier : 245, rue Soumande, bur. 280, Québec (QC) G1M 3H6
Ste-Foy : 2750, chem. Sainte-Foy, bur. 220, Québec (QC) G1V 1V6

Vanier : 418-686-1888
Ste-Foy : 418-686-1888

https://git.qc.ca/

Ville de Québec et Ancienne-Lorette

Intégration TSA

Intégration des adultes vivant avec un trouble du spectre de l'autisme

SERVICES OFFERTS

- Programmes de formation
- Programme d'intégration socioprofessionnelle (ISP)
- Programme de participation sociale (PS)
- Activités entourant les saines habitudes de vie
- Programme Explo-TSA
- Volet Atelier de travail
- Volet Équipe volante

MISSION

ITSA a comme mission d'accompagner les adultes autistes et leur famille lors de cette étape importante de transition qu'est le passage dans la vie adulte active.

Intégration TSA (ITSA) est un organisme à but non lucratif qui offre des services aux personnes présentant un trouble du spectre de l'autisme (TSA).

5255, rue Rideau, Québec (QC) G2E 5H5 418-871-4912 poste 120 https://www.integrationtsa.com/

Ville de Québec (BASSE-VILLE et PORTNEUF)

La Jonction

LA JONCTION
SERVICE D'AIDE À L'EMPLOI
POUR PERSONNES JUDICIARISÉES

SERVICES OFFERTS

- Conseils individualisés en recherche d'emploi
- Évaluation de l'impact du casier judiciaire
- Orientation scolaire et professionnelle
- Accès à la salle de recherche d'emploi
- Formations thématiques en groupe
- Programme Visa d'Intégration Professionnelle (VIP)

MISSION

La Jonction a pour mission d'accompagner les personnes adultes judiciarisées ou à risque de l'être de la région de la Capitale-Nationale afin de contribuer à leur intégration au marché du travail et leur maintien en emploi.

La Jonction offre des services d'aide à l'emploi aux personnes ayant des antécédents judiciaires. La Jonction appui les particuliers dans leur recherche d'emploi ou pour un retour aux études.

Québec : 265, rue de la Couronne #302, Québec (QC) G1K 6E1
Portneuf : Nous pouvons vous rencontrer à Pont-Rouge, St-Raymond, St-Marc-des-Carrières et Donnacona.
Téléphone sans frais : 1-833-529-5711

Québec : 418 529-5711
Portneuf : 418 800-2494

https://lajonction.org/

Ville de Québec (LIMOILOU)

Libre Emploi

SERVICES OFFERTS

- Création de CV accrocheur
- Préparation d'entrevue convaincante
- Rédaction de lettre de présentation
- Accompagnement personnalisé et adapté au rythme de la personne
- Utilisation professionnelle des réseaux sociaux
- Ateliers sur la recherche d'emploi et évènements emploi

MISSION

Libre Emploi a pour mission d'accompagner et soutenir, par l'entremise de services-conseils professionnels et personnalisés, les chercheurs d'emploi et les employeurs en processus de recrutement.

320, chem. de la Canardière, bur. 200, Québec (QC) G1L 2V2

418-648-0044

https://libreemploi.qc.ca/

Ville de Québec (STE-FOY, SILERY, CAP-ROUGE, ST-AUGUSTIN, ANCIENNE-LORETTE)

Option-Travail

SERVICES OFFERTS

- Orientation professionnelle
- Recherche d'emploi
- Services psychosociaux
- Session Objectif Intégration pour les nouveaux arrivants
- Ateliers d’éducation financière
- Livre Premier emploi : bien guider son ado

MISSION

Centre-conseil en emploi et en diversité culturelle. Option travail a pour mission de contribuer à l’épanouissement professionnel de toute personne, peu importe le moment de sa vie ! Nous offrons à notre clientèle très diversifiée des services personnalisés d’orientation professionnelle, d’accompagnement à la recherche d’emploi et de maintien en emploi, ainsi qu’en éducation financière et en persévérance scolaire.

(Édifice Champlain) 1155, avenue Germain-des-Prés, bur. 4220 (porte 23), Québec (QC) G1V 4K5

418-651-6415

https://optiontravail.com/

Ville de Québec (STE-FOY, BEAUPORT, LIMOILOU, LORETTEVILLE)

Le Pavois

Le Pavois

SERVICES OFFERTS

- Ateliers socioprofessionnels
- Programme d'intégration au travail
- Services de soutien aux études
- Les Cafés (activités, ateliers, repas, journées thématiques, sorties)
- Groupes d'entraide et de soutien
- Programme d'activités sportives et de plein air
- Friperie

MISSION

Vise l'intégration socioprofessionnelle et scolaire de personnes ayant un problème de santé mentale qui privilégie l'actualisation des rêves et l'amélioration de leur qualité de vie.

Le Pavois offre un suivi personnalisé et flexible qui vise la découverte de soi (passions, intérêts, forces), le développement de soi (relations sociales, estime, confiance, affirmation) et la mise en action d'un projet (étude, travail, passions).

Ste-Foy : 3060, av. Maricourt, suite 240, Québec (QC) G1W 4W2
Limoilou/Beauport : 2380, av. du Mont-Thabor, Québec (QC) G1J 3W7
Loretteville : 11 150, boul. Valcartier, suite 120, Québec (QC) G2A 2M5

Ste-Foy : 418-948-1280
Limoilou/Beauport : 418-627-9779
Loretteville : 418-845-8442

https://lepavois.org/

Ville de Québec (Offert par le Centre-Louis-Jolliet) Secteur LIMOILOU

Programme de formation Direction Emploi

CENTRE LOUIS-JOLLIET

SERVICES OFFERTS

- Orientation
- Retour aux études
- Formations
- Soutien
- Intégration socioprofessionnelle
- Francisation
- Tests (TENS, TDG, GED)

MISSION

Dans le respect de l'égalité des chances, notre établissement a pour mission d'instruire, de socialiser et de qualifier les élèves, tout en les rendant autonomes dans leur apprentissage, aptes à réussir leur projet de formation et devenir des citoyens responsables.

1201, rue de la Pointe aux Lièvres,
Québec (QC) G1L 4M1

418-686-4040 poste 8200

https://clj.cssc.gouv.qc.ca/integration-socioprofessionnelle/

Ville de Québec (offert par le YMCA Saint-Roch)

Programme TAPAJ Saint-Roch

TAPAJ QUÉBEC

SERVICES OFFERTS

- Réinsertion sociale et professionnelle
- Accompagnement par des intervenants
- Suivi et soutien
- Accompagnement et soutien afin d'accéder plus facilement à un nouvel emploi ou un retour aux études

MISSION

Travail alternatif payé à la journée dans le quartier Saint-Roch à Québec. Le programme TAPAJ permet à des gens de toute condition vivant des difficultés personnelles ou sociales de s'impliquer en participant à des tâches favorisant la mise en valeur du quartier Saint-Roch. Les objectifs sont à la fois la réinsertion sociale et professionnelle de celles et ceux qui le veulent, la socialisation de personnes marginalisées et la création d'opportunités d'intervention pour les organismes du quartier.

500 rue du Pont, Québec (QC) G1K 6N4 418-525-9622 poste 22238 https://www.ymcaquebec.org

Ville de Québec (VANIER)

Recyclage Vanier

SERVICES OFFERTS

- Formations offertes gratuitement (chariot élévateur, RCR...)
- Francisation en milieu de travail
- Formation personnelles et sociales (communication...)
- Suivi individuel
- Orientation
- Aide à la recherche d'emploi
- Aide administrative
- Offres d'emploi dans l'entreprise
- Programme Emploi-formation

MISSION

Notre mission est d'accompagner et de qualifier des personnes ayant des difficultés à intégrer durablement le marché du travail.

Recyclage Vanier est une entreprise d'insertion engagée dans l'économie sociale et circulaire. Les actions de Recyclage Vanier contribuent ainsi à l'amélioration de la qualité de vie dans sa communauté dans une perspective de développement durable.

1095 rue Vincent-Massey, Québec (QC) G1N 1N2 418-527-8050 poste 234 https://recyclagevanier.com/

Ville de Québec (BASSE-VILLE, CHARLESBOURG, STE-FOY)

Services Québec (Centre local d'emploi)

Services Québec

SERVICES OFFERTS

- Services d'aide à l'emploi
- Renseignements généraux sur les programmes et services gouvernementaux
- Accompagnement pour les démarches administratives effectuées auprès des ministères et des organismes
- Aide à la navigation pour l'utilisation des plateformes numériques gouvernementales
- Services de solidarité sociale

MISSION

Services Québec est le guichet multiservice des services gouvernementaux offerts aux individus et aux entreprises sur tout le territoire.

Basse-Ville : 400, boul. Jean-Lesage, Hall Ouest, bur. 40, Québec (QC) G1K 8W9
Ste-Foy : 1020, rte de l'Église, 4e étage, Québec (QC) G1V 3V9
Charlesbourg : 8000 boul. Henri-Bourassa, 2e étage, Québec (QC) G1G 4C7

Basse-Ville : 418-643-3300
Ste-Foy : 418-646-8066
Charlesbourg : 418-644-1426

https://www.quebec.ca/services-quebec

Saint-Gabriel-de-Valcartier

Vallée Jeunesse

SERVICES OFFERTS

- Accueil des jeunes non scolarisés de 16 ans et plus dans le but de leur offrir une expérience de formation et de favoriser leur insertion professionnelle et sociale.
- Programme de formation semi-professionnelle et démarche d'apprentissage individualisée, centrée sur les besoins des participants, et orientée vers le projet de vie qu'ils souhaitent réaliser.
- Volet Répits (processus de référence et d'accueil pour les enfants et adolescents de la région de Québec afin de vivre un moment de repos et de quiétude, en pleine nature, sous forme supervisée et/ou autonome).
- Service de Garderie

MISSION

Leurs programmes sont orchestrés de manière à offrir aux jeunes une véritable expérience de développement personnel favorisant la réussite de leur parcours scolaire et leur intégration dans la société en tant que citoyens autonomes et responsables.

Vallée Jeunesse Québec est un organisme multidisciplinaire sans but lucratif ayant comme mission principale de venir en aide à des jeunes éprouvant des difficultés sur le plan social et/ou scolaire.

2355 boul. Valcartier, St-Gabriel-de-Valcartier (QC) G0A 4S0 418-844-3562 https://valleejeunesse.com/



3. Logement



Maison Hélène-Lacroix

mères & monde
CENTRE COMMUNAUTAIRE ET RÉSIDENTIEL PAR ET POUR JEUNES MÈRES

OMHQ SOMHAC

John Howard
LA SOCIÉTÉ JOHN HOWARD DU QUÉBEC
THE JOHN HOWARD SOCIETY OF QUEBEC

Société Elizabeth Fry du Québec

Québec

Maison Oxygène
Vers l'Autonomie
Du coeur en... toit !

Maison Richelieu
HÉBERGEMENT JEUNESSE

Maison Marie-Frédéric

CLÉS EN MAIN
CAPITALE NATIONALE

LAUBERIVIERE

Gîte Jeunesse

La Maison de MARTHE
418.523.1798


Maison Marie-Rollet

ARMÉE DU SALUT

La Dauphine

LE REMPART
centre d'hébergement et d'accueil

LE PIOLET

Maison Revivre 40 ans

Les Voix de la Ruelles
PAR et POUR les travailleuses du sexe (TDS) de Québec

SQUAT BASSE VILLE

Trajectoires 16-35
Loger › Nourrir › Soutenir

YWCA QUÉBEC

Ville de Québec (VIEUX QUÉBEC et SAINT-SAUVEUR)

Armée du Salut

SERVICES OFFERTS

- Services d'hébergement
- Refuge d’urgence
- Logements de transition
- Foyer d’hébergement
- Services alimentaires
- Service d’aide aux sinistrés

MISSION

L’Armée du Salut offre de nombreux programmes et services à des personnes dans le besoin au Québec. Elle a pour but de redonner l’espoir et la dignité aux personnes à qui elle vient en aide par l’entremise de ses programmes. Grâce à la générosité de ses donateurs, l’organisation contribue à transformer positivement les collectivités depuis plus de 130 ans.

Saint-Sauveur : 815 boul. Wilfrid-Hamel, Québec (QC) G1M 2R6
Vieux-Québec : 14 Côte du Palais, Québec (QC) G1R 4H8

Saint-Sauveur : 418-641-0050
Vieux-Québec : 418-692-3555

https://salvationarmy.ca/atlantic/services-2/?lang=fr

Ville de Québec

Bottin Reloge de l'OMHQ-SOMHAC

pour autres ressources en habitation

SERVICES OFFERTS

- Information générale
- Accompagnement à la recherche d'un logement
- Service d'aide à la recherche d'un logement (SARL) de l'OMHQ
- Le SARL ne dispose pas d'une banque de logements à louer. Il est là pour vous aider dans votre démarche de recherche de logement.

MISSION

Bottin de ressources pour la recherche de logement. Différentes sections sont présentes dans ce bottin (logement privé, logement communautaire et social, hébergement temporaire en situation d'urgence et hébergement spécialisé).

110, rue de Courcelette, Québec (QC) G1N 4T4 418-780-5200

Document PDF: chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://www.omhq.qc.ca/images/Bottin_Reloge_Janvier2022.pdf

Ville de Québec

Clés en main

SERVICES OFFERTS

- Prévention de l'instabilité résidentielle
- Soutien et animation communautaire
- Offre de formation

MISSION

Le Programme intersectoriel Clés en main a pour mission de favoriser l'intégration sociale des personnes marginalisées, par l'accès à un milieu de vie normalisant, tout en permettant le maintien à long terme des locataires dans un logement à prix abordable et de qualité.

Clés en main est un organisme de soutient en matière de logement qui vise les personnes marginalisées (santé mentale, dépendance, judiciarisation, itinérance ou risque d'instabilité résidentielle).

265, rue de la Couronne, bur. 269, Québec (QC) G1K 6E1 418-780-3582 https://www.programme-cem.com/

Ville de Québec (Haute-Ville, Vieux-Québec)

La Dauphine

La Dauphine

SERVICES OFFERTS

- Hébergement d'urgence pour les jeunes
- Programme (l'aide au logement)
- Le local (milieu de vie)
- Service de travail de milieu
- École la dauphine
- Service alimentaire
- Programme (Jeunes en mouvement vers l'emploi)
- Service spécialisé jeunes dauphine
- Services de santé
- Service de liaison
- Liaison en toxicomanie
- Soutien juridique

MISSION

La mission de La Dauphine consiste à prévenir l'itinérance et à éviter une détérioration de la situation des jeunes en difficulté, âgés de 12 à 35 ans, puis vise l'accompagnement de ceux-ci dans l'appropriation de leur pouvoir d'agir.

Des services de première nécessité et d'appoint sont offerts aux jeunes tout en leur assurant une relation d'aide personnalisée et un accompagnement dans la réadaptation à l'emploi ou le retour aux études.

31, rue D'Auteuil, Québec (QC) G1R 4B9

1-877-567-8992

https://ladauphine.org/

Ville de Québec (BEAUPORT et STE-FOY) - Services offerts pour tous

Gîte Jeunesse

SERVICES OFFERTS

- Évaluation et orientation vers des services spécialisés
- Hébergement + suivi post-hébergement
- Rencontres individuelles et/ou familiales
- Ateliers psychoéducatifs
- Écoute et support téléphonique

MISSION

Le Gîte Jeunesse est un organisme communautaire qui a pour mission d'offrir de l'hébergement temporaire et de l'aide psychosociale à des jeunes en difficulté, ouvert 24 h /7 jours. Composé de deux résidences, l'une est dédiée aux 12 à 17 ans et l'autre, aux 18 à 25 ans.

Hébergement 12-17 ans : 2706, ave Pierre-Roy, Québec (QC) G1E 4G3
Hébergement 18-25 ans : 3364, rue Rochambeau, Québec (QC) G1X 2G6

Hébergement 12-17 ans : 418-666-3225
Hébergement 18-25 ans : 418-652-9990

Site web en reconstruction

Ville de Québec, Basse-Ville (SAINT-ROCH)

Lauberivière

LAUBERIVIERE

SERVICES OFFERTS

- Hébergement pour hommes et femmes
- Hébergement d'urgence (La halte)
- Service d'aide à l'accès et au maintien à un logement
- Soupe populaire
- Service d'emploi (À l'aube de l'emploi)
- Dégrisement
- Centre de jour
- Rétablissement
- Accès à des intervenants
- Orientation vers les ressources nécessaires
- Service de fiducie

MISSION

Lauberivière a pour mission d'accueillir avec respect, amour et compréhension toute personne dans le besoin, quelle que soit la raison qui l'amène à frapper à sa porte, et lui offrir les services qui lui permettront de trouver une solution à sa situation et, si possible, lui redonner son autonomie.

485, rue du Pont, Québec (QC) G1K 0H6

418-694-9316

https://lauberiviere.org/

Ville de Québec, (Saint-Sauveur)

La Maison Marie-Frédéric

SERVICES OFFERTS

- Hébergement temporaire et sécuritaire
- Logements abordables ou subventionnés
- Repas servis sur place avec cuisinière
- Chambre individuelle
- Intervenants psychosociaux sur place 24/7
- Soutien aux proches et médiation familiale

MISSION

La Maison Marie-Frédéric a comme mission principale de soutenir et d'accompagner les jeunes adultes en difficulté dans le développement de leur autonomie.

La Maison Marie-Frédéric est un organisme communautaire sans but lucratif, en hébergement/logement jeunesse. Son équipe multidisciplinaire accueille, soutient et accompagne les jeunes femmes et les jeunes hommes ou LGBT +, âgés entre 18-30 ans (exceptionnellement des 17 ans) qui vivent des difficultés de tous ordres. L'accompagnement offert vise le renforcement d'une triple forme d'autonomie : psychosociale, socioprofessionnelle, sociocommunautaire (intégration/réinsertion sociale, création d'un réseau social, affiliation sociale). L'organisme est membre du « Regroupement des Auberges du cœur du Québec ».

990, rue Saint-Vallier O, Québec (QC) G1N 1G3
350, boul. Langelier | 55, ave du Pont-Scott | 49, ave du Pont-Scott

418-688-1582 poste 1

https://maisonmariefrederic.com/

Ville de Québec

Maison Marie-Rollet

SERVICES OFFERTS

- Accueil et hébergement (24/7)
- Repas
- Écoute téléphonique (24/7)
- Intervention individuelle et de groupe
- Soutien jeunesse auprès des enfants, des adolescents et des mères exposés à la violence
- Informations et références
- Appartements de transition supervisé

MISSION

Offrir un gîte sécuritaire jumelé à une intervention personnalisée visant le développement de l'autonomie de la femme et la reprise du pouvoir sur sa vie. Au cours de son parcours à la Maison, la femme accueillie est guidée et soutenue dans sa démarche de solutions. Chaque membre de l'équipe la respecte et l'appuie dans ses choix et décisions.

La Maison accompagne les femmes violentées avec ou sans enfants et toute personne se considérant comme femme en situation de violence, à travers des services à l'hébergement, au post-hébergement et à l'externe.

C. P. 20004, succ. Belvédère, Québec (QC) G1S 4Z2 418-688-9024 https://www.maisonmr.com/

Ville de Québec

La Maison de Marthe



SERVICES OFFERTS

- Interventions individuelles (écoute active, intervention à distance, soutien émotionnel, accompagnement sur mesure, ateliers de recorporalisation)
- Interventions de groupes (plusieurs programmes sont offerts, voir le site Web)
- Soutien aux proches
- L'hébergement moyen à long terme;
- Écoute téléphonique;
- Soutien par texto ou clavardage
- Accompagnement dans toutes les démarches de réinsertion sociale

MISSION

La Maison de Marthe est un organisme communautaire autonome qui accompagne et soutient les femmes ayant un vécu en lien avec la prostitution dans leur rétablissement et dans toutes les étapes du processus de sortie de la prostitution à travers des interventions individuelles, de groupes et collectives.

418-523-1798

https://www.maisondemarthe.com/

Ville de Québec

Maison Mère-Mallet



SERVICES OFFERTS

- Hébergement transitoire pour personnes en démarche d'insertion.
- Soupe populaire
- Friperie

MISSION

La Maison Mère-Mallet a comme mission de contribuer à l'amélioration de la condition de vie des personnes et familles à faible revenu et des personnes itinérantes.

945, rue des sœurs de la Charité, Québec (QC) G1R 1H8

418-692-1762 (faire le 0)

https://ffjd.ca/ce-que-nous-faisons/maison-mere-mallet/mission-valeurs-et-histoire

Ville de Québec (Limoilou)

LA MAISON OXYGÈNE DE QUÉBEC

(Réseau à la grandeur de la province)

Maison Oxygène
Vers l'Autonomie
Du coeur en... toit !

SERVICES OFFERTS

- Hébergement à coût réduit
- Service d'accueil pour les pères et leurs enfants
- Accompagnement et soutien personnalisé
- Activités/ateliers pères-enfants
- Suivi externe et post-hébergement
- Service de référence

MISSION

La Maison Oxygène de Québec offre de l'hébergement, de l'accompagnement ainsi qu'un soutien communautaire aux pères qui vivent une difficulté personnelle, conjugale ou familiale et qui ont leurs enfants dans le cadre d'une garde exclusive, partagée, ou avec droits d'accès, ou qui sont en démarche pour avoir leur enfant. La durée d'un séjour est d'environ 3 mois.

110, 51e rue E, Québec (QC) G1H 2J9

Québec : 418-929-6682
Réseau : 438-504-4000

https://maisonoxygenequebec.org/

Ville de Québec (SAINT-SAUVEUR)

Maison Revivre

SERVICES OFFERTS

- Hébergement pour hommes en situation d'itinérance (18 ans et+)
- Soupe populaire le Midi (18 ans et+)
- Aide alimentaire
- Vestiaire pour hommes
- Accompagnement individuel
- Orientation vers les ressources appropriées

MISSION

Dans un esprit d'accueil, de partage et d'amour, la « Maison Revivre » vient en aide à ceux et celles qui sont vraiment dans le besoin afin de susciter en eux le désir de reprendre leur vie en main.

261, rue St-Vallier O, Québec (QC) G1K 1K4

418-523-4343

https://maisonrevivre.ca/

Ville de Québec (Zone administrative 03)

Maison Richelieu Hébergement Jeunesse

Maison Richelieu
HÉBERGEMENT JEUNESSE

SERVICES OFFERTS

- Accueil
- Hébergement/Milieu de vie sécurisant et sécuritaire (filles de 12 à 17 ans)
- Suivi post-hébergement
- Support / Accompagnement
- Suivi d'aide individuelle et familiale
- Information
- Orientation / Référence
- Écoute téléphonique 24/7
- Animations de prévention

MISSION

La Maison Richelieu Hébergement Jeunesse aide, soutien et accompagne des adolescentes vivant des difficultés personnelles, familiales et sociales, dans l'exercice du développement de leur pouvoir d'agir.

La Maison Richelieu Hébergement Jeunesse offre une variété de services dispensés par un personnel d'intervention professionnel et diplômé. L'ensemble des services, adaptés aux besoins spécifiques des jeunes filles et des parents, permet à notre Auberge du cœur d'être une référence privilégiée et un point d'ancrage.

2808, chem. des Quatre-Bourgeois, Québec (QC) G1V 1X7 418-659-1077 https://maisonrichelieu.org/

Ville de Québec

Mères et monde

mères & monde
CENTRE COMMUNAUTAIRE ET RÉSIDENTIEL PAR ET POUR JEUNES MÈRES

SERVICES OFFERTS

- Logements (Le centre résidentiel)
- Halte-Garderie
- Formation Projet de Vie
- Activités communautaires

MISSION

Mères et monde est un centre communautaire et résidentiel pour les jeunes mères. Il propose des services essentiels à leur réalité : des logements sains et abordables, une halte-garderie, du soutien scolaire et professionnel et des activités communautaires pour briser leur isolement, prévenir l'épuisement et soutenir le développement de leur autonomie et de leurs compétences.

727, 8e ave, Québec (QC) G1J 3M3

418-522-5139

https://meresetmonde.qc.ca/

Ville de Québec (LORETTEVILLE et VANIER)

Le Piolet

SERVICES OFFERTS

- Maison des jeunes adultes
- Hébergement transitoire
- Formation en cuisine

MISSION

Rester à l'écoute des besoins des jeunes et de ceux de la communauté, tout en demeurant à l'affût de projets novateurs.

Le Piolet est un organisme communautaire qui accueille des jeunes de 16 à 35 ans et leur offre des services adaptés. Par son action, il améliore la qualité de vie, le savoir-être et le savoir-faire des jeunes et les aide ainsi à prendre leur place dans la société.

Loretteville : 103, rue Racine, Québec (QC) G2B 1C9
Vanier : 830, boul. Hamel, Québec (QC) G1M 0E3

418-842-7462

https://lepiolet.com/

Ville de Québec (BASSE-VILLE)

Projet L.U.N.E



SERVICES OFFERTS

- Travail de rue
- Maison d'hébergement
- Trousses d'hygiène
- Représentation et défense des droits
- Services de prévention
- Services d'information
- Sensibilisation
- Formations

MISSION

Intervenir, soutenir et accueillir les femmes/trans/queer, travailleuses du sexe ou victimes d'exploitation sexuelle par le biais de l'action communautaire dans une approche d'intervention par les paires, en respect avec une philosophie d'empowerment, afin d'améliorer leur qualité de vie.

Le Projet L.U.N.E est un groupe d'appartenance, de reconnaissance et de défense des droits sociaux « par et pour » des travailleuses du sexe (TDS), actives ou non, qui agissent à titre de paires-aidantes. Leurs savoir-faire et leurs expertises sont mis en commun et de l'avant de multiples façons (prises de parole dans l'espace public, sensibilisation, dénonciation des injustices, etc.).

79, S1, boul. Charest E, Québec (QC) G1K 3G4 418-704-LUNE (5863) https://www.projet-lune.org/

Partout au Québec

Programme de supplément au loyer (PSL)

Québec

MISSION

Le Programme de supplément au loyer (PSL) permet à des ménages à faible revenu d'habiter dans des logements qui font partie du marché locatif privé ou qui appartiennent à des coopératives d'habitation (COOP) ou à des organismes sans but lucratif (OSBL), tout en payant un loyer similaire à celui d'une habitation à loyer modique. Les locataires qui bénéficient de ce programme paient un loyer correspondant à 25 % de leur revenu.

https://www.habitation.gouv.qc.ca/programme/programme/programme-de-supplement-au-loyer-psl

Ville de Québec (VIEUX-QUÉBEC) - Services offerts à toutes !

Le Rempart (Centre d'hébergement et d'accueil pour femmes)

LE REMPART
centre d'hébergement et d'accueil

SERVICES OFFERTS

- Intervenante sur place 24h/24
- Écoute, accueil, aide, support dans les démarches
- Intervenante attitrée à la personne
- Accompagnement dans l'atteinte des objectifs du plan d'intervention
- Chambre individuelle meublée
- Wi-Fi gratuit
- Salons avec télévision câblée
- Repas inclus
- Aire informatique
- Agente de maintien en logement qui aide à la relocalisation et qui peut faire un suivi à domicile par la suite
- Possibilité de faire du bénévolat

MISSION

Offrir un hébergement aux femmes adultes en difficulté et en situation d'itinérance ou à risque de l'être, répondre à leurs besoins immédiats et fournir des services d'accompagnement et de soutien favorisant leur réinsertion sociale.

Le Rempart offre un hébergement (payant) pour les femmes de 18 ans et plus en difficulté et / ou à risque d'itinérance.

945, rue des Sœurs-de-la-Charité, 6e étage, Québec (QC) G1R 1H8 418-692-1762 poste 262 https://lerempart.org/

Ville de Québec

Société Élizabeth Fry de Québec

Société Elizabeth Fry du Québec

SERVICES OFFERTS

- Hébergement
- Surveillance communautaire
- Programmes psychosociaux
- Sortie de détention (Accompagnement à la sortie carcérale)
- Service d'accompagnement pour la demande de pardon et de suspension de casier judiciaire.

MISSION

La Société Elizabeth Fry du Québec (SEFQ) est un organisme communautaire fondé en 1977. Elle a pour mission de venir en aide aux femmes qui ont des démêlés avec la justice, qui en ont déjà eu ou qui risquent d'en avoir. Elle veille au respect des droits des femmes ainsi qu'à l'amélioration de leurs conditions de détention.

La Société Elizabeth Fry du Québec travaille auprès des femmes et des personnes de diverses identités de genre dans trois points de services, à Montréal, Québec et Gatineau.

920, rue Richelieu, Québec (QC) G1R 1L2 1-844-489-2116 (sans frais) https://elizabethfry.qc.ca/fr

Ville de Québec

Société John Howard de Québec

John Howard
LA SOCIÉTÉ JOHN HOWARD DU QUÉBEC
THE JOHN HOWARD SOCIETY OF QUEBEC

SERVICES OFFERTS

- Hébergement pour les personnes sortant de détention ou judiciarisées
- Accompagnement individualisé

MISSION

Agir de façon efficace, juste et humaniste face aux causes et aux conséquences de la criminalité.

La Société John Howard du Québec est un organisme charitable à but non lucratif provincial dont la mission est de fournir une gamme de services communautaires à travers le Québec pour répondre au problème du crime et ses conséquences.

945, rue des Sœurs de la Charité, Québec (QC) G1R 1H8 438-300-5511 poste 223 https://john-howard.qc.ca/fr/

Ville de Québec (SAINT-ROCH)

SQUAT Basse-ville

SERVICES OFFERTS

- Maison d'hébergement : Hébergement temporaire et volontaire pour jeunes de 12 à 17 ans, en fugue, à risque de rupture avec leur milieu d'appartenance ou en situation d'itinérance.
  - Hébergement d'urgence ;
  - Séjour de prévention
  - Suivis post-hébergement
- Volet résidentiel :
  - Suivi post-résidentiel
  - Logements subventionnés inclusifs pour les jeunes adultes de 18 à 25 ans sans projet de vie défini ou aux comportements imprégnés d'un mode de vie de rue.
- Travail de rue : service de rue inclusif pour les jeunes de 12 à 25 ans, offrant un accompagnement personnalisé vers diverses ressources.

MISSION

Accueillir, accompagner et soutenir les jeunes vivant un ou plusieurs aspects de l'itinérance afin de prévenir et diminuer les conséquences négatives et de favoriser le développement d'un sentiment d'affiliation sociale tout en respectant leur cheminement individuel.

97, rue Notre-Dame-des-Anges, Québec (QC) G1K 3E4 418-521-4483 https://squatbv.com/

Ville de Québec (CHARLESBOURG, LAC ST-CHARLES, LAC BEAUPORT, STONEHAM, TEWKESBURY, LAC DELAGE)

Trajectoires 16-35

Trajectoires 16·35
Loger › Nourrir › Soutenir

SERVICES OFFERTS

- Comptoir alimentaire (distribution gratuite)
- Dépannages alimentaire (en dehors de l'horaire régulier)
- Possibilité de faire du bénévolat
- Logements transitoires (en supervision partielle, en collocation et à bas coût)
- Plan d'intervention individuel (permettre de concrétiser un projet de vie)
- Service de soutien individuel
- Soutien à l'accès à un logement privé subventionné
- Référencement et accompagnement dans différentes démarches

MISSION

Loger, nourrir et soutenir les personnes de 16 à 35 ans confrontées à des difficultés socioéconomiques.

Trajectoires 16-35 est un organisme communautaire qui offre un soutien adapté, avec une approche globale, non stigmatisante, afin que les personnes de 16 à 35 ans s'approprient progressivement du pouvoir d'agir sur leur vie et au sein de la communauté.

6350, 3e ave E, porte 5, Québec (QC) G1H 3K8

418-626-3535

https://trajectoires16-35.ca/

Ville de Québec (SAINT-SACREMENT)

YWCA QUÉBEC

SERVICES OFFERTS

- Hébergement
- Cours et activités
- Services jeunesse

MISSION

La YWCA Québec favorise le bien-être, la sécurité et le développement du plein potentiel de toutes les femmes et de toutes les filles.

855, ave Holland, Québec (QC) G1S 3S5

418-683-2155

https://ywcaquebec.qc.ca/



4. Relations et soutien social

4.1 LGBTQ2+

GRIS Québec

alliance arc-en-ciel

ATQ
Aide aux Trans du Québec

DIVERGENRES ;
OÙ TOUS LES GENRES ONT LEUR PLACE



Ville de Québec (BASSE-VILLE)

Alliance Arc-en-ciel de Québec

SERVICES OFFERTS

- Accès à des ressources et de l'information (LGBTQ+)

MISSION

Mobiliser et sensibiliser la population aux enjeux et préoccupations des personnes issues de la diversité sexuelle et pluralité de genres (DSPG) en plus d'assurer leur inclusion et la défense de leurs droits.

Fondée en 2004, l'Alliance Arc-en-ciel de Québec était connue jusqu'en juin 2014 sous le nom de GLBT Québec / Lutte à l'homophobie. Organisme communautaire de la Capitale-Nationale, il est un acteur majeur dans la lutte pour la défense et la promotion des droits des personnes issues de la diversité sexuelle et la pluralité des genres (DSPG).

418-809-3383

https://arcencielquebec.ca/

Montréal (Ligne d’écoute disponible partout au Québec)

Aide aux Trans du Québec

ATQ
Aide aux Trans du Québec

SERVICES OFFERTS

- Ligne d’écoute, d’intervention et de référence 24/7
- Rencontres de groupe
- Programmation d’activités annuelles
- Intervention individuelle et familiale
- Plusieurs formations offertes

MISSION

L’entièreté de notre équipe s’identifie au spectre transidentitaire, puisque nous croyons qu’il est important de favoriser l’emploi et l’implication des personnes transidentitaires au sein de leur propre communauté. Nos intervenant.e.s sont spécialement formé.e.s pour aborder tout enjeu entourant la transidentité et leur approche humaine est fondée sur le non-jugement. L’ATQ offre plusieurs activités pour vous permettre d’échanger avec des personnes qui sont, comme vous, en transition ou en questionnement par rapport à leur identité de genre. Nous offrons aussi de nombreuses formations sur divers thèmes liés aux réalités trans. Les formations sont montées et adaptées spécialement à la demande des milieux.

1-855-909-9038 poste 1

https://aideauxtrans.com/fr

Divergenres

SERVICES OFFERTS

- Référence en ligne
- Activités
- Formations
- Mentorat professionnel

MISSION

Divergenres a pour mission d'éduquer la population sur la pluralité des genres, d'offrir des services aux personnes en questionnement ou en transition et d'offrir des espaces bienveillants et accessibles aux personnes trans et leur entourage.

Divergenres est un organisme communautaire féministe intersectionnel, par et pour les personnes trans binaires et non-binaires, qui œuvre sur le territoire de la Capitale-Nationale.

418-520-4564

https://divergenres.org/

Ville de Québec (LIMOILOU, BEAUPORT)

GRIS-Québec

GRIS Québec

SERVICES OFFERTS

- L'Accès (milieu de vie jeunesse)
- Horizon TransFamille : Groupe de soutien et d'éducation ouvert pour les parents et proches de personnes trans et non-binaire
- Programme d'accompagnement et de soutien (Jeunes et parents de jeunes)
- Ateliers de sensibilisation
- Formations

MISSION

Promouvoir une vision positive des personnes de la diversité sexuelle et de la pluralité des genres par l'éducation, la formation, la sensibilisation et le soutien à travers nos différents services auprès de la jeunesse et de la population de tout âge.

GRIS-Québec, sensibilisent à propos des orientations sexuelles et des identités de genre. Ils Nous offrent aux jeunes LGBTQ+ et au genre créatif un milieu de vie. Ils soutiennent les personnes et les organisations dans l'inclusion de la diversité sexuelle et de genre.

225-245, 1900, ave Mailloux, Québec (QC) G1J 5B9

Général : 418-523-5572
Intervention : 581-849-9367

https://grisquebec.org/

Partout au Québec

Interligne



SERVICES OFFERTS

- Ligne d'aide et de renseignements
- Groupes de discussion
- Relation d'aide
- Programmes jeunesse
- Programmes contre les violences
- Clinique juridique téléphonique
- Outils et informations
- Le Répertoire

MISSION

Interligne est un organisme de première ligne qui, par ses services d'écoute, d'intervention et de sensibilisation, contribue au mieux-être des personnes concernées par la diversité sexuelle et la pluralité des genres. Par notre service d'aide et de renseignements disponible 24 heures par jour, nous offrons un soutien aux personnes LGBTQ+, aux proches et au personnel de différents milieux. Par nos activités de formation et de sensibilisation, nous encourageons une plus grande ouverture de la société envers les réalités LGBTQ+.

Ligne d'écoute : 1-888-505-1010 (sans frais)
Clavardage et Texto : 1-888-505-1010 (sans frais) | aide@interligne.co
Clinique juridique : 1-888-970-2720 (sans frais)

https://interligne.co/

4.2 Milieu de vie pour jeunes et jeunes adultes

Pilier Jeunesse
L'Adoasis · Travail de rue · Le RADO

centre DUROCHER

MDJ
ST-SAUVEUR & PLACE DE LA RIVE
L'Ouvre boite du Quartier

CENTRE COMMUNAUTAIRE
JEAN-GUY-DROLET

Patro Charlesbourg

CENTRE MGR MARCOUX

CENTRE DES FEMMES DE LA BASSE-VILLE

PROJET INTERVENTION PROSTITUTION QUÉBEC

AJMSA

Beaupré

Alternative Jeunesse Mont-Saint-Anne

SERVICES OFFERTS

- Travail de milieu / travail de rue
- Milieu de vie / centre de jour
- Soutien psychosocial
- Dépannage alimentaire d'urgence
- Soutien communautaire au logement
- Aide-matériel
- Soutien aux proches
- Intégration professionnelle / sociale
- Soutien téléphonique
- Dégrisement
- Matériel de consommation / Récupération de matériel de consommation
- Prévention des ITSS
- Aide budgétaire / fiducie
- Défense de droits

MISSION

Alternative jeunesse Mont-Sainte-Anne a pour mission de favoriser le mieux-être des jeunes de 12 à 35 ans dans une perspective de développement global. Par le milieu de vie, le travail de rue, l'intervention de milieu et l'espace culturel jeunesse, notre organisme est présent auprès des jeunes pour leur offrir accueil, soutien et accompagnement.

Maison des jeunes : 2-A, rue Fatima O, C.P. 2042, Beaupré (QC) G0A 1E0
Travail de rue : 20, rue de Fatima E (Locaux C-3 et C-5)

Maison des jeunes : 418-827-8668
Travail de rue : 418-906-8682

https://www.211quebecregions.ca/organisme/alternative-jeunesse-mont-sainte-anne-maison-des-jeunes-de-beaupre-lenigme-QBC1916

Ville de Québec (LIMOILOU)

Centre Communautaire Jean-Guy-Drolet

(CCJGD)

CENTRE COMMUNAUTAIRE
JEAN-GUY-DROLET

SERVICES OFFERTS

- Cuisines collectives
- Distribution alimentaire
- Club de marche
- Marché solidaire (alimentaire)
- Location de locaux

MISSION

Le Centre communautaire Jean-Guy-Drolet offre un milieu de vie aux gens du quartier, il accueille les gens de façon personnalisée et sans distinction de race, de langue, de religion, de classe sociale, d'instruction, d'handicap, etc. Il constitue une porte d'entrée pour la socialisation des gens et pour la prévention sur le plan de la santé et de la criminalité. Il offre des activités diversifiées pour tous les âges sur les plans du sport, du loisir, de la culture, du plein air, de l'entraide, de la vie sociale, etc.

16, rue Royal Roussillon, Québec (QC) G1L 2J7 418-529-2825 https://ccjgd.ca/

Ville de Québec (BASSE-VILLE)

Centre des Femmes de la Basse-Ville

CENTRE DES FEMMES DE LA BASSE-VILLE

SERVICES OFFERTS

- Écoute et référence
- Démarche de groupe
- Activités sociales

MISSION

Le Centre des femmes de la basse-ville est un organisme à but non lucratif qui travaille à l'amélioration des conditions de vie des femmes, tant d'un point de vue individuel que collectif.

380, rue Saint-Vallier O, Québec (QC) G1K 1K6 418-648-9092 https://centrefemmesbasseville.org/

Ville de Québec (BASSE-VILLE)

Centre Durocher

SERVICES OFFERTS

- Café rencontre
- Cuisines collectives
- Dépannage alimentaire
- Friperie
- Plusieurs activités (pour tous les âges)
- Location de salles et gymnase

MISSION

Sa mission est d'améliorer les conditions de vie par la prise en charge individuelle et collective en utilisant le moyen privilégié du loisir, de l'action communautaire et de l'éducation populaire.

Le Centre Durocher est un centre communautaire de loisir, milieu de vie voué au mieux-être des résidents de la Basse-ville de Québec. Il est un organisme à but non lucratif situé dans le quartier Saint-Sauveur. Véritable milieu de vie, depuis 1950, il vient en aide aux enfants et aux personnes moins favorisées de la Basse-ville de Québec. C'est un espace de prévention et d'éducation populaire qui apporte du soutien aux personnes en difficulté.

680, rue Raoul-Jobin, Québec (QC) G1N 4N1 418-522-5681 https://centredurocher.org/fr

Ville de Québec (LIMOILOU, ST-CHARLES)

Centre Mgr-Marcoux

CENTRE MGR MARCOUX

SERVICES OFFERTS

- Programme de loisir
- Location de salles
- Atelier de socialisation en français pour les nouveaux-arrivants
- Activités pour les 50 ans et +
- Ado-zone
- Halte-garderie
- Camp de jour
- Bénévolat
- Salle d'entraînement communautaire

MISSION

Le Centre Mgr Marcoux est un centre communautaire de loisir qui a pour mission d'animer un milieu de vie qui génère l'épanouissement de l'individu et de la collectivité, l'implication bénévole et la participation active de tous et ce, au moyen du loisir, de l'éducation populaire et de l'action communautaire.

Le Centre Mgr Marcoux est la référence en termes d'animation du quartier. Le Centre est connu et reconnu comme étant la porte d'entrée sur le quartier et un milieu de vie où se vit la mixité sociale sous toutes ses formes. Le Centre est un acteur de changement social et il agit à titre de porte-parole des citoyens du quartier.

2025, Adjutor-Rivard, Québec (QC) G1J 0H6 418-661-7766 https://www.centremgrmarcoux.com/

Ville de Québec (SAINT-SAUVEUR et VANIER)

MDJ St-Sauveur & Place de la Rive

(L'Ouvre boîte du Quartier)

MDJ
ST-SAUVEUR & PLACE DE LA RIVE
L'Ouvre boite du Quartier

SERVICES OFFERTS

- Activités variées
- Milieu de vie
- Service d'écoute
- Service de référence
- Service d'accompagnement
- Service d'intervention

MISSION

La maison des jeunes a pour but d'offrir un milieu de vie complémentaire à la famille et à l'école, et qui incite les jeunes à s'impliquer dans la communauté et dans l'organisation d'activités de leur maison.

La Corporation d'animation l'Ouvre-Boîte du quartier est un organisme à but non lucratif fondé en 1976 dans le quartier St-Sauveur sous la forme d'une maison de jeunes. En 1994, un deuxième point de service a vu le jour au HLM Place de la Rive dans le secteur de Vanier.

Saint-Sauveur : 290, rue Chénier, Québec (QC) G1K 1R2
Vanier : 14, rue Marie-de-l 'Incarnation, Québec (QC) G1M 1A9

Saint-Sauveur : 418-523-1530
Vanier : 418-682-5270

https://www.ouvreboiteduquartier.org/

Ville de Québec (CHARLESBOURG)

Patro Charlesbourg

Patro Charlesbourg

SERVICES OFFERTS

- Loisirs et activités
- Cuisine collective
- Aide alimentaire
- Jardins communautaires
- Service gratuit d'impôt
- Location de salles

MISSION

Le Patro de Charlesbourg est un organisme communautaire qui contribue au bien-être des personnes de tous âges par le loisir, le sport et l'entraide.

Il propose un milieu de vie accueillant où sont véhiculées des valeurs de bienveillance, de plaisir et d'engagement.

7700, 3e ave E, Québec (QC) G1H 7J2

418-626-0161

https://patrocharlesbourg.net/

Ville de Québec (VAL-BELAIR)

Maison des jeunes L'Escapade

SERVICES OFFERTS

- Accueil des jeunes au milieu de vie
- Travail de rue et intervention de parc/milieu
- Prévention de la santé (santé mentale, toxicomanie, etc.)
- Activités éducatives et sociales
- Accompagnement individuel

MISSION

La maison des jeunes a pour but de favoriser le mieux-être des jeunes de 12 à 25 ans en offrant un milieu de vie chaleureux et des interventions de proximité adaptées à leurs besoins.

Il vise aussi a promouvoir la santé globale, l'éducation citoyenne et le développement personnel, tout en favorisant la concertation et le partenariat pour soutenir la communauté.

1565, rue de l'Innovation
Val-Bélair (Québec) G3K 2P9

418-843-5166

http://www.maisondesjeuneslescapade.com/

Ville de Québec (DUBERGER - LES SAULES)

Pilier Jeunesse

SERVICES OFFERTS

- Milieu de vie / centre de jour
- Maison des jeunes
- Animation
- Travail de rue
- Prévention des ITSS

MISSION

Pilier Jeunesse est un organisme communautaire qui offre trois services principaux aux jeunes.

1. La Maison des Jeunes L'Adoasis situé dans le quartier Les Saules
2. La Maison des Jeunes Le RADO situé dans le quartier Lebourgneuf
3. Le travail de rue offert dans les quartiers de Vanier-Les Rivières

4040, rue Michelet, Québec (QC) G1P 4J3 418-877-4741 https://www.pilierjeunesse.com/

Ville de Québec (SAINT-SAUVEUR)

Projet Intervention Prostitution Québec (PIPQ)

SERVICES OFFERTS

- Milieu de vie
- Accueil et orientation
- Service de soutien
- Travail de rue
- Service de prévention
- Sensibilisation
- Service d'information
- Service d'accompagnement
- Présence d'une infirmière

MISSION

Le PIPQ assure, grâce à ses trois volets de prévention et d'intervention (travail de rue et de milieu, animation dans les milieux jeunesse et milieu de vie), une présence significative et un accompagnement personnalisé dans la trajectoire des personnes de tous les âges et tous les genres qui sont actives, l'ont déjà été ou sont à risque de se retrouver dans une dynamique prostitutionnelle ou d'exploitation sexuelle.

535, ave des Oblats, Québec (QC) G1N 1V5 1-866-641-0168 https://pipq.org/



5. Culture et spiritualité





Centre d'amitié autochtone
de Québec
CAAQ

Centre multiethnique
de Québec



Ville de Québec (CHARLESBOURG)

Centre Multi-Services MAMUK

SERVICES OFFERTS

- Éducation en emploi
- Programme de préparation au marché de l'emploi
- Activités culturelles
- Confection et artisanat
- Accompagnement psychosocial
- Journées de ressourcement
- Activités sportives et saines habitudes de vie

MISSION

Organisme communautaire créé en 2018, le Centre MAMUK est animé par la mission commune des Centres d'amitié, soit d'offrir des services à la population autochtone urbaine, ainsi que promouvoir la culture et le rapprochement entre les peuples.

8155, 1ère ave, Québec (QC) G1G 4B8

418-476-8083

https://www.211quebecregions.ca/organisme/maison-communautaire-missinak-centre-multi-services-mamuk-QBC1821

Ville de Québec (LORETTEVILLE) - Services offerts dans toute la Capitale-Nationale

Centre d’amitié autochtone de Québec

(C.A.A.Q)

Centre d’amitié autochtone de Québec
CAAQ

SERVICES OFFERTS

- Accueil et évaluation
- Umeshkanam : hébergement et accompagnement des autochtones et métis qui viennent s'installer à Québec ou qui y sont de passage afin de faciliter leur intégration
- Sensibilisation, dépistage et soutien psychosocial
- Centre de jour : activités de formation, d'insertion sociale
- Soutien aux parents dans le développement de leurs habiletés
- Comptoir et dépannage alimentaire
- Projet Connexion compétences Takuaimu

MISSION

Maintenir à Québec un lieu de rencontre afin de satisfaire les besoins culturels, matériels et sociaux des autochtones.

Lieu de rencontre où les autochtones peuvent trouver réponse à leurs besoins culturels, matériels et sociaux. Soutient les autochtones qui s'installent à Québec ou qui y sont de passage afin de faciliter leur intégration. * Installations centrales, services de référence et de consultation.

234, rue Louis-IX, Québec (QC) G2B 1L4 418-843-5818

Ville de Québec (BASSE-VILLE) - Services offert à tous !

Centre Multiethnique de Québec (C.M.Q)

Centre multiethnique de Québec

SERVICES OFFERTS

- Interventions individuelles et/ou collectives
- Suivis à domicile
- Clinique de santé des réfugiés
- Premières démarches d'installation (PDI)
- Intervention de proximité (RAMI)
- Programme vacances été (PVÉ)
- Projet Immigration -Petite enfance
- Jumelage interculturel
- Interprétariat
- Groupe de soutien pour hommes immigrants
- Hébergement (espace de vie, appartements, chambres meublées

MISSION

Le Centre Multiethnique de Québec et ses habitations ont pour mission d'accueillir les personnes immigrantes afin de soutenir leur adaptation par l'intégration globale et favoriser leur apport à la société d'accueil en collaboration avec leurs partenaires.

200, rue Dorchester, Québec (QC) G1K 5Z1 418-687-9771 https://www.centremultiethnique.com/index.html



6. Santé & bien-être

6.1 Santé mentale

CENTRE DE PRÉVENTION DU SUICIDE DE CHARLEVOIX
Prévention. Intervention. Postvention

autonhommie
CENTRE DE RESSOURCES POUR HOMMES

Centre de crise de Québec
Un point d'appui vers un mieux-être

CAVAC
CENTRE D'AIDE AUX VICTIMES D'ACTES CRIMINELS

ASSOCIATION DES TCC DES DEUX RIVES

AQST
Association québécoise du syndrome de la Tourette

l'amarrage
ressources en santé mentale

E.A.D.A
ENFANT-ADULTE DE FAMILLE DYSFONCTIONNELLE OU ALCOOLIQUE

AQPPEP

Centre femmes aux 3A de Québec
En action depuis 1985

La Boussole
Aide aux proches d'une personne atteinte de maladie mentale

Association canadienne pour la santé mentale
Filiale de Québec

ATQ
Aide aux Trans du Québec

L'Arc-en-Ciel
Organisme communautaire en santé mentale de Portneuf

Cercle POLAIRE
AIDE AUX PROCHES | SANTÉ MENTALE

Demi-Lune

Centre de prévention du suicide de Québec

Centre Social de la CROIX BLANCHE

Deuil-Jeunesse®

centre de jour Feu Vert

SOS Suicide Jeunesse

Pech
Intervenir autrement

LigneParents
1 800 361-5085
www.LigneParents.com

L'Envol
centre de jour

Le Passage
Service communautaire de thérapie clinique, spécialisé dans le rapport affectif et relationnel aux dépendances

Centre d'aide aux proches

réadaptation psychosociale
océan

Relais
La Chaumine

L'Éveil
Organisme communautaire
Santé mentale et services sociaux
Charlevoix

Entraide Parents
Agréable d'être parent

INFO-AIDANT
1 855 852-7784
ÉCOUTE-INFORMATION-RÉFÉRENCES
LAPPUI.ORG

Service d'écoute téléphonique
TEL-AIDE
Québec
418 686-2433
Régions 1 877 700-2433

L'ÉQUILIBRE
(418) 522-0551

JJ JEUNESSE, J'ÉCOUTE

SOS GROSSESSE
ACCUEILLE • ÉCOUTE • INFORME

Le Verger
Rétablissement • Santé mentale

relief
le chemin de la santé mentale



SQS
Société québécoise de la schizophrénie et des psychoses apparentées

TEL-JEUNES
www.teljeunes.com
1 800 263-2266

Ville de Québec (Val-Bélair)

L’Amarrage

SERVICES OFFERTS

- Programme avec hébergement (période maximale de 12 semaines)
- Programme sans hébergement (ateliers externes). Possibilité d’être en ligne.

MISSION

Votre rétablissement par la réappropriation de vos forces et l’utilisation optimale de vos ressources. À travers les ateliers d'éducation psychologique, le personnel qualifié du Centre vous accompagnera pour faciliter votre processus de rétablissements. L’Amarrage vous fournira un soutien constant et des outils précieux qui vous aideront, petit à petit, à diminuer votre souffrance et votre sentiment d’incapacité tout en regagnant confiance en vous..

1620, rue de l'Éclair, Québec (QC) G3K 1P6 418-843-5877 https://www.lamarrage.ca/

Montréal (Ligne d’écoute disponible partout au Québec)

Aide aux Trans du Québec

SERVICES OFFERTS

- Ligne d’écoute, d’intervention et de référence 24/7
- Rencontres de groupe
- Programmation d’activités annuelles
- Intervention individuelle et familiale
- Plusieurs formations offertes

MISSION

L’entièreté de notre équipe s’identifie au spectre transidentitaire, puisque nous croyons qu’il est important de favoriser l’emploi et l’implication des personnes transidentitaires au sein de leur propre communauté. Nos intervenant.e.s sont spécialement formé.e.s pour aborder tout enjeu entourant la transidentité et leur approche humaine est fondée sur le non-jugement. L’ATQ offre plusieurs activités pour vous permettre d’échanger avec des personnes qui sont, comme vous, en transition ou en questionnement par rapport à leur identité de genre. Nous offrons aussi de nombreuses formations sur divers thèmes liés aux réalités trans. Les formations sont montées et adaptées spécialement à la demande des milieux.

1-855-909-9038 poste 1

https://aideauxtrans.com/fr

Partout au Québec

AQPPEP

(Association québécoise des programmes pour premiers épisodes psychotiques)

SERVICES OFFERTS

- Information
- Formations
- Banque de ressources

MISSION

L'AQPPEP est l'Association Québécoise des Programmes pour Premiers Épisodes Psychotiques. Cet organisme à but non lucratif a pour rôle de favoriser les échanges cliniques et scientifiques entre les différents programmes cliniques, les associations et les organismes communautaires œuvrant auprès des jeunes présentant une psychose débutante et leurs proches.

https://aqppep.ca/

Portneuf (Saint-Raymond, Donnacona, Saint-Marc-Des-Carrières)

L'Arc-en-Ciel (O.C.S.M)

L'Arc-en-Ciel
Organisme communautaire en santé mentale de Portneuf

SERVICES OFFERTS

- Centre de prévention du suicide (téléphone, clavardage, texto) 24/7
- Réadaptation psychosociale (ateliers de groupe, activités plein air)
- Réinsertion socioprofessionnelle (ateliers et activités)
- Service d'accompagnement au logement
- Le 213, logement social (à Donnacona)
- Services jeunesse (ateliers et activités)
- Regroupement des proches (ressources et activités pour les proches)
- Pair-aidance et pair-aidance famille
- Service de référencement

MISSION

La mission première de L'Arc-en-Ciel consiste à accompagner la personne dans son processus de croissance et de rétablissement par la dispensation de services adaptés à ses besoins. Ce cheminement se fait dans la communauté ou dans un de nos trois points de service.

L'Arc-en-Ciel est un organisme communautaire qui œuvre en santé mentale dans la région de Portneuf depuis plus de 30 ans !

Saint-Raymond : 697, rue St-Joseph, Saint-Raymond (QC) G3L 1L7
Donnacona : 331, rue Notre-Dame, Donnacona (QC) G3M 1H3
Saint-Marc-des-Carrières : 1334, boul. Bona-Dussault, St-M.-des-C. (QC) G0A 4B0
418-285-3847 Poste: 0 https://larcencielportneuf.org/

Ville de Québec (BASSE-VILLE)

Archipel d'Entraide

SERVICES OFFERTS

- Accueil et référence
- Relation d'aide
- Accompagnement
- Suivi communautaire
- Accroche-toit : Hébergement d'urgence

MISSION

Services adaptés et suivi communautaire à une clientèle marginalisée souffrant de problématiques multiples : (Santé mentale, toxicomanie, itinérance, problèmes judiciaires). Soutien aux citoyens et à la communauté, favorisant les pratiques d'entraide.

190, rue St-Joseph E, Québec (QC) G1K 3A7

418-649-9145

https://www.211quebecregions.ca/organisme/archipel-dentraide-QBC0782

Ville de Québec

Association canadienne pour la santé mentale (Filiale de Québec)

Association canadienne pour la santé mentale
Filiale de Québec

SERVICES OFFERTS

- Centre d'écoute téléphonique (SAISM)
- Ateliers psychoéducatifs
- Informations

MISSION

L'Association canadienne pour la santé mentale se voue à la promotion de la santé mentale, à la prévention de la maladie mentale et à la réalisation d'activités de soutien auprès de la population.

8255, boul. Henri-Bourassa, #220, Québec (QC) G1G 4C8

Téléphone : 418-529-1979
Centre d'écoute : 418-529-1899

https://acsmquebec.org/

Partout au Québec

A.Q.S.T (Association Québécoise du Syndrome de la Tourette)

SERVICES OFFERTS

- Groupes de soutien virtuels
- Ressources, informations et liens utiles

MISSION

Fondée il y a plus de 25 ans, incorporée en 1994, l'Association québécoise du syndrome de la Tourette est un organisme à but non lucratif (le seul francophone qui couvre tout le Québec et s'adresse spécifiquement au SGT) qui œuvre auprès des personnes atteintes du syndrome de Gilles de la Tourette, de leur famille et des intervenants des domaines de la santé, scolaires, sociaux et communautaires. L'AQST a pour mission de soutenir, informer et valoriser les personnes atteintes du Syndrome de Gilles de la Tourette, soutenir, informer et former les personnes qui vivent et interviennent auprès d'elles et de sensibiliser la population à cette problématique.

14 115 Rue Prince-Arthur, local 146, Montréal (QC). H2E 1A8

1-514-588-7797

https://aqst.com/

Québec

Association TCC des deux rives (Servio)

SERVICES OFFERTS

- Soutien psychosocial (individuel, groupe de soutien pour personnes TCC, pour conjoint, parents et amis).
- Plusieurs activités (voir le calendrier sur le site Web).
- Soutien en milieu de vie (SMV) permettre à la personne TCC seule de vivre le plus longtemps possible à son domicile avec l'aide d'un éducateur.
- Proches aidants (soutenir les personnes proches aidantes).
- Service de répit (centre de jour, accompagnement individuel, répit de fin de semaine, dépannage, répit prolongé).

MISSION

La mission de l'association est d'offrir du soutien aux personnes ayant subi un TCC ainsi qu'à leur entourage leur permettant de maintenir et d'améliorer leurs conditions de vie. Elle vise aussi à favoriser la participation sociale en offrant un lieu d'échange et d'entraide. Les calendriers d'activités adaptées et diversifiées permettent de prévenir l'isolement social de la personne TCC.

L'Association des TCC des deux rives (Québec – Chaudière-Appalaches) est un organisme communautaire qui regroupe et aide toutes les personnes concernées par le traumatisme craniocérébral modéré ou grave (adultes).

Québec : 14, rue St-Amand, Québec (QC) G2A 2K9
Saint-Georges: 2900, boul. Dionne, Saint-Georges (QC) G5Y 3Y2

1-866 -844-8421

https://www.tcc2rives.qc.ca/

Ville de Québec, Portneuf, Charlevoix

AutonHommie

CENTRE DE RESSOURCES POUR HOMMES

SERVICES OFFERTS

- Service d'accueil et d'orientation
- Groupes d'aide
- Consultation individuelle
- Formation
- Sensibilisation
- Location de salles

MISSION

Organisme à but non lucratif, administré par des bénévoles, AutonHommie est le premier centre d'aide pour hommes généraliste à voir le jour en 1984. Sa mission est d'accueillir les hommes en difficulté et en cheminement, de leur donner des moyens pour répondre à leurs besoins et de participer à l'évolution globale de la condition masculine.

1575, 3e ave, Québec (QC) G1L 2Y4

1-855-648-6464 (SANS FRAIS)

https://autonhommie.org/

Ville de Québec (LIMOILOU)

La Boussole

La Boussole
Aide aux proches d'une personne atteinte de maladie mentale

SERVICES OFFERTS

- Intervention psychosociale (individuelle, parentale, familiale) en virtuel ou en personne
- Service de répit et de soutien (pour les proches)
- Ligne d'écoute téléphonique
- Groupes d'entraide pour les membres de l'entourage
- Accompagnement dans la démarche d'une demande d'ordonnance en évaluation psychiatrique
- Service pair-aidance famille
- Programme Enfance-Jeunesse (PEJ) les moins de 18 ans

MISSION

La Boussole a pour mission de regrouper et de soutenir les membres de la famille et de l'entourage d'une personne qui présente des manifestations cliniques reliées à un trouble de santé mentale et de leur offrir une gamme de services afin de les aider, de les informer et de les outiller en vue d'améliorer leur qualité de vie.

302, 3e ave, Québec (QC) G1L 2V8 418-523-1502 https://www.laboussole.ca/fr/

Partout au Québec

C.A.V.A.C (Centre d'aide aux victimes d'actes criminels)

CAVAC CENTRE D'AIDE AUX VICTIMES D'ACTES CRIMINELS

SERVICES OFFERTS

- Accompagnement
- Intervention post-traumatique et psychosociale
- Information judiciaire
- Information sur vos droits et vos recours
- Assistance technique
- Orientation vers les ressources spécialisées

MISSION

Les CAVAC dispensent des services de première ligne à toute personne victime d'un acte criminel et à ses proches, ainsi qu'aux témoins d'un acte criminel. L'aide des CAVAC est disponible que l'auteur du crime soit ou non identifié, arrêté, poursuivi ou reconnu coupable. Les CAVAC travaillent en collaboration avec les intervenants du milieu judiciaire, du réseau de la santé et des services sociaux et des organismes communautaires.

Consultez le site web pour trouver un CAVAC proche de chez-vous ! 1-866-LE CAVAC (1-866-532-2822) https://cavac.qc.ca/

Ville de Québec, Basse-Ville (SAINT-ROCH)

Centre Communautaire l'Amitié



SERVICES OFFERTS

- Milieu de vie
- Cuisines mobiles
- Service d'entraide à la communauté
- Service d'aide en toxicomanie
- Service de soutien et d'accompagnement social

MISSION

Le Centre Communautaire l'Amitié (CCA) est un milieu de vie pour les adultes vivant des difficultés psychologiques et/ou socio-économiques. Son approche est basée sur l'accueil et le respect des personnes, la valorisation de leur potentiel et leur implication dans la vie du Centre et dans la communauté. L'équipe d'intervenants sociaux offre de l'écoute, du soutien, de la relation d'aide et de l'accompagnement au niveau des démarches personnelles.

59, rue Notre-Dame-des-Anges, Québec (QC) G1K 3E4 418-522-5719 https://www.centrecommunautairelamitie.com/default.aspx

Ville de Québec

Centre de crise de Québec

Centre de crise de Québec
Un point d'appui vers un mieux-être

SERVICES OFFERTS

- Intervention téléphonique
- Hébergement de crise
- Hébergement temporaire
- Accueil et évaluation
- Service d'écoute
- Entrevue externe
- Soutien externe
- Équipe mobile
- Service de formations externes

MISSION

La mission du Centre de crise de Québec est d'intervenir auprès des gens vivant une crise, qu'elle soit situationnelle ou reliée à un problème de santé mentale.

Le Centre de crise de Québec est un organisme communautaire à but non lucratif de première ligne qui offre, 24/7, des services spécialisés en intervention de crise aux personnes âgées de 14 ans et plus de la région de Québec.

Urgence 24/7 : 418-688-4240

https://centredecrise.com/

Ville de Québec (LIMOILOU)

Centre Femmes aux 3A

Centre femmes aux 3A de Québec

En action depuis 1985

SERVICES OFFERTS

- Cuisine créative
- Comptoir de vêtements
- Accès à internet pour recherches variées
- Programme en itinérance situationnelle : *Entre 2 toits* (Entreposage des biens)
- Programme en itinérance chronique : *Juste pour toi*
- Information et références
- Lavoir et douches

MISSION

Fondé en 1985, le Centre femmes aux 3 A de Québec est un milieu de vie offrant du soutien aux femmes judiciarisées. Dans un objectif de prévention de la judiciarisation, nos services sont offerts aux femmes ayant un profil à multiples défis.

Le Centre femmes aux 3 A de Québec Accueille et Aide les femmes à retrouver leur Autonomie pour reprendre le contrôle et l'organisation de leur vie.

270, 5e rue, Québec (QC) G1L 2R6 1-888-529-2066 https://cf3a.ca/

Ville de Québec

Centre de jour Feu Vert

centredejour Feu Vert

SERVICES OFFERTS

- Ateliers créatifs
- Ateliers éducatifs
- Ateliers d’entraide
- Activités physiques
- Ateliers ludiques
- Sortie de groupe
- Formations sur l’anxiété

MISSION

Le Centre de Jour Feu Vert est un organisme communautaire à but non lucratif qui favorise l’intégration sociale et le rétablissement d’adultes ayant des problèmes de santé mentale. Par le biais de ses différentes activités, l'organisme permet à la personne de répondre à des besoins tels que l'actualisation de ses compétences, la participation à des occupations enrichissantes, une meilleure confiance et estime de soi et le développement d'un réseau social positif.

1410, rue de la Trinité, Québec (QC) G1J 2L4 418-525-9977 https://cdjfeuvert.org/

Ville de Québec (CHARLESBOURG)

Centre de jour l’Envol

SERVICES OFFERTS

- Ateliers éducatifs et d’apprentissages
- Activités sociales et culturelles
- Ateliers créatifs et artistiques
- Présence d’intervenants sur place
- Ateliers préventifs et informatifs
- Le petit groupe d’étude (écriture, lecture, calcul)

MISSION

Le Centre de jour L’Envol est un organisme à but non lucratif qui a pour mission d’offrir un milieu de vie, d’aide et d’entraide ainsi qu'un lieu de socialisation pour adultes vivant avec de difficultés de santé mentale. Actif depuis l'an 2000, le Centre de jour l’Envol dessert l’arrondissement de Charlesbourg et les environs. Il est bien implanté dans sa communauté. Chaque semaine, les intervenants du milieu proposent une variété d'ateliers et d'activités. L'Envol offre une programmation diversifiée ayant pour objectif de répondre aux différents besoins des membres participants.

7758, 1re ave, Québec (QC) G1H 2Y2 418-622-8780 https://www.cdjlenvol.com/

Ville de Québec (LIMOILOU)

Centre de nuit Demi-Lune

SERVICES OFFERTS

- Service d'accueil
- Service d'écoute téléphonique (de 22H à 5h)
- Service professionnel d'intervention individuel et de groupe.
- Support et soutien
- Groupe de discussion
- Groupe de relaxation
- Activités créatives
- Sorties sociales
- Soirées cinéma
- Salle d'informatique avec l'accès internet
- Jeux

MISSION

Demi-Lune est un centre de nuit qui a pour objectif de briser l'isolement social des personnes souffrant d'insomnie et ayant ou étant susceptibles d'avoir une problématique de santé mentale, qui ont 18 ans et plus, demeurant à Québec et ses environs. Le service téléphonique est offert 7 nuits par semaine de 22h à 6h. L'accueil dans les locaux de l'organisme est offert aux mêmes heures du jeudi au dimanche inclusivement. Plusieurs services et activités y sont offerts.

390, 8e rue, 2e étage, Québec (QC) G1L 2P1 418-522-4002 https://www.centredenuitdemilune.org/

Région de Charlevoix

Centre de Prévention du Suicide de Charlevoix

CENTRE DE PRÉVENTION DU SUICIDE DE CHARLEVOIX

Prévention. Intervention. Postvention

SERVICES OFFERTS

- Services aux personnes suicidaires et à leurs proches
- Services aux endeuillés par suicide
- Services de postvention
- Formations
- Sensibilisation et mobilisation
- Ligne téléphonique d'écoute et de soutien

MISSION

Prévenir la problématique du suicide dans Charlevoix tout en supportant et en accompagnant les personnes touchées.

Bureau : 367, rue Saint-Étienne, bureau 115,
La Malbaie (QC) G5A 1M3
Point de Service : 63, rue Leclerc,
Baie-Saint-Paul (QC) G3Z 2K3

418-665-0096
Ligne d'écoute et de soutien :
1-866-APPELLE ou 1-866-277-3553

https://www.cps-charlevoix.com/

Ville de Québec (Partout au Québec)

Centre de prévention du suicide de Québec

Centre de prévention du suicide de Québec

SERVICES OFFERTS

- Écoute téléphonique
- Intervention
- Soutien et accompagnement
- Service d'information
- Service de formation
- Service de postvention (Intervention dans le milieu, à la suite d'un suicide)
- Service de soutien aux endeuillés
- Groupes de soutien (13 ans et +)

MISSION

Le CPSQ est un organisme communautaire à but non lucratif qui offre des services professionnels et spécialisés afin de promouvoir la prévention et l'intervention auprès des personnes suicidaires, de leurs proches et des personnes endeuillées par suicide. De plus, le CPSQ donne de la formation adaptée aux besoins des personnes intéressées à en savoir davantage sur cette problématique.

1310, 1re ave, Québec (QC) G1L 3L1 | 1 866 APPELLE (1 866 277-3553) en tout temps | https://www.cpsquebec.ca/

Ville de Québec (MONTCALM)

Centre Social de la Croix Blanche

Centre Social de la CROIX BLANCHE

SERVICES OFFERTS

- Plusieurs activités de groupe y sont offertes (bien-être, culture, social)

MISSION

La mission du Centre Social de la Croix Blanche est de briser l'isolement social des adultes ayant une problématique de santé mentale. Comment ? En offrant des activités accessibles de groupe comme moteur de développement personnel, social et citoyen. Leurs actions reposent sur les valeurs d'écoute, d'ouverture, d'entraide, d'équité et de respect dans un environnement favorisant la mixité sociale.

960, ave Dessane, Québec (QC) G1S 3J9 418-683-3677 https://www.croixblanche.ca/

Ville de Québec - Services offerts à tous

Le Cercle Polaire

Cercle POLAIRE
AIDE AUX PROCHES | SANTÉ MENTALE

SERVICES OFFERTS

- Ligne d'écoute téléphonique
- Intervention psychosociale (individuelle, conjugale, parentale ou familiale) téléphonique, en virtuel ou en personne
- Accompagnement dans la démarche d'une demande d'ordonnance pour évaluation psychiatrique
- Groupes de soutien et éducatif
- Conférences et ateliers
- Ressources et boîte à outils (Via leur site Web)
- Informations sur la santé mentale (Via leur site Web et la ligne d'intervention)
- Service pair-aidance famille

MISSION

Au Cercle Polaire, notre défi et notre engagement, c'est d'accueillir les membres de l'entourage de personnes vivant avec un trouble de santé mentale, diagnostiqué ou non, et leur offrir des services personnalisés, avec professionnalisme, visant à les informer, les accompagner et les outiller, afin de favoriser leur bien-être et de soutenir leur relation avec leur proche.

1900, ave Mailloux, bureau 240, Québec (QC) G1J 5B9 418-623-4636 https://www.cerclepolaire.com/

Partout au Québec

Deuil-Jeunesse

Deuil-Jeunesse®

SERVICES OFFERTS

- Ligne d'intervention spécialisée
- Rencontre ponctuelle d'urgence
- Suivi individuel
- Suivi parental
- Suivi de couple
- Suivi familial
- Rencontre de groupe
- Ateliers sur mesure (sensibilisation, animation dans des milieux, information, etc.)
- Formations et conférences
- Coaching professionnel

MISSION

Par son approche professionnelle, spécialisée et personnalisée, Deuil-Jeunesse favorise le mieux-être des jeunes, des adultes et des familles qui vivent une réalité liée au deuil d'un proche, à la maladie grave, à la disparition ou à l'abandon parental. Par son expertise, l'organisme sensibilise la société à la réalité du deuil et au rôle de la mort dans nos vies.

Plusieurs points de service

1-855-889-3666

https://deuil-jeunesse.com/

Un peu partout au Québec

E.A.D.A (Enfant-Adulte de famille dysfonctionnelle ou alcoolique)

E.A.D.A

ENFANT-ADULTE
DE FAMILLE
DYSFONCTIONNELLE
ou ALCOOLIQUE

SERVICES OFFERTS

- Réunions (en ligne et/ou en présentiel)
- Ressources, liens et littératures utiles
- Ateliers

MISSION

EADA poursuit un triple objectif : Accueillir et encourager chacun-e à faire face à des phénomènes de non-acceptation et de déni (refus de reconnaître une réalité à caractère traumatisant), p procurer un réconfort aux individus qui souffrent de la perte prématurée de sécurité, d'amour et de confiance, apprendre à connaître et à utiliser les moyens qui nous permettent de nous « auto-parenter » et de renaître dans l'amour, le respect, la douceur et l'humour.

ADA s'adresse à des adultes (enfants adultes) issus de familles dysfonctionnelles ou alcooliques. Il vise à lui permettre de renouer avec son enfant intérieur et à libérer ce dernier de la non-acception et du déni qui lui servaient jadis d'écran protecteur.

514-990-0901

https://eada.qc.ca/

Ville de Québec - Services offerts partout au Québec

Entraide-Parents

SERVICES OFFERTS

- Soutien téléphonique (offert par des intervenantes en relation d'aide)
- Cafés-Rencontres
- Conférences
- Formations (pour les intervenants)
- Ateliers
- Groupes d’entraide
- Service de référence

MISSION

La mission d'Entraide-Parents est d'accompagner les parents en les outillant afin qu'ils puissent améliorer la qualité de la relation et la communication avec leurs enfants et en apprendre plus sur le rôle parental et ainsi enrichir leurs compétences. Aussi, Entraide-Parents souhaite guider les parents dans leur action éducative et cherche à accroître leur confiance en leurs capacités en offrant plusieurs activités.

1450, boul. Père-Lelièvre, local H, Québec (QC) G1M 1N9 418-684-0050 https://www.entraideparents.com/index.php

Ville de Québec (LIMOILOU) - Services offert à tous!

L' Équilibre

L'ÉQUILIBRE

(418) 522-0551

SERVICES OFFERTS

- Rencontres d'accueil
- Groupes d'entraide
- Relais et déjeuner causerie
- Cafés-rencontres
- Les ateliers mieux-être
- Le groupe d'autosoins
- Activités spéciales
- Le programme *E-santé* (Il vise une amélioration de la santé mentale et physique. Par exemple, on y retrouve un groupe de marche, des capsules d'information santé et des jeux de sports à la Wii).
- Conférences sur mesure
- Ateliers d'expression artistique
- Suivis individuels à court terme

MISSION

L'Équilibre est un organisme communautaire qui permet aux personnes atteintes d'un trouble de l'humeur (trouble bipolaire affectif ou dépression), de briser leur isolement, d'apprivoiser la situation qu'elles vivent et de partager avec d'autres personnes afin d'améliorer leur situation et leur mieux-être.

320, chem. de la Canardière, Suite 200, Québec (QC) G1L 2V2 418-522-0551 https://www.agirensantementale.ca/entraide-membre-242/lquilibre-membre-246

Région de Charlevoix

L'Éveil

L'Éveil
Organisme communautaire
Santé mentale et services sociaux
Charlevoix

SERVICES OFFERTS

- Intervention individuelle
- Milieu de vie à la Malbaie et à Baie-St-Paul
- Soutien dans la communauté
- Volet socioprofessionnel
- Accompagnement vers les services
- Accompagnement vers la défense des droits
- Activités de formation et de développement
- Multitudes d'activités pour briser l'isolement

MISSION

Soutenir et accompagner les personnes vivant avec un défi de santé mentale, afin de leur permettre de reprendre le pouvoir sur leur quotidien et de s'épanouir dans les différentes sphères de leur vie. Offrir des services dédiés aux personnes en situation d'itinérance, en les accompagnant vers les ressources essentielles et en leur apportant un soutien pour leur réinsertion sociale.

Offrir un environnement stimulant et bienveillant favorisant le rétablissement, l'autonomie et le développement du plein potentiel de chaque personne ayant un défi en santé mentale.

La Malbaie : 259, rue John-Nairne, La Malbaie (QC), G5A 1S8
Baie St-Paul: 954, Boul. Mgr de Laval, Baie-Saint-Paul (QC) G3Z 1W1

418-435-6200

https://leveilcharlevoisien.com/qui-etes-vous

Partout au Canada

Jeunesse J’écoute

SERVICES OFFERTS

- Astuces et renseignements à propos de la santé mentale
- Soutien en cas de crise
- Service d’intervention professionnel
- Répertoire de services (sur leur site Web)

MISSION

Jeunesse, J’écoute est le seul service de santé mentale en ligne disponible 24 heures sur 24, 7 jours par semaine, au Canada, offrant un soutien gratuit, multilingue et confidentiel pour aider tous les jeunes à Libérer leurs émotions. (Par téléphone, texto ou clavardage)

Téléphone : 1-800-668-6868 Texto : 686868

https://jeunessejecoute.ca/

Partout au Québec

Ligne Parents (Tel-Jeunes)

LigneParents
1 800 361-5085
www.LigneParents.com

SERVICES OFFERTS

- Service téléphonique d'écoute, de soutien et d'information pour les parents d'ados
- Plusieurs articles et ressources disponibles sur le site Web

MISSION

Cette ligne d'appel est spécialement conçue pour les parents d'adolescent qui souhaite pouvoir parler de leur situation, réfléchir à celle-ci et/ou connaître les services et ressources disponibles pour son ado. Vous êtes parents d'ados ?

(Par téléphone ou clavardage en ligne)

1-800-361-5085 https://www.teljeunes.com/fr/parents

Ville de Québec (Région de la Capitale-Nationale)

OCÉAN

réadaptation psychosociale
océan

SERVICES OFFERTS

- Ligne d'intervention téléphonique
- Service *Logement d'abord – Ancrage* (personnes itinérantes (ou à risque d'itinérance) avec un problème de santé mentale)
- Service d'intervention à domicile (SIV)
- Service de soutien psychosocial léger

MISSION

OCÉAN a pour mission de favoriser l'autonomie fonctionnelle et sociale des personnes ayant un problème de santé mentale ou de désorganisation de vie et de contribuer à la promotion de la santé mentale ainsi qu'à la démystification des maladies mentales.

2120, rue Boivin, Local 205, Québec (QC) G1V 1N7

418-522-3352

https://org-ocean.com/

Ville de Québec (Sainte-Foy)

Le Passage

Le Passage
Service communautaire de thérapie clinique, spécialisé dans le rapport affectif et relationnel aux dépendances

CENTRE D'AIDE AUX PROCHES

SERVICES OFFERTS

- Thérapies (individuelles, conjugales, familiales).
- Ateliers de groupe (pour les proches)
- Conférences et formations
- Groupe pour les proches des joueurs et des cyberdépendants
- Sensibilisation et prévention dans différents milieux
- Service d'écoute et référence vers d'autres services

MISSION

Le centre Le Passage vient en aide aux proches des personnes vivant une ou des dépendance(s) (alcool, drogues, médicaments, jeu excessif, monde virtuel ou toute autre forme de dépendance), ainsi qu'à l'entourage des personnes judiciarisées. Ils offrent également des services aux personnes qui vivent des relations de dépendance affective et/ou de codépendance, ainsi qu'à toutes personnes qui veulent approfondir leur rapport affectif et relationnel aux dépendances. Leurs services s'adressent à tous ceux qui se questionnent sur l'attitude à adopter ou les changements à apporter pour améliorer leur qualité de vie et pour mieux comprendre la personne qui vit la dépendance.

2860, chem. des Quatre-Bourgeois, Suite 210, Sainte-Foy (QC) G1V 1Y3 418-527-0916 https://centrelepassage.org/

Ville de Québec (Basse-Ville)

PECH (Intervenir Autrement)

SERVICES OFFERTS

- Soutien communautaire
- Travail de milieu
- Services de crise et de post-crise
- Accompagnement à la réinsertion sociale
- Aide psychosociale en détention
- Services de justice alternative
- Hébergement transitoire
- Développement du logement social
- Médiation culturelle et éducation populaire
- Programmes logement d'abord
- Service de fiducie
- Psychiatrie communautaire

MISSION

Ranimeurs d'espoir, PECH accompagne des personnes ayant des enjeux de santé mentale, de toxicomanie, d'itinérance, de judiciarisation, de marginalisation et de pauvreté dans leur rétablissement. Leurs pratiques sont fondées sur la valorisation et la réactivation des forces, des rêves et des aspirations citoyennes des individus et des communautés.

130, boul. Charest E, Québec (QC) G1K 0E2 418-523-2820 https://infopech.org/

Ville de Québec (LIMOILOU)

Relais la Chaumine

Relais
La Chaumine

SERVICES OFFERTS

- Café rencontre
- Suivi communautaire
- Groupe d'entraide
- Rencontre individuelle
- Écoute téléphonique
- Formation
- Ateliers thématiques
- Sensibilisation
- Cuisine collective
- Souper communautaire
- Soutien et accompagnement dans la réalisation de projet personnel
- Aide à la gestion autonome de la médication

MISSION

Soutenir et maintenir dans la communauté les personnes de 18 ans et plus vivant avec des difficultés d'ordre psychologique ou psychiatrique.

Le Relais La Chaumine est un organisme communautaire alternatif d'aide et d'entraide en santé mentale. C'est d'abord un lieu de rencontre et d'échanges dont le principal objectif est de venir en aide aux personnes vivant ou ayant vécu des difficultés d'ordre psychologique et/ou psychiatrique.

850, 3e ave, Québec (QC) G1L 2W9

418-529-4064

https://relaislachaumine.com/

Montréal - Service d’écoute téléphonique disponible à tous

Relief – Le Chemin de la Santé Mentale

relief
le chemin de
la santé mentale

SERVICES OFFERTS

- Accompagnement individuel
- Groupes de soutien
- Ateliers et formations diverses
- Ligne d’écoute et soutien téléphonique

MISSION

L’organisme Relief, offre plusieurs services pour vous aider à vivre avec l’anxiété, la dépression ou la bipolarité. Peu importe la voie que vous choisirez, notre approche demeure la même : le soutien à l’autogestion.

418, rue Sherbrooke E, bureau 300, Montréal (QC) H2L 1J6

514-529-3081
Ligne d’écoute et soutien téléphonique : 1-866-738-4873 Option 1

https://relief.ca/relief-1/accueil

Ville de Québec (LORETTEVILLE)

Service d’entraide L’Espoir

SERVICES OFFERTS

- Plan d'aide ou soutien individualisé
- Rencontres et cliniques d'information
- Écoute téléphonique et référence aux ressources appropriées
- Projets de groupe, sorties éducatives et de loisir
- Activités en Plein air
- Activités thématiques
- Ateliers de créativité
- Cafés-rencontres et Dîners-Causeries

MISSION

Aide aux personnes éprouvant des troubles de santé mentale ou une déficience intellectuelle légère par la réalisation d'activités de loisir tout en faisant la promotion de l'amélioration de leurs conditions de vie et création d'un réseau social.

125, rue Racine, Québec (QC) G2B 1E1 418-842-9344

Partout au Québec

Services Info-Aidants

INFO-AIDANT
1 855 852-7784
ÉCOUTE-INFORMATION-RÉFÉRENCES
LAPPUI.ORG

SERVICES OFFERTS

- Ligne d’écoute et soutien téléphonique

MISSION

Info-aidant est un service d'écoute, d'information et de références professionnel, confidentiel et gratuit. Il s'adresse aux proches aidants et à leur entourage, aux intervenants et aux professionnels de la santé. (Par téléphone ou clavardage)

1-855-852-7784

https://www.lappui.org/fr/nous-sommes/info-aidant/

Ville de Québec (NEUFCHÂTEL) - Services offerts à tous !

Services TDAH +



SERVICES OFFERTS

- Service d'écoute téléphonique
- Centre de documentations et de références professionnelles

MISSION

Regrouper, outiller, soutenir et encourager les adultes et les parents d'enfants ayant une condition neurologique telle que le TDA/H et la dyslexie.

Services TDAH + contribue à l'amélioration de la vie sociale, professionnelle, personnelle et familiale des personnes atteintes du trouble du déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité et/ou des troubles concomitants.

1-888-407-6507

https://servicestdahetplus.org/

Montréal - Certains services sont offerts à distance

Société Québécoise de la Schizophrénie

SERVICES OFFERTS

- Service d’écoute et de soutien
- Service d’accompagnement et de référence
- Formations
- Droits en santé mentale
- Informations complémentaires disponibles via le site Web
- Service de prévention

MISSION

Contribuer à l'amélioration de la qualité de vie des personnes touchées par la schizophrénie et les psychoses apparentées, par le biais d'activités éducatives et de soutien, de prévention et de sensibilisation publique, de participations aux politiques gouvernementales et de contributions à la recherche, et ce, partout au Québec.

7401, rue Hochelaga, Montréal (QC) H1N 3M5 514-251-4125 https://www.schizophrenie.qc.ca/fr/accueil

Ville de Québec

S.O.S Grossesse

SOS GROSSESSE
ACCUEILLE • ÉCOUTE • INFORME

SERVICES OFFERTS

- Ligne d'écoute téléphonique de 9 à 21 h 7 jours sur 7
- Clavardage disponible en semaine (horaire variable)
- Rencontre de soutien individuelle ou en couple en personne ou par téléphone avec un.e intervenant.e
- Interruption de grossesse
- Distribution de condoms et tests de grossesse
- Informations et prescriptions de contraception avec un.e infirmièr.e.
- Soutien et accompagnement avant, pendant et après une interruption de grossesse
- Fonds de dépannage contraception
- Tests de grossesse (sur rendez-vous)
- Ateliers en éducation à la sexualité

MISSION

S.O.S Grossesse est un organisme communautaire autonome qui a pour principale mission d'accueillir et d'accompagner en toute confidentialité, toute personne concernée de près ou de loin par des situations relatives à la grossesse, qu'elle soit planifiée ou non. Ceci inclut les différentes options possibles d'une grossesse, soit la poursuite de celle-ci, l'adoption et l'interruption de grossesse, mais aussi la contraception, l'absence de grossesse et le deuil périnatal.

400 Boulevard Jean-Lesage, suite 240, (QC) G1K 8WI

418-682-6222 / 1-877-662-9666
581-849-6439

https://www.sosgrossesse.ca/

Partout au Québec

SOS Suicide Jeunesse

SERVICES OFFERTS

- Ligne d'intervention d'urgence sans frais 7/7 de 9:00 à 22h30
- Réponse d'aide par courriel et sur notre page Facebook
- Conférences dans les écoles, les milieux de travail ou autres

MISSION

Intervenir auprès des personnes en crise suicidaire et leurs proches afin de leur donner à nouveau de l'espoir et en les aidant à trouver des solutions adéquates à leurs problèmes. SOS Suicide Jeunesse est aussi là pour prendre en charge et diriger toutes personnes vers les ressources compétentes en cette période de crise et ainsi leur permettre de s’en sortir.

1-800-595-5580

https://www.sos-suicide.org/

Capitale-Nationale, Charlevoix, Portneuf, Bas-St-Laurent, Gaspésie, Îles-de-la-Madeleine

Tel-Aide Québec

Service d'écoute téléphonique
TEL-AIDE
Québec
418 686-2433
Régions 1 877 700-2433

SERVICES OFFERTS

- Service d'écoute téléphonique GRATUIT

MISSION

Fournir gratuitement un service d'écoute téléphonique et de référence à toute personne vivant notamment de la solitude, de l'anxiété ou de la détresse, de même qu'à celles ayant des idées suicidaires.

Montréal - Services offerts partout au Québec

Tel-Jeunes



SERVICES OFFERTS

- Ligne d'écoute et de soutien téléphonique (ados et parents)
- Clavardage avec un ado TJ
- Possibilité de parler avec un intervenant
- Ateliers en classe (plusieurs thématiques)
- Information sur plusieurs sujets (via le site Web)
- Service de référence
- Service de soutien et d'intervention (ados et parents)

MISSION

Répondre à leurs questionnements, les guider dans leurs réflexions, être une présence rassurante quotidiennement, c'est notre travail de tous les jours.

Tel-jeunes accompagne les ados du Québec au quotidien, dans leurs découvertes, premières expériences, questionnements et difficultés. Nos équipes sont là pour les petits doutes comme les grandes angoisses.

C.P. 186, Succursale Place d'Armes, Montréal (QC) H2Y 3G7

Téléphone : 514-288-1444
Ligne Tel-Jeunes : 1-800-263-2266
Par Texto : 514-600-1002

https://www.teljeunes.com/

Ville de Québec (Région de la Capitale-Nationale)

Le Verger

SERVICES OFFERTS

- Accueil
- Évaluation et référence
- Orientation
- Service de psychothérapie
- Suivi et soutien psychosocial
- Activités collectives
- Ateliers psychoéducatifs en groupe
- Activités de prévention et de sensibilisation de la santé mentale
- Soutien à domicile (SIV)

MISSION

La mission du Verger consiste à accompagner les personnes vivant avec une problématique de santé mentale dans un processus de rétablissement et de cheminement vers un mieux-être global.

Le Verger est un organisme communautaire en santé mentale offrant des services individuels et de groupe, ainsi que des activités collectives à la population de la grande région de Québec.

934, ave du Chanoine-Scott, Québec (QC) G1V 3N7

418-657-2227

https://www.leverger.ca/

6.2 Dépendances



Maison de JOB
De la dépendance à la liberté

SOIS VRAI ENVERS TOI-MÊME
DÉCOUVERTE RÉTABLISSEMENT AUTHENTICITÉ RESPECT
DAA

GA

AA
ALCOOLIQUES ANONYMES

Al-Anon/Alateen
Québec-Est et Nouveau-Brunswick francophone

NA

casa
PRÉVENTION ET TRAITEMENT DES DÉPENDANCES

DROGUE AIDE ET RÉFÉRENCE

Maison d'entraide L'ARC-EN-CIEL
Au service de nos frères alcooliques

Emotifs Anonymes

JA

Le Rucher
Retrouver ses ailes.

JEU AIDE ET RÉFÉRENCE

PORTAGE

Région de la Capitale-Nationale

Al-Anon et Al-Ateen



SERVICES OFFERTS

- Réunions
- Activités
- Informations

MISSION

Al-Anon est une vaste fraternité mondiale et toute personne qui est ou a été affectée par la consommation d'alcool d'un proche peut obtenir de l'aide en faisant des réunions en salle, par téléphone ou par le web.

1-844-725-2666

https://al-anon-alateen-quebec-est.ca/

Partout au Québec

Alcooliques anonymes (AA)

ALCOOLIQUES ANONYMES

SERVICES OFFERTS

- Groupe de soutien (Réunions tous les jours) Les réunions peuvent avoir lieu en ligne aussi.
- Informations (via le site Web, sur l'application Meeting Guide ou par téléphone)
- Référencement et orientation (via le site Web ou par téléphone)
- Service de soutien et d'écoute téléphonique

MISSION

Les Alcooliques anonymes sont une association de personnes qui se réunissent pour résoudre leur problème d'alcool. Assister aux réunions des AA ne coûte rien. Il n'y a aucune condition d'âge ou d'éducation pour participer. L'adhésion est ouverte à toute personne qui veut faire quelque chose pour résoudre son problème d'alcool. Le but premier des AA est d'aider les alcooliques à atteindre l'abstinence.

1-866-LIGNEAA (1-866-544-6322)

https://aa89.org/

Ville de Québec (SAINT-AUGUSTIN-DE-DESMAURES) - Services offerts pour tous !

Centre CASA (Prévention et dépendances)

casa
PRÉVENTION
ET TRAITEMENT
DES DÉPENDANCES

SERVICES OFFERTS

- Services en Toxicomanie et Alcoolisme et toutes autres formes de dépendances.
- Aide et soutien à la désintoxication
- Thérapie en toxicomanie (individuelle ou de groupe)
- Thérapie en jeu pathologique
- Consultations conjugales ou familiales
- Consultations individuelles
- Groupe de soutien pour les parents d'adulte aux prises d'une dépendance
- Groupe de soutien pour les conjoint(e)s de partenaire aux prises d'une dépendance
- Programme d'aide à l'entourage
- Service de ressourcement et de répit
- Service de référencement
- Services de santé et activités physiques
- Art-Thérapie

MISSION

Le Centre CASA est un organisme à but non lucratif, offrant des services spécialisés de prévention et de traitement des dépendances aux personnes adultes, à leur entourage ainsi qu'à l'ensemble de la communauté. Les services sont offerts tant en hébergement à l'interne qu'en consultation externe. La clientèle desservie par cet organisme concerne toutes personnes adultes qu'elle soit elle-même aux prises d'une dépendance (alcool, drogue, jeux de hasard et d'argent, cyberdépendance) ou membres de l'entourage d'une personne adulte aux prises d'une dépendance. Parmi les territoires desservis, on y retrouve la région de Québec

4965, rue Lionel-Groulx, Saint-Augustin-de-Desmaures (QC) G3A 1V3

1-877-871-8380

https://www.centrecasa.qc.ca/

Partout au Québec

Dépendants Affectifs Anonymes (D.A.A)

SERVICES OFFERTS

- Groupe de soutien (Réunion) Les réunions peuvent avoir lieu en ligne aussi.
- Informations (via le site Web ou par téléphone)
- Référencement et orientation (via le site Web ou par téléphone)
- Service de soutien et d’écoute téléphonique

MISSION

Aide aux personnes vivant des difficultés à maintenir des relations affectives saines et satisfaisantes afin de les aider à résoudre leurs problèmes par l'échange, l'écoute et le partage.

1-877-621-4744

https://www.daaquebec.org/

Partout au Québec

Drogue : Aide et Référence

DROGUE AIDE ET RÉFÉRENCE

SERVICES OFFERTS

- Service d'information et de référence (dépendances, substances)
- Soutien aux proches
- Répertoire des ressources disponibles (sur leur site Web)
- Ligne d'aide et d'écoute téléphonique

MISSION

Drogue : aide et référence (DAR) offre soutien, information et références aux personnes concernées par la consommation de drogue, alcool et médicaments ainsi qu'à leur entourage.

1-800-265-2626

https://www.aidedrogue.ca/

Partout au Québec

Émotifs Anonymes

SERVICES OFFERTS

- Groupes d'entraide et de soutien sous forme de réunions (en présence ou par Zoom)

MISSION

Émotifs-Anonymes est une fraternité d'entraide accueillant gratuitement des hommes et des femmes aux prises avec des difficultés à vivre leur quotidien.

819-371-1911

https://emotifsanonymes.org/

Partout au Québec

Gamblers Anonymes (G.A)

SERVICES OFFERTS

- Information et documentation (via leur site Web ou par téléphone)
- Groupes d’entraide et de soutien (réunions en présence ou en ligne)
- Aide à la planification budgétaire (service offert en ligne ou au téléphone)

MISSION

Gamblers Anonymes est une Association d'hommes et de femmes qui partagent entre eux leurs expériences, leurs forces et leurs espoirs de sorte qu'ils puissent résoudre les problèmes qu'ils ont en commun et aider les autres à se rétablir de leur problème de jeu. Le désir d'arrêter de jouer est la seule exigence à remplir pour devenir membre.

1-866-484-6664

https://gaquebec.org/

Partout au Québec

Jeu : Aide et Référence

JEU AIDE ET RÉFÉRENCE

SERVICES OFFERTS

- Service d'information et de référence
- Soutien aux proches
- Répertoire des ressources disponibles (sur leur site Web)
- Ligne d'aide et d'écoute téléphonique
- Formations

MISSION

Informer pour aider. (Clavardage en ligne disponible)

Les intervenant.es y incitent les gens à faire une réflexion sur leurs habitudes de jeu et réfèrent les joueurs excessifs ainsi que leurs proches à des ressources d'aide.

1-800-461-0140

https://aidejeu.ca/

Ville de Québec (MONTCALM)

Joueurs Anonymes (J.A)

SERVICES OFFERTS

- Groupes d’entraide et de soutien (réunions en présence ou en ligne)

MISSION

Joueurs Anonymes est une association d'hommes et de femmes qui partagent entre eux leur expérience, leur force et leur espoir dans le but de résoudre leur problème de jeu et d'en aider d'autres à se rétablir.

265, boul. René-Lévesque O, Québec (QC) G1R 2A7 418-871-0131

Ville de Québec, Basse-ville (SAINT-ROCH)

Maison d’entraide l’Arc-en-ciel

Maison d’entraide
L’ARC-EN-CIEL
Au service de nos frères alcooliques et toxicomanes depuis 1979

SERVICES OFFERTS

- Service d’accueil et d’évaluation
- Service de thérapie (fermée)
- Service de soutien morale et psychologique
- Service de suivi postcure
- Activités de “meeting” interne
- Service de ressourcement

MISSION

La maison d’entraide l’Arc-en-Ciel est une ressource qui vient en aide à une clientèle aux prises avec une dépendance à l’alcool ou les drogues, elle les soutient dans leurs efforts de réhabilitation.

Thérapie pour alcooliques et toxicomanes à Québec : thérapie fermée de 30 jours ; thérapie pour hommes de 18 ans et plus ; suivi postcure personnalisée ; ressource certifiée par le CIUSSS de la Capitale-Nationale.

346, rue du Parvis, Québec (QC) G1K 6H3 418-522-2915 https://maison-arc-en-ciel.org/

Ville de Québec (LORETTEVILLE) - Services offerts à tous !

Maison de Job

Maison de JOB
De la dépendance à la liberté

SERVICES OFFERTS

- Service de thérapie
- Service de réinsertion sociale
- Accueil et information
- Référence et accompagnement

MISSION

L'objectif principal est d'offrir un service de qualité à tous les résidents afin qu'ils puissent avoir les outils et le soutien nécessaires pour réintégrer dignement la société.

La Maison de Job est un organisme sans but lucratif voué à la réadaptation des personnes démunies aux prises avec des problèmes de dépendance à l'alcool, aux drogues et aux médicaments. Elle offre un service de thérapie fermée d'une durée de 30 jours et un service de réinsertion sociale d'une durée de trois à six mois.

12057, rue de l'Hôpital, Québec (QC) G2A 2T6 418-845-3072 https://www.maisondejob.org/

Partout au Québec

Narcotiques Anonymes (N.A)

SERVICES OFFERTS

- Groupe de soutien (Réunion) Les réunions peuvent avoir lieu en ligne aussi.
- Informations (via le site Web ou par téléphone)
- Référencement et orientation (via le site Web ou par téléphone)
- Service de soutien et d'écoute téléphonique

MISSION

Narcotiques Anonymes est une association ou une fraternité à but non lucratif, composée d'hommes et de femmes pour qui la drogue était devenue un problème majeur. Nous nous réunissons régulièrement pour nous entraider à rester abstinents.

1-855-LIGNENA (1-855-544-6362)

https://naquebec.org/

Ville de Québec (BASSE-VILLE)

Portage

SERVICES OFFERTS

- Plusieurs services en lien avec la réhabilitation en toxicomanie et dépendances.
- Programmes de formation à l'emploi

MISSION

Portage est un organisme canadien à but non lucratif dont l'objectif est d'aider les personnes aux prises avec des problèmes de toxicomanie à vaincre leur dépendance et à vivre une vie sobre, heureuse et productive.

150, rue Saint-Joseph E, Québec (QC) G1K 3A7 418-524-0320 https://portage.ca/fr/

Ville de Québec (Saint-Augustin-de-Desmaures) - Services offerts à tous !

Le Rucher (Centre de traitement des dépendances)

Le Rucher
Retrouver ses ailes.

SERVICES OFFERTS

- Service de thérapie
- Service d'aide et de soutien à la désintoxication
- Hébergement en chambre individuelle
- Programme de réinsertion sociale
- Suivi externe
- Programme de gestion de la colère
- Problématiques concomitantes
- Soins médicaux et soins infirmiers
- Reprise des contacts des parents-enfants
- Ressourcement de 12 jours
- Service financier (Service de préparation à l'impôt gratuit avec l'organisme Présence-Famille).
- Service d'orientation

MISSION

Le Centre Le Rucher vient en aide à ceux et celles qui souffrent de problèmes de dépendance. Le Centre Le Rucher est un centre de traitement des dépendances avec hébergement. Notre programme thérapeutique est disponible aux personnes d'âge adulte qui désirent reprendre le pouvoir de leur vie et cesser l'usage de substances et d'alcool. Ce traitement de longue durée te permettra, notamment, d'apprendre des habiletés de communication, d'approfondir la connaissance de soi dans un contexte de groupe, d'améliorer ton estime et ta confiance personnelles ainsi que de développer ta capacité à faire des choix dans le respect de tes besoins et de tes limites.

4932, rue Pierre-Georges-Roy, Saint-Augustin-de-Desmaures (QC) G3A 1V7 418-872-0110 https://centrelerucher.org/

6.3 Violences

Viol-Secours
CALACS de Québec

Maison du coeur pour femmes

CENTRE RESSOURCES POUR FEMMES
DE BEAUPORT

ENSEMBLE
Luttons contre l'exploitation sexuelle des mineurs

MAISON Hélène-Lacroix

GAPI
UN PAS VERS LA NON-VIOLENCE

VIOLENCE INFO
DEPUIS PLUS DE 30 ans

SOS VIOLENCE CONJUGALE
1 800 363-9010

Ville de Québec (BEAUPORT)

Centre ressources pour femmes de Beauport

CENTRE RESSOURCES POUR FEMMES — DE BEAUPORT

SERVICES OFFERTS

- Accueil et orientation
- Activités
- Services individuels
- Écoute, soutien et accompagnement

MISSION

Le Centre ressources pour femmes de Beauport est un espace accueillant pour toutes les femmes. Il offre une panoplie d'activités, en plus de services individuels d'écoute et d'accompagnement. Le centre souhaite contribuer au développement du réseau des centres de femmes et assurer la consolidation et le renforcement des pratiques des centres, ainsi que travailler à l'amélioration des conditions de vie des femmes et promouvoir leurs intérêts, la justice sociale, l'égalité et l'équité pour les femmes.

705, aven Royale, Beauport, Québec (QC) G1E 1Z1

418-661-3535

https://rcentres.qc.ca/2018/07/30/centre-ressources-pour-femmes-de-beauport/

Partout au Québec

Ensemble Québec

ENSEMBLE
Luttons contre l'exploitation sexuelle des mineurs

OBJECTIFS DE LA PLATEFORME

Ensemble Québec a pour objectifs de sensibiliser le grand public au phénomène et d'être un outil de référence pour les professionnels qui accompagnent les jeunes et leur famille.

- Informer
- Outiller
- Réseauter
- Inspirer
- Lutter

MISSION

Ensemble Québec est un site web qui vise à rassembler en un seul et unique endroit l'information relative aux initiatives québécoises de lutte contre l'exploitation sexuelle des mineurs. Il est destiné à toute personne qui souhaite en savoir plus sur le sujet ou trouver une ressource d'aide à proximité. En plus de recenser les services desservis par plus de 90 organismes à travers la province, ce site regroupe de l'information, de la documentation et diverses ressources en ligne permettant de mieux comprendre le phénomène et de savoir comment réagir en cas de doute ou de situation avérée d'exploitation sexuelle d'une personne mineure.

https://www.ensemblequebec.ca/

Ville de Québec (SAINT-ROCH)

GAPI (Groupe d’aide aux personnes impulsives)

GAPI
UN PAS VERS LA NON-VIOLENCE

SERVICES OFFERTS

- Accueil et évaluation
- Rencontres individuelles
- Rencontres de groupe
- Aide et références
- Rencontres de suivi
- Activités de sensibilisation et de formation
- Informations pour les proches

MISSION

L’organisme a pour but de venir en aide aux hommes ayant un problème d’impulsivité, de contrôle, de violence conjugale ou familiale.

Le GAPI intervient auprès d’hommes adultes ayant des comportements violents dans un contexte conjugal ou familial.

6640, 3e ave O, Québec (QC) G1H 6H4 418-529-3446 https://www.legapi.com/

Ville de Québec

Maison du cœur pour femmes

SERVICES OFFERTS

- Hébergement temporaire sécuritaire et confidentiel
- Accompagnement et soutien
- Services externes
- Intervention téléphonique 24/7

MISSION

La Maison vient en aide aux femmes et enfants victimes de violence. Une équipe d'intervenantes spécialisées est disponible en tout temps Elle offre, en autres, de l'hébergement temporaire, sécuritaire et confidentiel. Elle propose du soutien, de l'accueil et de l'accompagnement pour aider les femmes et enfants à reprendre du pouvoir sur leur vie. L'équipe offre également des ateliers, conférences et formations portant sur la violence conjugale et familiale.

418-841-0019

https://www.211quebecregions.ca/organisme/maison-du-cur-pour-femmes-QBC0547

Par téléphone, courriels ou SMS

SOS Violence conjugale

SOS VIOLENCE CONJUGALE 1800 363-9010

SERVICES OFFERTS

- Service d'accueil
- Service d'évaluation
- Service d'information
- Service de sensibilisation
- Service de soutien

MISSION

La mission de SOS violence conjugale est de contribuer à la sécurité des victimes de violence conjugale et à la réduction de la violence conjugale et de ses conséquences en offrant des services aux victimes, à la population et à toutes les personnes touchées par la violence conjugale. Anonyme et confidentiel. 24/7.

1-800-363-9010

https://sosviolenceconjugale.ca/fr

Ville de Québec

Violence Info

VIOLENCE INFO

DEPUIS PLUS DE 30 ans

SERVICES OFFERTS

- Service d'écoute téléphonique
- Rencontres individuelles pour les femmes et les adolescents vivant ou ayant vécu de la violence dans leur relation conjugale ou amoureuse
- Rencontres individuelles pour les adolescents et les enfants ayant été exposés à la violence conjugale
- Rencontre de groupe
- Rencontres adaptées selon votre demande et vos besoins
- Ateliers de sensibilisation
- Sessions de formation

MISSION

Violence Info est un organisme communautaire autonome à but non lucratif qui couvre la grande région de Québec. Il est formé d'un groupe de femmes de convictions et d'actions dont la mission comporte deux volets : Intervention et prévention de la violence dans les relations conjugales, amoureuses post-séparation.

C.P. 34055 Québec (QC) G1G 6P2

418-667-8770

https://www.violenceinfo.com/

Ville de Québec et Portneuf

Viol-Secours (CALACS de Québec)

SERVICES OFFERTS

- Intervention téléphonique
- Intervention individuelle
- Intervention de groupe
- Accompagnement lors des démarches médicosociales, policières, judiciaires
- Soutien aux proches
- Information sur les droits et les recours possibles
- Ateliers de sensibilisation, prévention et formation (scolaire et professionnel)
- Actions de mobilisation et de lutte contre la violence faite aux femmes

MISSION

La mission de l'organisme est de venir en aide aux femmes victimes d'agression sexuelle et de lutter quotidiennement afin de contrer cette problématique sociale.

Viol-Secours est un Centre d'aide et de lutte contre les agressions à caractère sexuel (CALACS).

3293, 1re ave, Québec (QC) G1L 3R2 418-522-2120 https://www.violsecours.qc.ca/

Ville de Québec (STE-FOY)

Maison Hélène-Lacroix

SERVICES OFFERTS

- Accueil et Hébergement sécuritaire (24/7)
- Hébergement en maison de seconde étape (5 studios meublés, prix modique)
- Écoute téléphonique (24/7)
- Suivi individuel
- Suivi de groupe
- Accompagnement et soutien dans différentes démarches
- Sensibilisation et prévention
- Programmes spécifiques (Ateliers d'art, de musique, santé, yoga, auto-défense, loisir, culture...)
- Cuisine collective
- Services d'intervention

MISSION

La maison Hélène-Lacroix est une ressource d'aide et d'hébergement sécuritaire pour les femmes victimes de violence de la Région de Québec. Accueil en toute sécurité et confidentialité.

C.P. 8718, succ. Ste-Foy Québec (QC) G1V 4N6

418-527-4682

https://maisonhelenelacroix.com/

6.4 Troubles alimentaires

OUTREMANGEURS ANONYMES - QUÉBEC

aneb
Anorexie et boulimie Québec

RESSOURCES D'AIDE
Maison l'Éclaircie
ANOREXIE & BOULIMIE

Montréal (POINTE-CLAIRE) - Services offerts dans toute la province de Québec

Anorexie et Boulimie Québec (ANEB)

aneb
Anorexie et boulimie Québec

SERVICES OFFERTS

- Ligne d'écoute et de référence
- Groupes de soutien
- Conférences
- Forums de discussions

MISSION

Anorexie et boulimie Québec (ANEB) est un organisme sans but lucratif dont la mission est de garantir une aide immédiate, spécialisée et gratuite aux personnes atteintes d'un trouble du comportement alimentaire et à leurs proches.

Aide professionnelle, immédiate et gratuite aux personnes touchées par les troubles alimentaires et leurs proches. Soutien dans un environnement sans jugement où il est possible de partager ses expériences et d'être outillé pour mieux faire face à ses difficultés.

5500, rte Transcanadienne, Pointe-Claire (QC) H9R 1B6

1-800-630-0907

https://anebquebec.com/

Ville de Québec - Services offerts dans la région de Québec et Chaudière-Appalaches

Maison l'Éclaircie

SERVICES OFFERTS

- Écoute téléphonique
- Rencontres d'accueil, évaluation, suivi, accompagnement, soutien.
- Rencontres individuelles avec une nutritionniste
- Rencontres de soutien pour les proches
- Formation pour les proches
- Rencontres d'information
- Animation et prévention scolaire
- Conférences
- Formations

MISSION

Notre mission est de venir en aide aux personnes de 14 ans et plus de la région de Québec (03) qui vivent des troubles du comportement alimentaire associés à l'anorexie ou à la boulimie. L'organisme offre également du soutien aux proches. Nous offrons aussi de l'aide aux personnes de la région de Chaudière-Appalaches (12).

La Maison l'Éclaircie est un espace où l'on peut recevoir de l'information et trouver des réponses à certains questionnements. Des intervenants sont disponibles pour offrir du soutien visant l'atteinte de l'équilibre et du mieux-être. Des activités de groupe diversifiées sont offertes, visant des objectifs précis.

2860, rue Montreuil, Québec (QC) G1V 2E3 | 1-866-900-1076 | https://www.maisoneclaircie.qc.ca/

Partout au Québec

Outremangeurs Anonymes

OUTREMANGEURS ANONYMES - QUÉBEC

SERVICES OFFERTS

- Groupes d'entraide et de soutien (réunions en présence ou en ligne)

MISSION

Outremangeurs Anonymes est une association de personnes qui partagent leur expérience personnelle, leur force et leur espoir dans le but de se rétablir de la compulsion alimentaire.

Téléphone : 418-871-8240 - Laissez un message sur le répondeur
Courriel : secretariat@oaquebec.org

https://oaquebec.org/

6.5 Santé physique

sexplique
La référence en éducation et en santé sexuelle

UNIVERSITÉ LAVAL

POINT DE REPÈRES

MIELS-QUÉBEC
MOUVEMENT D'INFORMATION ET D'ENTRAIDE DANS LA LUTTE CONTRE LE VIH-SIDA À QUÉBEC

CÉGEP GARNEAU

COOPÉRATIVE DE SOLIDARITÉ
SABSA

Québec

SPOT

LE MARCHAND DE LUNETTES
LUNETTERIE COMMUNAUTAIRE

Ville de Québec

Clinique Dentaire ACCÈS de l'Université Laval

UNIVERSITÉ LAVAL

SERVICES OFFERTS

- Examen dentaire
- Radiographie
- Obturation (plombage)
- Nettoyage, détartrage, polissage
- Application de fluorure, d'agent de scellement, etc.
- N.B. Les extractions de dents, de même que les traitements de canaux, ne seront offerts qu'après la consultation initiale et l'évaluation de la condition de l'usager.
- Cliniques dentaires universitaires : Les cliniques dentaires de la Faculté offrent des services à toute la population à des fins de formation clinique.

MISSION

La Faculté de médecine dentaire de l'Université Laval, en collaboration avec le Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de la Capitale-Nationale, offrira au printemps 2023 la possibilité de recevoir des soins dentaires gratuits pour la clientèle défavorisée de son territoire. Cette offre de soins est possible grâce à une contribution financière du ministère de la Santé et des Services sociaux.

Pavillon de Médecine dentaire 2420, rue de la Terrasse, Québec (QC) G1V 0A6
Faculté de médecine dentaire de l'Université Laval

Clinique des étudiants de 1er cycle : 418-656-5840
Clinique des étudiants de 2e cycle : 418-656-5537
Clinique de professeurs : 418-656-221

Ville de Québec

Cliniques-Écoles du Cégep-Garneau

CÉGEP GARNEAU

SERVICES OFFERTS

- Nettoyage des dents (25 $ à 35 $)
- Examen radiologie (25 $)
- Scellement de puits et fissures (10 $ par dent)

MISSION

Services accessibles à toute la communauté collégiale ainsi qu'à la population en générale. Les étudiantes sont formées afin de prodiguer des soins dentaires à une clientèle diversifiée tels les enfants, les adolescents, les adultes et les personnes âgées. De plus, les installations et les équipements permettent d'y traiter des personnes présentant différents handicaps.

1620, boul. de l'Entente, local G-2871, Pavillon Irma-Levasseur, Québec (QC) G1S 4S3

418-688-8310 Poste 2820

Rendez-vous de classement :
cliniquehygienedentaire@cegepgarneau.ca
Site Web :
https://cliniques-ecoles.cegepgarneau.ca/index.php/hygiene-dentaire/

Ville de Québec

Clinique SPOT

SERVICES OFFERTS

- Soins de santé sans rendez-vous (infirmières)
- Paire-aidance
- Soins dentaires
- Suivis de grossesse pour femmes sans RAMQ
- Psychologie
- Navigation psychosociale
- Physiothérapie

MISSION

La Clinique SPOT offre des soins aux personnes en situation de désaffiliation, d'exclusion et de marginalisation. Par exemple : personnes en situation d'itinérance, personnes travailleuses du sexe, personnes utilisatrices de drogues.

L'équipe de SPOT va dans des organismes communautaires chaque semaine. Quand on va voir l'équipe de SPOT, il y a toujours au moins une infirmière sur place et un pair aidant ou une paire aidante pour nous accueillir.

Les soins dentaires, les suivis de grossesse, la psychologie et l'intervention à la navigation psychosociale sont sur rendez-vous.

945, rue des Sœurs-de-la-Charité, bureau 225,
Québec (QC) G1R 1H8

418-781-2668

https://cliniquespot.org/
Horaire de soins sans rendez-vous :
https://www.facebook.com/clinique.SPOT

Ville de Québec (BASSE-VILLE)

Coopérative de solidarité SABSA

COOPÉRATIVE
DE SOLIDARITÉ
SABSA

SERVICES OFFERTS

- Soins généraux
- Soutien psychosocial
- Soins périnataux
- Travail de milieu / travail de rue
- Dépannage alimentaire d'urgence
- Service de relocalisation
- Prévention des surdoses, le traitement de l'hépatite C et du VIH
- Prévention des ITSS
- Matériel de consommation
- Récupération de matériel de consommation
- Thérapie / Traitement des dépendances

MISSION

Offrir des soins et des services de santé de proximité adaptés à la clientèle vulnérable par une équipe interdisciplinaire. Une clinique mobile offre l'accès rapide à des soins en plus d'un service de vérification des substances. Un service de consommation supervisée est aussi offert.

265A, rue de la Couronne, Québec (QC) G1K 6E1

418-914-9295

https://www.sabsa.ca/fr/

Ville de Québec (Région de la Capitale-Nationale)

Marchand de Lunettes

LE MARCHAND DE LUNETTES
LUNETTERIE COMMUNAUTAIRE

SERVICES OFFERTS

- Achat de lunettes à prix réduit
- Plusieurs points de services dans divers organismes

MISSION

Le marchand de lunettes offre un service mobile en partenariat avec le communautaire. Il offre des montures de qualité garanties ne s'appuyant sur aucune marque, pour des lunettes moins chères, qui conviennent à tous les budgets.

840, rue Raoul Jobin, bureau #203, Québec (QC) 581-983-3883 https://marchanddelunettes.org/

Partout au Québec

MIELS-Québec

MIELS-QUÉBEC
MOUVEMENT D'INFORMATION ET D'ENTRAIDE DANS LA LUTTE CONTRE LE VIH-SIDA À QUÉBEC

SERVICES OFFERTS

- Info-VIH (ligne téléphonique)
- Information (santé sexuelle, VIH, prévention, sensibilisation)
- Formations
- Service de dépistage (orientation)
- Soutien offert aux membres (vivre avec le VIH, soutien psychosocial)
- Accompagnement
- Programmes alimentaires
- Programmes d'accessibilité au logement
- Fonds d'entraide MIELS-QUÉBEC
- Groupe de discussion pour les hommes gais, bisexuels, queer et HARSAH
- Accès rapide à la PREP (en cas de risque élevé de contamination)
- Accès à du matériel de prévention
- Intervention de milieux
- Ateliers d'éducation, de prévention et de sensibilisation dans les écoles

MISSION

Soutenir et accompagner les personnes vivant avec le VIH-sida ainsi que leurs proches dans une perspective de défense de droits, de réduction des méfaits et de pouvoir d'agir. Réaliser des actions de sensibilisation, de prévention et d'éducation auprès des clientèles à risque et de l'ensemble de la population.

625, ave Chouinard, Québec (QC) G1S 3E3

Téléphone : 1 -855-649-1720
Info-VIH : 418-649-0788 ou par Texto : 581-705-6883

https://miels.org/

Ville de Québec (BASSE-VILLE) - Services offerts à tous !

Point de Repères

SERVICES OFFERTS

- Volet Guide de Rue
- Volet Itinérance
- Volet Prévention de Surdoses
- Volet Unité Mobile
- Soutien psychosocial
- Distribution de matériel de consommation
- Récupération de matériel de consommation
- Prévention des ITSS
- Formations, stages & recherches

MISSION

Point de Repères est un organisme communautaire dont la mission est de promouvoir la santé, la prévention, la fourniture de soins et de services, en matière de toxicomanie et d'infections transmissibles sexuellement ainsi que par le sang (ITSS). Ils dispensent des soins et des services en lien avec les infections transmise sexuellement et par le sang et l'utilisation de drogues auprès de personnes faisant usage de drogue par injection et inhalation.

545, rue du Parvis, Québec (QC) G1K 9G5

418-648-8042

https://pointdereperes.com/

Partout au Québec

Service de soutien Ma Grossesse

Québec

SERVICES OFFERTS

- Trouver un professionnel pour le suivi de votre grossesse
- Obtenir de l'aide si vous vivez une situation difficile
- Recevoir des coupons d'aliments pendant votre grossesse
- Obtenir de l'information sur les services offerts gratuitement près de chez vous

MISSION

Le service Ma grossesse permet aux personnes enceintes qui vivent au Québec d'accéder à l'information, à des ressources et aux professionnels dont elles ont besoin durant leur grossesse.

https://www.quebec.ca/famille-et-soutien-aux-personnes/grossesse-parentalite/soutien-pendant-grossesse-naissance/grossesse/service-ma-grossesse

Ville de Québec - Services offerts à tous !

Sexplique

sexplique
La référence en éducation et en santé sexuelle

SERVICES OFFERTS

- Animation (Ateliers, Conférences, Formations, Cafés-rencontres)
- Aide et soutien sexologique (Par téléphone, courriel, en bureau)
- Information (Sexualité humaine)

MISSION

Sensibiliser, éduquer et informer la population sur la santé sexuelle et reproductive. Soutenir les professionnel.le.s dont la pratique amène à aborder ces thèmes avec leur clientèle.

Sexplique est un organisme communautaire qui œuvre dans le domaine de la santé sexuelle et reproductive depuis 1963.

8500, boul. Henri-Bourassa, bureau 272, Québec (QC) G1G 5X1 418-624-6808 https://sexplique.org/

6.6 Bien-être

Ressources familiales
Côte-de-Beaupré
Mon espace famille

Relevailles Québec
SERVICES AUX NOUVEAUX PARENTS

Ressources
Parents Vanier

LES
accompagnantes

refavie

Ville de Québec

Les Accompagnantes

SERVICES OFFERTS

- Accompagnement et préparation à la naissance
- Groupe de soutien
- Causerie prénatale
- Formations

MISSION

La mission de l'organisme est d'aider toutes les femmes à se préparer à mettre au monde leur enfant et à les accompagner dans le respect de leurs choix. Peu importe leurs décisions, le lieu de naissance (hôpital, maison de naissance ou domicile) ou l'intervenant (gynécologue, obstétricien, sage-femme), nous les accompagnons.

855, ave Holland, bureau 202, Québec (QC) G1S 3S5 418-688-6039 https://accompagnantes.quebec/

Ville de Québec (BEAUPORT) Secteur Montmorency

Re-Fa-Vie

SERVICES OFFERTS

- Cuisines collectives
- Milieu de vie
- Jouons Ensemble (Ateliers parent-enfant)
- Materne Maman (Périnatalité bienveillante)
- Halte-Garderie Mini-Pousses
- P'tits Jeudis Soleil (Déjeuners-Causeries)
- Fripe Alors (Comptoir communautaire)
- Joujouthèque (Plaisir de jouer)
- Porte-Bébé-Thèque (Emprunt de porte-bébé)
- Croque-Livres (Plusieurs livres sont mis à la disposition)

MISSION

Re-Fa-Vie est un organisme communautaire autonome qui s'adresse aux familles de Beauport et plus spécifiquement aux personnes vivant dans le secteur de Montmorency. L'organisme soutient le développement des habiletés et l'implication des familles. Le but est l'amélioration de leur qualité de vie.

49, ave Ruel, Québec (QC) G1C 2C9

418-666-2112

https://avenuecitoyenne.ca/organisme/ressources-familiales-vieille-caserne-de-montmorency-re-fa-vie/

Relevailles Québec

Relevailles Québec
SERVICES AUX NOUVEAUX PARENTS

SERVICES OFFERTS

- Groupe d'entraide Oasis (Les groupes d'entraide Oasis sont un lieu de rencontre pour les nouvelles mamans vivant une difficulté d'adaptation en lien avec leur rôle de mère, qu'elles aient ou non un diagnostic de dépression postpartum).
- Service d'aide à domicile (L'objectif de l'aide à domicile est de soutenir les familles durant la période postnatale (0 à 9 mois de l'enfant ou des enfants) par un accompagnement de proximité).
- Activités (avec bébé, bénévoles, virtuelles)
- Conférences

MISSION

Relevailles Québec offre différents services aux jeunes familles, de la grossesse de la mère jusqu'à aux cinq ans de l'enfant, afin d'accompagner et de soutenir les parents dans leur rôle, favorisant ainsi le développement harmonieux des enfants.

5485, boul. de l'Ormière, Québec (QC) G1P 1K6 418-688-3301 https://relevaillesquebec.com/

Beaupré

Ressources Familiales Côte-de-Beaupré

Ressources familiales
Côte-de-Beaupré
Mon espace famille

MISSION

Nos services visent à soutenir les habiletés parentales tout en favorisant le développement global des enfants par la réalisation de diverses activités axées sur l'accompagnement et la formation, l'entraide et la socialisation.

SERVICES OFFERTS

- La Halte-Garderie
- Activités Parents & Enfants
- Services de périnatalité
- Cours prénataux
- Projet de distribution alimentaire « La Tablée 138 »
- Salle de motricité
- Ateliers d'art-thérapie
- Projet Les P'tits Succès (Projet en collaboration avec 2 écoles primaires de la Côte-de-Beaupré qui intervient en prévention afin de favoriser la persévérance scolaire. Pour les enfants de maternelle ou première année, ces ateliers d'après-classe visent à améliorer l'estime de soi, développer les habiletés sociales et accroître les capacités de concentration chez les enfants participants).

C8-20, rue de Fatima E, C.P. 2072, Beaupré (QC) G0A 1E0 418-827-4625 https://rfcb.ca/nos-services/

Ville de Québec (VANIER)

Ressources Parents Vanier



SERVICES OFFERTS

- Service de répit / halte-garderie
- Activités pères-enfants
- Ateliers pour les parents
- Ateliers-jeux pour les parents et les enfants
- Plaisir en famille (Activités familiales variées)

MISSION

Offrir aux familles un milieu de vie qui favorise l'enrichissement de l'expérience parentale, la stimulation du développement global de l'enfant ainsi que l'épanouissement de la relation parent-enfant.

Ressources Parents Vanier est un organisme communautaire Famille implanté dans le quartier Vanier depuis 1995. Il est né d'une volonté du milieu de favoriser le bien-être des enfants du quartier et d'accompagner les parents dans leur rôle auprès de leurs enfants. C'est un lieu de rencontre et d'échange, où l'on vient partager son expérience de parent, un milieu de vie stimulant et enrichissant pour les tout-petits.

194, ave Bernatchez, Québec (QC) G1M 0B4 418-527-4012 https://ressourcesparentsvanier.org/



7. Plaidoyer et droits



BAIL





CJR-QC

Une passion pour la compassion













L'aide juridique
un réseau au service des gens



CLINIQUE
DROITDECITÉ



COMITÉ
DES CITOYENS ET CITOYENNES
DU QUARTIER SAINT-SAUVEUR



ASSOCIATION
POUR LA DÉFENSE
DES DROITS SOCIAUX
QUÉBEC
MÉTROPOLITAIN



AUTO-PSY
Région de la Capitale-Nationale

Groupe d'action communautaire autonome
de promotion et de défense individuelle et
collective des droits en santé mentale





CENTRES DE JUSTICE
DE PROXIMITÉ

Ville de Québec

ADDSQM (Association pour la défense des droits sociaux Québec Métropolitain)

SERVICES OFFERTS

- Services de dépannage sur les questions juridiques qui concernent l'aide sociale.
- Ateliers Droit Aide Sociale
- Formations

MISSION

En priorité, elle vise à regrouper et à défendre les droits des personnes assistées sociales dans une approche de conscientisation et d'éducation populaire.

L'Association pour la défense des droits sociaux Québec métropolitain (ADDSQM) est un groupe de défense collective des droits des personnes sans emploi ou vivant une situation de pauvreté.

301, rue de Carillon, Québec (QC) G1K 5B3 418-525-4983 https://www.addsqm.org/

Ville de Québec

Aide Juridique (Québec)

L'aide juridique
un réseau au service des gens

SERVICES OFFERTS

- Droit administratif (aide sociale, SAAQ, CNESST)
- Droit civil
- Droit criminel et pénal
- Droit du logement
- Droit de la jeunesse
- Droit familial
- Faillite
- SAH/SARPA
- Service de garde téléphonique

MISSION

L'aide juridique est un service juridique public offert gratuitement ou moyennant une contribution aux personnes financièrement admissibles qui en font la demande. Chaque année, l'aide juridique permet à des milliers de Québécois d'avoir accès à la justice et de faire reconnaître leurs droits. Les services juridiques sont offerts par des avocats et, plus rarement, par des notaires. Les avocats ont le mandat de conseiller leurs clients et de les représenter en cour. Les services sont rendus par des avocats permanents de l'aide juridique ou par des avocats de la pratique privée, selon le choix du client.

500 boul. Jean-Lesage, bureau 36, Tour Ouest,
Québec (QC) G1K 8W1 – Façade de la Gare

418-643-4167

https://aidejuridiquequebec.qc.ca/services/

Ville de Québec (BASSE-VILLE) - Services offerts partout au Québec !

Alter Justice

ALTER JUSTICE
Groupe d'aide et d'information aux personnes judiciarisées

SERVICES OFFERTS

- Informations
- Soutien dans les démarches
- Ateliers éducatifs

MISSION

L'organisme intervient principalement auprès des personnes judiciarisées et leurs proches afin de leur offrir de l'information vulgarisée sur le fonctionnement du système correctionnel québécois, sur les droits et obligations en milieu carcéral, le casier judiciaire et la suspension du casier judiciaire (demande de pardon).

Alter Justice est un organisme à but non lucratif qui offre divers programmes d'intervention, d'information et de soutien à l'intention des personnes touchées par la judiciarisation et la détention dans un établissement correctionnel du Québec (sentence de deux ans moins un jour).

275, rue du Parvis, bureau 510, Québec (QC) G1K 6G7 1-833-529-9031 (sans frais) https://alterjustice.org/

Ville et Région de Québec

Auto-Psy

AUTO-PSY
Région de la Capitale-Nationale

Groupe d'action communautaire autonome de promotion et de défense individuelle et collective des droits en santé mentale

SERVICES OFFERTS

- Information
- Aide et accompagnement individuel
- Ateliers de formation sur les droits et recours en santé mentale
- Activités d'échanges et de consultation
- Activités de mobilisation

MISSION

Depuis sa création en 1990, Auto-Psy poursuit une mission de promotion et de défense des droits en santé mentale.

Auto-Psy s'adresse à toute personne qui cherche individuellement et collectivement à faire reconnaître et pouvoir exercer ses droits, dans la pleine reconnaissance de son droit à l'intégrité et de son statut de citoyenne à part entière ainsi que ceux qui lui sont reconnus, en tant qu'utilisatrice de services, par diverses lois en matière de santé et de services sociaux, notamment celui à l'accès à des ressources diversifiées et de qualité favorisant son bien-être sur tous les plans social et économique ainsi que celui de la collectivité.

362, chem. de la Canardière, Québec (QC) G1L 2V2 1-888-529-1978 (sans frais)

Ville de Québec

Le BAIL (Bureau d'animation et information logement du Québec Métropolitain)

BAIL

SERVICES OFFERTS

- Information et soutien aux locataires dans l'exercice de leurs droits et recours
- Ressources et liens utiles aussi disponible sur leurs site Web.

MISSION

Le BAIL a pour mission la défense collective des droits des locataires en informant et en mobilisant la population pour de meilleures conditions de logement. Le groupe lutte pour la reconnaissance et l'amélioration des droits des locataires. Le principal objectif est de faire reconnaître le logement comme un droit fondamental pour toutes et tous. Les principaux dossiers de luttes sur lesquels le BAIL travaille sont : le contrôle des loyers, la qualité des logements, la protection du parc locatif et du droit au maintien dans les lieux, la discrimination et l'accessibilité à la justice. Le BAIL propose aux locataires différents moyens de défense des droits en logement : service d'information, rencontres thématiques, élaboration des dossiers avec les locataires, soutien dans les démarches juridiques, références, ateliers d'informations, etc.

265, rue de la Couronne, Local 210, Québec (QC) G1K 6E1 418-523-6177 https://www.lebail.qc.ca/

Ville de Québec

BIJ Laval (Bureau d'information juridique de l'Université Laval)



SERVICES OFFERTS

- Services offerts sur rendez-vous seulement !
- Information juridique gratuite
- Droit de la famille
- Droit des assurances
- Droit du travail
- Droit de Vente et location
- Droit criminel
- Droits et libertés de la personne
- Procédures

MISSION

Répondre à vos questions dans les meilleurs délais, sans toutefois rendre des opinions juridiques.

Le bureau d'information juridique de l'Université Laval offre un service gratuit d'information juridique par des étudiants en droit. Il favorise l'accessibilité de la justice en vous aidant à mieux comprendre le système juridique.

2305, rue de l'Université (Pavillon Maurice Pollack), Québec (QC) G1V 0A6

418-656-7211

https://bijlaval.ca/

Partout au Québec

Centre Cyber-aide

SERVICES OFFERTS

Cyberaide.ca reçoit et traite des informations transmises par Internet et par téléphone concernant les situations suivantes) :

- Images d'abus pédosexuels
- Leurre informatique
- Exploitation sexuelle d'enfants à des fins commerciales
- Traite d'enfants
- Tourisme sexuel impliquant des enfants
- Rendre accessible à un enfant du matériel sexuellement explicite
- Entente ou arrangement avec une autre personne pour perpétrer une infraction sexuelle contre un enfant
- Diffusion non consensuelle d'images intimes (d'une personne âgée de moins de 18 ans)
- Information et sensibilisation

MISSION

Recevoir et traiter les signalements du public relativement à du matériel potentiellement illégal et à des activités liées à l'exploitation sexuelle d'enfants sur Internet, et retransmettre toutes les informations pertinentes au corps de police ou à l'agence de protection de l'enfance concernée. Offrir aux Canadiens un centre d'information, de ressources et d'orientation pour les aider à assurer leur sécurité et celle de leurs enfants sur Internet.

Cyberaide.ca est la centrale canadienne de signalement des cas d'exploitation et d'abus sexuels d'enfants sur Internet.

1-866-658-9022

https://www.cybertip.ca/fr/

Capitale-Nationale et Chaudière-Appalaches

Centres de Justice de Proximité (CJP)

CENTRES DE JUSTICE DE PROXIMITÉ

SERVICES OFFERTS

- Information juridique personnalisée
- Soutien et Orientation
- Service Info-Séparation
- Analyse et proposition de solution

MISSION

Promouvoir l'accès à la justice en favorisant la participation des personnes, par des services d'information, de soutien et d'orientation, offerts en complémentarité avec les ressources existantes.

Le CJP est un lieu reconnu d'information juridique et de référence, proche des personnes, visant à rendre la justice plus accessible et à accroître la confiance dans le système judiciaire.

Québec : 400, boul. Jean-Lesage, bureau 080,
(Les Façades de la Gare), Québec (QC) G1K 8W1
Saint-Joseph-de-Beauce : 165, Côte Taschereau, suite 203,
Saint-Joseph-de-Beauce (Québec) G0S 2V0

1-833-614-2470

https://www.justicedeproximite.qc.ca/centres/quebec/

Ville de Québec

CJR-QC (Centre de Justice Réparatrice de Québec)

CJR-QC

Une passion pour la compassion

SERVICES OFFERTS

- Le VOLET des Cercles de justice réparatrice entre victimes et survivant.es d'actes criminel et leurs auteurs.es
- Volet des ateliers d'autonomisation et de responsabilisation : Retour à l'esprit de qui je suis, Semences de Réconciliation avec soi-même, la vie et les autres.

MISSION

Promouvoir la dignité fondamentale de la personne humaine et son besoin de reconnaissance par le fait même d'être entendu. Promouvoir le rapprochement et la réconciliation entre Allochtones, Autochtones des Premières Nations du Québec, immigrants de diverses communautés culturelles et ethniques, tout en incluant la communauté LGBTQ+.

Le Centre de justice réparatrice de Québec (CJR-QC, OBNL) a été créé afin de promouvoir la compréhension de la justice réparatrice et mettre en œuvre des programmes de justice réparatrice comme solution à des crises personnelles et sociétales, tout en offrant un soutien psycho-social.

945, rue des sœurs de la Charité, Québec (QC) G1R 1H8 581-989-2351 https://justicereparatricedequebec.org/

Ville de Québec

Clinique Droit de Cité

CLINIQUE DROITDECITÉ

SERVICES OFFERTS

- Information
- Accompagnement
- Suivi

MISSION

A pour mission d'accompagner les personnes dîtes marginalisées dans la régularisation de leur situation judiciaire (sphère pénale et criminelle) et dans la défense de leurs droits. La Clinique Droit de cité offre également des formations aux personnes dites marginalisées ainsi qu'aux intervenants sociaux sur la procédure pénale et les interventions policières.

Droit de Cité est un organisme qui s'adresse aux personnes en situation de marginalité qui sont judiciarisées, qui résident dans la région de Québec ou qui y possèdent des dossiers judiciaires, sans distinction d'âge ou de genre.

155, boul. Charest E, suite 140, Québec (QC) G1K 3G6

581-578-1377

https://www.centraide-quebec.com/organisation/clinique-droit-de-cite/

Ville de Québec (SAINT-SAUVEUR)

CCCQSS (Comité des Citoyens et Citoyennes du Quartier Saint-Sauveur)

COMITÉ
DES CITOYENS ET CITOYENNES
DU QUARTIER SAINT-SAUVEUR

SERVICES OFFERTS

- Logement (aide aux locataires, logement social, coopérative d'habitation)
- Information et orientation (droits de locataire)

MISSION

CCQSS défend les droits et intérêts des citoyens du quartier Saint-Sauveur en matière de logement, d'aménagement urbain et de vie de quartier. Par divers moyens, il regroupe les personnes autour d'enjeux les concernant, conscientise, informe, mobilise, anime et cherche à susciter réflexions et débats.

Le comité des citoyens et citoyennes du quartier Saint-Sauveur travaille à améliorer les conditions de vie des personnes du quartier Saint-Sauveur. Tu peux venir poser des questions sur tes droits de locataire. Tu peux aussi t'impliquer dans un comité de travail.

301, rue Carillon, Québec (QC) G1K 5B3 418-529-6158 https://cccqss.org/

Ville de Québec

CMCQ (Comité Maison de Chambres de Québec)

SERVICES OFFERTS

- Accompagnement pour les personnes vivant en maison de chambres
- Information sur les droits des locataires
- Accompagnement dans les démarches pour de meilleures conditions de logement
- Accompagnement au Tribunal administratif du logement
- Négociation avec le propriétaire ou le voisinage
- Aide à la rédaction de mise en demeure et autres
- Écoute et conseils par téléphone et en personne en cas de difficultés vécues dans la maison de chambres
- Cafés-rencontres : espace de rencontre et de discussion, mobilisation des personnes vivant en chambre

MISSION

Le Comité Maison de chambres de Québec travaille à l'amélioration des conditions de vie des personnes vivant en maison de chambres. Il se préoccupe entre autres de la salubrité et sécurité dans ces milieux et de la préservation de ce parc.

Organisme travaillant à l'amélioration des conditions de vie des personnes habitant en maison de chambres sur le territoire de la ville de Québec. Outil d'information sur les droits, recours et responsabilités des chambreurs.

503, rue du Prince-Édouard, bureau 100,
Québec (QC) G1K 2M8

418-522-4040 ou pour un accompagnement : 581-999-4540

https://www.centraide-quebec.com/organisation/comite-maisons-de-chambres-de-quebec/

Ville de Québec

Équijustice de la Capitale-Nationale



SERVICES OFFERTS

- Programmes (LSJPA, PMRG et Travaux compensatoires)
- Médiation citoyenne
- Engagements locaux

MISSION

Sa mission est de développer une justice humaine et accessible à tous en invitant les personnes à s'engager dans la gestion des difficultés qu'elles vivent et en les accompagnant dans le respect de leurs droits et de leurs différences.

Équijustice est une association provinciale à but non lucratif comptant 23 membres à travers tout le Québec. Le réseau offre une expertise en matière de justice réparatrice et de médiation citoyenne. Mue par des valeurs de respect et d'ouverture, elle privilégie une approche humaine et équitable.

6780, 1re ave, suite 310, Québec (QC) G1H 2W8 1-888-882-6662 https://equijustice.ca/fr

Ville de Québec

ROSE du Nord

SERVICES OFFERTS

- Services individuels de défense des droits
- Service mobile d'information et de défense des droits
- Ligne téléphonique *info-droits*
- Le *Comité Loi* (assure le service collectif et individuel d'information sur la loi d'aide sociale)
- Formation à l'externe pour organismes et particuliers

MISSION

Rose du Nord est un collectif de femmes vivant en situation de pauvreté. Nous défendons solidairement les droits des femmes assistées sociales et militons pour l'amélioration de leurs conditions de vie dans une approche féministe-conscientisante.

177, 71e rue E, Québec (QC) G1H 1L4 418-622-2620 https://rosedunord.org/

Ville de Québec (VANIER)

La Ruche Vanier

SERVICES OFFERTS

- Clinique de défense des droits
- Clinique d'impôts
- Dépannage alimentaire
- Épicerie communautaire
- Friperie
- Activités loisirs et bien-être

MISSION

La mission de la Ruche Vanier est de favoriser l'amélioration de la qualité de vie et le développement du pouvoir d'agir des citoyens et citoyennes de Vanier et d'abord des personnes et des familles en situation de pauvreté et d'exclusion sociale.

550, boul. Wilfrid-Hamel Local N-3, Québec (QC) G1M 2S6 418-683-3941 https://laruchevanier.org/

Partout au Québec

BIKERS AGAINST CHILD ABUSE

SERVICES OFFERTS

- Accompagnement et soutien aux personnes vulnérables
- Justice réparatrice et collaboration intersectorielle
- Interventions de soutien renforcé
- Présence et accompagnement sécurisant
- Sensibilisation et accompagnement communautaire

MISSION

L'association Bikers Against Child Abuse (BACA) est un groupe de motards qui vise à offrir un environnement sécuritaire et rassurant aux enfants victimes de maltraitance. Son objectif principal est de briser la peur que ces enfants peuvent ressentir vers le monde qui les entoure en leur offrant un soutien constant, à la fois émotionnel et, au besoin, une présence physique dissuasive.

1-866-71-ABUSE
1-866-712-2873

https://bacaworld.org/contact/



8. Développement émergent à l’âge adulte



Centre Jacques-Cartier

Entraide Jeunesse EJQ Québec

TRAJC JEUNESSE



mozaïx

BAGAGE DE VIE

r.A.P. Regroupement Action Prévention Jeunesse

Chaudière Appalaches et Québec

Bagage de vie



SERVICES OFFERTS

- Collectes de bagages à donner aux jeunes qui sortent du milieu de la DPJ
- Aide générale à la transition à la vie adulte avec plusieurs partenariats

MISSION

Bagage de vie souhaite fournir un bagage à tous les enfants de la DPJ pour qu'ils puissent transporter leurs biens les plus précieux en toute dignité!

Courriel: bagagedevie@outlook.com

Facebook: Bagage de vie

Ville de Québec, Basse-Ville (SAINT-ROCH)

Centre résidentiel et communautaire Jacques-Cartier

Centre Jacques-Cartier

SERVICES OFFERTS

- Logements subventionnés
- Accompagnement vers et durant la réalisation d'un projet de vie personnel
- Soupers communautaires
- Ateliers de cirque du monde
- Ateliers de menuiserie et d'ébénisterie
- Ateliers de création artistique (musique, dessin, écriture, BD, danse, etc...)
- Volet participation à la vie associative et citoyenne
- Développement de projets collectifs

MISSION

Encourager les jeunes de 16 à 35 ans à définir et à prendre leur place dans la société par des processus d'accompagnement, d'apprentissage et de mise en action individuels et collectifs et par l'amélioration de leurs conditions de vie.

20, boul. Charest Est Québec (QC) G1K 3G2 418-523-6021 https://centrejacquescartier.org/

Ville de Québec (LIMOILOU) - Services offerts à tous

Entraide Jeunesse Québec

MISSION

Notre mission est d'offrir du soutien et des activités de prévention aux jeunes âgés de 12 à 25 ans, afin qu'ils développent des habiletés personnelles leur permettant d'accroître leur autonomie.

SERVICES OFFERTS

- Programme Cactus (groupes d'entraide pour les jeunes de 12 à 25 ans voulant travailler sur leur gestion des émotions en lien avec leurs comportements impulsifs et/ou violents
- Programme Totem (groupes d'entraide pour les jeunes de 12 à 25 ans vivant du stress et/ou de l'anxiété)
- Programme Viraj (programme visant la prévention de la violence dans les relations amoureuses ainsi que la promotion des relations saines et égalitaires chez les jeunes de 4e secondaire)
- Services-Conseils (ateliers de prévention conçus et adaptés pour répondre à la demande des milieux. Ils sont réalisés de façon ludique et interactive, notamment par le biais de théâtre-forum, de techniques d'impact et de discussions ouvertes. À noter qu'il est possible de créer un atelier spécifiquement conçu en fonction des besoins de vos jeunes ou encore une formation à l'intention des intervenants.
- Service de soutien et de référence (service de soutien par téléphone, messagerie texte ou Internet (courriel, Facebook ou Instagram) permet aux jeunes et aux gens de leur entourage, principalement parents ou intervenants, d'être soutenues ou informés. Les personnes sont ainsi référées à des services offerts par EJQ ou par d'autres organismes.

571, 3e ave, Québec (QC) G1L 2W4 1-877-649-9705 https://entraidejeunesse.qc.ca/

Ville de Québec (LIMOILOU)

Mozaïx

mozaïx

SERVICES OFFERTS

- Travail de rue et de milieu, pair-aidance
- Local des jeunes 12-17 ans (Le Spot St-Pie)
- Matériels de consommation
- Accompagnement
- Écoute
- Exo Passion (Création d'une marque de vêtements, Projet photos, Cours de Rap, enregistrement en studio, Cuisine santé)
- Passerelle : Un projet pour les 15 à 25 ans qui sont arrivés au Québec dans les 5 dernières années (Sports, Arts, Musique, Cuisine, Sorties en ville, Plein-air, Démarches administratives)

MISSION

Les Appartements St-Pie X regroupent 446 logements où vivent principalement des ménages à faibles revenus. Mozaïx intervient prioritairement aux Appartements St-Pie X auprès des familles dans toute leur diversité afin de favoriser la santé et le mieux-être ainsi qu'une appropriation de leur milieu de vie. Ainsi, par le biais d'activités et de programmes, Mozaïx travaille à développer le sentiment d'appartenance, à soutenir l'implication sociocommunautaire et à favoriser un réseau d'entraide et de solidarité. Si certains services sont dédiés aux résidents des Appartements St-Pie X, d'autres sont offerts également aux gens du quartier Limoilou, particulièrement les programmes liés aux familles.

1843, rue Désilets, Québec (QC) G1J 1A7

418-660-8403

https://mozaix.quebec/mosaix/

Partout au Canada

Grands frères Grandes sœurs

SERVICES OFFERTS

- Mentorat 16-21
- Mentorat Étincelle
- Mentorat scolaire
- Mentorat de groupes

MISSION

Le programme de mentorat individuel traditionnel propose aux jeunes de 6 à 14 ans un modèle (ami/e) avec qui les jeunes peuvent échanger et partager leurs expériences de vie. Le/la mentor et le/la jeune tissent une relation de confiance en faisant, ensemble, des activités régulières choisies en fonction de leurs intérêts communs. Cette relation, basée sur la confiance, est soutenue par nos intervenantes expérimentées. Il en résulte une expérience hors du commun qui change aussi bien la vie des jeunes que celles des mentors.

418 624-3304

https://grandsfreresgrandessoeurs.ca/

Région de la Capitale-Nationale

Programme qualification des jeunes (PQJ)



SERVICES OFFERTS

- Aide à la préparation à la vie adulte
- Aide à la qualification
- Aide au développement d'un réseau social et d'un réseau de soutien

MISSION

Le PQJ vise à augmenter les chances que les jeunes s'intègrent progressivement dans un projet de vie socialement épanouissant et effectuent une transition harmonieuse vers la vie adulte.

Le Programme qualification des jeunes (PQJ) offre aux jeunes un accompagnement à la transition vers la vie adulte. Il leur permet d'intégrer ou de réaliser un projet de vie socialement épanouissant. Le PQJ s'appuie sur le développement du pouvoir d'agir des jeunes et travaille avec les partenaires du milieu. Le PQJ soutient les jeunes les plus vulnérables et à risque de marginalisation, de 16 à 25 ans, recevant ou ayant reçu des services de protection et de réadaptation en vertu de la Loi sur la protection de la jeunesse.

https://www.quebec.ca/famille-et-soutien-aux-personnes/enfance/services-jeunes-difficulte-famille/protection-de-la-jeunesse/programme-de-qualification-des-jeunes

Ville de Québec (Arrondissement de Charlesbourg et secteur Lac Saint-Charles), dans les municipalités de Lac-Beauport, Lac-Delage et Stoneham et Tewkesbury)

R.A.P Jeunesse des Laurentides

(Regroupement, Action, Prévention)

SERVICES OFFERTS

- Travail de milieu / travail de rue
- Unité mobile d'intervention
- Matériel de consommation
- Dépannage alimentaire d'urgence
- Aide-matériel
- Aide au maintien en logement, à la recherche de logement et autre par accompagnement
- Formation et sensibilisation

MISSION

R.A.P. Jeunesse des Laurentides est un organisme communautaire qui mise sur l'approche globale du travail de rue, afin de favoriser le mieux-être des personnes, en particulier les adolescents et les jeunes adultes, qui vivent des situations marginalisantes, qui sont en rupture avec leur milieu ou qui éprouvent des difficultés de tout ordre.

4252, rue des Roses, suite 101, Québec (QC) G1G 1N8 418-621-5279 https://rapjeunesse.com/

Ville de Québec (LIMOILOU, STE-FOY, ANCIENNE-LORETTE, ST-AUGUSTIN-DE-DESMAURES)

TRAIC Jeunesse

(Travail de rue, Actions et Initiatives Communautaires Jeunesse)

SERVICES OFFERTS

- Milieu de vie (pleins d'activités, présence d'intervenants)
- Travail de Rue (référence à un travailleur de rue près de chez soi)
- Projets spéciaux

MISSION

TRAIC Jeunesse est un organisme communautaire autonome fondé en 2000. Sa mission et ses objectifs sont de favoriser le mieux-être des jeunes dans une perspective de développement global.

Siège social : 2120, Rue Boivin, Québec (QC) G1V 1N7 418-651-7070 https://traicjeunesse.org/

Ville de Québec (BEAUPORT)

TRIP Jeunesse Beauport



SERVICES OFFERTS

- Service de Travail de Rue
- Projets Juste-Milieu (intervention de milieu)
- Accompagnement et support
- Activités variés (Plusieurs activités sont offertes pour les jeunes)

MISSION

TRIP Jeunesse Beauport a le mandat de rejoindre principalement les adolescents et les jeunes adultes plus vulnérables, en rupture sociale, à risque d'errance et d'itinérance dans leurs différents milieux de vie et de les accompagner par la pratique du travail de rue et de l'intervention de milieu.

2100, ave Deblois, Québec (QC) G1E 3V7

418-255-0527 ou via la page notre équipe

https://tripjeunesse.org/

Partout au Québec

Vide ta sacoche

MISSION

Vide ta sacoche est un organisme de bienfaisance enregistré à l'Agence de revenu du Canada. L'organisme collecte, récupère et distribue des produits d'hygiène et cosmétiques neufs et il offre des prestations de soins de socio-esthétique et des ateliers éducatifs, pour faire du bien à des personnes vulnérables et leur permettre de prendre soin d'elles, dans la dignité. Il vient notamment en aide aux femmes en difficulté, aux jeunes vulnérables, aux aînés fragilisés, aux familles en situation de précarité et aux personnes en situation ou à risque d'itinérance.

Courriel: contact@videtasacoche.com

https://videtasacoche.com/

9. Autres ressources

INFO-SANTÉ
INFO-SOCIAL
8 1 1
ou
1-866-567-4036

211

CARE
jeunesse



RAIIQ

Partout au Québec

Application mobile – OPA



SERVICES OFFERTS

- On y parle de bouffe, de bouger, de mieux-être, des relations, de la vie en appartement, de l'emploi, de l'éducation, des finances ainsi que des droits et devoirs
- Accès à une carte interactive des ressources autour de soi, des lignes d'écoute et des liens utiles
- Une section « Outils d'animation » vous offre des canevas d'ateliers de groupe à faire avec des jeunes.

MISSION

OPA – Outils pour l'autonomie est une application mobile visant à offrir aux jeunes, âgés de 12 à 35 ans, un contenu pertinent afin de les aider à faire des choix éclairés et renforcer leur pouvoir d'agir en matière de saines habitudes de vie.

Télécharger l'application sur App Store ou Google Play Store

www.outilspourlautonomie.com

Partout au Québec

Le Collectif ex-placé DPJ

SERVICES OFFERTS

- Activités de socialisation entre pairs
- Soutenir la transition à la vie adulte des jeunes placé.es
- Promotion et éducation aux droits de la jeunesse
- Conférences
- Formations

MISSION

Le Collectif Ex-Placé DPJ est un groupe formé de jeunes et d'adultes ayant reçu des services de la protection de la jeunesse ainsi que de leurs alliés. Sa mission est de mettre en lumière et de rendre publics les enjeux criants rencontrés par les enfants de la DPJ et les jeunes issus des centres jeunesse du Québec. Fondé en 2022, Il facilite la prise de parole et la mobilisation des jeunes placé.es et ex-placé.es de 14 à 35 ans en offrant différentes activités de prévention, d'éducation, de soutien et d'accompagnement.

https://www.collectifexplacedpj.com/

Ville de Québec

RÉPERTOIRE DES ESPACES DE CHALEUR-RAIIQ

MISSION

Le Regroupement pour l'Aide aux Itinérants et Itinérantes de Québec (RAIIQ) a mis en place ce répertoire pour présenter plusieurs ressources qui offrent gratuitement ou à faible coût des espaces pour se poser, se réchauffer, manger ou dormir durant l'hiver, sur le territoire de la ville de Québec et les environs.

Ce document est mis à jour régulièrement. Assurez-vous de détenir la version la plus récente, qui est accessible en tout temps sur le site du RAIIQ à www.raiiq.org

Partout au Québec

Care Jeunesse

SERVICES OFFERTS

- Environnement sécuritaire et soutien offert aux jeunes « ex-placés »

MISSION

C.A.R.E. Jeunesse a été crée pour améliorer la qualité de vie pendant et après le placement en offrant aux membres un environnement sûr leur permettant de se connecter et de nouer des relations de soutien, tout en leur offrant des possibilités de plaidoyer, d'éducation et d'autonomisation. L'organisation connecte les jeunes aux ressources, examine les politiques relatives aux jeunes pris en charge et offre une formation et des consultations aux professionnels sur les questions relatives aux jeunes pris en charge. C.A.R.E. Jeunesse offre un soutien aux jeunes et aux anciens de tous les stages de protection de l'enfance, y compris, sans toutefois s'y limiter, les foyers d'accueil, les foyers de groupe et divers centres d'hébergement.

https://www.carejeunesse.org/

Partout au Québec

211 Québec-Régions

MISSION

Le service 211 réfère les citoyens vers les ressources communautaires, publiques et parapubliques proches de chez eux. Le service 211 permet de combattre la pauvreté et l'exclusion sociale, en permettant aux gens aux prises avec des besoins sociaux non urgents d'être informés rapidement sur les ressources sociocommunautaires de proximité qui leur viendront en aide, et donc de pouvoir trouver les solutions pour se sortir d'une situation précaire.

Téléphone : 211

https://www.211quebecregions.ca/

Partout au Québec

811 Info-Santé (Option 1)



MISSION

Info-Santé 811 (option 1) est un service de consultation téléphonique gratuit et confidentiel. Le 811 est le numéro de téléphone unique de ce service. Composer le 811, option 1 permet de joindre rapidement une infirmière en cas de problème de santé non urgent. Toutefois, en cas de problème grave ou de besoin urgent, il est important de composer le 9-1-1 ou de se rendre à l'urgence. Appeler Info-Santé 811 permet souvent d'éviter de se rendre inutilement à la clinique ou à l'urgence.

Téléphone : 811 (Option 1)

https://www.quebec.ca/sante/trouver-une-ressource/info-sante-811