

RESSOURCES

HAUT-SAINT-FRANÇOIS

CONTINUUMHSF.COM
pour plus d'informations sur les services

Santé

Info Covid-19	1 877 644-4545	Informations en lien avec la Covid-19
Urgence psychosociale	819 821-4000 poste 0	Détresse, crise, violence, idées suicidaires et plus
Info-Santé et Info-Social (24/7)	811	Information médicale Soutien psychologique et social

Aide alimentaire

Moisson HSF	819 451-2781	Paniers de nourriture
Moisson Cookshire	819 875-1431 (jeudi)	Paniers de nourriture
Centre d'action bénévole	819 560-8540	Popote congelée (5 \$ par repas)

Soutien et écoute

Carrefour jeunesse-emploi	819 832-1513	16 à 35 ans : peu importe ton besoin appelle-nous
Centre d'action bénévole	819 560-8540	Personnes âgées et proches aidants
La Passerelle	1 877 447-3423	Femmes, femmes trans, les personnes non-binaires et en questionnement
La Relève	819 875-5050	Famille et parents
Virage santé mentale	819 877-2674 (lundi au jeudi)	Problématiques en santé mentale
Intro-Travail	819 832-1750	Employabilité et orientation professionnelle
La Méridienne	1 888 699-3050	Violence conjugale (écoute et hébergement)

Problématiques diverses et besoin de parler

Drogue : aide et référence	1 800 265-2626	Consommation de drogues et alcool (24/7)
Jeu : aide et référence	1 800 461-0140	Jeu excessif (24/7)
Interligne	1 888 505-1010	Diversité sexuelle et de genre (24/7)
Prévention du suicide	1 866 277-3553	Idées suicidaires (24/7)
Ligne parents	1 800 361-5085	Parents (24/7)
Tel-Jeunes	1 800 263-2266	Jeunes (24/7)
Secours amitié Estrie	819 564-2323	Toute la population (de 8 h le matin à 3 h la nuit)
DPJ	1 800 463-1029	Maltraitance des enfants (signalement)
Ligne aide abus âgés	1 888 489-2287	Personnes âgées victimes de maltraitance
CALACS Agression Estrie	1 877 563-0793	Victimes d'agressions à caractère sexuel

Aide juridique

Clinique d'assistance juridique COVID-19	1 866 699-9729	Conseils juridiques gratuits concernant vos droits et obligations dans le contexte de la pandémie
--	----------------	---

Soutien financier

Services Québec	819 832-2403	Informations générales et aide au revenu
Centre local de développement	819 560-8500	Soutien et information pour les entreprises

RESOURCES

HAUT-SAINT-FRANÇOIS

CONTINUUMHSF.COM
for more information about services

Health

COVID-19 information	1-877-644-4545	Information about COVID-19
Psychosocial emergencies	819-821-4000 ext. 0	Distress, crisis, violence, suicidal thoughts, and more
Info-Santé and Info-Social (24/7)	811	Medical information Psychological and social support

Food aid

Moisson HSF	819-451-2781	Food baskets
Moisson Cookshire	819-875-1431 (Thursday)	Food baskets
Centre d'action bénévole (CAB)	819-560-8540	Frozen meals (\$5 per meal)

Support and listening

Carrefour jeunesse-emploi	819-832-1513	16-35 years of age -- call us no matter what you need
Centre d'action bénévole (CAB)	819-560-8540	Seniors and caregivers
La Passerelle	1-877-447-3423	Women, trans women, non-binary and questioning people
La Relève	819-875-5050	Families and parents
La Méridienne	1-888-699-3050	Conjugal violence (listening and housing)
Intro-Travail	819 832-1750	Employability and career guidance
Mental Health Estrie	819-565-3777	Mental health problems

Various issues and need to talk

Drugs - Help and referral	1-800-265-2626	Drug and alcohol use (24/7)
Gambling - Help and referral	1-800-461-0140	Excessive gambling (24/7)
Interligne	1-888-505-1010	Sexual orientation and gender diversity (24/7)
Suicide prevention line	1-866-277-3553	Suicidal thoughts (24/7)
Ligne parents	1-800-361-5085	Parents (24/7)
Tel-Jeunes	1-800-263-2266	Youth (24/7)
Secours amitié Estrie	819-564-2323	Everyone (from 8 am in the morning until 3 am at night)
Youth protection	1-800-463-1029	Child abuse (reporting)
Elder mistreatment helpline	1-888-489-2287	Elderly victims of abuse
CALACS Agression Estrie	1-877-563-0793	Victims of sexual assault

Legal aid

COVID-19 legal aid clinic	1-866-699-9729	Free legal advice about your rights and obligations in the context of the pandemic
---------------------------	----------------	--

Financial support

Services Québec	819-832-2403	General information and income support
Local development centre	819-560-8500	Support and information for businesses