

SOUTIEN INFORMATION RESSOURCE

POUR
VOUS

BESOIN D'AIDE ?

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



ALIMENTATION

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



AÎNÉS

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



SOUTIEN

Accueil psychosocial MRC de Pierre De Saurel : 450 746-4545
 poste 5133
 Lundi au vendredi 8 h à 21 h,
 Samedi et dimanche : 8 h à 16 h
La Traversée, Centre de prévention du suicide : 450 746-0303
L'Ardoise groupe d'alphabetisation populaire 450 780-1016
Association de la déficience intellectuelle de
la région de Sorel-Tracy : 450 743-0664
Association des Aidants(es) Naturels(les) 450 730-0880
Du Bas Richelieu : 450 743-6071
Groupe d'entraide l'Arrêt-Court : 450 743-2300
 Pour personnes vivant de l'anxiété
Le Vaisseau d'or : 450 743-2300
 Famille d'une personne atteinte de maladie mentale
Maison La Source : Hébergement femme 450 743-2821
Maison Le Passer : Soutien téléphonique homme 450 743-8403
Maison la Margelle : (dépendance) 24 h/7j 450 746-2788
 1 866-446-2788
Santé mentale Pierre-de Saurel Québec : 450 746-1497
 suivi individuel
SOS violence conjugale : Soutien téléphonique 1-800 363-9010
 Travailleur de rue : 450 846-1283
 • **URGENCES :** 911 locale
FAMILLE
Carrefour Naissance-Famille : 450 743-0359
 Soutien famille
Ligne Parents : 1-800-361-5085
Jeunesse J'écoute : 1-800-668-6868



SANTÉ

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



DROITS ET EMPLOI

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

Ressources disponibles dans la MRC de Pierre-De Saurel
ACCUEIL PSYCHOSOCIAL MRC DE PIERRE DE SAUREL : 450 746-4545 poste 5133