

## BESOIN DE MANGER

### DÉPANNAGE ALIMENTAIRE :

- Banque alimentaire de la Petite-Nation (819) 983-3191
- Maison de la Famille de la Petite-Nation (819) 983-4384  
Service de dépannage seulement (ouvert mercredi 9h à 16h)

### SERVICE DE LIVRAISON DE REPAS PRÊTS-À-MANGER :

- Alliance Alimentaire Papineau (Frigo-Qui-Roule) (819) 983-8178
- Bouf'mobile (Thurso et Lochaber Ouest) (819) 281-4343

### SERVICE DE LIVRAISON ET/OU RAMASSAGE DE PANIERS D'ÉPICERIE :

- Marché Serge Perrier (819) 428-3126
- Métro Saint-André-Avellin (819) 983-7966 poste 0
- Métro Chénéville (819) 428-3966
- Brasse-Camarade (Dépanneur spécialisé, produits locaux) (819) 983-1922
- Bonichoix Namur (819) 426-2123  
(livraison demande par courriel idéal) [marcheglfbonichoix@outlook.com](mailto:marcheglfbonichoix@outlook.com)

## BESOIN DE SOUTIEN

### AÎNÉS

- Comité Régional du 3<sup>e</sup> âge Papineau (819) 983-1565
- Centre Action Générations des Aînés (Thurso et Lochaber Ouest) (819) 281-4343

### FEMMES

- Maison d'hébergement pour elles des deux vallées (violence conjugale) (819) 986-8286
- Centre Actu-Elle (soutien aux femmes) (819) 986-9713

### DÉFICIENCE PHYSIQUE ET INTELLECTUELLE

- Association pour personnes handicapées de Papineau (819) 983-2648
- Atelier FSPN (ouvert pour volet emploi si urgence) (819) 983-6373

### SANTÉ MENTALE

- Boulv'Art de la Vallée (819) 516-0681

## EMPLOYABILITÉ

- Carrefour jeunesse-emploi Papineau / Action Emploi Papineau (15-99 ans) (819)983-4135

## TRANSPORT

- Corporation de transport collectif et adapté de Papineau (819) 308-0788

## AIDE À DOMICILE

- Coop 1001 corvées (819) 427-5252

## SANTÉ

- Coop Santé du Nord de la Petite-Nation (819) 508-2070
- Coop Santé Thurso (819) 985-3080

**N'hésitez pas à visiter et communiquer via les pages facebook des organismes!**

Info sur la COVID-19 (819) 644-4545

Vous voulez aider? JEBENEVOLE.CA

Info-Santé et Info Social (pour toute demande de services au CISSSO) 811 option 2

Dépliant CLSC Petite-Nation <https://ciiss-ouataouais.gouv.qc.ca/clsc/petite-nation/>

Vous connaissez d'autres ressources locales à partager? f.st-amour@mrc-papineau.com