



**RÉPERTOIRE  
DES  
ORGANISMES COMMUNAUTAIRES**

Membres  
de la  
CDC des Deux-Rives

Jonquière  
Bégin  
Larouche  
Saint-Ambroise  
Saint-Charles-de-Bourget

MAI 2025

Vous êtes à la recherche d'un organisme communautaire;

Vous souhaitez référer quelqu'un vers un organisme communautaire;

Vous êtes étudiant et recherchez de l'information sur un organisme communautaire;

Ce bottin pourra vous aider dans vos recherches.

En le parcourant, vous aurez l'occasion de découvrir les organismes, leur histoire, leur mission, leurs activités et services et à qui ils sont offerts. Ces organismes œuvrent sur le territoire de Jonquière, Shipshaw, Lac Kénogami, Saint-Ambroise, Bégin, Larouche, Saint-Charles-de-Bourget. Certains organismes sont également sous-régionaux ou régionaux et œuvrent donc auprès de la population du Saguenay ou encore du Saguenay-Lac-Saint-Jean.

Le bottin est mis à jour annuellement et les informations qui y sont contenues ont été validées auprès des organismes pour s'assurer de leur exactitude.



**Pour nous joindre**

#### Adresse

3885, boulevard Harvey, bureau 212  
Jonquière (Québec) G7X 9B1

(418) 547-9351

[cdc2rives@videotron.ca](mailto:cdc2rives@videotron.ca)

[www.cdc2rives.org](http://www.cdc2rives.org)

# LA CDC DES DEUX-RIVES

---

Est un regroupement local et multisectoriel d'organismes communautaires qui favorise la reconnaissance du mouvement communautaire. On retrouve nos membres en santé et services sociaux, éducation, employabilité, culture, soutien aux personnes (enfants, jeunes, aînés, femmes, familles), défense des droits, logement, environnement, immigration et économie sociale

Les CDC travaillent en **concertation et en partenariat**.

Les CDC sont des acteurs de **développement social**.

Les CDC ont comme mandat **la lutte à la pauvreté**.

## Nos volets d'action

### Travail en développement

---

- Concertation entre les organismes communautaires;
- Partenariat avec les acteurs politiques, institutionnels et socio-économiques du territoire sur des projets de développement local;
- Représentation des membres dans différentes instances des milieux communautaires, socio-économiques ou politique;
- Information;
- Consolidation et développement communautaire en aidant à la création et au maintien des groupes et des réseaux.

### Travail en soutien

---

- Formation et détermination des besoins, recherche de personnes ressources, organisation des formations...;
- Promotion des organismes communautaires par l'organisation d'activités de promotion et de visibilité de l'action communautaire;
- Soutien à l'économie sociale et au développement économique communautaire : accompagnement, animation, promotion et information;
- Soutien et services aux membres;
- Recherche

# TABLE DES MATIÈRES

---

INTRODUCTION.....	2
PRÉSENTATION DE LA CDC.....	3
TABLE DES MATIÈRES .....	4
LISTE DES CATÉGORIES .....	6
LISTE DES ORGANISMES PAR CATÉGORIE .....	7
A.B.C.S. Association pour personnes handicapées.....	12
Accès-Travail-Femmes.....	13
Aide-Parents Plus.....	14
Association de la fibromyalgie Saguenay-Lac-Saint-Jean .....	17
Association du Québec pour enfants avec problème auditifs (AQEPA).....	18
Association PANDA, région Saguenay–Lac-Saint-Jean.....	19
Association pour la promotion des droits des personnes handicapées (APDPH).....	20
Association régionale pour les personnes épileptiques, région 02 (ARPE).....	22
Association Renaissance TCC et AVC Saguenay-Lac-Saint-Jean .....	23
Cancer Saguenay .....	24
Carrefour jeunesse emploi Saguenay .....	25
Centre Alpha de Jonquière.....	26
Centre d'action bénévole Entre-Êtres de Jonquière .....	27
Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes (CAAP).....	28
Centre d'écoute de prévention du suicide 02.....	29
Centre d'intervention familiale Le Transit.....	31
Centre de femmes Mieux-Être de Jonquière.....	33
Centre de ressource pour homme Optimum Saguenay-Lac-Saint-Jean .....	34
Centre de services du Mieux-Vivre .....	35
Centre l'Escale de Jonquière, ressource en santé mentale.....	37
Cohabitation Saguenay.....	38
Coop de solidarité de services à domicile du Saguenay.....	39
Diabète Saguenay-Lac-Saint-Jean.....	41
Diversité 02.....	42
ECO-02.....	43
Équijustice Saguenay.....	44

Groupe Équitem.....	46
Groupe Inclusia.....	47
Groupement des organismes de personnes handicapées Saguenay-Lac-Saint-Jean (GOPHS) .....	49
Havre du Fjord.....	51
La Chambrée, maison d’hébergement pour femmes victimes de violence conjugale (femmes et enfants).....	52
La Maison d’Hébergement Le Séjour inc. ....	53
La Maison d’un Nouvel Élan.....	55
La Maison des soins palliatifs du Saguenay .....	57
La Maison pour tous .....	58
Les Aînés(es) de Jonquière.....	59
Maison d’hébergement S.O.S Jeunesse .....	60
Maison de quartier de Jonquière inc. - Centre communautaire de services .....	61
Maison des jeunes de Jonquière .....	62
Maison des jeunes de Shipshaw.....	63
MicroEntreprendre Saguenay-Lac-Saint-Jean .....	64
Palli-Aide - Accompagnement en soins palliatifs du Saguenay .....	67
Parkinson Région Saguenay-Lac-Saint-Jean .....	68
Patro de Jonquière & Centre Kéno-Patro .....	69
Regroupement des centres d’alphabétisation Mot à Mot.....	72
Service budgétaire et communautaire de Jonquière.....	73
Société Alzheimer Saguenay-Lac-Saint-Jean .....	74
TDL Saguenay-Lac-Saint-Jean.....	75
Triolait .....	76

## LISTE DES CATÉGORIES

---

Il est aussi possible de rechercher un organisme selon les actions ou personnes touchées, dans la liste ci-dessous. Pour voir la liste des organismes faisant partie de chaque catégorie, cliquez sur la catégorie de votre choix.

• Aînés .....	7
• Budget.....	7
• Cuisines collectives.....	7
• Défense des droits.....	7
• Dépannage .....	7
• Dépendances.....	8
• Enfants .....	8
• Familles.....	8
• Femmes.....	8
• Formation et emploi .....	8
• Hébergement .....	8
• Jardins .....	9
• Jeunes.....	9
• Justice réparatrice et médiation citoyenne.....	9
• Milieu de vie.....	9
• Personnes handicapées .....	10
• Population .....	10
• Santé mentale.....	10
• Sécurité alimentaire .....	10
• Soutien santé physique.....	11
• Transport.....	11
• Violence.....	11

# LISTE DES ORGANISMES PAR CATÉGORIE

---

## Aînés

Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes (CAAP).....	28
Centre de services du Mieux-Vivre.....	35
Coop de solidarité de services à domicile du Saguenay.....	39
La Maison d'un Nouvel Élan.....	55
Les Aînés(es) de Jonquière.....	59
Patro de Jonquière.....	69

## Budget

Service budgétaire et communautaire de Jonquière.....	73
---	----

## Cuisines collectives

Centre d'action bénévole Entre-Êtres de Jonquière.....	27
Centre de services du Mieux-Vivre.....	35

## Défense des droits

Groupement des organismes de personnes handicapées Saguenay-Lac-Saint-Jean (GOPHS).....	49
---	----

## Dépannage

Aide-Parents Plus.....	14
Centre d'action bénévole Entre-Êtres de Jonquière.....	27
Centre de services du Mieux-Vivre.....	35
Les Aînés(es) de Jonquière.....	59
Travail de rue / Accueil café (Patro).....	70

## Dépendances

Centre d'intervention familiale Le Transit.....	30
Havre du Fjord.....	51
La Maison d'Hébergement Le Séjour inc.....	53
Les Aînés(es) de Jonquière.....	59

## Enfants

Aide-Parents Plus.....	14
Association du Québec pour enfants avec problème auditifs (AQEPA).....	18
Patro de Jonquière & Centre Kéno-Patro.....	69
TDL Saguenay-Lac-Saint-Jean.....	75
Triolait.....	76

## Familles

Aide-Parents Plus.....	14
Association du Québec pour enfants avec problème auditifs (AQEPA).....	18
Association PANDA, région Saguenay–Lac-Saint-Jean.....	19
Centre d'intervention familiale Le Transit.....	31
Centre de services du Mieux-Vivre.....	35
Patro de Jonquière.....	69
TDL Saguenay-Lac-Saint-Jean.....	75
Triolait.....	76

## Femmes

Accès-Travail-Femmes.....	13
Aide-Parents Plus.....	14
Centre de femmes Mieux-Être de Jonquière.....	32
Centre de services du Mieux-Vivre.....	35
La Chambrée, maison d'hébergement pour femmes victimes de violence conjugale (femmes et enfants).....	52
Maison d'hébergement S.O.S Jeunesse.....	60

## Formation et emploi

Accès-Travail-Femmes.....	13
Carrefour jeunesse emploi Saguenay .....	25
Centre Alpha de Jonquière.....	26
Groupe Équitem .....	46
Groupe Inclusia.....	47
MicroEntreprendre Saguenay-Lac-Saint-Jean .....	64
Regroupement des centres d’alphabétisation Mot à Mot.....	72

## Hébergement

Aide-Parents Plus.....	14
Centre de ressource pour homme Optimum Saguenay-Lac-Saint-Jean .....	33
Havre du Fjord.....	51
La Chambrée, maison d’hébergement pour femmes victimes de violence conjugale (femmes et enfants).....	52
La Maison d’Hébergement Le Séjour inc. ....	53
La Maison d’un Nouvel Élan.....	55
La Maison des soins palliatifs du Saguenay .....	57
Maison d’hébergement S.O.S Jeunesse .....	60

## Jardins

Centre d’action bénévole Entre-Êtres de Jonquière .....	27
---	----

## Jeunes

Association du Québec pour enfants avec problème auditifs (AQEPA).....	18
Association PANDA, région Saguenay–Lac-Saint-Jean.....	19
Centre d’intervention familiale Le Transit.....	30
Havre du Fjord.....	51
Maison d’hébergement S.O.S Jeunesse .....	60
Maison des jeunes de Jonquière .....	62
Maison des jeunes de Shipshaw.....	63
Patro de Jonquière & Centre Kéno-Patro .....	69

## Justice réparatrice et médiation et citoyenne

Équijustice Saguenay.....	44
---------------------------	----

## Milieu de vie

Association pour la promotion des droits des personnes handicapées (APDPH).....	20
Association Renaissance TCC et AVC Saguenay-Lac-Saint-Jean.....	23
Centre d'action bénévole Entre-Êtres de Jonquière.....	27
Centre d'intervention familiale Le Transit.....	31
Centre de femmes Mieux-Être de Jonquière.....	33
Centre de services du Mieux-Vivre.....	35
Centre l'Escale de Jonquière, ressource en santé mentale.....	37
La Maison d'un Nouvel Élan.....	55
La Maison des soins palliatifs du Saguenay.....	57
La Maison pour tous.....	58
Les Aînés(es) de Jonquière.....	59
Maison des jeunes de Jonquière.....	62
Maison des jeunes de Shipshaw.....	63
Palli-Aide - Accompagnement en soins palliatifs du Saguenay.....	67
Patro de Jonquière.....	69
Travail de rue / Accueil café (Patro).....	69

## Personnes handicapées

A.B.C.S. Association pour personnes handicapées.....	12
Association du Québec pour enfants avec problème auditifs (AQEPA).....	18
Association pour la promotion des droits des personnes handicapées (APDPH).....	20
Association Renaissance TCC et AVC Saguenay-Lac-Saint-Jean.....	23
Centre de services du Mieux-Vivre.....	35
Groupement des organismes de personnes handicapées Saguenay-Lac-Saint-Jean (GOPHS).....	49

## Population

Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes (CAAP).....	28
Centre d'écoute de prévention du suicide 02.....	29
Centre de ressource pour homme Optimum Saguenay-Lac-Saint-Jean.....	34
Centre de services du Mieux-Vivre.....	35
Cohabitation Saguenay.....	38
Diversité 02.....	42
ECO-02.....	43
La Maison des soins palliatifs du Saguenay.....	57
Maison de quartier de Jonquière inc. - Centre communautaire de services.....	61

## Santé mentale

Association PANDA, région Saguenay–Lac-Saint-Jean.....	19
Centre d'écoute de prévention du suicide 02.....	29
Centre d'intervention familiale Le Transit.....	31
Centre de services du Mieux-Vivre.....	35
Centre l'Escale de Jonquière, ressource en santé mentale.....	37

## Sécurité alimentaire

Aide-Parents Plus.....	14
Centre d'action bénévole Entre-Êtres de Jonquière .....	27
Coop de solidarité de services à domicile du Saguenay.....	39
Les Aînés(es) de Jonquière.....	59
Travail de rue / Accueil café (Patro) .....	69

## Soutien santé physique

Association de la fibromyalgie Saguenay-Lac-Saint-Jean .....	17
Association régionale pour les personnes épileptiques, région 02 (ARPE).....	23
Cancer Saguenay .....	25
Coop de solidarité de services à domicile du Saguenay.....	39
Diabète Saguenay-Lac-Saint-Jean.....	41
La Maison des soins palliatifs du Saguenay .....	57
Les Aînés(es) de Jonquière.....	59
Palli-Aide - Accompagnement en soins palliatifs du Saguenay .....	67
Parkinson Région Saguenay-Lac-Saint-Jean .....	68
Société Alzheimer Saguenay-Lac-Saint-Jean .....	74
TDL Saguenay-Lac-Saint-Jean.....	75

## Transport

Centre d'action bénévole Entre-Êtres de Jonquière .....	27
Centre de services du Mieux-Vivre.....	35
Les Aînés(es) de Jonquière.....	59

## Violence

La Chambrée, maison d'hébergement pour femmes victimes de violence conjugale (femmes et enfants).....	52
---	----

# A.B.C.S. Association pour personnes handicapées du Saguenay

## Mission

Sensibiliser les différentes autorités à développer l'accessibilité des lieux publics.

Sensibiliser la population dans le but de favoriser l'intégration de la personne handicapée.

Organiser des activités de loisirs, culturelles et touristiques afin de donner du répit aux parents et briser l'isolement des personnes handicapées.

## Clientèle

Les personnes ayant une déficience physique, intellectuelle, psychique, ou autre, leurs parents et amis.

## Coût des activités ou services

Varie selon le type d'activité.

## Services

- Activités physiques *Les amis go!*
- Bricolage et artisanat avec *Les mains agiles*
- Activités sociales avec *Les rendez-vous du mardi soir*
- Café-rencontre amical
- Ligue de quilles
- Répit parent *Sam'di de voir mes amis*
- Voyages, sorties culturelles, sportives, touristiques
- Camp d'été
- Programme de sensibilisation en milieu scolaire *Et si l'on apprenait à se connaître*

## Historique

L'association existe depuis 1984. Elle offre ses services à toute personne ayant un handicap et demeurant dans les municipalités de Saint-Ambroise, Bégin, Saint-Charles-de-Bourget et Shipshaw.



## Coordonnées

187, rue Simard  
St-Ambroise (Québec)  
G7P 2R8  
(418) 672-2511  
Télec.: (418) 672-6686  
abcs4@videotron.ca

## Heures d'ouverture

8h00 à 12h00  
13h00 à 16h00

## Directrice générale

Nicole Dufour

**CATÉGORIE**  
**PERSONNES HANDICAPÉES**

# Accès-Travail-Femmes

## Mission

Favoriser l'amélioration des conditions de vie des femmes par le biais de l'intégration au marché du travail.

## Clientèle

Femmes de tous les âges, de toutes conditions économiques ou sociales désirant intégrer ou réintégrer le marché du travail.

## Coût des activités ou services

Départ de groupes régulièrement

Services gratuits/possibilité de soutien de revenu par Services Québec

## Services

### Offre le service en groupe et individuel:

- Support à la conciliation travail/famille
- Démarche d'orientation professionnelle
- Stratégies d'adaptation au travail
- Techniques de recherche d'emploi (CV, lettre de présentation, entrevue, etc.)
- Aide à la recherche d'emploi
- Expérience pratique en milieu de travail (stage)
- Évaluation du potentiel non traditionnel et support à la diplomation
- Information sur les possibilités d'emploi et les métiers d'avenir
- Information sur les particularités des milieux non traditionnels
- Services offerts aux personnes (hommes et femmes) de plus de 35 ans

## Historique

Organismes à but non lucratif, Accès-Travail-Femmes voit le jour en 1987. L'objectif visé était l'employabilité des femmes, le développement professionnelle, le développement de leur autonomie financière et la diversification professionnelle. ATF est un tremplin vers le monde du travail.



### Coordonnées

2240, rue Montpetit 3e étage  
Jonquière(Québec)  
G7X 6A3  
418) 695-0834  
info@accestravailsaglac.ca  
www.accestravailemloi.com

### Heures d'ouverture

8h00 à 12h00

12h30 à 16h00

### Directrice générale

Véronique Bouchard

### CATÉGORIE

**FEMMES**

**FORMATION ET EMPLOI**

# Aide-Parents Plus

## Mission

Nous venons en aide aux mères et aux pères d'enfants de 0 à 5 ans, ou qui sont en voie de le devenir.

Tous nos services visent à créer des réseaux d'entraide, à briser l'isolement et à outiller les parents afin d'augmenter leurs compétences parentales.

Nous desservons la clientèle du grand Jonquière et des villes environnantes.

## Clientèle

Femmes enceintes ainsi que les familles ayant des enfants de 0 à 5 ans.

## Coût des activités ou services

- Location de sièges d'auto : 35 \$ plus 5 \$ de dépôt pour 12 mois;
- Les Relevailles et accompagnements à la naissance (tarif à évaluer selon les revenus);
- Halte-Répit : 3 \$ par demi-journée ou 15 \$ pour six fois.

Toutes les autres activités sont gratuites. Services.

## Services

### Ateliers d'Éveil 2 à 5 ans

Ateliers de stimulation ayant comme objectifs généraux de favoriser le développement global de l'enfant de 2 à 5 ans, de prévenir les difficultés ou retards de développement, d'adaptation et d'apprentissage de l'enfant et d'accroître les compétences parentales par le vécu partagé et le modelage. Pour l'enfant, il s'agit d'ateliers qui favorisent l'amélioration des habiletés globales : soient cognitives, langagières, socioaffectives, motrices et d'autonomie afin qu'elles s'en tiennent le plus possible au niveau propre à son groupe d'âge.

Pour le parent, se sera l'occasion d'augmenter ses connaissances sur la santé, la discipline et le développement global de son enfant et d'améliorer sa relation parent-enfant. Les ateliers d'Éveil sont offerts sur des sessions d'une moyenne de 15 semaines à raison de 3 demi-journées par semaine d'une durée chacune de 2h15, dont une où la présence du parent est nécessaire. Deux de ces périodes sont consacrées à l'enfant seulement et la troisième exige la présence du parent de chaque enfant afin de favoriser les moments en dyade. Les sessions débutent en septembre et en janvier.



Aide-Parents PLUS

### Coordonnées

3842, boul. Harvey

Jonquière (Québec)

(418) 547-4792

Télec.: (418) 547-3049

info@aideparentplus.com

www.aideparentplus.ca

### Heures d'ouverture

Lundi au jeudi

8h30 à 16h30

Vendredi

8h30 à 12h00

### Directrice générale

Nathalie Plante

**CATÉGORIE**  
**DÉPANNAGE**  
**ENFANTS**  
**FAMILLES**  
**FEMMES**

**HÉBERGEMENT (LA LANCÉE)**  
**SÉCURITÉ ALIMENTAIRE**

# Aide-Parents Plus

---

## Services (suite)

### Bébé futé (0 –30 mois)

Ateliers qui visent à favoriser la relation parent-enfant par le toucher (massage), par des exercices, des thématiques informatives, des bricolages ainsi qu'un journal de bord rempli par les parents en lien avec le développement de l'enfant et les réalités parentales vécues. Ils permettent entre autres choses aux parents de briser l'isolement, d'augmenter leurs connaissances sur le développement global de leur poupon, connaître des façons d'observer au quotidien l'évolution de ce dernier et acquérir de nouvelles façons de stimuler leur bébé.

Les rencontres ont lieu une demi-journée par semaine pour une durée d'environ 1h30. Chacune des sessions d'ateliers dure en moyenne 5 semaines et chacun des ateliers suit une routine établie. Les sessions débutent en septembre, novembre, janvier, mars et avril. Un mode en ligne a été mise en place pour plus de sécurité en contexte de pandémie

### Les Relevailles

Ce service permet de favoriser un retour harmonieux à la maison dans les semaines ou les mois suivant la naissance d'un bébé et aider à l'organisation quotidienne de la famille afin de prévenir l'épuisement des parents. Tout cela de la naissance d'un bébé à un maximum de douze mois selon les besoins propres à chaque famille. Le service est offert par une assistante périnatale qui a le rôle d'apporter un soutien et une assistance compétente et concrète. Il est important de mentionner qu'Aide-Parents Plus est le seul organisme à offrir le service sur tout le territoire de Ville de Saguenay.

L'assistante périnatale peut aider dans les différents soins au nouveau-né : hygiène corporelle (bain, changement de couche, habillement), alimentation et allaitement, sécurité, etc. Elle peut également offrir des soins aux autres enfants de la famille ainsi qu'aux parents afin de s'assurer que la mère se repose, d'être à l'écoute des besoins, de valoriser les initiatives des parents face aux soins donnés au bébé et faire du modeling. Elle favorise et valorise la participation du père aux diverses tâches et guide, au besoin, les parents vers les ressources existantes. Elle aide concrètement dans l'organisation quotidienne.

Ce service est offert par période de 3 ou 4 heures et selon les besoins des familles, nous pouvons répondre à la demande, soit une à plusieurs fois par semaine.

### Le Répit-gardiennage

Ce projet consiste à donner du répit aux jeunes parents. Ce répit de garde non usuel (nuit et fin de semaine) est une avenue intéressante de prévention pour des situations de crise et d'urgence qui peuvent mener à des conditions problématiques persistantes au sein des familles. Il a comme objectif de briser l'isolement des familles en leur permettant ainsi d'avoir accès à des ressources extérieures. Ce temps de pause accordé pourra être utilisé pour la réalisation de démarches personnelles ou professionnelles de la part des parents. Il a également comme objectif de permettre aux enfants d'être dans un milieu sécuritaire et agréable avec des adultes responsables et peut-être même de connaître d'autres enfants et faire de nouvelles activités.

# Aide-Parents Plus

---

## Services (suite)

### **Café-rencontre La Parentèle**

Café-rencontre parent(s)-enfant(s). C'est un groupe de parents d'enfants de 0 à 5 ans désireux de rencontrer d'autres parents et leurs enfants chaque mercredi après-midi de 13h à 15h30. Les objectifs spécifiques de cette activité sont de briser l'isolement en favorisant l'entraide et le soutien mutuel et d'augmenter les connaissances des parents face aux différentes ressources existantes.

C'est l'occasion pour les parents d'échanger sur des sujets qui les interpellent, tout en profitant d'un espace amusant et sécuritaire pour leurs enfants.

### **Partage-Dons (soutien matériel)**

Le service de soutien matériel apporte une aide supplémentaire aux familles désireuses d'économiser et de contribuer à des valeurs de développement durable par le partage et la réutilisation de biens essentiels.

La liste est relativement complète en ce qui concerne ce que nous recevons de la population et ce dont nous faisons la distribution gratuitement : lait commercial pour nouveau-né, couches, échantillons divers, meubles pour bébés, vêtements, etc. Le dépannage est ouvert le mercredi après-midi ainsi que le vendredi matin.

### **Location et vérification de sièges d'auto**

La location et la vérification des sièges d'auto pour enfants permet non seulement d'assurer la sécurité de ces derniers lors de leur transport à bord d'un véhicule automobile, mais également d'informer les parents sur les façons adéquates d'installer et d'utiliser les sièges. La location de siège d'auto est au coût de 45 \$ plus 5 \$ de dépôt pour une durée d'un an.

### **Écono dans l'frigo**

Ce projet consiste à apporter un soutien à domicile à des familles vulnérables au niveau de la cuisine, de la grossesse ou au cours de la première année de vie de bébé. L'intervenante accompagne la famille à faire un budget d'épicerie, comment cuisiner à faible coût et en grande quantité. Des plats économiques sont cuisinés avec les parents et l'intervenante et ainsi, les familles sont mieux outillées pour cuisiner autant en connaissance qu'en matériel.

### **Halte-Répit Au Pays des z'Amis**

La Halte-répit est une ressource de garde temporaire, ponctuelle, abordable et accessible. Pour un coût de 3 \$, les parents peuvent faire garder leurs enfants de douze mois et plus par une personne de confiance dans milieu amusant et sécuritaire. Le service est offert à Jonquière et à Larouche et les familles doivent réserver leur place à la semaine.

### **La Lancée**

Pour jeunes familles monoparentales ayant des enfants de 0-5 ans et qui ont projet de vie :

- Logement à prix modique.
- Accompagnement par une intervenante de milieu dans leur projet de vie et/ou retour aux études

## **Historique**

Aide-Parents Plus est un organisme communautaire sans but lucratif qui œuvre depuis février 1988.

# Association de la fibromyalgie Saguenay-Lac-Saint-Jean

---

## Mission

Notre mission est de créer un groupe d'entraide et de réaliser des activités sociales pour les personnes atteintes et leur entourage qui désirent partager, écouter et échanger



## Clientèle

Personnes atteintes de la fibromyalgie ainsi que leurs proches.

## Cotisation

La cotisation est de 20\$ pour la vie (pas de renouvellement annuel).

## Services

- Réunions périodiques pour partager, écouter et se motiver
- Ateliers et conférences
- Appui téléphonique ou par courriel
- Journal de l'association : L'info-Myalgie
- Activités physiques de groupe
- Site internet et Facebook

## Historique

L'origine de l'Association de la fibromyalgie du Saguenay-Lac-St-Jean Inc. remonte à 1991.

Les objectifs de l'association sont de :

- Offrir aux personnes atteintes des opportunités pour exprimer leur situation de douleur quotidienne tout en leur permettant d'alléger leur détresse ;
- Les renseigner afin qu'ils soient en mesure de mieux prévenir les effets de la maladie et qu'ils bénéficient d'une meilleure qualité de vie
- Les encourager et soutenir leur participation à des activités créatives, sociales et de prise en charge de soi;
- Sensibiliser l'entourage et la société en général à cette problématique

### Adresse

2208, rue Roussel, bur. 3  
Chicoutimi (Québec)  
G7G 1W7  
(418) 602-3552  
Télec. : (418) 695-1458  
fibrosaglac@hotmail.com

**Service téléphonique, information et écoute**

### Responsable

Dounia Chourak

**CATÉGORIE**  
**SOUTIEN SANTÉ PHYSIQUE**

# Association du Québec pour enfants avec problèmes auditifs (AQEPA Saguenay)

## Mission

AQEPA Saguenay, dont la mission est de favoriser et promouvoir l'inclusion sociale des jeunes vivant avec une surdité par le développement de leur plein potentiel.



## Clientèle

Familles ou tuteurs ayant un enfant sourd ou malentendant.

Toute personne vivant avec une surdité agée de dix-huit (18) ans et plus.

## Cotisation annuelle

Membre adulte et famille : .....5,00 \$

Membres alliés : ..... Gratuit

## Services

- Soutien pédagogique (tutorat à domicile)
- Soutien en réadaptation (orthophonie à domicile)
- Encouragement pour une bonne communication au sein des familles (remboursement de cours de LSQ)
- Activités familiales et sociales

## Adresse

138, rue Price Ouest, suite 51

Chicoutimi (Québec)

G7J 1G8

(418) 718-3344

[aqepa.saguenay@aqepa.org](mailto:aqepa.saguenay@aqepa.org)

<https://aqepa.org/aqepa-saguenay/>

## CATÉGORIE

**ENFANTS**

**FAMILLES**

**JEUNES**

**PERSONNES HANDICAPÉES**

# Association Panda

## région Saguenay – Lac-Saint-Jean

### Mission

La mission est régionale et s'oriente vers la promotion de l'intégration sociale des individus vivant avec ces problématiques, particulièrement les personnes touchées par le TDAH.

La mission de PANDA au Saguenay-Lac-St-Jean c'est aussi :

- De détourner de l'isolement, les familles et les proches accablés par les difficultés de tous les jours;
- De démystifier le TDAH et les troubles d'apprentissage par la diffusion d'information pertinente et accessible, c'est-à-dire, de vulgariser l'information;
- De favoriser le développement des compétences pour les jeunes, les adultes et les proches, par des méthodes efficaces et novatrices;
- Offrir des activités et loisirs adaptés aux besoins des personnes handicapées;
- De représenter les parents, les enfants, les adultes et les proches, par notre présence dans les milieux de concertation.

### Clientèle

Familles, jeunes adultes, adultes et toute personne concernée par le TDAH.

### Coût des activités ou services

- Membre régulier : 50 \$
- Membre étudiant : 20 \$
- Membre institutionnel : 100 \$

Devenir membre donne accès :

- Aux ateliers;
- À des tarifs réduits lors de conférences ou d'évènements;
- À des activités familiales;
- À des publications.

### Services

- Accueil et orientation
- Accompagnement, soutien et suivi
- Ateliers parents / enfants
- Coaching pour adultes seulement
- Formation sur mesure

### Historique

L'Association a vu le jour en 1997. Cette association, issue d'un besoin de la communauté (groupe de parents), se désignait alors « Association de parents d'enfants ayant un déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité. »



### Adresse

1946, Davis, suite 102  
Jonquière(Québec)  
G7S 3B6  
418) 579-3140  
info@pandaslsj.org

### Heures d'ouverture

**Lundi au vendredi**

8h30 à 16h30

### Directrice

Dominique Simard

### CATÉGORIE

**FAMILLES**

**JEUNES**

**SANTÉ MENTALE**

# Association pour la promotion des droits des personnes handicapées (APDPH)

## Mission

Offrir des services de loisirs, de répit, de promotion et de défense des droits des personnes handicapées intellectuelles et/ou physiques et leur famille.

Les objectifs de l'Association :

- Trouver des solutions et des moyens aux problèmes rencontrés relatifs à la santé, à l'éducation, aux loisirs et à l'intégration sociale des personnes handicapées;
- Sensibiliser la population aux besoins des personnes handicapées;
- Informer, aider et assister les parents et les personnes handicapées;
- Offrir des activités et loisirs adaptés aux besoins des personnes handicapées.

## Clientèle

Les personnes vivant avec une déficience intellectuelle et/ou physique de tous les âges, ainsi que leur famille .

## Coût des activités ou services

Le coût des activités varie selon le type d'activité.

Carte de membre à 15 \$ par année.

Activités : jour, soir et fin de semaine selon la programmation.

## Services

### Activités de septembre à mai

- Discothèque
- Mardi répit
- Arts plastiques
- Activités récréatives
- Troupe de chant
- Cours de zumba
- Répit dimanche
- Quilles
- La cuisine pour tous
- Activités virtuelles
- Improvisation

### Activités estivales

- Camp de jour



APDPH

### Adresse

2435, Saint-Jean-Baptiste,  
C.P. 814

Jonquière(Québec)

G7X 7W6

téléphone : (418) 548-5832

Télécopieur : (418) 548-5291

apdph@videotron.ca

<https://uvigatestudio.ca/apdph/>

### Heures d'ouverture

Lundi au jeudi

8h00 à 16h00

Vendredi en télétravail

8h00 à 12h00

### Activités

Jour, soir et fin de semaine selon la  
programmation

### Directrice générale

Annie Labonté

## CATÉGORIE

MILIEU DE VIE

PERSONNES HANDICAPÉES

### Autres services

- Soutien aux familles
- Référence – information
- Accompagnement

# Association pour la promotion des droits des personnes handicapées (APDPH) (suite)

---

## Historique

L'Association pour la promotion des droits des personnes handicapées (APDPH) a été fondée en 1972 à partir d'un besoin d'échange et de partage entre les parents et amis de personnes handicapées. Depuis 1992, la présence d'une coordonnatrice à l'association permet une coordination de toutes les activités. Aujourd'hui, l'Association a une équipe de permanents soit : une directrice générale, une adjointe, une coordonnatrice aux activités, 8 éducatrices qui animent nos activités et 30 bénévoles qui supervisent nos soirées disco. Tout cela dans le but de répondre aux besoins de nos 190 membres.

# Association régionale pour les personnes épileptiques région 02 (ARPE)

## Mission

Aider les personnes épileptiques à obtenir les soins médicaux, l'instruction, les facilités de loisirs, de réadaptation et de travail dans la société.

Coopérer avec toutes les organisations privées ou publiques qui peuvent aider les personnes atteintes d'épilepsie dans le domaine de la santé, de la recherche médicale, de l'instruction et du travail.

Interpréter auprès du public et des corps professionnels les besoins des personnes épileptiques dans tous les domaines.

## Clientèle

Personnes épileptiques et leurs familles.

Différents intervenants : employeurs, enseignants, travailleurs sociaux, population en général.

## Coût des activités ou services

Gratuit - <https://epilepsie02.com/devenir-membre/>

## Services

- Écoute et support moral
- Rencontres individuelles et familiales
- Groupe : suivi individuel et familial
- Groupe : informations
- Références
- Envoi de documentation
- Intervention en milieu de travail
- Formations et conférences
- Sensibilisation et promotion
- Accompagnement à vos rendez-vous chez le neurologue
- Soutien technique
- Bulletin « Info-ARPE » envoyer par la poste et infolettre pour les membres
- Activités spéciales dans le cadre du mois de sensibilisation en mars
- Formation aux employés en entreprise

## Historique

Organisme fondé en 1980 afin de pallier à l'absence d'information, de référence et de services pour les personnes atteintes d'épilepsie. Tout d'abord à vocation sous régionale, l'Association régionale pour les personnes épileptiques (Région 02) est maintenant un organisme à vocation régionale, reconnu dans le milieu.



ASSOCIATION RÉGIONALE POUR  
LES PERSONNES ÉPILEPTIQUES  
RÉGION 02

### Adresse

110, rue Racine Est, Suite 218  
C.P. 8333  
Chicoutimi(Québec)  
G7H 5C3  
(418) 549-9888

### Ligne directrice

(418) 376-3004

### Ligne intervenante

(581) 447-2024

info@epilepsie02.ca

Facebook : [https://](https://www.facebook.com/arpe02)

[www.facebook.com/arpe02](https://www.facebook.com/arpe02)

Site Internet :

[www.epilepsie02.com](http://www.epilepsie02.com)

### Heures d'ouverture

Lundi au jeudi

8h30 à 16h00

### Directrice

Sarah-Jane Munger

## CATÉGORIE

**SOUTIEN SANTÉ PHYSIQUE**

# Association Renaissance TCC et AVC

## Saguenay-Lac-Saint-Jean

### Mission

Notre objectif premier est de supporter les personnes traumatisées craniocérébrales, les survivants d'un accident vasculaire cérébral et leurs proches en créant un lien commun d'appartenance, c'est-à-dire une forme de réseau d'entraide. L'Association est l'organisme communautaire régional la plus apte pour répondre aux besoins d'information, de sensibilisation, de socialisation, d'aide et de soutien, d'apprentissage psychosocial et par les formations et représenter les droits des membres.

Tous les services et activités sont basés sur des valeurs de respect, d'autonomie et d'intégrité. Le personnel de l'Association permet aux membres d'identifier eux-mêmes ce qu'ils souhaitent comme conditions de vie, les objectifs qu'ils veulent atteindre et les moyens qu'ils peuvent utiliser pour y arriver, en fonction de leur potentiel. L'équipe d'intervention travaille en étroite collaboration avec le Centre de réadaptation Le Parcours, le Centre régional de traumatologie, l'unité et la clinique AVC de Chicoutimi afin d'assurer un accueil et un suivi personnalisé à chacun de ses membres.

### Clientèle

Les personnes traumatisées craniocérébrales et leurs proches. Les survivants d'un accident vasculaire cérébral et leurs proches.

### Coût des activités ou services

Gratuit, une contribution peut être demandée pour certaines activités.

- Support psychosocial.
- Activités de maintien des acquis.
- Ateliers de groupe.
- Accompagnement et répit pour les proches aidants.
- Défense des droits collectifs.
- Activités de vie associative.
- Formation et sensibilisation dans la communauté.
- Information et références

### Historique

L'Association Renaissance des Personnes Traumatisées Crâniennes a été incorporée le 5 septembre 1995 suite à l'initiative de deux parents et deux personnes traumatisées crâniennes dans le but de briser l'isolement et créer un réseau d'entraide et de soutien pour les proches et les personnes traumatisées craniocérébrales du Saguenay-Lac-Saint-Jean.



### Point de service Jonquière

2123, rue Deschênes  
Jonquière (Québec) G7S 5E3

### Point de service Alma

433, rue Collard, suite 4  
Alma (Québec) G8B 1N1  
(418) 376-5686  
info@associationrenaissance.net  
www.associationrenaissance.net

### Heures d'ouverture

Lundi au jeudi  
8h00 à 16h00

### Directrice générale par intérim

Isabelle Dufour

**CATÉGORIE**  
**MILIEU DE VIE**  
**PERSONNES HANDICAPÉES**

# Cancer Saguenay



## Mission

L'écoute : parce que vous êtes la priorité

Un guide : pour vous aider à découvrir vos forces et vos capacités.

Un support : pour renforcer ce qui contribue à votre équilibre.

Des conseils : pour orienter vos choix personnels.

La prévention : pour être à l'écoute de soi-même, agir à temps et développer une attitude responsable.

## Clientèle

Les personnes atteintes de cancer et leur famille.

## Coût des activités ou services

Aucun

## Services

- Accueil et référence
- Écoute téléphonique
- Entrevues individuelles
- Visite à domicile ou à l'hôpital
- Groupe d'entraide
- Support auprès de la famille
- Salle d'accueil
- Bibliothèque santé
- Transport
- Prêts d'accessoires
- Massages
- Activités de loisirs
- Prothèses capillaires
- Prévention des infections
- Chapeaux et foulards
- Ateliers de prévention
- La luminothérapie
- La manucure thérapeutique
- Le maquillage
- La boxe-thérapie
- Relaxation et méditation
- Biofeedback
- Prise de tension artérielle
- Service de jumelage

## Historique

Fondé en 1988. Organisme sans but lucratif offrant des services d'aide aux personnes atteintes de cancer ainsi qu'à leur famille.

### Adresse

1845, rue Deschênes

Jonquière (Québec)

G7S 4T8

(418) 699-0009

cancersaguenay@hotmail.com

Facebook : Cancer Saguenay

<http://cancersaguenay.org/>

### Heures d'ouverture

Lundi au jeudi

8h00 à 16h00

### Directeur général

Dany Brisson

### CATÉGORIE

**SOUTIEN SANTÉ PHYSIQUE**

# Carrefour jeunesse emploi Saguenay

## Mission

Accueillir et accompagner les jeunes de 15 à 35 ans du Saguenay dans leurs démarches d'accomplissement personnel, scolaire et professionnel.

## Clientèle

Les personnes entre 15 et 35 ans.

## Coût des activités ou services

Aucun

## Services

### Travail

- Accompagnement individualisé
- Travailler dans une démarche de développement personnel et professionnel
- Offrir des outils pour une insertion durable en emploi
- Aider à développer ses compétences en plateaux de travail
- Offrir d'un service d'orientation

### Ateliers d'exploration personnelle

- Participation à des ateliers créatifs et manuels
- Réalisation de stages en entreprise
- Exploration de métiers

### Aide à la recherche d'emploi

- Rédiger un CV et une lettre de présentation à ton image
- Découvrir et pratiquer les techniques d'entrevue.
- Connaître les techniques et outils de recherche d'emploi
- Apprendre à se mettre en valeur auprès des employeurs
- Dresser un bilan de tes compétences professionnelles
- Explorer les tendances du marché de l'emploi



## Adresse

2338, rue Saint-Dominique  
Jonquière (Québec) G7S 5E3  
(418) 695-3317  
info@cjesag.qc.ca  
<https://cjesag.qc.ca/>

## Heures d'ouverture

Lundi au jeudi  
8h30 à 13h00  
13h à 16h00

## Directeur général

Bernard Belley

**CATÉGORIE**  
**FORMATION ET EMPLOI**

# Centre Alpha de Jonquière

## Mission

Accroître l'accessibilité à l'écrit des personnes peu ou pas alphabétisées, entre autres, par l'utilisation de documents accessibles (écriture simple) et par la simplification des communications écrites et des communications sociales.

Promouvoir des activités de sensibilisation, de promotion et même de recrutement.

## Clientèle

- Adultes de 16 ans et plus, analphabètes complets, fonctionnels et/ou peu scolarisés
- Personnes sans emploi et/ou sur le marché du travail
- Enfants de 0 à 5 ans dans les garderies en milieu familial du secteur Jonquière.

## Coût des activités ou services

60 \$ par personne pour le cours d'informatique.

Gratuit pour les autres formations.

## Services

**Activités de formation en alphabétisation (groupes de 4 à 8 personnes).**

- Activités thématiques
- Français et calcul en atelier. APO : mise en application des exercices sur l'ordinateur
- Durée de cette activité : de 3 à 15 heures/semaine, de septembre à décembre et de janvier à avril

**Ateliers d'informatique pour les personnes retraitées et la population en général (2,5 heures par semaine/ 7 semaines par session, 7 personnes par groupe) - 3 niveaux offerts.**

**Tutorat (un apprenant / un formateur) pour toute personne désirant améliorer ses connaissances :**

- En français (gratuit)
- En informatique (20 \$/heure, 10 \$/heure pour les gens en recherche d'emploi)
- Préparation au TDG (test de développement général) : soutien individuel et accompagnement (gratuit)

**Ateliers sur les tablettes électroniques (systèmes Android et Apple) – 7 séances de 2,5 heures**

**Activités de prévention de l'analphabétisme « Éveil à la lecture et à l'écriture »**

Ces activités se font dans les garderies en milieu familial, dans certains CPE et CHSLD.

## Service de bibliothèque mobile

Ces activités se font dans les garderies en milieu familial.**Historique**

Le Centre d'alphabétisation de Jonquière est un organisme sans but lucratif qui est né à partir d'une demande de personnes adultes désirant apprendre à lire et à écrire pour certains et améliorer leur lecture et leur écriture pour d'autres. C'est en 1981 que l'organisme a été incorporé par lettre patente auprès du Gouvernement du Québec.



### Coordonnées

2240, rue Montpetit,  
Jonquière, Québec G7X 7V8

(418) 547-7514

centrealpha@hotmail.com

[https://www.facebook.com/](https://www.facebook.com/centrealpha.jonquiere)

centrealpha.jonquiere

### Heures d'ouverture

Lundi au vendredi 8h30 à 16h30

### Coordonnatrice

Joanie Fortin

### Formateur en informatique

Steve Bradette

### Formatrice en alphabétisation

Joanie Fortin

### Chargée de projet (Éveil à la lecture)

Émilie Fortin

## CATÉGORIE

## FORMATION ET EMPLOI

# Centre d'action bénévole Entre-Êtres de Jonquière

## Mission

La mission du Centre d'action bénévole Entre-Êtres de Jonquière est de promouvoir et développer l'action bénévole dans les différents secteurs de l'activité humaine en favorisant un espace d'engagement bénévole et en offrant des services autour des enjeux (socio-communautaires-humanitaires) en réponse aux besoins du milieu. De plus, nous favorisons le développement de la vie communautaire en impliquant les citoyens et citoyennes, ainsi que les partenaires qui travaillent avec les personnes dans le besoin de notre communauté. L'organisme vise l'amélioration de la qualité de vie tant sur le plan individuel que collectif dans une perspective de lutte à la pauvreté; et la prévention de l'isolement social par le biais d'activités diversifiées et gratuites répondant aux besoins des personnes.

## Clientèle

- Majoritairement des personnes entre 0 et 65 ans à faible revenu.
- Personnes ayant des problèmes de santé mentale
- Proches aidants ayant à leur charge une personne âgée malade ou en perte d'autonomie.
- Familles vulnérables ayant à leur charge au moins un enfant âgé de 0 à 5 ans.

## Coût des activités ou services

La plupart de nos activités sont gratuites ou à faibles coûts. Des coûts minimes sont demandés pour l'accompagnement / transport pour les soins santé et le répit famille et le répit aidant.

## Services

- Orientation et référencement de bénévoles.
- Jardins communautaires.
- Alimentour.
- Dépannage alimentaire d'urgence
- Clinique d'impôt bénévole (mars à mai).
- Milieu de vie ouvert à tous, offrant des activités à caractère social et récréatif.
- Cuisine collective.

## Historique

Le Centre d'action bénévole de Jonquière fut fondé en 1995 et était offert, au départ, par le Centre de femmes. En 26 novembre 2008, le Centre d'action bénévole de Jonquière s'est incorporé et affilié à la fédération des Centres d'action bénévole du Québec. Entre-Êtres a été fondé en 1991 par un comité de personnes du secteur Langellier, la St-Vincent de Paul d'Arvida et Mme Cécile Valley, agente de pastorale, pour répondre aux besoins des personnes seules et des familles du quartier. Entre-Êtres s'est incorporé en 2002.



### Adresse

3750., boul. du Royaume, bur.205  
Jonquière (Québec)  
G7X 0A4  
(418) 542-1625  
(418) 542-9021  
Télécopieur (418) 542-9021  
entre-etres@cabjonquiere.com  
info@cabjonquiere.com  
<https://www.cabjonquiere.com/>

### Heures d'ouverture

Lundi au jeudi  
8h00 à 12h00  
Vendredi  
8h00 à 12h00

### Direction

Marie-Ève Lefrançois

### CATÉGORIE

**CUISINES COLLECTIVES  
DÉPANNAGE  
JARDINS  
MILIEU DE VIE  
SÉCURITÉ ALIMENTAIRE  
TRANSPORT**

# Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes (CAAP)

## Mission

Le CAAP SLSJ est l'organisme communautaire régional qui assiste et accompagne les personnes insatisfaites d'un service du système de santé et de services sociaux. Il contribue au respect des droits et à l'amélioration des services et favorise la conciliation comme approche. Il accompagne également les locataires de résidence privée pour aînés.

## Clientèle

- Usagers du service de santé.
- Locataires de résidence privée pour aînés (personnes âgées).

## Coût des activités ou services

La plupart de nos activités sont gratuites ou à faibles coûts. Des coûts minimes sont demandés pour l'accompagnement / transport pour les soins santé et le répit famille et le répit aidant.

## Services

### Service d'information

- Offrir de l'information et des références à toutes personnes avec des questionnements sur leurs droits et leurs recours vis-à-vis leur situation.
- Orienter les personnes vers la ressource la mieux adaptée à leurs besoins

### Service d'assistance et d'accompagnement

- Soutenir, orienter et conseiller la personne lorsque la démarche est amorcée. La personne demeure responsable de sa démarche, sa participation est de mise dans l'évolution de son dossier.
- Accompagner la personne avant, pendant et après sa démarche de plainte.
- L'accompagnement des aînés et les baux en résidences privées.

## Historique

En 1991, l'adoption de la Loi sur les services de santé et les services sociaux, engendre la création du régime d'examen des plaintes. Le gouvernement du Québec confirme ainsi le droit à toute personne insatisfaite des services obtenus de porter plainte et d'être assistée et accompagnée dans cette démarche. Dans chaque région du Québec, un OSBL à vocation régionale est désigné. En 1993, c'est l'organisme communautaire Information Référence région 02 qui reçoit le mandat pour la région du Saguenay-Lac-Saint-Jean. En 2002, le Ministère évalue les équipes d'assistance. Suite à une démarche provinciale, les organismes d'assistance et d'accompagnement adoptent une même dénomination sociale, soit les Centres d'Assistance et d'Accompagnement aux Plaintes (CAAP). En 2003, un processus de séparation a été complété avec l'organisme Information Référence région 02. Le Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes Saguenay-Lac-Saint-Jean devient un organisme à part entière et est officiellement désignée par le Ministère de la Santé et des Services sociaux.



### Siège social

414 rue Collard Ouest  
Alma(Québec) G8B 1N2

### Point de service

15-927, rue Jacques-Cartier Est,  
Chicoutimi (Québec) G7H 2A3  
(418) 662-6774

Sans frais 1-877-767-2227

info@plaintesante.ca

<https://www.plaintesante.ca>

### Heures d'ouverture

Lundi au jeudi

8h00 à 12h00

Vendredi

8h00 à 12h00

### Responsable

Josey Lacognata

## CATÉGORIE

**AÎNÉS**

## **POPULATION**

# Centre d'écoute de prévention du suicide 02



Centre de  
**PRÉVENTION  
DU SUICIDE**  
Saguenay-Lac-Saint-Jean  
Chapais-Chibougamau

## Mission

Le Centre d'écoute et de prévention du suicide (CEPS) 02 a comme mission de développer l'écoute active, de prévenir le suicide et de contribuer à réduire les facteurs de risque associés. L'organisme travaille dans un esprit de partenariat et d'actions concertées et agit à titre d'expert et de leader régional en matière de prévention du suicide.

## Clientèle

- Personnes ayant besoin d'écoute;
- Personnes ayant des idées suicidaires ou à risque de suicide;
- Proches des personnes ayant des idées suicidaires;
- Personnes en deuil à la suite d'un suicide;
- Intervenants;
- Milieux institutionnels et communautaires;
- Entreprises;
- Partenaires;
- Population en général.

**1-866-APPELLE  
(1 866-277-3553)**

**Sans frais, partout au Québec  
24 HEURES SUR 24  
7 JOURS SUR 7**

### Adresse

C.P. 8208  
Chicoutimi (Québec) G7H 5B7  
(418) 545-9110  
Télécopieur (418) 695-1505  
info@cps02.org  
<http://www.cps02.org>

**CATÉGORIE  
POPULATION  
SANTÉ MENTALE**

N.B.: Les territoires desservis par l'organisme sont le Saguenay-Lac-St-Jean et Chibougamau – Chapais.

## Services

### Volet prévention du suicide :

- Atelier de sensibilisation en prévention du suicide
- Groupe de soutien et d'entraide pour hommes en difficulté TRANSITION
- Projets divers portant sur la prévention du suicide (distribution de verrous de pontet, journée tatouage, Journée Mondiale de Prévention du Suicide, Semaine Nationale de Prévention du Suicide, travaux de collaboration avec divers partenaires régionaux et bien d'autres)
- Intervention téléphonique 1-866-APPELLE, ligne 24/7 qui s'adresse aux personnes ayant des idées suicidaires, aux personnes en deuil à la suite d'un suicide et à toute personne qui s'inquiète pour quelqu'un (estimation de la dangerosité d'un passage à l'acte suicidaire, susciter l'espoir, assurer la sécurité / soutien aux professionnels)
- Relances téléphoniques lors d'un moment critique
- Intervention de suivi pour personne en deuil à la suite d'un suicide
- Soutien à l'implantation d'un programme de Postvention en milieu de travail (Être prêt à agir lors d'un suicide)
- Séance de Postvention (rencontre spécialisée auprès des proches lors d'un suicide complété)
- Séance de ventilation (rencontre spécialisée auprès des proches lors d'une tentative de suicide)
- Groupe de soutien pour personnes endeuillées à la suite d'un suicide
- Présence d'un bénévole dans les salons funéraires.

## Centre d'écoute de prévention du suicide 02 (suite)

---

### Services (suite)

- Formation "Agir en tant que sentinelle en prévention du suicide" / versions disponibles : générale, agricole
- Formation "Repérer la personne vulnérable au suicide et appliquer les mesures de protection requises"
- Formation "Prévenir le suicide chez les personnes de 14 ans et plus – Susciter l'espoir et estimer le danger"
- Formation "Intervenir auprès de la personne suicidaire à l'aide de bonnes pratiques" / versions disponibles : 14-18 ans, Établissement de détention, Premières nations.

### Volet écoute active (offert également sur le territoire de la Côte-Nord)

- Ligne d'écoute téléphonique 24/7 pour toute personne ayant besoin de parler
- Formation "L'art de l'écoute"

### Volet combiné

- Atelier et kiosque d'information sur les services offerts
- Charte régionale en prévention du suicide et en écoute active
- Distribution de matériel promotionnel (offert également sur le territoire de la Côte-Nord)
- Possibilités de bénévolat (offert également sur le territoire de la Côte-Nord)

### Historique

Le Centre d'écoute et de prévention du suicide 02 (CEPS 02) est un organisme à but non lucratif et à vocation régionale qui a combiné les 30 ans d'existence de Tel-Aide SLSJ ainsi que les 40 ans d'existence du CPS-02. Le service d'intervention téléphonique au CPS-02 a débuté en 1986 grâce à une équipe de bénévoles ayant préalablement reçu une formation pour intervenir auprès d'une de personnes ayant des idées suicidaires, leurs proches et les personnes en deuil à la suite d'un suicide. Depuis, le Centre est reconnu comme chef de file régional en matière de prévention du suicide.

# Centre d'intervention familiale Le Transit

## Mission

### Offrir des services adaptés aux besoins des familles.

Accompagner les parents et les jeunes dans leur cheminement en leur offrant un milieu de vie, du support, de l'accompagnement et des outils pour qu'ils puissent maintenir, préserver et améliorer ou rétablir leurs relations familiales et être bien dans toutes les sphères de leur vie.

Nous tenons aussi à promouvoir, par notre implication dans différents milieux (colloques, kiosque, conférences) l'importance de la famille et de la relation parents et jeunes.

**Clientèle** • Parents de jeunes 6 à 23 ans • Jeunes de 6 à 23 ans

**Coût des activités ou services**      Aucun

## Services

### Programmes offerts aux parents de jeunes 6 à 23 ans

- **Accueil, écoute, accompagnement et référencement familiaux** – rencontre pour connaître les besoins des parents et orienter vers nos services ou accompagner vers les ressources appropriées.
- **Guidance parentale** – rencontres individuelles en lien avec des thématiques précises reliées au rôle parentale (ex : les conséquences, la recombinaison familiale, accompagner mon jeune dans ses études, la discipline, la prévention des dépendances, etc.).
- **Programme Entraînement aux habiletés parentales** – (Parler pour que les enfants écoutent, écouter pour que les enfants parlent) a pour but de fournir aux parents des méthodes de communication pratiques et efficaces tout en leur permettant d'échanger et de valider leur vécu quotidien. (Durée 7 semaines).
- **Café expression** – offre de rencontres thématiques.

### Services offerts aux familles

- **Les Ateliers Réalité TDAH** sont offerts au CIF Le Transit dans le cadre d'une entente avec l'Association PANDA Saguenay Lac St-Jean.

### Programmes offerts pour les jeunes 12-17 ans

Des rencontres individuelles ou de groupes sont offerts selon les demandes.

- **Estime de soi**
- **Gestion des comportements et de la colère**
- **Consommation**
- **Gestion des émotions**
- **Harcèlement – intimidation** – Programmes offerts pour les 18-23 ans



### Adresse

2469 rue Saint-Dominique  
Jonquière (Québec) G7S 3N3  
(418) 695-2780  
Télécopieur (418) 695-1458  
info@cifletransit.org  
www.cifletransit.org

### Heures d'ouverture

Lundi au jeudi  
8h00 à 21h00  
Le vendredi  
8h00 à 12h00

### Directrice générale

Stéphanie Lespérance

**CATÉGORIE**  
**DÉPENDANCES**  
**FAMILLE**  
**JEUNES**  
**MILIEU DE VIE**  
**SANTÉ MENTALE**

## Centre d'intervention familiale Le Transit (suite)

---

### Historique

En 1992, des parents dont les jeunes avaient des problèmes de comportement se regroupaient afin de se donner un lieu où ils pouvaient échanger et améliorer leur situation familiale. Un intervenant du CLSC de la Jonquière les accompagnait dans cette démarche. L'Association des parents d'ados de Jonquière était fondée en 1994.

Au fil des ans, notre organisme a évolué et offert, à la demande des parents, des services aux adolescents via le Centre le Transit. Nous avons su nous adapter aux nouvelles réalités des parents et des jeunes.

# Centre de femmes Mieux-Être de Jonquière

## Mission

- Promouvoir et favoriser l'autonomie des femmes.
- Mettre sur pied des activités et des services qui répondent à leurs besoins.
- Accueillir, soutenir et aider les femmes vivant des difficultés.
- Développer la solidarité entre les femmes; défendre leurs



## Clientèle                      Coût des activités ou services

Pour toutes les femmes      Gratuit

## Services

- Accueil
- Aide individuelle
- Activités éducatives et créatives
- .Groupes d'entraide
- Action collective (défense des droits)

## Historique

En 1978, l'éducation des adultes dispense des cours de croissance personnelle tels que : « Nouveau départ », « Se connaître comme femme » et « Croissance personnelle 1, 2, 3 ». Des femmes désireuses de développer leur autonomie se sont alors regroupées. Après cette première démarche, celles-ci sont laissées pour compte puisque ni aide ni suivi ne sont en place afin qu'elles puissent poursuivre dans la même veine. Constatant un manque de ressource, des formatrices de l'éducation des adultes se mobilisent et décident de mettre sur pied un organisme qui comblera les besoins de ces personnes tout en dispensant d'autres services. Ce n'est qu'en 1980 que l'organisme prend son envol sous l'appellation de « Centre de bénévoles mieux-être Inc. » Le but de l'organisme est de former des bénévoles et d'aider toute personne en difficulté. Les services offerts sont divisés en plusieurs volets. D'abord l'aide individuelle; l'accueil, l'écoute téléphonique, les entrevues individuelles et la référence. Ensuite le volet maintien à domicile; la formation de bénévoles, l'accompagnement, le transport médical et les visites d'amitié. Finalement, le volet sensibilisation et information ; thématiques, croissance personnelle et mise en œuvre de projets visant des problèmes plus spécifiques. Le Centre bénévole Mieux-Être Inc. fonctionne dans ce sens pendant plus de dix ans. En 1993, l'organisme revoit sa mission et décide d'entreprendre des procédures pour devenir un Centre de femmes. Un an plus tard, le Centre de Femmes Mieux-Être est accrédité officiellement comme Centre de Femmes. Cependant, le volet maintien à domicile ne peut faire partie des services du Centre puisqu'il dessert une clientèle également masculine. Comme le Centre tient à ne pas mettre de côté cette partie de la clientèle, le maintien à domicile devient une autre corporation nommée : Centre de Soutien à Domicile de Jonquière Inc. Ainsi, par le biais de cette autre corporation, la clientèle de ce volet continue d'être desservie. Depuis sa réorientation, le Centre de Femmes Mieux-Être accueille chaque année des femmes aux prises avec différentes problématiques : isolement, solitude, rupture (séparation-divorce, deuil), abus sexuel (inceste, viol, agression), violence, pauvreté, préjugés, sexisme, etc. Les femmes qui fréquentent le Centre veulent d'abord se retrouver entre elles. Elles veulent échanger, partager sur des sujets qui les intéressent : le retour aux études, le marché du travail, l'éducation des enfants, l'adolescence, les relations de couple, leurs droits, etc. Elles ressentent le besoin de se solidariser, de communiquer avec d'autres femmes

*Vous désirez rencontrer d'autres femmes, briser votre isolement ou participer à un atelier de croissance personnelle, à un atelier thématique ou vous avez des idées de projet liées aux besoins des femmes de la population, le Centre est pour vous.*

## Adresse

3885, boul. Harvey, bur.205  
Jonquière (Québec) G7X 9B1  
(418) 547-3763  
Télécopieur (418) 547-6342  
femmesmieux\_etre@videotron.ca  
centrefemmesjonquiere.com/

## Heures d'ouverture

Lundi au vendredi  
9h00 à 12h00  
13h00 à 16h00

## Responsable

Josée Gagnon

## CATÉGORIE **FEMMES** **MILIEU DE VIE**

# Centre de ressource pour homme Optimum

## Mission

Offrir directement et de manière concertée un éventail de services d'aide adaptés aux besoins des hommes dans leurs diverses réalités masculines.

## Clientèle

Tous les hommes.

## Coût des activités ou services

Tous les services sont gratuits sauf l'hébergement à la Maison Oxygène

## Services

- **Cran d'arrêt**  
Le service Cran d'Arrêt est offert aux hommes qui désirent contrôler leur impulsivité et mettre un terme à leurs comportements violents.  
Le programme cible l'amélioration des relations conjugales et sociales par le développement de la responsabilisation. Les interventions se déroulent en petits groupes d'aide favorisant des échanges enrichissants.
- **Trajectoires**  
Offert aux hommes vivant une période difficile, dans le but de leur fournir les outils nécessaires à pouvoir amorcer un changement positif dans leur vie. La force du groupe d'entraide favorise l'ouverture, l'expression de soi, l'écoute, l'inspiration, et la motivation au changement pour reprendre du pouvoir sur sa vie.
- **Maison Oxygène**  
Depuis le début de 2019, l'organisme est officiellement accrédité Maison Oxygène en développement. Ce service s'adresse aux pères vivant des périodes difficiles au plan familial, personnel, social ou conjugal. Pensée pour répondre aux besoins des familles, la Maison Oxygène propose des installations confortables et sécurisantes pour recevoir les papas, leur offrir du soutien, de l'accompagnement et, au besoin, les héberger seuls ou avec leurs enfants.
- **Services aux hommes victimes d'abus sexuel**  
Sensibiliser la population générale à la problématique méconnue des abus sexuels subis par les hommes dans l'enfance, et les mythes qui y sont rattachés.  
De plus, l'organisme accueille les demandes d'aide d'hommes qui se reconnaissent dans cette problématique et qui souhaitent cheminer par rapport à celle-ci. En partenariat avec le CAVAC, nous souhaitons faciliter le cheminement d'hommes ayant été victimes d'abus sexuels.

**CENTRE DE RESSOURCES  
POUR HOMMES**  
Saguenay-Lac-Saint-Jean 

## Point de service Dolbeau-Mistassini

### (Siège social)

1889, boul. Sacré-Coeur  
Dolbeau-Mistassini (Québec) G8L 2A4

### Point de service Alma

30, rue Saint-Joseph  
Alma (Québec) G8B 3E4

### Point de service Roberval

517, boul. Saint-Joseph  
Roberval (Québec) G8H 2K7

1 (877) 276-5802

[direction@crhoptimum.ca](mailto:direction@crhoptimum.ca)

<https://crhpotimum.ca/>

### Directeur

Sébastien Ouellet

## **CATÉGORIE POPULATION MILIEU DE VIE**

# Centre de services du Mieux-Vivre

Saint-Ambroise, Shipshaw, Bégin, Saint-Charles-de-Bourget



## Mission

Améliorer la qualité de vie.

Pourvoir la clientèle de services et d'activités communautaires adéquats tant dans le domaine social que de la santé.

Développer et coordonner des activités auprès de la clientèle.

Promouvoir et stimuler le bénévolat dans le milieu.

## Clientèle

- Les personnes âgées
- Les personnes handicapées
- Les personnes et les familles en difficultés.

## Coût des activités ou services

Aucun coût n'est requis pour les services en général sauf pour le service d'accompagnement/ transport où une contribution de 5 \$ à 22 \$ pour les déplacements locaux et de 75 \$ à 250 \$ pour aller à l'extérieur de la région. En ce qui a trait au service de la Dînette Mobile le coût du repas est de 6 \$.

## Services

- Répit gardiennage pour enfants
- Accompagnement pour les personnes atteintes d'Alzheimer et en perte d'autonomie
- Activités *Mères et trésors* (éducatives, récréatives et culturelles) pour les mères et/ou parents-enfants
- Atelier d'éveil pour enfants en collaboration avec Aide-Parents Plus
- Livraison de repas (Dînettes mobiles).
- Soutien technique (impôt des particuliers, compréhension de certains formulaires...).
- Visites d'amitié
- Bonjour Quotidien (appels téléphoniques journaliers)
- Activités éducatives et récréative
- Écoute active
- Visites à domicile
- Centre alternatif pour personnes en perte d'autonomie et cognitive
- Joie et Santé (programme de mise en forme physique)
- Le BACS à provision (collaboration avec les responsables de la Saint-Vincent-de-Paul de Bégin, Saint-Ambroise, Saint-Charles-de-Bourget et Shipshaw – offre de denrées alimentaires aux familles démunies).
- Cuisines collectives.

## Adresse

55, rue du Pont Est  
St-Ambroise (Québec) G7P 2M3

(418) 672-4143

Télécopieur (418) 672-4797

<https://centredumieuxvivre.org>

[admin@centredumieuxvivre.org](mailto:admin@centredumieuxvivre.org)

## Heures d'ouverture

Lundi au vendredi

8h00 à 12h00

13h00 à 16h00

## Responsable

Diane Thétrault

## CATÉGORIE

**AÎNÉS**

**CUISINES COLLECTIVES**

**DÉPANNAGE**

**FAMILLE**

**FEMMES**

**MILIEU DE VIE**

**PERSONNES HANDICAPÉES**

**POPULATION**

**SANTÉ MENTALE**

**TRANSPORT**

# Centre de services du Mieux-Vivre (suite)

Saint-Ambroise, Shipshaw, Bégin, Saint-Charles-de-Bourget

---

## Historique

L'organisme œuvre dans le domaine de la santé et des services sociaux depuis 1983. Environ 80 bénévoles dispensent annuellement des services en maintien à domicile auprès des personnes âgées, des personnes handicapées et des personnes et familles en difficulté. Le conseil d'administration se compose de 9 membres, dont 1e représentant par municipalité.

# Centre l'Escale de Jonquière, ressource en santé mentale



## Mission

Offrir un milieu de vie et un ensemble de services diversifiés aux personnes vivant ou ayant vécu un problème de santé mentale et/ou de détresse psychologique dans le but de favoriser une reprise de pouvoir personnel afin qu'elle maintienne un rôle actif dans sa communauté.

## Clientèle

Personnes âgées de 16 à 65 ans vivant ou ayant vécu des problèmes de santé mentale temporaires ou persistants. Personne ayant des difficultés d'ordre émotives.

## Coût des activités ou services

Les services sont gratuits.

## Services

### 4 volets de services

- Centre de jour situé sur la rue de La Fabrique à Jonquière
- Soutien au logement – appartements supervisés et soutien au logement offert dans la communauté)
- Soutien à l'emploi – 25 places disponibles sur la mesure d'employabilité PASSAction, 2 plateaux de réinsertion à l'emploi dont l'Escalier.
- Volet jeunesse – suivis individuels à partir de 16 ans

### **Dans les volets, on retrouve les services suivants :**

- Promotion et prévention
- Accueil, évaluation et références
- Relation d'aide, suivi individuel
- Accompagnement ponctuel et de courte durée
- Soutien téléphonique
- Intervention individuelle et de groupe
- Activités de groupe diverses favorisant l'entraide
- Programmation mensuelle d'activités diverses
- Support, maintien et accompagnement dans les activités de vie quotidienne et dans les activités de vie domestiques
- Volet jeunesse

## Historique

Ouverture du centre de jour en avril 1985. Création du volet des appartements supervisés en 1989 suivi de la construction d'un immeuble à appartement en 1991 pour un total de 12 logements supervisés. Nouveau service en matière de soutien au logement dans la communauté en 2008.

### Adresse

3958, rue de la Fabrique  
Jonquière (Québec)G7X 3N2  
(418) 547-3644  
Télécopieur (418) 547-9304  
escale@centreescale.org  
www.escale.org

### Heures d'ouverture

Fermé le mercredi matin  
8h00 à 12h00  
13h00 à 16h00

### Directrice générale

Josée Gagnon

**CATÉGORIE**  
**MILIEU DE VIE**  
**SANTÉ MENTALE**

# Cohabitation Saguenay

## Mission

Promouvoir la cohabitation et accompagner la population de 18 ans et plus dans leur jumelage afin d'améliorer leurs conditions de vie.

Pour :

- Économiser
- Surmonter la solitude
- Améliorer la qualité de vie
- Se sentir en sécurité
- Partager les tâches

## Clientèle

Toutes personnes de 18 ans et plus

Personnes âgées

## Coût des activités ou services

Services gratuits

## Services

- Service intergénérationnel et maintien à domicile : jumeler des personnes de 60 ans et plus des étudiant(e)s (18 à 30 ans).
- Service population générale : jumeler des personnes de tous âges avec des personnes de tous âges.
- Inscription, évaluation des besoins, références, vérification des antécédents, suivis et écoute

## Historique

Mis en place depuis 1987, sous le nom « Les Habitations partagées du Saguenay », l'organisme offre un service d'aide à la cohabitation aux personnes désireuses de cohabiter dans un même domicile. Il s'agit d'une initiative de l'Association québécoise de défense des droits des retraitées et préretraitées (AQDR). Le service s'est étendu aux 18 ans et plus depuis quelques années. En 2023, l'organisme « Les Habitations » partagées change de nom et devient « Cohabitation Saguenay. ».



### Adresse

94, rue Jacques-Cartier Est, local 102  
Chicoutimi (Québec) G7H 1Y3  
(418) 695-5949

### Courriel de la direction

[direction@cohabitationsaguenay.com](mailto:direction@cohabitationsaguenay.com)

### Courriel pour intervention

[intervention@cohabitationsaguenay.com](mailto:intervention@cohabitationsaguenay.com)

<https://cohabitationsaguenay.com/>

### Heures d'ouverture

Lundi au jeudi

9h00 à 16h00

Vendredi

9h00 à 12h00

### Directrice générale

Murphy St-Gelais

## **CATÉGORIE POPULATION**

# Coop de solidarité de services à domicile du Saguenay (CSSDRS)

## Mission

La Coopérative de solidarité de services à domicile du Royaume du Saguenay s'est donnée comme mission d'offrir des services d'aide à la vie domestique et quotidienne pour l'ensemble de la population, dans leur milieu de vie sur les territoires des centres de santé de Chicoutimi et de Jonquière. Grâce à un personnel compétent et professionnel, elle assure en continu des services de qualité reconnus dans son milieu.

## Clientèle

- Population — Personnes de tous âges, soit pour usage régulier, occasionnel ou pour usage futur.
- Personnes en perte d'autonomie partielle et permanente
- Répit aux aidants naturels, de jour, de soir et de nuit.

## Coût des activités ou services

10 \$ pour la carte de membre.

La Coopérative de solidarité de services à domicile du Royaume du Saguenay est reconnue et accréditée par le ministère de la Santé et des Services Sociaux. Cette accréditation vous permet d'obtenir une réduction sur le tarif horaire établi, à la suite de l'analyse de votre situation familiale, de votre âge et de votre revenu. Chaque membre bénéficie d'un rabais horaire pouvant varier entre 4 \$ de l'heure et 13 \$ l'heure selon le service.

Il y a possibilité de profiter du crédit d'impôt pour les personnes âgées de 70 ans et plus .

## Services

### Aide à la vie domestique

- Entretien ménager régulier
- Entretien ménager lourd (entretien du four, intérieur du frigidaire, etc.)
- Grand ménage (annuel, selon les disponibilités)
- Préparation de repas sans diète
- Accompagnement (épicerie, pharmacie et institution bancaire)

### Aide à la vie quotidienne

- Service de soins à la personne
- Aide à l'habillement
- Aide à l'alimentation
- Aide aux déplacements
- Soins d'hygiène partiels ou complets
- Bains
- Exercices de stimulation
- Autres...



### Adresse

1200 boulevard Saguenay Ouest  
Chicoutimi (Québec) G7J 1A6  
(418) 547-5907  
Télécopieur : (418) 547-3851  
reception@cssdrs.com

### Heures d'ouverture

Lundi au vendredi  
8h30 à 12h00  
13h00 à 16h00

### Directrice générale

Lynda Bélanger

## CATÉGORIE

### AÎNÉS

**SÉCURITÉ ALIMENTAIRE  
SOUTIEN SANTÉ PHYSIQUE**

# Coop de solidarité de services à domicile du Saguenay (CSSDRS) (suite)

---

## Services (suite)

### Répit

Aux proches aidants – leur permet d’avoir du temps pour eux-mêmes ; notre personnel compétent prendra en charge le bénéficiaire tant au niveau des soins, préparation de repas que par des activités de stimulation.

La Coopérative offre de prendre en charge l’ensemble des services dans les résidences de personnes âgées. L’offre comprend la gestion de tous les services et de tout le volet alimentaire. C’est donc dire que le personnel est pris en charge par la Coopérative ainsi que tout l’aspect approvisionnement et préparation de repas. La Coopérative peut donc faire bénéficier au résident de la subvention du programme d’exonération financière d’aide à domicile.

### **Historique**

En 1996, lors du Sommet sur l’économie et de l’emploi, le gouvernement a accepté le projet de création d’un réseau d’entreprises coopératives ou organisme à but non lucratif dans le développement de l’économie sociale.

Conséquemment, c’est à l’intérieur du discours sur le budget 1997-1998 que le gouvernement du Québec s’est engagé en matière d’exonération financière en mettant en place le Programme d’exonération financière pour les services d’aide domestique (PESFAD). Ce programme permettait de créer et de consolider des services d’aide domestique dans le cadre de ce réseau d’entreprises d’économie sociale.

La Coopérative de solidarité de services à domicile du Royaume a été constituée et accréditée le 26 août 1997 et elle a débuté ses opérations le 26 janvier 1998.

La Coopérative de solidarité de services à domicile du Royaume du Saguenay est née de la fusion entre les entreprises d’économie sociale de Jonquière et de Chicoutimi et est devenue effective le 1er avril 2009. Dès la fusion nous avons travaillé à développer d’autres services très près du domaine de la santé. Notamment, en développant l’aide à la vie quotidienne (AVQ) dans les domiciles et en prenant en charge des îlots résidentiels à partir de 2000.

En 2010, nous avons commencé à prendre en charge une première résidence privée pour personnes âgées, la Villa au cœur des saisons, du secteur Arvida. En 2011, nous avons étendu nos services en prenant en charge la gestion des ressources humaines et la gestion des cuisines pour trois nouvelles résidences. Deux à but non lucratif, Les aînés de Shipshaw et la Résidence Saint-Jean-Baptiste, du secteur Chicoutimi et une autre, privée, la Pension Sainte-Famille, du secteur Jonquière.

En 2014, avec le virage du réseau de la santé qui s’amorcera bientôt, nous serons là pour assurer les services auprès de notre clientèle, mais également pour transférer notre savoir-faire à d’autres entreprises d’économie sociale du Québec. Ceci aura pour effet de s’assurer que le Québec fera un passage sécuritaire vers l’augmentation des soins à domicile sans que la clientèle en souffre. Après tout, la clientèle, c’est et ce sera nous.

# Diabète Saguenay – Lac-Saint-Jean

## Mission

Informer, sensibiliser et prévenir la population en général en matière de diabète.



## Clientèle

- Les personnes atteintes de diabète de type 1 et de type 2
- Les parents d'enfants diabétiques
- Les membres de la famille d'une personne diabétique
- Les professionnels de la santé
- Toute la population sur le territoire du Saguenay-Lac-Saint-Jean
- Toute personne intéressée à soutenir la cause de diabète.

## Coût des activités ou services

Adhésion gratuite. Accès à toutes les activités. (Diabète Québec s'est désaffilié de toutes les associations régionales en mai 2022. Les gens ne passent donc plus pas Diabète Québec pour devenir membre, mais bien directement avec Diabète Saguenay Lac Saint-Jean.).

## Services

- Conférences faites par des professionnels de la santé
- Journée-conférence sur divers sujets touchant le diabète
- Programmes de remboursement pour soins des pieds, inscription à une activité physique et achat d'un tensiomètre (Communiquer avec nous pour plus de détails)
- Référence et soutien aux membres
- Camps de vacances pour les jeunes diabétiques
- Activités pour les jeunes
- Cueillettes de dons dans les salons funéraires
- Cueillette de vêtements (bacs rouges)
- Café-rencontre sur divers thématiques concernant le diabète
- Activités en plein air et physique
- Activités cognitives (stimulation de la mémoire, travail sur soi, méditation)
- Divers ateliers et conférences
- Cuisine virtuelle

## Historique

En 1981, l'Association des personnes diabétiques du Saguenay-Lac-Saint-Jean a été fondée. Le but des fondateurs était de regrouper les personnes diabétiques afin de leur donner des conseils, de l'assistance et de développer tout ce qui a trait à la prévention.

En septembre 1981, l'Association s'affilie à Diabète Québec et change de nom, en 2003, pour devenir Diabète Saguenay. Le nombre de membres étant croissant d'année en année, l'organisme met tout en œuvre pour répondre le mieux possible aux besoins des membres et pour devenir un chef de file au niveau de la prévention et de la sensibilisation du diabète. En septembre 2021 l'organisme devient régional et change de nom pour Diabète Saguenay-Lac-Saint-Jean. Les enjeux étant grands et les projets, nombreux, la collaboration des partenaires reste un atout primordial afin de réduire au maximum les conséquences de la maladie. En 2025, l'embauche d'une ressource directement située dans les secteurs de Domaine-du-Roy et Maria-Chapdelaine permettra le développement de notre offre de services pour répondre aux besoins soulevés par la clientèle de ces milieux.

### Point de service Saguenay

2208, rue Roussel  
Chicoutimi (Québec) G7G 1W7  
(418) 376-5559  
diabetesaguenay@gmail.com  
www.diabetesaguenaylacstjean.org

### Point de service hybride Roberval

diabeteslsj@gmail.com

### Heures d'ouverture

Lundi au jeudi  
8h30 à 16h00

### Coordonnatrice

Michelle Lavoie

## CATÉGORIE

## SOUTIEN SANTÉ PHYSIQUE

# Diversité 02

## Mission

Diversité 02 est un organisme sans but lucratif qui a pour mission d'intervenir et d'accompagner les personnes concernées par la diversité sexuelle et la pluralité des identités de genre (DSPG), en plus, de sensibiliser, d'informer et d'éduquer la population aux réalités de la DSPG.

## Clientèle

Toute personne se questionnant ou s'identifiant à la diversité sexuelle et/ou la pluralité des genres ainsi que leurs proches.

## Coût des activités ou services

Coût des activités : Gratuit

## Services

- Interventions
- Groupe discussion parent d'enfants trans et non binaire
- Référence
- Formations
- Accompagnement
- Distribution de matériel de prévention
- Matériel trans affirmatifs
- Information/éducation/sensibilisation
- Activités sociales

## Historique

Fondée en 1998, l'Association des gais et des lesbiennes du Saguenay-Lac-Saint-Jean émerge d'un besoin de la communauté de mettre en place un lieu afin de contrer l'isolement des personnes d'orientations sexuelles homosexuelles et bisexuelles. En 2015, dans le but de refléter l'ensemble des réalités des personnes qui se reconnaissent dans la diversité sexuelle et la pluralité des genres, l'organisme devient l'AGL-LGBT. La démythification des identités de genre est ajoutée à celle des orientations sexuelles.

C'est ainsi que le premier groupe d'entraide pour personnes trans et non binaire voit le jour en 2017. Depuis 2018, l'Association est initiatrice de la levée du drapeau arc-en-ciel devant les bâtiments municipaux de la région du Saguenay-Lac-Saint-Jean. L'année 2019 marque d'ailleurs un tournant majeur dans la vie de l'Association qui célèbre ses 20 ans d'existence! Le CIUSSS du Saguenay-Lac-Saint-Jean reconnaît l'apport de l'organisme et reçoit son premier financement par le biais du Programme de soutien aux organismes communautaires (PSOC). Son nouveau modèle de financement oblige l'embauche d'une première équipe de direction générale. En 2020, l'AGL-LGBT tourne une page de son histoire et devient Diversité 02! Les membres font une restructuration de la mission de l'organisation afin que les services offerts soient bien alignés sur les besoins des communautés LGBTQI2SA+ du Saguenay-Lac-Saint-Jean.



### Adresse

138, rue Price Ouest, suite 61  
Chicoutimi (Québec) G7J 1G8  
(581) 447-2211  
info@diversite02.ca  
https://:diversite02.ca

### Heures d'ouverture

Lundi au vendredi  
9h00 à 16h00

### Directrice

Roxanne Gervais

## CATÉGORIE **POPULATION**

## ECO-02

### Mission

ECO·02 (Organisme Communautaire anglais du Saguenay-Lac-Saint-Jean) est un organisme à but non lucratif qui favorise le bien-être des communautés d'expression anglaise en promouvant l'accès aux programmes communautaires existants et à de l'information en langue anglaise au sujet des soins de santé et des services sociaux. Nous souhaitons nous assurer que cette aide soit disponible pour tous les membres de notre communauté, quel que soit leur âge. Nous soutenons et entretenons le développement de partenariats avec des organisations francophones de notre communauté en discutant des besoins et des priorités des communautés anglophones que nous servons.

### Clientèle

ECO·02 (Organisme Communautaire anglais du Saguenay-Lac-Saint-Jean) est un organisme à but non lucratif qui favorise le mieux-être des communautés anglophones grâce à l'accès à des programmes communautaires et à de l'information.

Nous soutenons et entretenons le développement de partenariats auprès d'organisations francophones existantes par le biais de l'échange au sujet des besoins et des priorités des communautés anglophones que nous servons.

### Coût des activités ou services

Aucuns frais.

### Services

IRP désigne Initiative de réseautage et de partenariat (IRP). Le Réseau communautaire de la santé et des services sociaux (CHSSN) coordonne à travers tout le Québec un programme d'adaptation des soins de santé et des services sociaux. Ce programme a été conçu pour renforcer la vitalité des communautés d'expression anglaise en améliorant l'accès aux soins de santé et aux services sociaux existants.

Ce programme, soutenu par un investissement de Santé Canada, a été entrepris en partenariat avec le ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS). Une entente de mise en œuvre entre le CHSSN et le MSSS permet l'intégration, via le partenariat avec des communautés d'expression anglaise, des projets d'IRP à des initiatives du gouvernement du Québec visant à améliorer l'accès aux soins de santé et aux services sociaux en anglais.

Notre participation en tant qu'IRP permet à ECO·02 de réseauter auprès d'autres organisations membres du réseau des IRP et d'exprimer nos préoccupations auprès du gouvernement. Il nous sera possible de participer à des tables de discussions locales dans le but de créer une meilleure compréhension entre les groupes linguistiques au sujet des programmes de soins de santé et de services sociaux, et de la façon dont ceux-ci peuvent devenir plus accessibles pour la population anglophone.



### Adresse

1936, rue Davis, suite 105  
Jonquière (Québec) G7S 3B6  
(418) 543-4302  
info@eco-02.ca  
<https://eco-02.ca/fr/accueil/>

### Heures d'ouverture

Lundi au vendredi  
9h00 à 15h00

### **CATÉGORIE POPULATION**

# Équijustice Saguenay



## Mission

Développer une justice plus équitable et accessible à tous, invitant les personnes à s'engager dans la gestion des difficultés qu'elles vivent en collectivité. Équijustice les accompagne dans le respect de leurs droits et de leurs différences.

## Nos principes

- L'accueil : Nous accueillons la personne avec considération, disponibilité et écoute.
- La bienveillance : Nous portons attention à la personne et à son rythme.
- La communication : Nous privilégions le dialogue entre les personnes.
- La collaboration : Nous agissons en complémentarité avec nos partenaires socio-judiciaires

## Clientèle

Justice : Contrevenants jeunes et adultes référés pour des mesures de réparation ainsi que les victimes touchées par les gestes délictueux.

Prévention : milieux scolaires (primaires, secondaire, cégep, université), général (communauté, milieu de travail, organisations communautaires, etc...)

## Coût des activités ou services

Varie selon le type d'activité et la provenance de la demande (Réseaux ou organisme communautaire).

## Services

Permettre aux contrevenants jeunes (Loi sur le système de justice pénale pour adolescent) dans le cadre de sanction extrajudiciaire et judiciaire ainsi que les adultes (programme de mesure de rechange général) dans le cadre de programme de déjudiciarisation PMRG, de réaliser leurs mesures de réparation envers la victime, de réparation envers la communauté et de renforcement des aptitudes pro sociales.

- Pour les jeunes, dans le cadre du programme de sanction extra judiciaire, et pour les adultes dans le cadre du programme de mesure de rechange général, consultation ou échange avec la victime touchée par le geste posé par le contrevenant jeune ou adulte.

Prévention programme jeunes : en violence (VI-SA-VI), jeune cybercitoyen, taxage et intimidation (TAXI), prise de décision éclairée, médiation scolaire, sociale et citoyenne.

## Territoires desservis

Sous-région du Saguenay

Secteur Chicoutimi (Chicoutimi, Laterrière, Canton Tremblay, Chicoutimi-Nord, Saint-David de Falardeau, Saint-Fulgence, Saint-Honoré, Sainte-Rose du Nord).

### Adresse

152, rue Racine Est

C.P. 8174

Chicoutimi (Québec)G7H 5B7

(418) 698-2400

saguenay@equijustice.ca

<https://equijustice.ca/fr>

### Heures d'ouverture

8h30 à 12h00

13h30 à 16h30

### Directrice

Marie-Luce Laforge

### CATÉGORIE

**JUSTICE RÉPARATRICE  
MÉDIATION CITOYENNE**

# Équijustice Saguenay (suite)

---

## **Territoires desservis (suite)**

Secteur Jonquière (Jonquière, Lac Kénogami, Larouche, Bégin, Shipshaw, Saint-Ambroise, Saint-Charles de Bourget).

Secteur La Baie (La Baie, Anse Saint-Jean, Ferland et Boileau, Petit-Saguenay, Rivière Éternité, Saint-Félix d'Otis).

## **Historique**

Présentement, ce dernier fait partie du Regroupement des organismes de justice alternative du Québec qui à son tour, deviendra en 2018 le réseau Équijustice qui vise à assumer et à défendre l'autonomie et le développement des 23 corporations membres du réseau de justice réparatrice et de médiation citoyenne du Québec.

À son tour, justice alternative jeunesse Saguenay entreprend les démarches nécessaires auprès du Registraire des entreprises du Québec en mai 2018 afin de devenir finalement Équijustice Saguenay.

# Groupe Équitem

## Mission

Favoriser l'inclusion sociale et professionnelle d'une clientèle judiciaire et/ou éloignée du marché du travail dans l'ensemble de son cheminement par un service d'accompagnement, de soutien, de formation et de maintien en emploi.

## Valeurs

Dévouement, respect, ouverture d'esprit et innovation.

## Clientèle

Toute personne éloignée du marché du travail ou judiciairisée.

## Services

- Accompagnement auprès des employeurs
- Intervention en employabilité
- Stage usine-école
- Surveillance communautaire
- TAPAJ
- PAJIC



### Adresse Jonquière

3380 rue de l'Usinage  
Jonquière (Québec) G7X 0K7  
Téléphone : (418) 275-7241

### Adresse Alma

440 Sacré-Cœur Ouest  
Alma (Québec) G8B 1L9  
Téléphone : (418) 668-5243

### Adresse Roberval

150 route Ste-Hedwidge  
Roberval (Québec) G8H 2M9  
Téléphone : (418) 275-7241

info@equitem.ca

Equitem.ca

www.facebook.com/equiteminsertion

### Heures d'ouverture

Lundi au jeudi

7h00 à 16h00

Vendredi

7h à 12h00

### Directrice

Annie Doyon

**CATÉGORIE**  
**FORMATION & EMPLOI**

## Historique

Fondé en 1983, Équitem (anciennement Service Relance et Stagem) a été mis sur pied afin de soutenir les personnes judiciairisées et/ou éloignées du marché du travail vers la réintégration socioprofessionnelle. Le service est offert dans toute la région, en partenariat avec les bureaux de Services Québec. De plus, Équitem a 2 usines-écoles, offrant un parcours d'insertion professionnelle, soit une à Roberval depuis 1984 et une à Jonquière depuis 2021.

# Groupe Inclusia



## Mission et vision

Groupe Inclusia s'est donné comme mission d'offrir des services d'accompagnement personnalisé aux personnes qui aspirent à l'amélioration continue de leur employabilité, à la réussite de leur intégration au Québec et au développement des ressources humaines de leur entreprise. Notre équipe interdisciplinaire partage une approche axée sur l'apprentissage et le changement afin de favoriser la mise en place de stratégies menant aux résultats souhaités. Groupe Inclusia vise à devenir une référence en matière de développement durable de l'employabilité, de l'immigration et des ressources humaines, et ce, autant pour les personnes que pour les entreprises, incluant toute clientèle sous-représentée sur le marché du travail

## Valeurs

Qualité, innovation, collaboration, engagement, efficacité et efficience.

## Expertise

Groupe Inclusia souhaite contribuer à dynamiser le marché de l'emploi et à bâtir une communauté davantage bienveillante, diversifiée et inclusive. L'humain étant au cœur de la vision de l'organisation, l'équipe de Groupe Inclusia a développé une expertise visant à soutenir les personnes et les entreprises dans leur amélioration continue. Plus concrètement, cela s'exprime par un accompagnement personnalisé axé sur la recherche de solutions, la mise en action vers un objectif, l'adaptation au changement, la coresponsabilité, l'autonomisation et la qualité des relations.

## Services

### Emploi

Nos services spécialisés en emploi visent à accompagner :

- Les personnes vivant avec un handicap ou une limitation;
- Les personnes immigrantes;
- Toute autre personne rencontrant des défis avec son employabilité.

Notre accompagnement s'adapte aux besoins spécifiques de chaque personne, que ce soit pour se préparer aux différentes étapes de la recherche d'emploi, pour bénéficier de soutien pour conserver son emploi actuel ou encore pour identifier de nouveaux objectifs professionnels.

Voici quelques exemples d'activités proposées :

- Déterminer son objectif d'emploi;
- Comprendre les spécificités du marché du travail;
- Concevoir et mettre à jour son curriculum vitae et sa lettre de présentation.

### Adresse principale

2455, rue Cantin  
Jonquière (Québec) G7X 8S7

### Bureau de Chicoutimi

245, rue Riverin, bureau 110  
Chicoutimi (Québec) G7H 4R6

(418) 548-3445

Télécopieur : (418) 548-3717

info@groupeinclusia.com

groupeinclusia.com

Facebook : @groupeinclusia

LinkedIn [https://www.linkedin.com/company/](https://www.linkedin.com/company/groupe-inclusia/?viewAsMember=true)

[groupe-inclusia/?viewAsMember=true](https://www.linkedin.com/company/groupe-inclusia/?viewAsMember=true) :

### Heures d'ouverture

8h30 à 12h00

13h00 à 16h30

### Directrice générale

Sylvie Pedneault

## CATÉGORIE **FORMATION & EMPLOI**

# Groupe Inclusia (suite)

---

## Services (Suite)

### Immigration

Nos services offerts aux personnes immigrantes visent à faciliter leur établissement à Ville de Saguenay et à encourager leur pleine participation à la société. De plus, nous leur proposons du soutien technique pour compléter leurs démarches d'immigration.

Voici quelques thèmes pouvant être abordés :

- Obtenir un permis de conduire;
- Renouveler ses documents officiels;
- Créer son réseau de contacts;
- Inscrire son enfant à l'école ou à la garderie.

Nous animons les sessions *Objectif Intégration*, d'une durée de 24 heures, permettant d'obtenir une attestation d'apprentissage des valeurs démocratiques et des valeurs québécoises

### Ressources Humaines

Nous accompagnons les entreprises souhaitant favoriser l'inclusion et la rétention de leurs employés.

**Nos services d'accueil et d'intégration du personnel** s'adressent aux entreprises engagées à promouvoir l'inclusion et la diversité dans leurs pratiques de gestion des ressources humaines, en les aidant à mettre en place des initiatives favorisant un accueil et une intégration réussis.

**Nos services de maintien en emploi du personnel** s'adressent aux entreprises qui aspirent à contribuer au développement d'une culture apprenante visant à maximiser de manière significative le maintien en emploi de ses employés.

Voici deux exemples d'activités proposées :

- Ateliers de sensibilisation pour les gestionnaires et les membres de l'équipe;
- Soutien dans l'élaboration d'un parcours d'apprentissage personnalisé.

# Groupement des organismes de personnes handicapées Saguenay–Lac-Saint-Jean (GOPHS)

## Mission

Le GOPHS est un organisme de défense collective des droits. Il vise à promouvoir et défendre les intérêts des personnes handicapées par différentes actions et dans les dossiers les concernant

- Pour l'égalité des chances ;
- Pour aider à maintenir un milieu associatif fort et informé.

## Clientèle

Les organismes de personnes handicapées de la région du Saguenay-Lac-Saint-Jean.

## Coût des activités ou services

Devenir membre est sans frais.

Ce que nous offrons aux membres :

### Le GOPHS travaille sur plusieurs plans :

- La concertation
- La représentation
- Le support aux membres
- L'information
- La formation

## Concertation

Le GOPHS favorise et supporte la concertation de ses associations membres sur des dossiers collectifs. Il maintient des échanges avec divers réseaux pour l'amélioration des conditions de vie des personnes handicapées. Il participe aussi activement au travail de concertation provinciale et collabore régulièrement avec les paliers provinciaux et municipaux..

## Support aux membres

Les organismes membres peuvent faire appel au GOPHS pour divers besoins : support à leurs activités de promotion ou de défense des droits, soutien à la gestion de l'organisme, organisation et animation de rencontres, formation sur demande, etc.

## La représentation

Le GOPHS représente le milieu des personnes handicapées auprès de différentes instances ou devant le public et lors de consultations où les intérêts des personnes handicapées et de leurs familles sont en jeu. Il fait régulièrement appel à la mobilisation de ses membres.

## Information

Le GOPHS procure de l'information aux personnes handicapées, à leurs familles, à divers intervenants et à toute personne qui en fait la demande. Il fait aussi de la référence lors de demandes de services. Par sa page Facebook, il partage toute information jugée pertinente pour les associations, les personnes handicapées ou leurs familles. Il publie ponctuellement un bulletin d'informations à l'intention de ses organismes membres.



### Adresse

138, rue Price Ouest, suite 107  
Chicoutimi (Québec) G7J 1G8  
(418) 545-6228  
direction@gophs.ca  
www.gophs.net

### Directrice générale

Sylvie Jean

### CATÉGORIE

**PERSONNES HANDICAPÉES  
DEFENSE DES DROITS**

# **Groupement des organismes de personnes handicapées Saguenay–Lac-Saint-Jean (GOPHS) (suite)**

---

Ce que nous offrons aux membres ( suite ) :

## **Formation**

En collaboration avec l'Association régionale de loisirs pour personnes handicapées, il offre une formation à l'accueil des personnes handicapées. Le Groupement est membre de l'Alliance Québécoise des regroupements régionaux pour l'intégration des personnes handicapées du Québec.

## **Historique**

Incorporé depuis 1983, le Groupement des organismes des personnes handicapées du Saguenay (GOPHS) regroupe les organismes de personnes handicapées de la région du Saguenay.

# Havre du Fjord

## Mission

Le Havre du Fjord est un organisme de bienfaisance enregistré depuis 1987, à vocation provinciale et certifié du ministère de la Santé et des Services sociaux depuis 2009. Il œuvre en traitement interne intensif en dépendance jeunesse et cherche à offrir des avantages appréciables à ses principaux partenaires et usagers. Il se donne pour mission de mettre ses ressources professionnelles qui possèdent une croyance profonde au rétablissement au service des usagers de 12 à 18 ans confrontés à la réalité de la dépendance afin de les affilier et de les guider vers une réintégration sociale durable

## Clientèle

La clientèle est composée d'adolescent(e)s de 12 à 18 ans ayant un trouble de l'usage d'une substance, associé ou non à une problématique de santé mentale, ainsi qu'à leur famille (tuteur) et entourage.

## Coût des activités ou services

Aucun

## Services

- Durée : 16 à 26 semaines, selon le profil clinique.
- Approche : bio psycho sociale dans une perspective de réduction des méfaits.
- Toxicomanie & Santé mentale. Jeu. Cyberdépendance.
- Dépistage, évaluation & orientation : évaluation DEP-ADO & IGT-ADO.
- Traitement 12 à 18 ans : thérapie individuelle, de groupe, familiale, ateliers thématiques, travaux thérapeutiques.
- Services à la famille : thérapie familiale, approche court terme planifié systémique.
- Réinsertion sociale : progressive, variable & évolutive.
- Scolarisation : programme obligatoire
- Service à la communauté : information, accompagnement, support & référence.

## Historique

Le Havre du Fjord est un organisme de bienfaisance enregistré depuis 1987, à vocation provinciale et certifié du ministère de la Santé et des Service sociaux



### Adresse

2187, rue Bonneau  
Jonquière (Québec) G7S 4B3  
(418) 548-0071  
Télécopieur : (418) 548-0073  
administration@havresdufjord.com  
www.havresdufjord.com

### Heures d'ouverture

7 jours/24 heures

### Directrice générale

Aline Gagnon

**CATÉGORIE**  
**DÉPENDANCE**  
**HÉBERGEMENT**  
**JEUNES**

# La Chambrée - Maison d'accueil et d'hébergement pour femmes victimes de violence conjugale (femmes et enfants)

## Mission

Contrer la violence dans le but d'un changement social.  
Offrir de l'hébergement et intervenir auprès des femmes victimes de violence conjugale et leurs enfants.

## Clientèle

Femmes ou toute personne se considérant femme et leurs enfants .

## Coût des activités ou services

Aucun

## Services

**La Chambrée s'avère un lieu sécuritaire et confidentiel.**

**Les services offerts gratuitement sont :**

- Hébergement sécuritaire
- -Soutien téléphonique en violence conjugale (écoute, informations, références)
- -Groupe de soutien pour victimes de violence conjugale
- -Rencontre d'intervention et d'accompagnement en externe pour femmes et enfants
- -Atelier de prévention et sensibilisation sur la violence conjugale

## Historique

L'idée d'une ressource pour les femmes victimes de violence et leurs enfants a germé quelque part en 1982 lorsque des étudiantes en Technique d'assistance sociale préoccupées par la problématique ont évalué la possibilité d'ouvrir une maison d'hébergement à Jonquière.

Juillet 1985—Ouverture de la première maison ayant pignon sur la rue St-Léon louée - avec ses cinq chambres pouvait accueillir jusqu'à sept personnes.

1989—Achat et réparation d'une maison pouvant accueillir neuf personnes dans cinq chambres.

2003—Rehaussement du financement permettant de diversifier nos services dont les services à l'externe.

2011—Déménagement dans la nouvelle maison construite en fonction de nos besoins et de ceux de notre clientèle. Six chambre individuelle, trois chambres familiales ainsi qu'une chambre pour une femme à mobilité réduite.

2021—Nouveau financement permettant d'ajouter 3 places au permis d'hébergement.

2022—Ouverture d'un point de service pour répondre aux besoins de la clientèle à l'externe et en prévention et sensibilisation.



## Adresse

Case postale 574  
Jonquière (Québec) G7X 7W4  
(418) 547-7283  
Télécopieur (418) 547-1876  
info@lachambrée.com  
http://lachambree.com

## Heures d'ouverture

24 heures par jour  
7 jours sur 7

## Directrice générale

Annie Laviolette

## CATÉGORIE

**FEMMES  
HÉBERGEMENT  
VIOLENCE**

# La Maison d'Hébergement Le Séjour



## Mission

Reconnu par le CIUSSS à titre d'organisme communautaire offrant des services aux personnes ayant une problématique de dépendance :

- Alcoolisme
- Toxicomanie
- Jeu pathologique
- Itinérance situationnelle et/ou épisodique.

Nous agissons aussi pour les personnes en situation de crise sans aucune distinction de classe, de race, de sexe et ce, peu importe la problématique, c'est-à-dire : alcool, drogue, jeu, itinérance situationnelle et/ou épisodique, double et triple problématiques (santé mentale, violence, etc.).

## Clientèle

Hommes et femmes de 18 ans et plus en hébergement.

Personnes de 16 ans et plus pour le centre externe.

## Coût des activités ou services

Hébergement : 1 % du revenu net (si possible).

Centre externe : tous les services sont gratuits.

## Services

### Hébergement (service de base (hommes/femmes de 18 ans et plus))

- Accueil
- Information et évaluation de la demande d'aide à l'hébergement sur les services et règlements
- Intervention individuelle
- Orientation et référence dans les maisons de thérapie certifiées ou autres ressources selon les besoins
- Gîte et couvert
- Info-santé
- Activités physiques
- Relaxation
- Crise
- Ateliers de réflexion et/ou thématique
- Réponse aux appels à l'aide et aux situations de crise
- Soutien thérapeutique professionnel
- Toute personne ayant une dépendance (alcool, drogue, médicaments, jeu).

### Centre externe (Personne de 16 ans et plus)

- Centre de jour
- Ouvert du lundi au vendredi de 9h à 16h
- Suivis individuels

### Adresse

2229, rue de l'Hôpital  
Jonquière (Québec) G7X 4H7

(418) 547-8611

Télécopieur : (418) 547-4877

heberg-lesejour@bellnet.ca

hebergementlesejour.ca

### Heures d'ouverture

### Hébergement

24h/24h et 7 jours/7jours

### Centre externe

Lundi au vendredi

### Directrice générale

Pascale Verreault

**CATÉGORIE**  
**DÉPENDANCE**  
**HÉBERGEMENT**

# La Maison d'Hébergement Le Séjour (suite)

---

## Services (suite)

### Prévention des dépendances

- Ateliers d'information et de sensibilisation

### Projet UDI

- Remise et réception de seringues afin de travailler la réduction des méfaits

### Pré-cure toxico et pré-cure jeu

### Objectifs

- Travailler avec la clientèle la motivation aux services thérapeutiques
- Assister la clientèle dans son processus de réhabilitation
- Référer dans une maison de thérapie ou ressource, selon le besoin du client.

### Clientèle

- Toute personne ayant une dépendance (alcool, drogue, médicaments, jeu).

### Soutien/rechute

Objectifs : supporter la personne précédant une rechute et/ou vivant présentement une rechute.

Clientèle : toute personne ayant fait une thérapie et/ou vivant une instabilité liée à ses problèmes.

### Postcure

Objectifs : répondre à un besoin d'hébergement et de support pour une réintégration dans la société.

Clientèle toute personne ayant complété une thérapie.

## Historique

La Maison d'Hébergement Le Séjour de Jonquière Inc. est un organisme à but non lucratif enregistré au Gouvernement du Québec comme organisme de charité.

L'organisme est certifié par le Ministère de la Santé et des Services sociaux.

L'organisme a deux volets qui sont : le centre externe qui offre des services depuis 1959 et l'hébergement communautaire qui a ouvert ses portes en 1992.

# La Maison d'un Nouvel Élan



## Mission

Offrir un service d'habitation à un prix abordable à des personnes âgées autonomes et en légère perte d'autonomie. Il s'agit d'un milieu de vie stimulant, personnalisé et chaleureux. Il y règne une atmosphère familiale où le respect et la dignité des personnes sont au cœur des préoccupations et des actions.

Agir auprès de la communauté environnante en mettant ses installations et ses ressources à la disposition de celle-ci et en offrant un lieu d'accueil ouvert aux personnes adultes effectuant un stage dans le cadre d'une formation scolaire ou d'une insertion sociale. Cette ouverture sur la communauté crée un milieu de vie dynamique et un lieu d'apprentissage très apprécié de

## Clientèle

Personnes âgées autonomes et en légère perte d'autonomie.

## Coût des activités ou services

Le coût de la location est calculé en fonction des revenus.

## Services

- Habitation (41 chambres)
- Repas (service aux tables)
- Surveillance 24 heures sur 24 (caméras de surveillance)
- Visites médicales sur demande
- Coiffure – service payant
- Services religieux (messes, communion)
- Conciergerie
- Soins de santé
- Animation

## Travail de milieu

Toute personne âgée de 65 ans et + habitant le secteur de Kénogami et vivant une ou des situations pouvant compromettre son bien-être peut bénéficier de ce service.

## Historique

La Maison d'un Nouvel Élan est une corporation sans but lucratif, incorporée le 16 février 1989 dont le but est de construire, acquérir, améliorer et offrir en location des logements et/ou des chambres à des personnes âgées à faible revenu.

### Adresse

1969, rue Price  
Jonquière (Québec) G7X 5S2  
(418) 695-6026  
Télécopieur : (418)695-3125  
administration@mnelan.com  
www.mnelan.com

### Heures d'ouverture

24/24

### Travail de milieu

(418) 376-6798  
Secondaire (418)376-0566  
itmavjonquiere@outlook.com  
<https://itmav02.wixsite.com/projets>

### Directrice générale

À venir

## CATÉGORIE

**AÎNÉS**

**HÉBERGEMENT**

**MILIEU DE VIE**

## La Maison d'un Nouvel Élan (suite)

---

### Historique (suite)

Construite en 1990, grâce à un programme d'habitation sociale de la Société centrale d'hypothèque et de logement ainsi que d'un programme d'Accès logis de la Société d'habitation du Québec, La Maison d'un Nouvel Élan a alors ouvert ses portes à 23 nouveaux locataires

L'entreprise a su dès le départ répondre aux besoins de la clientèle et créer l'esprit familial recherché. Une importante liste d'attente a toujours par la suite confirmé cet état de fait et démontré, par la même occasion, les besoins toujours grandissants de la clientèle en cette matière.

En février 2003, La Maison d'un Nouvel Élan ouvrait 18 nouvelles places grâce au programme d'Accès logis de la S.H.Q, portant le nombre de chambres à 41. Il est à noter également que les gens et les organismes du milieu se sont impliqués grandement et ont contribué de manière significative au financement de ces deux projets de construction.

# La Maison de soins palliatifs du Saguenay

---

## Mission

La Maison de soins palliatifs du Saguenay est un organisme à but non lucratif qui a pour mission d'ACCUEILLIR, ACCOMPAGNER et SOIGNER la personne adulte en fin de vie ainsi que ses proches afin qu'ils puissent vivre ce moment dans la dignité et avec compassion.

Les soins offerts par notre Maison ont pour but de permettre aux personnes en fin de vie et à leurs proches de profiter le plus intensément possible du précieux temps qui leur reste dans un climat de paix, sérénité et dignité empreint de la bienveillance prônée par la philosophie des soins palliatifs de fin de vie.

## Clientèle

Les soins et services offerts à la Maison de soins palliatifs du Saguenay sont gratuits et accessibles à toutes personnes adultes de 18 ans et plus qui répondent aux critères d'admission. Les soins et services sont assurés par des professionnels de la santé, des bénévoles, du personnel de soutien et une équipe de gestionnaires.

## Coût des activités ou services

Gratuit pour les personnes de 18 ans et plus qui remplissent les critères d'admission.

## Services

- Services médicaux
- Service psychosocial
- Services spirituels
- Services alimentaires
- Services aux familles et aux proches aidants



## Adresse

1845, rue Deschênes  
Jonquière (Québec) G7S 4T8  
(418) 696-1176  
communications@msspsag.ca  
<https://msspsaguenay.ca/>

## CATÉGORIE

**HÉBERGEMENT**

**MILIEU DE VIE**

**POPULATION**

**SOUTIEN SANTÉ PHYSIQUE**

# La Maison pour tous

## Mission

Permettre l'intégration et le renforcement du lien social par le jeu, l'éducation et l'échange de connaissance.

Créer un lieu où l'on s'amuse, découvre, apprend, transmet et échange des connaissances reliées au développement culturel et de formation du citoyen.

Organiser et fournir des services de toute nature en relation avec les buts de la corporation.

## Clientèle

Population de :

- Quartier St-Jean-Eudes
- Arrondissement Jonquière
- Ville de Saguenay
- Région du SLSJ

La maison pour tous a pour locataire

- Maison des jeunes (dès 10 ans)
- Le centre de la petite enfance La souris-verte qui accueille 21 enfants dont une pouponnière
- L'AFÉAS Saint-Jean-Eudes

## Coût des activités ou services :

- **Location des salles** : selon une politique de tarification
- **Studio de musique** : 20\$ de l'heure
- **Maison des jeunes** : Gratuit

## Services

- Location d'une salle de réunion et d'une salle communautaire pour réception et formation
- Forfait fête d'enfant
- Location de studios de musique
- Installations sportives extérieures
- Camp de jour
- AFÉAS St-Jean-Eudes
- Atelier parent-enfant

## Historique

La Maison pour tous est ouverte depuis le printemps 2009. L'ouverture officielle s'est déroulée en septembre 2009.

La construction du centre multiservice est le résultat de nombreuses années d'efforts suite à l'annonce de la fermeture de l'école Notre-Dame de la Présentation.



## Adresse

2182, rue Bonneau  
Jonquière(Québec)G7S 4B2  
(418) 546-2040  
Télécopieur : (418) 546-2047  
direction@maisonpourtous.ca  
www.maisonpourtoussje.com

## Heures d'ouverture

9h00 à 16h00

## Directrice générale

Melissa Bérubé

## CATÉGORIE MILIEU DE VIE

# Les Aînés(es) de Jonquière

## Mission

Maintenir à domicile le plus longtemps possible nos 3200 membres par toute une gamme de services. L'organisme amène à essayer de demeurer actifs socialement en pratiquant l'entraide. Les aînés et les aînées de Jonquière offrent des services essentiels de maintien à domicile. Nous désirons rejoindre les préretraités et retraités afin de les intéresser à améliorer leur qualité de vie en s'engageant socialement.

## Clientèle

Personnes de 60 ans et plus.

## Coût des activités ou services

30 \$ par année pour la carte de membre.

## Services

- Popote roulante (repas à domicile)
- Transports médicaux et commissions
- Aide à la vie domestique et quotidienne : petits travaux comme plomberie, peinture, électricité, multiservices, accompagnement, gardiennage, entretien ménager, aide pour l'habillement, soins d'hygiène, aide aux bains à domicile, soins de pieds, accompagnements divers, préparation de repas, coiffure à domicile)
- Activités physiques et culturelles hebdomadaires : aquaforme, stretching, formation anglais, scrabble, yoga, cardio-cerveau, tricot, sentier pédestre, souper, brunch, vie active, initiation à l'informatique, prise de pression, pétanque, fer à cheval
- Groupe entre'aînés – rencontres d'entraide
- Ateliers de soutien pour proches aidants (répit, gardiennage, souper)

## Historique

L'organisme existe depuis le 31 octobre 1981. Quelques retraités soucieux de se donner une meilleure qualité de vie ont contribué à mettre sur pied cet organisme. Depuis 23 ans, ils occupent un centre communautaire dont les activités sont à caractère culturel et où les aînés ont l'opportunité d'avoir une vie associative très active et impliquée.



### Coordonnées

3245, rue des Pensées  
Jonquière (Québec) G7S 5T6  
(418) 548-6444

Télec.:(418) 548-6444

ainesdejonquiere@hotmail.com

www.aideparentplus.ca

<https://centrecommunautairejonquiere.ca>

### Heures d'ouverture

7 h30 à 16h30

### Responsable

Annie Hovington

### CATÉGORIE

**AÎNÉS**

**DÉPANNAGE**

**DÉPENDANCES**

**MILIEU DE VIE**

**SÉCURITÉ ALIMENTAIRE**

**SOUTIEN SANTÉ PHYSIQUE**

**TRANSPORT**

# Maison d'hébergement S.O.S. Jeunesse



## Mission

Notre mission est d'offrir des services d'hébergement aux jeunes filles de 12 à 17 ans du Saguenay-Lac-St-Jean, qui vivent une problématique dans leur milieu et qui ont besoin d'une aide extérieure.

Problématiques telles :

- Refus des règles et de l'autorité
- Manque d'estime de soi
- Dépendance affective
- Délinquance
- Trouble d'apprentissage scolaire
- Isolement social
- Propos/idéations suicidaires
- Tentative de suicide
- Fugue
- Décrochage scolaire
- Détresse psychologique
- Relation amoureuse difficile
- Victime de violence
- Victime d'agressions à caractère sexuel
- Victime d'inceste
- Comportements agressifs violents
- Intimidation
- Trouble de comportement et/ou manque d'habileté sociale
- Besoin de répit

## Adresse

2196, rue Bonneau  
Jonquière(Québec)G7S 4B2  
(418) 548-1558  
Sans frais : 1 (877) 548-1558  
Administration (418) 548-3870  
Télécopieur : (418)548-1883  
s.o.s.jeunesse@bellnet.ca  
www.sosjeunesse.com

## Directrice générale

Laury Gilbert

## CATÉGORIE

**FEMMES**

**JEUNES FILLES**

**HÉBERGEMENT**

## Clientèle

Jeunes filles de 12 à 17 ans.

## Coût des activités ou services

10\$/jours , aucuns refus pour des raison **Services**

## Services

- Hébergement à court et long terme dans un milieu de vie sain et sécuritaire
- Plan d'intervention individuel
- Intervention de groupe
- Intervention familiale
- Supervision académique
- Post hébergement
- Suivi externe

## Historique

C'est le 3 décembre 1990 que mesdames Jacynthe Tremblay et Doris Doucet ont pris conscience du besoin d'aide, de support et d'hébergement des jeunes filles âgées de moins de 18 ans de la région.

# Maison de quartier de Jonquière inc.

## Mission

La Maison de Quartier de Jonquière est activement engagée dans la lutte contre la pauvreté et la protection de l'environnement. En tant qu'entreprise d'économie sociale, elle offre différents services dans un cadre ouvert à tous, visant à réduire la pauvreté. Son approche repose sur la récupération, la transformation et la revente d'objets usagés, contribuant ainsi à une économie circulaire et durable.

## Clientèle

La population en général.

## Coût des activités ou services

Coûts minimes.

## Services

- Comptoir de récupération de vêtements
- Atelier de couture
- Bazar (objets d'utilités courantes, vaisselles, livres, articles saisonniers)
- Comptoir de récupération de meubles (meubles, peinture et électroménagers)
- Épicerie et café
- Bingo

Ces actions permettent non seulement de soutenir les familles à faible revenu, mais aussi de contribuer à un développement durable en réduisant les déchets et en encourageant le recyclage.

## Historique

Fondée en 1976, la Maison de Quartier de Jonquière est une entreprise d'économie sociale à but non lucratif.



## Adresse

2049 rue Ste-Famille  
Jonquière (Québec) G7X 4X4  
(418) 542-8904  
Télécopieur : (418) 542-1424  
contact@maisondequartier.org  
www.maisondequartier.org  
**Directrice générale**  
Cyndie Gauthier

**CATÉGORIE**  
**POPULATION**

# Maison des jeunes de Jonquière

## Mission

Les maisons de jeunes sont des associations de jeunes et d'adultes qui se sont donnés une mission, sur une base volontaire, dans leur communauté, de tenir un lieu de rencontre animé où les jeunes de 12 à 17 ans, au contact d'adultes significatifs, pourront devenir des citoyens(nes) critiques, actifs(ves) et responsables

## Clientèle

Adolescents de 12 à 17 ans

## Coût des activités ou services

Coûts minimes. Coûts pour certaines activités seulement.

## Services

- Services d'écoute et de référence
- Activités sportives, artistiques, culturelles, etc.
- Prévention (sexualité, santé, toxicomanie, violence)
- Promotion des droits et obligations des jeunes
- Accompagnement

## Historique

La première maison de jeunes a vu le jour dans le secteur St-Jean-Eudes le 1<sup>er</sup> juillet 1987. Par la suite, le point de service de St-Mathias a vu le jour en 1994 suivi du point de service de Fatima en 1995. Depuis la fermeture de l'école Notre-Dame de la Présentation (St-Jean-Eudes), seuls les points de services de St-Mathias et Fatima sont demeurés en fonction. Depuis l'automne 2024, le point de service de Kénogami est maintenant situé au Pavillon « Le Carrefour » localisé dans le parc J.-Alcide Reid.



Télécopieur : (418)548-9608

Cellulaire (581) 234-0176

<https://facebook/mdjjonquiere/>

### Heures d'ouverture

#### **Bureau**

9h00 à 16h00

#### **Pour les jeunes**

17h00 à 21h00

Les heures d'ouvertures peuvent varier selon les activités et congés scolaires.

#### Responsable

Marie-France Bergeron

### CATÉGORIE

**JEUNES**

**MILIEU DE VIE**

#### Pavillon Le Carrefour

1930 rue Bourrassa  
Jonquière (Québec)  
G7X 9C6  
418 542-5853

#### Maison des jeunes

Jonquière  
2320 rue Poitras  
G7S 3S4  
(418) 548-9608

# Maison des jeunes de Shipshaw

## Mission

Les maisons de jeunes sont des associations de jeunes et d'adultes qui se sont donnés pour mission, sur une base volontaire, dans leur communauté, de tenir un lieu de rencontre animé où les jeunes de 12 à 18 ans, au contact d'adultes significatifs, pourront devenir des citoyens(nes) critiques, actifs (ves) et responsables.

## Clientèle

Adolescents de 12 à 17 ans

## Coût des activités ou services

Aucun. Toutes les activités tenues à la maison des jeunes sont gratuites.

## Services

- Services d'écoute et de référence
- Activités sportives, artistiques, culturelles, etc.
- Prévention (sexualité, santé, toxicomanie, violence)
- Promotion des droits et obligations des jeunes
- Accompagnement

## Historique

La maison des jeunes de Shipshaw a été fondée le 7 avril 1989 par un groupe d'adultes de la communauté. Elle a été mise sur pied par des personnes qui se souciaient de l'intérêt des adolescents. À la base, ces personnes recherchaient à créer un lieu de rencontre et de divertissement où les jeunes du quartier pourraient s'y retrouver pour échanger et faire des activités.



### Adresse

4100 rue des Ormes  
Shipshaw (Québec) G7P 1B4  
(418) 376-3325  
mdjshipshaw@hotmail.com

[https://facebook/  
maisondesjeunesdeshipshaw/](https://facebook/maisondesjeunesdeshipshaw/)

### Heures d'ouverture

#### **Bureau**

Variable du lundi au vendredi

#### **Pour les jeunes**

18h00 à 21h00

Les heures d'ouvertures peuvent varier selon les activités et congés scolaires.

### Personnes responsables

Lydia Demers et Amély Gagnon

### CATÉGORIE

**JEUNES**

**MILIEU DE VIE**

# MicroEntreprendre Saguenay- Lac-Saint-Jean



## Mission

Développer le potentiel économique du milieu local et régional en donnant accès à un crédit non conventionnel et un accompagnement de proximité visant l'inclusion des personnes, dans le but de réaliser des projets d'entreprises selon un modèle d'économie communautaire et solidaire.

## Clientèle

Personnes exclues économiquement et/ou socialement et ayant un accès limité aux sources conventionnelles de financement d'entreprises.

Entreprises d'économie sociale Entreprises collectives

Micros entreprises à but lucratif dont les promoteurs sont travailleurs autonomes

Exceptionnellement, MicroEntreprendre SLSJ peut s'adresser à des organismes à but non lucratif qui désirent développer un volet d'économie sociale.

Le territoire d'intervention de MicroEntreprendre SLSJ est la région du Saguenay Lac-Saint-Jean.

## Coût des activités ou services

Frais d'inscription et d'ouverture de dossier de 30 \$

Frais et taux d'intérêts reliés au service de micro crédit

Taux d'intérêt et frais:

- Le taux d'intérêt est le taux préférentiel en vigueur de la Caisse central Desjardins +3%
- Frais de gestion du microcrédit : 1% du montant global octroyé

## ***MODIFICATION DE LA POLITIQUE DE PRÊT***

***Le Conseil d'administration de MicroEntreprendre se réserve le droit de modifier la politique de prêt en tout temps, et ce, sans avis préalable.***

## Services

Les services offerts par MicroEntreprendre:

- Service d'accompagnement de proximité et service de microcrédit

*\*Des frais peuvent s'appliquer.*

## Adresse

194 Rue Price Ouest,  
Chicoutimi (Québec) G7J 1H1  
(581) 543-2771

info@microentreprendre-saglac.ca  
www.microentreprendre-saglac.ca/fr/

## Heures d'ouverture

8h30 à 12h00

13h00 à 16h30

## Directeur général

Wilson Angarita

## Équipe

Mélanie Bouchard

Rossana Granados

Eva Gutierrez

## CATÉGORIE **FORMATION ET EMPLOI**

# MicroEntreprendre Saguenay- Lac-Saint-Jean (suite)

---

## Services (suite)

### Accompagnement en prédémarrage : Approche collective

- Idée d'affaires
- Profil entrepreneurial
- Connaissances, compétences, expériences
- Micro et macro environnement
- Élaboration d'un plan d'affaires préliminaire

COMMENT : par le biais d'une série d'ateliers de formation (groupe de 5 à 9 personnes), ou l'entrepreneur est amené à se familiariser avec les différentes composantes du plan d'affaires.

### Accompagnement au démarrage : Approche individuelle

- Accompagnement dans la rédaction du plan d'affaires
- Analyse du plan d'affaires / Projet de développement
- Préparation des plans financiers
- Consolidation et développement d'entreprise

COMMENT : Accompagnement individuel.

### Microcrédit

- L'accès au microcrédit se réalise par le biais des prêts d'honneur pouvant aller jusqu'à 20 000 \$ avec des modalités de remboursement souples, flexibles et accessibles
- Les prêts d'honneur s'adressent aux personnes et non à l'entreprise
- La démarche de financement inclut nécessairement l'accompagnement de proximité

COMMENT : Accompagnement individuel / Comité de prêt

### Activités entrepreneuriales

- Activité de réseautage
- Formation d'approfondissement
- Développement des habiletés entrepreneuriales et humaines
- Bilan et réflexion stratégique

COMMENT : Activités collectives et accompagnement individuel.

## Historique

Accompagnement en prédémarrage : Approche collective Anciennement connu sous le nom de Fonds d'entraide communautaire, MicroEntreprendre Saguenay-Lac-Saint-Jean est un organisme à but non lucratif, créés respectivement en 1996 et en 2004, sous l'initiative d'organismes et de personnes œuvrant dans le milieu communautaire.

MicroEntreprendre Saguenay-Lac-Saint-Jean est né comme réponse à un besoin du milieu, concernant les difficultés et les obstacles rencontrés par certains promoteurs voulant accéder aux sources conventionnelles de crédit afin d'entreprendre une démarche entrepreneuriale. Dès le départ, et ce malgré de bonnes idées de projets, ces personnes qui vivent l'exclusion sociale et économique, en situation de pauvreté et de vulnérabilité, soit chômeurs, personnes de l'aide sociale et travailleurs à faible revenu, se voient fermer les portes à toutes formes de financement.

## MicroEntreprendre Saguenay- Lac-Saint-Jean (suite)

---

### Historique (suite)

Afin de contrer cette problématique, MicroEntreprendre Saguenay-Lac-Saint- Jean a mis en place une stratégie d'intervention concernant l'accompagnement de proximité et l'accès au Microcrédit comme outils d'inclusion et de lutte à la pauvreté, en donnant la possibilité à ces personnes de se prendre en charge et d'intégrer une place « significative » en tant que citoyens et citoyennes à part entière de la société régionale. Cette stratégie d'intervention repose sur l'approche du Crédit communautaire au Québec.

# Palli-Aide - Accompagnement en soins palliatifs du Saguenay

## Mission

Doter le Saguenay d'un service d'accompagnement en soins palliatifs.

Maintenir la personne dans son milieu le plus longtemps possible.

Répondre aux demandes d'information, de sensibilisation et de formation en soins palliatifs de toute personne ou tout groupe intéressé.

## Clientèle

Personnes en phase palliative de cancer et les personnes en fin de vie de toute maladie, ainsi que les proches aidants.

## Coût des activités ou services

Les services d'accompagnement et le centre de jour mobile pour proche aidant sont entièrement gratuits. Des frais s'appliquent que pour le programme d'éducation.

## Services

### Services d'accompagnement

- Répit accompagnement pour les familles
- Suivi de deuil sur demande
- Centre de jour mobile pour proche aidant :  
massothérapie, atelier de créativité, coiffeuse, prêt de volumes, etc.
- Service Phare Enfants et Familles pour les familles ayant un enfant avec une maladie potentiellement dangereuse pour leur vie. Les bénévoles ont une formation spécifique pour l'accompagnement de ces enfants
- Écoute en toute confidentialité
- Support (écoute téléphonique, rencontres, etc.)
- Présence auprès du malade
- Centre de documentation.

Note : tous les bénévoles de Palli-Aide doivent adhérer au code d'éthique de l'organisme et recevoir la formation de base en soins palliatifs.

### **Service d'éducation**

- Volet information ; sensibilisation et formation en approche palliative
- Colloque annuel en soins palliatifs ouvert à tout intervenant œuvrant en soins palliatifs et à toute la population

## Historique

Fondé en 1987, Palli-Aide regroupe des bénévoles formés en approche palliative afin d'accompagner les personnes atteintes de cancer en phase palliative ou en fin de vie de toute autre maladie. Le service est aussi offert à la famille et aux proches aidants.



### Adresse

927 rue Jacques-Cartier Est  
C.P.14 Bur. 205  
Chicoutimi(Québec) G7H 1R2  
(418) 690-0478  
Télécopieur : (418) 690-8932  
info@palliaide.com  
www.palliaide.com

### Heures d'ouverture

8h30 à 16h30  
Vendredi 9h00 à 12h00

### Directrice générale

France Sirois

## CATÉGORIE

### **MILIEU DE VIE**

### **SOUTIEN SANTÉ PHYSIQUE**

# Parkinson Saguenay-Lac-Saint-Jean



## Mission

La mission de Parkinson Saguenay-Lac-Saint-Jean est principalement de fournir un soutien aux personnes atteintes de la Maladie de Parkinson et à leurs proches. Ses actions visent donc le mieux-être et le développement de solidarités. Elle contribue également à l'avancement de la connaissance scientifique en participant au financement de la recherche sur la maladie.

## Clientèle

Les ressources de l'organisme s'adressent aux personnes atteintes de la Maladie de Parkinson et à leurs proches. La Maladie de Parkinson touche des gens de plus en plus jeunes, ce qui fait que l'on a tort de croire qu'elle est liée à l'âge.

## Coût des activités ou services

La majorité des activités sont gratuites. Si un montant est chargé, il est minime et non obligatoire.

## Services

Les principaux services de Parkinson Saguenay-Lac-Saint-Jean se déclinent de la manière suivante :

- Références et informations individuelles sur les ressources disponibles en région et à l'extérieur
- Soutien individuel
- Séances d'informations collectives
- Groupes de soutien pour les proches aidants
- Groupes de soutien pour les personnes atteintes
- Sensibilisation du public sur la maladie
- Collectes de fonds pour la recherche sur la maladie de Parkinson
- Activités physiques adaptées :
- Danse
- Tai chi
- Marche nordique
- Entraînement spinal

L'organisme est membre du réseau Parkinson Québec qui regroupe l'organisme national et les autres organismes communautaires actifs dans d'autres régions du Québec .

## Historique

Parkinson Saguenay-Lac-St-Jean est né de la nécessité de regrouper les personnes atteintes de la Maladie de Parkinson. L'organisme était à l'époque (début des années 2000) porté par des personnes atteintes et leurs proches. Après quelques événements et activités de levées de fonds, les fondateurs ont convenu de formaliser l'existence de l'organisme. Parkinson Saguenay-Lac-Saint-Jean est aujourd'hui constitué légalement et autorisé à remettre des reçus de charité. Elle repose en grande partie sur le bénévolat et puise son financement d'activités de levées de fonds et depuis 2018-2019 d'un soutien du MSSS .

### Adresse

2208-4, rue Roussel  
Chicoutimi(Québec)G7G 1W7  
(418) 973-7003

info@parkinson-slsj.ca

<https://www.parkinson-slsj.ca/>

### Heures d'ouverture

Lundi au jeudi 8h00 à 16h00

### Directrice générale

Sonia Bernier

### CATÉGORIE

**SOUTIEN SANTÉ PHYSIQUE**

# Patro de Jonquière & Centre Kéno-Patro

## Mission

Le **Patro de Jonquière** est un centre communautaire d'entraide et de loisir, qui offre un milieu de vie favorisant le développement de la personne, qui rejoint les jeunes pour leur offrir un accompagnement, de même qu'un lieu de rencontre et d'activités adaptées à leurs besoins, qui accueille les adultes et les aînés (es) dans leurs temps de loisirs, qui rend service à la communauté de Jonquière et plus particulièrement aux démunis.

Le **Centre Kéno-Patro** a pour mission de développer des programmes de plein air pour les jeunes et les adolescents du Patro de Jonquière, les résidents du Lac Kénogami, les groupes sociocommunautaires et récréatifs de la région du Saguenay, les familles et les jeunes des écoles primaires. Le centre offre également des facilités d'accueil pour les personnes handicapées.

## Clientèle

Jeunes de 6 mois à 17 ans, adultes et aînés.

## Coût des activités ou services

Le Patro et le Centre Kéno-Patro offrent une foule d'activités. Le coût varie d'une activité et d'un service à l'autre.

## Services

### Services du Centre Kéno-Patro

Programmes de plein air pour les jeunes et les adolescents

- Du Patro de Jonquière
- Les résidents du Lac Kénogami
- Les groupes sociocommunautaires et récréatifs de la région du Saguenay
- Les familles et les jeunes des écoles primaires.

Location de chalets pour séjours de plein air ou réunions au Centre Kéno-Patro au Lac Kénogami

### Services du Patro

#### **Petits – 6 mois à 5 ans**

Le jardin de Pirouette et Cabriole (ateliers de psychomotricité).

#### **Jeunes – 5 à 11 ans**

- Étu-actif (service de diners chauds, de périodes de jeux animées et d'aide aux devoirs pendant la période scolaire (5-12 ans))
- Animation pendant les congés scolaires (jeudi et vendredi)
- Loisirs fins de semaine (samedi et dimanche)
- Volley-ball (8-11 ans)
- Patro-été



### Adresse

2565, rue Saint-Dominique  
Jonquière(Québec)G7X 6J6  
(418) 542-7536

Télécopieur : (418) 542-5352  
bienvenue@patrojonquiere.org  
[www.patrojonquiere.org](http://www.patrojonquiere.org)

### Heures d'ouverture

Lundi au jeudi 8h00 à 16h00

### CATÉGORIE

Patro

AÎNÉS

ENFANTS

FAMILLES

JEUNES

MILIEU DE VIE

Centre Kéno-Patro

ENFANTS

JEUNES

Travail de rue

& Accueil Café

DÉPANNAGE

MILIEU DE VIE

SÉCURITÉ ALIMENTAIRE

# Patro de Jonquière & Centre Kéno-Patro (suite)

---

## Services (suite)

### Services du Patro

#### Ados (12 à 15 ans)

- Loisirs fins de semaine (vendredi soir, samedi et dimanche)
- Animation pendant les congés scolaires (jeudi et vendredi)
- Volley-ball (12 ans et +)
- Improvisation (12 ans et +)
- Basketball (12 ans et +)
- Patro-été

#### Adultes et aînés

- Ligue de hockey cosom
- Dek hockey
- Volley-ball
- Zumba gold
- Cardi-o-forme
- Mini tennis
- Pickleball
- Danse en ligne
- Club de conditionnement physique Les Patrovites
- Mise en forme
- Stretching

#### Autres

- Location de salles
- Bingo tous les jeudis
- Service d'animation d'événements, de sorties scolaires, de fêtes d'enfant

#### Alternative Café jeunesse

Centre-Ville de Jonquière, local du Secteur intervention (porte 5)

- 12-17 ans, ouvert en soirée
- Présence de 2 intervenants
- Intervention ponctuelle
- Écoute, sensibilisation
- Activités diverses

#### Accueil café

- 18 ans et plus
- Lundi, mardi, jeudi et vendredi 12h30 à 15h30 (septembre à mai)
- Lundi, mardi, jeudi et vendredi 12 à 15h (juin, juillet, août).
- Interventions ponctuelles
- Références personnalisées
- Écoute et support
- Prévention et sensibilisation
- Distribution de matériel préventif
- Accès à internet (un ordinateur)
- Table de billard

## Patro de Jonquière & Centre Kéno-Patro (suite 2)

---

### Services (suite)

#### Services du Patro (suite)

##### Travail de rue

- 12 ans et plus
- Présence dans le milieu de vie des gens
- Territoires :
  - Centre-ville de Jonquière
  - Jonquière
  - Secteur Kénogami
  - Secteur Arvida
  - Secteur Saint-Jean-Eudes
  - Shipshaw
  - Lac Kénogami
  - Municipalité de Larouche
- Écoute
- Soutien et accompagnement
- Aide personnalisée
- Référence
- Don de matériel de prévention dans une approche de réduction des méfaits et récupération du matériel.

**Travail de rue**  
(418) 542-7536 poste 111  
**Cellulaires du Travail de rue**  
418-944-1299  
418-944-1290  
418-944-1819  
418-944-1540

##### Buanderie communautaire

Information et heures d'ouverture :



**Buanderie communautaire**  
(418) 542-7536 poste 111  
**Cellulaires du Travail de rue**  
418-944-1299  
418-944-1290  
418-944-1819  
418-944-1540

### Historique

Fondé en 1947 pour desservir la jeunesse de Jonquière dans leurs temps de loisir. Construction de l'édifice actuel en 1950. Fondation de la base de plein air au lac Kénogami en 1957. Élaboration de nouveaux programmes au fil des années pour répondre à de nouveaux besoins.

# Regroupement des centres d'alphabétisation Mot à Mot

---

## Mission

Sensibiliser la population de St-Ambroise, Bégin, St-Charles-de-Bourget et Shipshaw aux besoins des personnes analphabètes et/ou en difficulté d'apprentissage.

Développer chez les personnes adultes des habiletés afin de leur permettre d'être fonctionnel soit en lecture, en écriture, calcul et en informatique.

Étudier, promouvoir et développer les intérêts matériels, culturels et sociaux des personnes.

## Clientèle

Personnes adultes

## Coût des activités ou services

À venir.

## Services

### Atelier de formation en alphabétisation

- Lecture, écriture et calcul
- Tutorat
- Intégration et apprentissage de l'informatique
- Atelier de créativité
- Ateliers Gymnastique de tête
- Atelier de Scrabble.

### Ateliers thématiques

- Conférences
- Projets multimédias

### Ateliers d'éducation populaire et de réalités sociales



## Adresse

156, rue Gaudreault  
Saint-Ambroise(Québec)G7P 2J9  
(418) 672-6272  
cmamshipshaw@hotmail.com

## Directrice

Lydia Élément

**CATÉGORIE**  
**FORMATION ET EMPLOI**

# Service budgétaire et communautaire de Jonquière

## Mission

Le Service Budgétaire et Communautaire de Jonquière offre des services qui s'adressent à toute la population de son territoire, mais plus particulièrement aux personnes à faibles et modestes revenus.

Le SBC de Jonquière intervient auprès des consommateurs afin qu'ils développent des capacités à gérer sainement leurs finances personnelles par l'intervention individuelle et collective.

En plus d'offrir un service d'aide, le SBC de Jonquière informe et sensibilise l'ensemble de la société dans une perspective de respect des droits des individus.

## Clientèle

Toute personne qui désire repenser son organisation financière ou qui vit une situation financière pénible ou qui veut vérifier les moyens possibles de se reprendre en main.

## Coût des activités ou services

Gratuit ou minime

## Services

- Consultations budgétaires
- Apporter un soutien dans la gestion des finances personnelles
- Trouver des moyens d'épargner
- Contrôler ses dépenses
- Gérer son crédit
- Trouver des solutions à une situation d'endettement
- Évaluer le coût d'un changement de situation familiale
- Planifier un achat important (maison, auto, partir en appartement, etc.)
- Prêt sans intérêt
- Cours de budget
- Thématique de consommation
- Service impôt pour personnes à faible revenu
- Aide technique pour remplir divers formulaires
- Programme Accès bac

## Historique

Incorporation en septembre 1979. Campagne de financement faite en 1979-1980 pour avoir un fonds pour les prêts sans intérêt. En 1985 le service s'étend à l'impôt et aide pour divers formulaires. Depuis le début la consultation budgétaire et les cours de budget sont prioritaires.



Service  
Budgétaire et Communautaire  
de Jonquière

### Adresse

2303 rue Sir-Wilfrid-Laurier, bur. 204

Jonquière (Québec) G7X 5Z2

(418) 412-4447

Télécopieur : (418) 412-4457

[mgagnon@servicebudgetairejonquiere.org](mailto:mgagnon@servicebudgetairejonquiere.org)

[www.servicebudgetairejonquiere.org](http://www.servicebudgetairejonquiere.org)

### Heures d'ouverture

Lundi au jeudi

8h00 à 12h00

13h00 à 16h00

Vendredi 9h00 à 12h00

### Directrice générale

Mélanie Gagnon

## CATÉGORIE

**BUDGET**

# Société Alzheimer Saguenay-Lac-Saint-Jean

## Mission

- Venir en aide à la personne atteinte de la maladie d'Alzheimer ainsi qu'à sa famille.
- Améliorer la qualité de vie de la personne atteinte afin de retarder l'hébergement.
- Amenuiser les conséquences personnelles et sociales de la maladie.
- Favoriser les recherches pour trouver les causes de la maladie afin de mettre au point un traitement

## Clientèle

Les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer et/ou de troubles neurocognitifs, les personnes proches aidantes ainsi que les membres de la famille.

## Coût des activités ou services

Services gratuits sauf pour la formation et le programme d'activités récréatives et sociales pour la personne atteinte ainsi que le répit stimulation à domicile.

## Autres points de services

### Point de services de Jonquière

- (418) 547-8888 et téléc. : 418-542-5555

### Point de services Domaine-du-Roy

- (418) 613-1181

### Point de services Maria-Chapdelaine

- (418) 276-2125

## Services

- Information sur la maladie d'Alzheimer
- Rencontres individuelles ou familiales
- Groupes de soutien pour la famille
- Référence vers les ressources appropriées
- Répit stimulation à domicile
- Formation aux intervenants de tous les milieux
- Activités récréatives et sociales pour la personne atteinte
- Formation en ligne
- Cafés rencontre

## Historique

La Société Alzheimer Saguenay Lac-Saint-Jean a été fondée en 1985. Étant donné la grandeur du territoire et afin de mieux desservir la population du Saguenay-Lac-Saint-Jean, nous avons maintenant plusieurs points de services.



### Point de service de Jonquière

2560 rue St-Jean Baptiste  
Jonquière (Québec) G7X 7V5

(418) 547-8888

Télécopieur : (418) 542-5555

dorice.audet@alzheimerslsj.com

marie-eve.martin@alzheimerslsj.com

### Heures d'ouverture

Lundi au vendredi

8h00 à 16h00

### Directrice par intérim

Diane Roy

### Conseillère

Dorice Audet

Marie-Ève Martin

## CATÉGORIE

## SOUTIEN SANTÉ PHYSIQUE

### Point de services Chicoutimi

- (418) 973-0806 et téléc. : (418) 973-3564

### Bureau régional d'Alma

- (418) 668-0161 et téléc.: 418-668-2639

# TDL Saguenay-Lac-Saint-Jean

## Mission

Regrouper, informer les parents, susciter et promouvoir la création de nouveaux services.

Identifier les besoins des enfants dysphasiques.

Sensibilisation à la réalité des enfants atteints de dysphasie auprès des services éducatifs, de santé et services sociaux et professionnels.

## Clientèle

Les personnes atteintes de dysphasie et dyspraxique ainsi que leurs familles.

## Coût des activités ou services

Membre individuel, familial, professionnel : ..... 25 \$

Membre corporatif (CSSS, école, etc.): ..... 50 \$

## Services

- Soutien au plan d'intervention
- Défenses des droits
- Animation d'activités thématiques
- Camps de vacances
- Club social
- Club de lecture et activités diverses.



## Adresse

Place Centre-ville  
C.P. 120  
Jonquière(Québec)  
G7X 7V8  
téléphone : (418) 549-1111  
info@tdlsaglac.ca  
www.tldsaglac.ca

## Heures d'ouverture

Sur rendez-vous  
8h00 à 16h00  
Laissez un message sur la boîte  
vocal et on vous rappellera

## Présidente

Diane Gagné

## CATÉGORIE

ENFANTS

FAMILLES

SOUTIEN SANTÉ PHYSIQUE

# Triolait



## Mission

Soutenir les familles dans leur expérience d'allaitement afin que celle-ci soit positive et se concrétise dans le respect de leurs désirs et de leurs valeurs.

Milieu de vie accueillant, inclusif et favorable à l'allaitement.

## Clientèle

Parents et futurs parents, la famille et l'entourage.

## Services

- Halte-allaitement
- Marraine d'allaitement
- Clinique d'allaitement avec médecin et IBCLC
- Soutien personnalisé
- Causeries et café rencontre
- Rencontre prénatales
- Halte portage, atelier de portage et prêt
- Location et vente de matériel d'allaitement

### Adresse

874, boul. de l'université, local 101  
Chicoutimi(Québec)G7H 6B9

(581) 560-9956

[info@triolait.ca](mailto:info@triolait.ca)

[www.triolait.ca](http://www.triolait.ca)

### Direction générale

Karine Bélanger

### CATÉGORIE

**ENFANTS**

**FAMILLES**