

L'APOGÉE

Association régionale dont la mission consiste à promouvoir l'entraide et le soutien de la famille et des amis de la personne vivant avec un trouble de santé mentale afin d'améliorer leur qualité de vie. Programmes offerts : information, formations, sensibilisation, service d'entraide et de soutien, interventions individuelles et familiales et activités de ressourcement (programme répit-dépannage).

- 📍 92 boul St-Raymond, pièce 304, Gatineau, QC, J8Y 1S7
- ☎ 819 771-6488 📠 1 855 Craqueur (272-7837)
- ☎ 819 771-5566
- ✉ info.lapogee.ca
- 🌐 www.lapogee.ca

AUPRES

Ce groupe d'Aidants Unis Pour Recréer Ensemble des Soutiens offre un service d'accompagnement pour personnes adultes vivant des problèmes de santé mentale ayant besoin d'un appui afin de les aider à s'intégrer dans la communauté. Ces accompagnements sont axés sur les aspects sociaux dans le but de briser l'isolement social ayant comme objectifs de favoriser l'autonomie, promouvoir l'estime de soi et d'encourager les usagers à sortir de chez eux. AUPRES a pour but de faire évoluer les regards et les comportements à l'égard des personnes souffrant de troubles en santé mentale.

- ☎ 819 557-0789 📠 819 557-0641
- ✉ apres@hotmail.ca
- 🌐 www.aupres.ca

LE BOULEVART DE LA VALLÉE

Le Boulevart de la Vallée offre des services de réadaptation et d'intégration sociale en santé mentale sur le territoire de Papineau. L'organisme vise à favoriser l'entraide, le soutien et l'autonomie de la clientèle desservie par l'entremise des volets « art de vivre », « art créatif », des plateaux de travail et de l'hébergement supervisé.

Boulevart de la Vallée de la Lièvre :

- 📍 132 rue MacLaren Est, Gatineau, QC, J8L 1K1
- ☎ 819 281-0680 📠 819 281-2170
- ✉ adminboulevart@videotron.ca

Boulevart de la Petite-Nation :

- 📍 68, rue Principale, St-André-Avellin, QC, J0V 1W0
- ☎ 819 516-0681 📠 819 516-0683
- ✉ coordboulevartpn@hotmail.com

www.boulevart-ca

CAP SANTÉ OUTAOUAIS

Le Centre d'Activités Promotionnelles en santé est un organisme communautaire à caractère régional dont la mission consiste à promouvoir la santé mentale et le mieux-être des personnes et des collectivités en appuyant la création et le maintien de réseaux d'entraide et le développement des compétences sociales et relationnelles.

- 📍 92 boul St-Raymond, pièce 304, Gatineau, QC, J8Y 1S7
- ☎ 819 771-2277 📠 1 800 363-0788
- ☎ 819 771-5566
- ✉ capadministration@videotron.ca
- 🌐 www.capsante-outaouais.org

CENTRE D'AIDE 24/7

Offre gratuitement huit lits d'urgence de courte durée aux personnes vivant une situation de crise et de détresse. Cette aide est ouverte à tous, confidentielle et disponible 24 heures par jour, 7 jours par semaine. Le Centre offre également de la formation sur la crise et la prévention du suicide et des activités de promotion de la vie et la prévention du suicide.

- ☎ 819 595-3476 📠 819 595-0734
- ✉ centreaide247@videotron.ca
- 🌐 www.centreaide247.com

CENTRE INTER-SECTION

Vise la réadaptation et la réinsertion sociale de personnes aux prises avec un problème de santé mentale par l'entreprise d'activités culturelles et sportives, de suivi dans la communauté, de plateaux de participation sociale, de logements autonomes ainsi que différents groupes (entendus de voix, groupe écho, cheminement vers mon rétablissement, groupe d'hommes, écriture créative et groupe artisanat de femmes). Il offre aussi un programme de soutien aux endeuillés par suicide. Services offerts à Gatineau et à Aylmer via l'Inter-Actif.

Siège social :

- 📍 1232 boul St-René Ouest, Gatineau, QC, J8T 6H3
- ☎ 819 568-4555 📠 819 568-9657

Centre Inter-Actif :

- 📍 42 rue du couvent, Gatineau, QC, J9H 3C5
- ☎ 819 682-3355 📠 819 568-9657

- ✉ info@inter-section.ca
- 🌐 www.inter-section.ca

CENTRE INTERVALLE PONTIAC

Est un lieu de rencontre qui offre des activités éducatives et récréatives à des adultes vivant avec des troubles de santé mentale ou à ceux qui peinent à trouver du support ainsi qu'un réseau social. Le Centre offre également des services d'hébergement en résidence, dans une maison supervisée ainsi qu'un lit de dépannage.

- 📍 230 Rue Principale, Mansfield-et-Pontefract, QC, J0X 1R0
- ☎ 819 683-3257 📠 819 683-1797

CENTRE MECHTILDE

Maison d'aide et d'hébergement. Les services offerts sont confidentiels et gratuits et s'adressent à toute femme victime de violence conjugale, violence familiale ou à risque d'itinérance et à leurs enfants. L'accueil et l'hébergement sont offerts 24 heures par jour, 365 jours par année. La capacité d'accueil de la maison d'hébergement est de 14 places.

- ☎ 819 777-2952
- ☎ 819 777-0887
- ✉ accueil@centremechtilde.ca
- 🌐 www.centremechtilde.ca

L'ENVOL SRT

Organisme communautaire régional dont la mission consiste à favoriser l'accès et le maintien au travail ou aux études pour des adultes ayant un problème de santé mentale afin qu'ils développent une plus grande autonomie.

- 📍 92 boul St-Raymond, pièce 304, Gatineau, QC, J8Y 1S7
- ☎ 819 770-1622 📠 819 771-5566
- ✉ envoladmin@videotron.ca
- 🌐 www.envolst.org

LES HABITATIONS NOUVEAU DÉPART

Offre des logements sains et adéquats à des personnes vivant avec un trouble de santé mentale, une déficience intellectuelle ou un trouble envahissant du développement ainsi que du soutien, leur permettant d'acquies des aptitudes de vie quotidienne et domestique.

- 📍 156 boul Maloney Ouest, Gatineau, QC, J8P 3V6
- ☎ 819 893-1223 📠 819 893-1622
- ✉ info@hndgatineau.org
- 🌐 www.hndgatineau.org

MAISON AMITIÉ DE LA HAUTE-GATINEAU

Elle offre des services d'hébergement de même que des services récréatifs communautaires et sociaux aux personnes ayant des problèmes de santé mentale, afin de favoriser et de faciliter leur réinsertion sociale. Un service de réintégration sociale est également offert.

- 📍 108 rue du Christ-Roi, Maniwaki, QC, J6E 3C3
- ☎ 819 449-6777 📠 819 449-7484
- ✉ prochon174@hotmail.com

MAISON LE RICOCHET

Organisme qui dessert la population du territoire de Collines offrant des services de réadaptation et de réinsertion socioprofessionnelle en santé mentale avec ou sans dépendances. Centre de jour et entreprises sociales, des services d'hébergement (trois résidences 21 places) et des services de répit.

- 📍 9 chemin de la Bourmerie, CP 121 Ste-Cécile de Masham, QC, J0X 2W0
- ☎ 819 456-4230 📠 819 456-3872
- ✉ maisonlecochet@qc.ca
- 🌐 www.maisonlecochet.com

MAISON LIBÈRE-ELLES

S'adresse aux femmes victimes de violence ou ayant des difficultés temporaires ainsi qu'à leurs enfants. Offre de l'aide spécialisée et de l'hébergement 24 heures par jour, 365 jours par année. Des services externes sont aussi offerts.

Ligne d'urgence et d'intervention :

- ☎ 819 827-4044

Administration :

- ☎ 819 827-4510
- ✉ intervenantes@maisonlibere-elles.ca
- 🌐 www.maisonlibere-elles.ca

MAISON RÉALITÉ

Offre des services de soutien et de réadaptation psychosociale aux adultes ayant des problèmes de santé mentale. Trois programmes sont offerts à la Maison Réalité, le programme Hébergement, le programme Soutien dans la communauté et le programme Activités éducatives et récréatives (Café le Rendez-vous).

- 📍 10 rue Jeanne d'Arc, Gatineau, QC, J8Y 2H2
- ☎ 819 776-1214 📠 819 776-5955
- ✉ info@maisonrealite.org
- 🌐 www.maisonrealite.org

RÉSEAU OUTAOUAIS ISP

Services d'insertion sociale et professionnelle pour les personnes éloignées du marché du travail, par de l'évaluation, de l'accompagnement et le Programme d'aide et d'accompagnement social - Action.

- 📍 109 rue Wright, bureau 200, Gatineau, QC, J8X 2G7
- ☎ 819 770-7129 📠 819 771-1769

Point de service :

- 📍 390 avenue de Buckingham, Gatineau, QC, J8L 2G7
- ☎ 819 986-7771 📠 819 281-4344
- ✉ reseaucoutaouais@videotron.ca
- 🌐 www.reseaucoutaouais.qc.ca

SERVICES D'ACCOMPAGNEMENT POUR L'INCLUSION SOCIALE

Le Service d'accompagnement pour l'inclusion sociale (SAIS) a pour mission d'accueillir, d'épauler et d'accompagner les personnes utilisatrices des services de santé mentale et dépendance à Gatineau dans leurs besoins de base, de manière à diminuer les rechutes et faciliter l'inclusion sociale. Services offerts à son local : café Inclusion, épicerie, cuisine, impr. RAMQ, fiduciaire, boîte de départ, Carnet de ressources, recherche de logement, aussi, cuisine collective, jardin communautaire et autres activités éducatives.

- ☎ 819 771-7761 p. 8221
- ✉ saisonb1@gmail.com

TEL AIDE OUTAOUAIS

Offre un service d'écoute qui contribue grandement à la prévention en santé mentale. Facile d'accès en tout temps, le service d'écoute de Tel-Aide compte ainsi un besoin bien particulier au sein du réseau de la santé et des services sociaux.

Service d'écoute :

- ☎ 819 775-3223 📠 1 800 567-9699

Administration :

- ☎ 819 776-2649
- ✉ direction@telaidoutaouais.ca
- 🌐 www.telaidoutaouais.ca

TRAIT D'UNION OUTAOUAIS INC.

Trait d'Union Outaouais inc. est un organisme régional qui offre des services pour favoriser l'intégration sociale des enfants, des adolescents et des adultes autistes. Ses activités visent aussi les familles et les proches, ainsi que la communauté.

- 📍 109 rue Wright, bureau 104, Gatineau, QC, J8X 2G7
- ☎ 819 595-1290 📠 1 866 365-8864
- ☎ 819 595-7099
- ✉ secretaariat@traitdunionoutaouais.com
- 🌐 www.traitdunionoutaouais.com