



# LES ORGANISMES COMMUNAUTAIRES


Des partenaires de choix  
dans nos interventions

Novembre 2024


Québec 




Nous vous présentons aujourd'hui un bref survol des services psychosociaux qui sont offerts dans la communauté de Sept Rivières.



Ce document est en constante évolution, parce que nos organismes développent régulièrement de nouveaux services et s'ajustent aux besoins de la communauté. Il s'agit d'un outil non exhaustif qui est préparé au meilleur de nos connaissances.



Dans le doute, un appel directement à l'organisme (ou à l'organisatrice communautaire) répondra certainement à vos questions.



Pour alléger le document, nous avons seulement inscrit le nom de l'organisme (parfois même en version abrégée) parce que nous avons confiance que vous pouvez retrouver les numéros de téléphone facilement et rapidement, avec une simple recherche en ligne.



*Centre intégré  
de santé  
et de services sociaux  
de la Côte-Nord*

Québec 

# RESSOURCES DE SEPT-ÎLES

## SERVICES POUR LA FAMILLE

**Envol, Maison de la famille** : Cuisines collectives, halte-garderie, ateliers prénatals et ateliers parents enfants 0-5 ans selon le développement de l'enfant, programme accès loisir, services de relevailles à domicile pour les parents d'un nourrisson (0-11 mois), clinique familiale en périnatalité sociale (accompagnement médical, infirmière et psychosocial de la grossesse à 5 ans, pour toute la famille).

**North Shore Community Association** : Soutien, information, animations diverses (ex: heure du conte, ateliers dans les écoles, activités sociales, prêt de matériel, etc.) pour la communauté anglophone.

**Centre d'amitié autochtone de Sept-Îles** : Soutien aux parents autochtones vivant en milieu urbain, groupes, atelier parent-enfant de stimulation pour le développement global (0 à 5 ans), cuisine collective (jeudi), déjeuner (L-V), soupe populaire (mardi), cercles de partage, accompagnement divers.

**APAME de l'Est de la Côte-Nord** : Soutien et accompagnement (suivi individuel, familial, de couple ou de groupe) pour les enfants dont un parent ou un proche a un problème de santé mentale (et vice-versa), groupe de soutien pour les proches de personnes ayant un diagnostic de TDAH.

**À la source** : Ateliers prénatals, accompagnement à la naissance, soutien à l'allaitement, cafés-rencontres pour parents et bébé, groupe de soutien pour le deuil périnatal, hébergement pour accouchement.

**Besoins de bases** :

**Comptoir alimentaire de Sept-Îles** : Panier de dépannage alimentaire, panier de provision pour Noël

**Le transit, Centre d'hébergement Tipinuaikan, Centre d'intervention Le Rond-Point, congélateur généreux chez Homme Sept-Îles** : Réseau de frigos communautaires.

**Recyk et frip, Centre dépannage du parc Ferland, Centre Tipinuaikan et Centre Femmes aux 4 vents** : Friperies.

**CRIC** : Consultation budgétaire, référence (aide alimentaire et autres ressources), fourniture d'articles scolaires, fond Irène Gauthier (fond de dernier recours pour besoin urgent).

**Droits des locataires**: site internet locataire.info

*Centre intégré  
de santé  
et de services sociaux  
de la Côte-Nord*

# SERVICES POUR LES ADOLESCENTS

**Centre d'intervention Le Rond Point** : Travail de rue, intervenante en santé sexuelle (ITSS, orientation sexuelle, identité de genre), intervenante en dépendance – suivi individuel, informations, prévention, réduction des méfaits.

**Équijustice Côte-Nord Est** : Justice réparatrice, ateliers sur la gestion de conflits, communication non-violence, intimidation, médiation citoyenne.

**Carrefour jeunesse emploi Duplessis** : Ressource 12-35 ans, service d'aide à l'emploi, autonomie personnelle et sociale, départ à 9 (projet sur mesure), soutien à la persévérance scolaire et à la réussite éducative, volontariat et entrepreneuriat (soutien à la réalisation d'un projet), mes finances, mes choix (éducation financière), jardin communautaire.

**Maison des jeunes, l'Éclipse** : Activités sociales et de prévention et cafés jeunesse dans les périphéries.

**Éki-lib santé Côte-Nord** : Soutien et suivi au niveau des troubles alimentaires, atelier de prévention, prêt de livres, aire de vie, sensibilisation.

**Centre d'amitié autochtone de Sept-Iles** : comité jeunesse pour les autochtones en milieu urbain.

**North Shore Community Association** : Ateliers divers dans différents milieux (organismes, milieux scolaires), prêt de matériel, soutien, information, référencement pour la communauté anglophone.

**Aire ouverte – CISSS CN** : Différents services pour la santé et le bien-être des jeunes de 12 à 25 ans, intervenants psychosociaux sur place, activités de prévention, soin infirmier sur place pour consultation mineure et santé sexuelle (ITSS, contraception, etc.).

*Centre intégré  
de santé  
et de services sociaux  
de la Côte-Nord*

# SERVICES POUR LES ADULTES OU POPULATION GÉNÉRALE

**Hommes Sept-Îles et maison oxygène** : Soutien et accompagnement pour les hommes et les proches, toutes problématiques, intervention individuelle ou de groupe, cours prénataux, shed à bois. Maison d'hébergement temporaire pour les papas.

**Autour d'elles, maison des femmes** : Hébergement et soutien aux femmes et enfants de victimes de violence conjugale, suivi en externe et en interne.

**Maison d'hébergement Tipinuaikan** : Soutien aux femmes et famille de victimes de violence familiale, suivi en externe et post hébergement

**L'Âtre-Ville** : Milieu de vie pour personnes avec problèmes de santé mentale et activités récréatives et éducatives.

**Centre d'intervention Le Rond-Point** : Intervention en dépendance et en santé sexuelle (suivi, prévention, réduction des méfaits), déjeuners et soupe populaire, frigo communautaires

**North Shore Community Association** : Ateliers divers, accompagnement, soutien, information, prêt de matériel, traduction de documentation, référencement pour la communauté anglophone.

**Centre d'amitié autochtone de Sept-Îles** : Soutien et accompagnement divers aux personnes autochtones vivant en milieu urbain, cuisine collective (jeudi), déjeuner (L-V) soupe populaire (mardi), cercles de partage.

**Alpha Lira** : Francisation, accueil des nouveaux arrivants, activité d'intégration et culturelle, groupe pour les parents, club de lecture.

**Amicale interculturelle et Intégration et diversité Côte-Nord** : Activités diverses pour les nouveaux arrivants.

**APAME de l'Est de la Côte-Nord** : Soutien (individuel, familial, de couple, de groupe) pour les proches d'une personne ayant un problème de santé mentale, informations et référencement.

**Éki-lib santé Côte-Nord** : Soutien et suivi au niveau des troubles alimentaires, atelier de prévention, prêt de livres, aire de vie, sensibilisation.

**Centre femmes aux 4 vents** : Café rencontres, midis-causeries, ateliers diverses (ex: journal créatifs), informations, bris d'isolement social, interventions ponctuelles et planifiées, friperie.

**Action emploi Sept-Îles** : Employabilité et habiletés de base pour les 18 ans et + (ex: ponctualité, hygiène de vie, etc.), groupe d'intégration et de maintien en emploi, informations et référencement.

**MOCSI**: location d'espaces à faibles coûts pour les organismes communautaires et pour la tenue d'événements privés et communautaires

**Centre intégré  
de santé  
et de services sociaux  
de la Côte-Nord**

# SERVICES POUR LES ADULTES OU POPULATION GÉNÉRALE (SUITE)

**CALACS** : Soutien individuel et de groupe aux victimes d'agression sexuelle (14 ans et +), accompagnement dans les démarches juridiques, cafés rencontres féministes, etc.

**Centre d'aide aux victimes d'actes criminels (CAVAC)** : Soutien individuel et familial pour les victimes d'actes criminels, accompagnement dans les démarches juridiques, préparation à la cour, etc.

**Centre de prévention du suicide (CPS)**: Prévention du suicide, ligne d'aide pour les personnes, les proches et les intervenants, rencontres en présence.

**CRIC** : Consultation budgétaire, référence (aide alimentaire et autres ressources), fond Irène gauthier (fond de dernier recours pour besoin urgent).

**Centre d'aide et d'accompagnement aux plaintes Côte-Nord** : Accompagnement lors du processus de plainte pour insatisfaction en lien avec les services et les soins en santé et services sociaux.

**Office municipale d'habitation** : Logements à prix modiques pour les personnes et les familles à faible et à modeste revenu et intervention de milieu (OMH).

**Droits et recours en santé mentale** : Défense des droits en santé mentale, formations, représentations, accompagnement.

**Centre de justice de proximité** : Informations juridiques (droit de famille, consommation, successions et testaments, logement, travail, petites créances, droits criminels et pénal).

**Équijustice Côte-Nord Est** : Ateliers sur la gestion de conflits, communication non-violence, intimidation, médiation citoyenne.

**Association du cancer de l'est du Qc, groupe Perce-neige** : Ateliers pour les personnes souffrant d'un cancer.

**CAB Le Virage** : Service d'aide à l'impôt par des bénévoles, livraison pour le comptoir alimentaire, promotion et soutien de l'action bénévole, transport accompagnement

**Santé mentale Québec Côte-Nord** : Prévention et promotion, outils pour prendre soin de sa santé mentale.

**Association des femmes unies de Sept-Iles**: mission de faire rayonner les femmes, de toutes les cultures, activités diverses

*Centre intégré  
de santé  
et de services sociaux  
de la Côte-Nord*

# SERVICES POUR LES ADULTES OU POPULATION GÉNÉRALE (SUITE)

## Besoins de bases :

**Comptoir alimentaire de Sept-Iles** : Panier de dépannage alimentaire, panier de provision pour Noël.

**CAB Le Virage** : Livraison pour le comptoir alimentaire, accompagnement pour commissions et RV (payant)

**Le transit, Centre d'hébergement Tipinuaikan, Centre d'intervention Le Rond-Point, Homme Sept-Ils (congélateur généreux)** : Réseau de frigo communautaire.

**Envol, maison de la famille, Centre d'Amitié Autochtones de Sept-Îles** : Cuisines collectives

**Maison Oxygène pour les papas (Homme Sept-Ils), Âtre pour la santé mentale** (appartements supervisés temporaires), **le Transit pour adultes en difficulté, Autour d'elles, maison d'aide et d'hébergement en violence conjugale, Maison Tipinuaikan pour femmes et enfants autochtones victimes de violence familiale** : Ressources d'hébergement.

**Centre d'intervention Le Rond-Point, Centre d'Amitié Autochtones de Sept-Îles** : Déjeuners et soupe populaire.

**Recyk et frip, Centre dépannage du parc Ferland, Centre Tipinuaikan et Centre Femmes aux 4 vents** : Friperies.

**Sept-Iles Vélo Cité**: dons de vélos usagés

**Droits des locataires**: site internet locataire.info

# SERVICES EN DÉFICIENCE PHYSIQUE, INTELLECTUELLE ET TSA

**Autisme Côte-Nord** : Soutien au niveau de l'autisme: informations, répit-gardiennage, formations, table ronde, groupe parent, groupe adolescent, écoute téléphonique et activités sociales, intégration à l'emploi, prêt de matériel, groupe de soutien pour proches aidants.

**SÉMO** : Intégration et maintien à l'emploi.

**Répit Richelieu** : Milieu de vie, répit aux familles, gardiennage.

**Module d'épanouissement à la vie** : Défense des droits pour les personnes vivant avec un handicap.

**Pivot des Îles** : Centre de jour pour les personnes avec handicap (L au J en PM).

**Association septilienne des loisirs, des sports et de la culture pour personnes vivant avec un handicap** : Activités mensuels et thématiques de loisirs, participation à destination-loisir au 2 ans, prêt de matériel adapté : [www.arlphcotenord.com/repertoire](http://www.arlphcotenord.com/repertoire)

**Associations des Aidants Naturels de la Côte-Nord** : Soutien et répit pour les proches aidants

**Société canadienne Sclérose en plaque, division Côte-Nord** : Soutien et services au niveau de la sclérose en plaques, atelier, conférences, cafés-rencontre pour les personnes vivant avec les scléroses en plaques ainsi que leur proche.

**Centre d'Action Bénévole Le Virage** : Service d'animation pour les personnes en situation d'handicap.

**Association Fibromyalgie Duplessis** : Soutien et informations aux personnes souffrant de fibromyalgie et activités sportives adaptées (étirement, yoga, club de marche, danse sur chaise, cet).

**Épilepsie Côte-Nord** : Soutien et information au niveau de l'épilepsie.

**Parkinson Côte-Nord**: Groupe de soutien Parkinson, conférences.

**Corporation de transport adapté de Sept-Îles** : Transport adapté.

Centre intégré  
de santé  
et de services sociaux  
de la Côte-Nord

Québec 



# SERVICES POUR LES PERSONNES ÂGÉES

**Centre d'Action Bénévole le Virage** : Popote-roulante, appels d'amitié, Programme SecuriCAB (programme de prévention et de sécurité à domicile via des appels automatisés), Travailleur de proximité pour aînés, accompagnement RDV médicaux et aide aux commissions, centre de jours (65 ans +), promotion et soutien de l'action bénévole, groupe de soutien pour proche aidant.

**L'Envol, Maison de la famille** : Salon des aînés.

**Coop de solidarité et d'aide à domicile** : Entretien ménager et menus travaux, aide aux activités de vie quotidiennes et domestiques.

**Corporation de transport adapté de Sept-Îles** : Transport adapté.

**Société Alzheimer** : Centre de jour pour personnes ayant des problèmes neurocognitifs, cafés-rencontres, soutien aux familles.(services fermés temporairement depuis octobre 2024)

**Associations des Aidants Naturels de la Côte-Nord** : Soutien et répit pour les proches aidants

**North shore Community association** : Offre activités sociales pour la communauté anglophone (programme de bien-être, activités diverses, sorties, etc.), prêt de matériel.

**FADOQ** : Club de l'âge d'or et Joyeux retraités : Activités sociales et sportives (jeux de cartes diverses, pétanque, palets américains, etc.).

Centre intégré  
de santé  
et de services sociaux  
de la Côte-Nord

# COMMENT RÉFÈRE-T-ON DANS CES ORGANISMES ?

Règle générale, vous fournissez les coordonnées de l'organisme à la personne et celle-ci entreprend ses démarches elle-même pour recevoir de l'aide car on favorise l'autonomie.

Pour les clients moins autonomes ou lorsque la situation de la personne comporte des risques, il est recommandé de faire le premier contact avec eux et parfois même de les accompagner pour leur premier rendez-vous (exemple, en situation de crise suicidaire).

Certains organismes reçoivent les gens sans rendez-vous, mais il est toujours préférable de téléphoner avant de se rendre sur place.

Pour des raisons de sécurité, les maisons d'hébergement vont généralement faire une évaluation par téléphone avant d'accueillir un usager.

# COMMUNAUTÉ UASHAT MAK MANI-UTENAM

Maison Tshimishtin : Soutien ainsi que de l'hébergement aux personnes en situation de crise.

Centre d'hébergement Tipinuaikan : Maison d'hébergement pour femmes autochtones avec ou sans enfants victimes de violence conjugale ou familiale, suivi post hébergement.

Centre Miam Uapukun : Centre de thérapie.

Centre Kutikuniu : Centre de thérapie.

Comptoir alimentaire Nishk.

Institut Tshakapesh : sauvegarde et promotion de la culture et la langue innue

Centre Innushkueu Mani-Utenam: centre femmes sur la communauté

# RESSOURCES DE PORT-CARTIER

- Carrefour Jeunesse Emploi Point de service de Port Cartier: Employabilité pour les 16 à 35 ans;
- Centre d'action bénévole : Popote roulante, accompagnement et transport médical, centre de jour pour personnes âgées et personnes ayant une déficience intellectuelle, dépannage alimentaire, bon de Noël, comptoir de vêtements usagés, programme des bénévoles à l'impôt, transport adapté, travailleur de milieu pour aînés;
- CRIC : Défense collective des droits des consommateurs, accompagnement, consultation budgétaire personnalisée;
- Hom'asculin : Accueillir, accompagner et outiller les hommes qui vivent des difficultés et/ou qui souhaitent être accompagnés adéquatement dans leur démarche personnelle;
- Maison de la Famille de Port Cartier : Activités parents enfants, halte garderie, aide alimentaire, cuisine collective et individuelle, activités d'éveil préscolaire, support familial – frigo communautaire.

# RESSOURCE DE PORT-CARTIER (SUITE)

- Maison des jeunes de Port Cartier : Lieu de rencontre animé pour les adolescents de 12 à 17 ans;
- Fibromyalgie Duplessis: Soutien et informations aux personnes souffrant de fibromyalgie et activités sportives adaptées (étirement, yoga, club de marche, danse sur chaise, cet).
- Mouvement santé mentale Québec, Côte Nord : Promotion de la santé mentale, la prévention de la maladie mentale et la réalisation d'activités de support auprès de la population;
- L'Office municipal d'habitation (OMH): Logements à prix modiques pour les personnes et les familles à faible et à modeste revenu;
- Popco : Services d'alphabétisation, de francisation, de préparation aux tests d'équivalence de niveau secondaire, service d'aide en recherche d'emploi et réorientation de carrière;
- Ressource de réinsertion le Phare : Centre de travail adapté qui permet l'insertion ou la réinsertion sur le marché du travail;

# CENTRE DE SANTÉ DE UASHAT ET CENTRE DE SANTÉ DE MANI UTENAM

Secteur santé - services courant

Les services courants sont des services infirmiers qui sont offerts dans les deux communautés, soit au Centre de Santé de Uashat et au Centre de Santé de Mani utenam

Services de premières lignes - Secteur communautaire

Les services visent à accompagner la communauté et ses membres vers le mieux être en offrant des services de prévention et d'intervention qui tiennent du savoir, du savoir faire, du savoir être et de l'identité culturelle innue.

# COMMENT RÉFÈRE-T-ON AU CENTRE DE SANTÉ DE MANI UTENAM

Les gens peuvent se rendre ou téléphoner et ils seront référés vers l'intervenant de garde.

Vous pouvez accompagner la personne à l'accueil du centre de santé du lundi au jeudi de 8h à 16h et le vendredi am :

- Uashat :1084 Avenue Dequen , Uashat . 418 962 0222
- Dispensaire de Mani utenam : 14, Rue de l'Église, Mani utenam . 418 927 2660
- Maison de la famille ( Uikanishitsuap )):158, rue de l'Église, Mani Utenam . 418 927 3680

# CENTRE INTÉGRÉ DE SANTÉ ET DE SERVICES SOCIAUX DE LA CÔTE-NORD

Plusieurs programmes :

Famille enfance jeunesse : Les services offerts s'adressent aux femmes enceintes, aux parents, aux enfants, aux adolescents et aux familles qui nécessitent des soins et des services aux différentes étapes de leur vie.

Aire Ouverte : Différents services pour la santé et le bien être des jeunes de 12 à 25 ans de Sept Îles et des environs.

DPJ : Loi sur la protection des enfants

Dépendance, itinérance et services sociaux généraux.

SAPA : Soutien à l'autonomie des personnes âgées.

DI TSA DP : Déficience intellectuelle, trouble du spectre de l'autisme et déficience physique

Santé publique : Maladies infectieuses, Promotion & prévention de la santé, communauté en santé.



# COMMENT RÉFÈRE-T-ON AU CISSS ?

811 option 2 :

Les professionnels du service InfoSocial 811 donnent des conseils et peuvent répondre aux questions d'ordre psychosocial. Ils peuvent aussi, au besoin, vous référer vers une ressource appropriée dans le réseau de la santé et des services sociaux ou une ressource communautaire.

Accueil psychosocial :

Vous pouvez également accompagner la personne à l'accueil psychosocial du centre multiservices de Sept Îles ou de Port Cartier du lundi au vendredi de 8h30 à 16h pour une intervention en personne

Sept-Îles: 531 rue Gamache, 418 962 9761 poste 453001

Port- Cartier: 3 rue de Shelter Bay, 418 766 2572 poste 443325 ou 443342

# LIGNES D'AIDE TÉLÉPHONIQUE

## Sources d'information et de soutien téléphonique :

- Covid-19 : Information et dépistage: 1 877 644-4545;
- Prévention du suicide : 1 866 277-3553 ( 1 866 APPELLE);
- SOS Violence conjugale : 1 800 363-9010
- Ligne Abus Aînés : 1 888 489-2287;
- Tel Jeunes : 1 800 263-2266;
- Ligne Parents : 1 800 363-5085
- Ligne Info-Aidants : 1 855 852-7784
- Ligne Drogue Aide et référence : 1 888 265-2626
- Info Santé 24/7 : 811 option 1
- Info-Social 24/7 : 811, option 2;

# ET L'ORGANISATION COMMUNAUTAIRE (OC) DANS TOUT ÇA ?

Les organisateurs communautaires (OC) proviennent de différentes professions : travail social, psychoéducation, criminologie, etc.

Ils travaillent dans le programme de santé publique du CISSS.

Le rôle de l'OC :

Soutenir le développement de la communauté

Contribuer au programme de santé publique en favorisant des **interventions collectives** pour travailler sur les déterminants sociaux de la santé (accès aux études, logement, travail, statut social, revenu, saines habitudes de vie, accès aux services psychosociaux, etc.).

Soutenir les organismes du milieu

Assurer une liaison entre le communautaire et le réseau

Aide au démarrage de projets, repérage des trous de service, soutien aux CA et leur fonctionnement

**Pour rejoindre  
les organisatrices communautaire  
du CLSC de Sept-Îles :**

**Annie Blais, 962-9761, poste 414705**

**Élizabeth Noël, 962-9761, poste 414110 (en congé maternité )**

**Pour rejoindre  
les organisatrices communautaire  
du CLSC de Port-Cartier :**

**Marylie Boucher : 418-766-2572 P.443303**