

# RÉPERTOIRE DES ORGANISMES COMMUNAUTAIRES

*Membres de la CDC des Deux-Rives*

# Répertoire des organismes communautaires

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.

Vous retrouverez dans les prochaines pages une liste de nos organismes membres, un répertoire des organismes par catégorie et des pages détaillées pour chaque organisme!

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.



# Liste des organismes membres

1. A.B.C.S. Association pour personnes handicapées .....	10
2. Accès-Travail-Femmes .....	11
3. Aide-Parents Plus .....	12
4. Anorexie Boulimie Saguenay Lac-Saint- Jean .....	15
5. Association du Québec pour enfants avec problèmes auditifs (AQEPA) .....	16
6. Association PANDA, région Saguenay–Lac-Saint-Jean .....	17
7. Association pour la promotion des droits des personnes handicapées (APDPH) .....	18
8. Association québécoise de défense des droits de personnes retraitées... (AQDR) .....	19
9. Association régionale pour les personnes épileptiques, région 02 (ARPE) .....	20
10. Association Renaissance TCC et AVC Saguenay-Lac-Saint-Jean .....	21
11. Cancer Saguenay .....	22
12. Carrefour jeunesse emploi Saguenay .....	23
13. Centre Alpha de Jonquière .....	24
14. Centre d'action bénévole Entre-Êtres de Jonquière .....	25
15. Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes (CAAP) .....	26
16. Centre d'écoute et de prévention du suicide 02 .....	27
17. Centre d'intervention familiale Le Transit .....	29
18. Centre de femmes Mieux-Être de Jonquière .....	31
19. Centre de ressource pour homme Optimum Saguenay-Lac-Saint-Jean .....	32
20. Centre de services du Mieux-Vivre .....	33
21. Centre l'Escale de Jonquière, ressource en santé mentale .....	35
22. Cohabitation Saguenay .....	36
23. Coop de solidarité de services à domicile du Saguenay .....	37
24. Diabète Saguenay-Lac-Saint-Jean .....	39
25. Diversité 02 .....	41
26. ECO-02 .....	42

## Liste des organismes membres

27. Équijustice Saguenay .....	43
28. Groupe Équitem .....	45
29. Groupe Inclusia .....	46
30. Groupement des organismes de personnes handicapées Saguenay-Lac-Saint-Jean ....	48
31. Havre du Fjord .....	50
32. La Chambrée, maison d'hébergement pour femmes victimes de violence conjugale ....	51
33. La Maison d'Hébergement Le Séjour inc. ....	52
34. La Maison d'un Nouvel Élan .....	54
35. La Maison des soins palliatifs du Saguenay .....	55
36. La Maison pour tous .....	56
37. Les Aînés(es) de Jonquière .....	57
38. Maison d'hébergement S.O.S Jeunesse .....	58
39. Maison de quartier de Jonquière inc. ....	59
40. Maison des jeunes de Jonquière .....	60
41. Maison des jeunes de Shipshaw .....	61
42. MicroEntreprendre Saguenay-Lac-Saint-Jean .....	62
43. Palli-Aide - Accompagnement en soins palliatifs du Saguenay .....	64
44. Parkinson Région Saguenay-Lac-Saint-Jean .....	65
45. Patro de Jonquière & Centre Kéno-Patro .....	66
46. Perspectives 02 - Douleur, fibromyalgie et syndromes connexes .....	69
47. Regroupement des centres d'alphabétisation Mot à Mot .....	70
48. Service budgétaire et communautaire de Jonquière .....	71
49. Société Alzheimer Saguenay-Lac-Saint-Jean .....	72
50. TDL Saguenay-Lac-Saint-Jean .....	73
51. Triolait .....	74

# Organismes par catégorie

## Aînés

Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées	19
Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes (CAAP)	26
Centre de services du Mieux-Vivre	33
Coop de solidarité de services à domicile du Saguenay	37
La Maison d'un Nouvel Élan	54
Les Aînés(es) de Jonquière	57
Patro de Jonquière	66

## Budget

Service budgétaire et communautaire de Jonquière	XX
--	----

## Cuisines collectives

Association pour la promotion des droits des personnes handicapées (APDPH)	18
Centre d'action bénévole Entre-Êtres de Jonquière	25
Centre de services du Mieux-Vivre	33

## Défense des droits

Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées	19
Groupement des organismes de personnes handicapées Saguenay-Lac-Saint-Jean	48

## Dépannage

Aide-Parents Plus	12
Centre d'action bénévole Entre-Êtres de Jonquière	25
Centre de service du Mieux-Vivre	33
Les Aîné(es) de Jonquière	57
Travail de rue / Accueil café (Patro)	66

## Dépendances

Centre d'intervention familiale Le Transit	29
Havre du Fjord	50
La Maison d'hébergement Le Séjour inc.	52
Les Aîné(es) de Jonquière	57

# Organismes par catégorie

## Enfants

Aide-Parents Plus .....	12
Association du Québec pour enfants avec problèmes auditif (AQEPA) .....	16
Patro de Jonquière et Centre Kéno-Patro .....	66
TDL Saguenay-Lac-Saint-Jean .....	73
Triolait .....	74

## Familles

Aide-Parents Plus .....	12
Association du Québec pour enfants avec problèmes auditif (AQEPA) .....	16
Association PANDA, région Saguenay-Lac-Saint-Jean .....	17
Centre d'intervention familiale Le Transit .....	29
Centre de services du Mieux-Vivre .....	33
Patro de Jonquière .....	66
TDL Saguenay-Lac-Saint-Jean .....	73
Triolait .....	74

## Femmes

Accès-Travail-Femmes .....	11
Aide-Parents Plus .....	12
Centre de femmes Mieux-Être de Jonquière .....	31
Centre de services du Mieux-Vivre .....	33
La Chambrée, maison d'hébergement pour femmes victimes de violence conjugale .....	51
Maison d'hébergement S.O.S. Jeunesse .....	58

## Formation et emploi

Accès-Travail-Femmes .....	11
Carrefour jeunesse emploi Saguenay .....	23
Centre Alpha de Jonquière .....	24
Groupe Équitem .....	45
Groupe Inclusia .....	46
Microentreprendre Saguenay-Lac-Saint-Jean .....	62
Regroupement des centres d'alphabétisation Mot à Mot .....	70

# Organismes par catégorie

## Hébergement

Aide-Parents Plus .....	12
Centre de ressources pour homme Optimum Saguenay-Lac-Saint-Jean .....	32
Havre du Fjord .....	50
La Chambrée, maison d'hébergement pour femmes victimes de violence conjugale .....	51
La Maison d'Hébergement le Séjour inc. ....	52
La Maison d'un Nouvel Élan .....	54
La Maison de soins palliatifs du Saguenay .....	55
Maison d'hébergement S.O.S. Jeunesse .....	58

## Jardins communautaires

Centre d'action bénévole Entre-Êtres de Jonquière .....	25
---	----

## Jeunes

Association du Québec pour enfants avec problèmes auditifs .....	16
Association PANDA, région Saguenay-Lac-Saint-Jean .....	17
Centre d'intervention familiale Le Transit .....	29
Havre du Fjord .....	50
Maison d'hébergement S.O.S. Jeunesse .....	58
Maison des jeunes de Jonquière .....	60
Maison des jeunes de Shipshaw .....	61
Patro de Jonquière et Centre Kéno-Patro .....	66

## Justice réparatrice et médiation citoyenne

Équijustice Saguenay .....	43
----------------------------	----

## Milieu de vie

Association pour la promotion des droits des personnes handicapées (APDPH) .....	18
Association Renaissance TCC et AVC Saguenay-Lac-Saint-Jean .....	21
Centre d'action bénévole Entre-Êtres de Jonquière .....	25
Centre d'intervention familiale Le Transit .....	29
Centre de femmes Mieux-Être de Jonquière .....	31
Centre de services du Mieux-Vivre .....	33
Centre L'Escale de Jonquière, ressource en santé mentale .....	35

(suite à la prochaine page)

## Organismes par catégorie

### Milieu de vie (suite)

Centre de ressources pour hommes Optimum .....	32
La Maison d'un Nouvel Élan .....	54
La Maison de soins palliatifs du Saguenay .....	55
La Maison pour tous .....	56
Les Aîné(es) de Jonquière .....	57
Maison des jeunes de Jonquière .....	60
Maison des jeunes de Shipshaw .....	61
Palli-Aide - Accompagnement en soins palliatifs du Saguenay .....	64
Patro de Jonquière .....	66
Travail de rue/Accueil café (Patro) .....	68

### Personnes handicapées

A.B.C.S. Association pour personnes handicapées .....	10
Association du Québec pour enfants avec problèmes auditifs (AQEPA) .....	16
Association pour la promotion des droits des personnes handicapées (APDPH) .....	18
Association Renaissance TCC et AVEC Saguenay-Lac-Saint-Jean .....	21
Centre de services du Mieux-Vivre .....	33
Groupement des organismes de personnes handicapées Saguenay-Lac-Saint-Jean .....	48
Perspectives 02 - Douleur, fibromyalgie et syndromes connexes .....	69

### Population

Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes .....	26
Centre d'écoute et de prévention du suicide 02 .....	27
Centre de ressources pour hommes Optimum Saguenay-Lac-Saint-Jean .....	32
Centre de services du Mieux-Vivre .....	33
Cohabitation Saguenay .....	36
Diversité 02 .....	41
ECO-02 .....	42
La Maison des soins palliatifs du Saguenay .....	55
Maison de quartier de Jonquière inc. - Centre communautaire de services .....	59



## Organismes par catégorie

### Santé mentale

Anorexie Boulimie Saguenay-Lac-Saint-Jean .....	15
Association PANDA, région Saguenay-Lac-Saint-Jean .....	17
Centre d'écoute et de prévention du suicide 02 .....	27
Centre d'intervention familiale Le Transit .....	29
Centre de services du Mieux-Vivre .....	33
Centre L'Escale de Jonquière, ressource en santé mentale .....	35

### Sécurité alimentaire

Aide-Parents Plus.....	12
Centre d'action bénévole Entre-Êtres de Jonquière .....	25
Coop de solidarité de services à domicile du Saguenay .....	37
Les Aîné(es) de Jonquière .....	57
Travail de rue/Accueil café (Patro) .....	66

### Soutien santé physique

Association régionale pour les personnes épileptiques, région 02 (ARPE) .....	20
Cancer Saguenay .....	22
Coop de solidarité de services à domicile du Saguenay .....	37
Diabète Saguenay-Lac-Saint-Jean .....	39
La Maison de soins palliatifs du Saguenay .....	55
Les Aîné(es) de Jonquière .....	57
Palli-Aide - Accompagnement en soins palliatifs du Saguenay .....	64
Parkinson Région Saguenay-Lac-Saint-Jean .....	65
Perspectives 02 - Douleur, fibromyalgie et syndromes connexes .....	69
Société Alzheimer Saguenay-Lac-Saint-Jean .....	72
TDL Saguenay-Lac-Saint-Jean .....	73

### Transport

Centre d'action bénévole Entre-Êtres de Jonquière .....	25
Centre de services du Mieux-Vivre .....	33
Les Aîné(es) de Jonquière .....	57

### Violence

La Chambrée, maison d'hébergement pour femmes victimes de violence conjugale .....	51
--	----

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

📍 187 rue Simard, Saint-Ambroise, G7P 2R8

☎ 418-672-2511

📠 418-672-6686

✉ abcs4@gmail.com

👤 Personne responsable : Nicole Dufour

🕒 Heures d'ouverture : De 8:00 à 12:00 et de 13:00 à 16:00.



## 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.

## Coûts

Les coûts varient selon le type d'activité.

## 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.

## 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"

# Accès-travail-femmes

📍 2240, rue Montpetit, 3e étage, Jonquière, G7X 6A3

☎ 418-695-0834

📠 418-545-0782

✉ info@atfate.ca

👤 Personne responsable : Véronique Bouchard

🕒 Heures d'ouverture : De 8:00 à 12:00 et de 12:30 à 16:00.

🌐 <https://accestravailemploi.com/>



## 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.

## Coûts

Services gratuits/possibilité de soutien de revenu par Services Québec.

## Historique

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

## 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

# Aide-Parents Plus

📍 3842, boulevard Harvey, suite 101, Jonquière, G7X 2Z4

☎ 418-547-4792      📠 418-547-3049

✉ info@aideparentplus.com

👤 Personne responsable : Nathalie Plante

🕒 Heures d'ouverture :  
De 8:30 à 16:30 (lundi au jeudi), 8:30 à 12:00 (vendredi)

🌐 www.aideparentplus.ca



## 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.

### Coûts

- 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-Répît : 3 \$ par demi-journée ou 15 \$ pour six fois.

Toutes les autres activités sont gratuites.

### Historique

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

### Services

- Ateliers d'Éveil 2 à 5 ans
- Bébé futé (0 – 30 mois)
- Les Relevailles
- Le Répît-gardiennage
- Café-rencontre La Parentèle
- Partage-Dons (soutien matériel)
- Location et vérification de sièges d'auto
- Écono dans l'frigo
- Halte-Répît Au Pays des z'Amis
- La Lancée

Voir la page suivante pour plus de détails.

Dépannage

Enfants

Familles

Femmes

Hébergement (La Lancée)

Sécurité alimentaire

## Services (détails)

### **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.

### **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.

### **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.

### **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-Répît Au Pays des z'Amis**

La Halte-répît 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.

## Services (détails)

### **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.

### **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.

### **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.

### **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.

# Anorexie Boulimie Saguenay-Lac-Saint-Jean

📍 927 rue Jacques-Cartier Est, porte 401 et 407, Chicoutimi, G7H 2A3

☎ 418-319-9348 (coordination) 418-545-2222 (intervention)

✉ coordination.abs@hotmail.com (coordination)  
anorexie\_boulimie.saguenay@hotmail.com (intervention)

👤 Personne responsable : Meggie Torresan

🌐 anorexiéboulimiesaguenay.com



**Anorexie Boulimie**  
SAGUENAY LAC-SAINT-JEAN

## Mission

Organisme sans but lucratif à vocation régionale de soutien, de prévention, d'éducation, d'entraide et de lutte contre les troubles de conduites alimentaires (TCA), dont la mission est de venir en aide aux personnes de 14 ans et plus touchées par cette problématique ainsi que leurs proches.

## Clientèle

Adultes et adolescents (14 ans et plus)  
touchés par un TCA et leurs proches

## Services

- Rencontre d'accompagnement et de soutien
- Groupe TCA
- Groupe Estime de soi
- Soutien aux proches
- Ateliers de sensibilisation et d'information

## Coûts

Gratuit. Groupe Trouble alimentaire : 50.00\$

## Historique

Notre organisme a vu le jour en 2003 avec les premières rencontres individuelles auprès des personnes touchées par des troubles du comportement alimentaire (TCA). Dès cette même année, un comité a été créé pour mieux répondre à leurs besoins et offrir un soutien adapté. Par la suite, plusieurs collaborations ont été mises en place afin d'assurer la création de groupes de soutien.

C'est en 2006 que notre organisme a été officiellement enregistré au Registre des entreprises du Québec et constitué en organisme à but non lucratif (OBNL).

Depuis sa création, notre organisme ne cesse de se mobiliser aux côtés de partenaires provinciaux pour que la population du Saguenay-Lac-Saint-Jean bénéficie du soutien nécessaire en matière de santé mentale et de troubles alimentaires. Nous poursuivons ainsi notre mission d'accompagner, soutenir et prévenir les troubles du comportement alimentaire, auprès des personnes concernées ainsi que de leurs proches.

# Association du Québec pour enfants avec problèmes auditifs

📍 138, rue Price Ouest, suite 51, Chicoutimi, G7J 1G8

☎ 418-718-3344

✉ aqepa.saguenay@aqepa.org

👤 Personne responsable : Fanny Pante

🌐 <https://aqepa.org/aqepa-saguenay/>



**AQEPA**  
**SAGUENAY**

Association du Québec  
pour enfants  
avec problèmes auditifs

## 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.

## 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

## Coûts

Membre adulte et famille : 5.00\$

Membres alliés : Gratuit

Enfants

Familles

Jeunes

Personnes handicapées



# Association Panda région Saguenay–Lac-Saint-Jean

📍 1946, Davis, suite 102, Jonquière, G7S 3B6

☎ 418-579-3140

✉ info@pandaslsj.org

👤 Personne responsable : Dominique Simard

🕒 Heures d'ouverture : De 8:30 à 16:30 (lundi au vendredi)



## 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.

## Services

- Accueil et orientation
- Accompagnement, soutien et suivi
- Accompagnement, soutien et suivi
- 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. »

## Coûts

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

Devenir membre donne accès aux ateliers, à des tarifs réduits lors d'événements, à des activités familiales et à des publications.

## Clientèle

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

# Association pour la promotion des droits des personnes handicapées

📍 2435, Saint-Jean-Baptiste, C.P. 814, Jonquière, G7X 7W6

☎ 418-548-5832      📠 418-548-5291

✉ bureau.apdph@gmail.com

👤 Personne responsable : Annie Labonté

🕒 Heures d'ouverture : De 8:00 à 16:00 (lundi au vendredi)

🌐 <https://apdph.ca>



## 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.

## 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.

## Coûts

Le coût des activités varie selon le type d'activité. Carte de membre à 15 \$ par année.

## Services

- Discothèque
- Mardi répit
- Arts plastiques
- Activités récréatives
- Troupe de chant
- Troupe de danse
- Quilles
- La cuisine pour tous
- Improvisation
- Camp de jour (été)
- Soutien aux familles
- Référence et information
- Accompagnement
- Répit samedi
- Répit plein air

# Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées

📍 3507 Boulevard Saint-François, suite 102, Jonquière, G7X 2W5

☎ 581-544-0478 poste 2      📠 418-698-3879

✉ direction.jon@aqdr.org

👤 Personne responsable : Josée Savard, directrice générale

🕒 Heures d'ouverture :  
mardi au jeudi de 9:00 à 12:00 et de 13:00 à 16:00

🌐 <https://aqdr.org/section/jonquiere/>



## Mission

L'Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées (AQDR) s'engage à protéger les droits des aînés et à leur fournir les outils nécessaires pour défendre leurs intérêts et mener une vie saine et épanouie. L'AQDR Jonquière encourage la participation active de ses membres à la promotion de leurs droits et de leur bien-être collectif.

## Clientèle

Les personnes retraitées et préretraitées.

## Coûts

Cotisation annuelle de 20\$.

## Historique

Fondée en septembre 1980 et officiellement accréditée le 2 juin 1981, l'Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées (AQDR) – Section Jonquière est née sous l'impulsion d'un groupe déjà engagé dans la défense des droits des personnes retraitées. À sa fondation, l'AQDR Jonquière ne disposait pas de locaux permanents, limitant ses activités aux brunchs-conférences. En 2007, la Ville de Saguenay lui attribue un local à la Cité St-François, lui permettant d'élargir son offre de services.

## Services

- Brunchs-conférences
- Ateliers :
  - Cardio cerveau
  - Tablette et ordinateur
  - Vie active
  - Atelier en mieux-être
  - Estime de soi et autodétermination
- Vigilance sociale
- Comité milieu de vie
- Conférences et formations
- Mobilisation
- Représentations
- Sensibilisation des députés

📍 110, rue Racine Est, Suite 218, C.P. 8333, Chicoutimi, G7H 5C3

☎ 418-549-9888

✉ info@epilepsie02.com

👤 Personne responsable : Sarah-Jane Munger

🕒 Heures d'ouverture : De 8:30 à 16:00 (lundi au jeudi)

🌐 <https://epilepsie02.com>



ASSOCIATION RÉGIONALE POUR  
LES PERSONNES ÉPILEPTIQUES  
RÉGION 02

## 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.

## Coûts

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

## 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.

## 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

📍 2123, rue Deschênes, Jonquière, G7S 5E3

☎ 418-548-9366

✉ info@associationrenaissance.net

👤 Personne responsable : Isabelle Dufour

🕒 Heures d'ouverture : De 8:00 à 16:00 (lundi au jeudi)

🌐 <https://associationrenaissance.net>



## 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.

## Coûts

Gratuit, une contribution peut être demandée pour certaines activités.

## Clientèle

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

## 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-St-Jean.

## Services

- 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

# Cancer Saguenay

📍 1845, rue Deschênes, Jonquière, G7S 4T8

☎ 418-699-0009

✉ cancersaguenay@hotmail.com

👤 Personne responsable : Dany Brisson

🕒 Heures d'ouverture : De 8:00 à 16:00

🌐 <https://cancersaguenay.org/>



## 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.

## Coûts

Aucun.

## Historique

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

## 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

# Carrefour jeunesse emploi Saguenay

📍 2338, rue Saint-Dominique, Jonquière, G7S 5E3

☎ 418-695-3317

✉ info@cjesag.qc.ca

👤 Personne responsable : Bernard Belley

🕒 Heures d'ouverture : De 8:30 à 12:00 et de 13:00 à 16:00.

🌐 <https://cjesag.qc.ca/>



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

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

## Coûts

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

### 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



# Centre alpha de Jonquière

📍 2240, rue Montpetit, Jonquière, G7X 6A3

☎ 418-547-7514

✉ centrealpha@hotmail.com

👤 Personne responsable : Joanie Fortin

🕒 Heures d'ouverture : De 8:30 à 16:30 (lundi au vendredi)



## 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.

## Coûts

60 \$ par personne pour le cours d'informatique. Gratuit pour les autres formations.

## 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.

## Services

- Activités de formation en alphabétisation (groupes de 6 à 10 personnes) :
  - Activités thématiques
  - Français en atelier (2 cours par semaine)
  - Durée de cette activité : de 3 à 6 heures/semaine, de septembre à décembre et de janvier à mai
- 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.



# Centre d'action bénévole Entre-Êtres de Jonquière

📍 3750, boul. du Royaume, bur. 205, Jonquière, G7X 0A4

☎ 418-542-1625

✉ Info@cabjonquiere.com

👤 Personne responsable : Marie-Ève Lefrançois

🕒 Heures d'ouverture :  
De 8:00 à 15:00 (lundi au jeudi) et de 8:00 à 12:00 (vendredi)

🌐 <https://www.cabeej.ca/>



## Mission

La mission du Centre d'action bénévole Entre-Êtres de Jonquière est de promouvoir et d'entreprendre des actions bénévoles dans une perspective de lutte à la pauvreté et de prévention de l'isolement social.

## Coûts

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.

## 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.

## 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.

## 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.

Sécurité alimentaire

Transport

Cuisines collectives

Dépannage

Jardins

Milieu de vie

# Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes

📍 414 rue Collard Ouest, Alma, G7B 1N2  
927 rue Jacques-Cartier Est, Chicoutimi, G7H 2A3

☎ 418-662-6774 ☎ 1-877-767-2227

✉ info@plaintesante.ca

👤 Personne responsable : Josey Lacognata

🕒 Heures d'ouverture : De 8:00 à 12:00 et de 13:00 à 16:00

🌐 <https://www.plaintesante.ca>



## 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.

## Coûts

Tous les services sont gratuits.

## Clientèle

- Usagers du service de santé
- Locataires de résidence privée pour aînés

## Services

### 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.
- Accompagnement des aînés pour les baux en résidences privées pour aînés (RPA).

### 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

## Historique

Depuis l'adoption de la Loi sur les services de santé et les services sociaux en 1991, le droit de porter plainte et d'être accompagné dans cette démarche est reconnu au Québec. En 1993, Information Référence région 02 reçoit ce mandat pour le Saguenay-Lac-Saint-Jean, avant que le CAAP devienne un organisme autonome en 2003. Au fil des années, notre rôle s'est élargi notamment avec l'ajout de l'accompagnement des résidents de RPA pour leurs plaintes et litiges reliés aux baux. Aujourd'hui, nos bureaux sont situés à Alma et Chicoutimi et nous poursuivons notre mission d'accompagnement.

# Centre d'écoute et de prévention du suicide 02

📍 780 rue Jolliet, Chicoutimi, G7J 2P8

☎ 418-545-9110

**1-866-APPELLE**

✉ info@cps02.org 📠 418-693-1505

👤 Personne responsable : Amélie Ferrant

🌐 <http://www.cps02.org>



Centre d'écoute  
et de prévention  
du suicide 02

Saguenay–Lac-Saint-Jean  
Chibougamau–Chapais–Côte-Nord

## 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.

## Services

- Volet prévention du suicide
- Volet écoute active (offert également sur le territoire de la Côte-Nord)
- Volet combiné

Voir la page suivante pour plus de détails.

## 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'écoute et de prévention du suicide 02

## Services (détails)



Centre d'écoute  
et de prévention  
du suicide 02  
Saguenay-Lac-Saint-Jean  
Chibougamau-Chapais-Côte-Nord

### **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
- 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)

# Centre d'intervention familiale Le Transit

📍 2469 rue Saint-Dominique, Jonquière, G7S 3N3

☎ 418-695-2780

📠 418-695-1458

✉ info@cifletransit.org

👤 Personne responsable : Stéfanie Lespérance

🕒 Heures d'ouverture :  
De 8:00 à 21:00 (lundi au jeudi), de 8:00 à 12:00 (vendredi)



## 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 de 6 à 23 ans
- Jeunes de 6 à 23 ans

## Services

- Programmes offerts aux parents de jeunes 6 à 23 ans
- Services offerts aux familles
- Programmes offerts pour les jeunes 12-17 ans

Voir la page suivante pour plus de détails.

## Coûts

Aucun.

## 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.

Dépendances

Famille

Jeunes

Milieu de vie

Santé mentale

# Centre d'intervention familiale Le Transit

## Services (détails)

### **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 recomposition 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



# Centre de femmes Mieux-Être de Jonquière

📍 3885 boulevard Harvey, bureau 205, Jonquière, G7X 9B1

☎ 418-547-3763

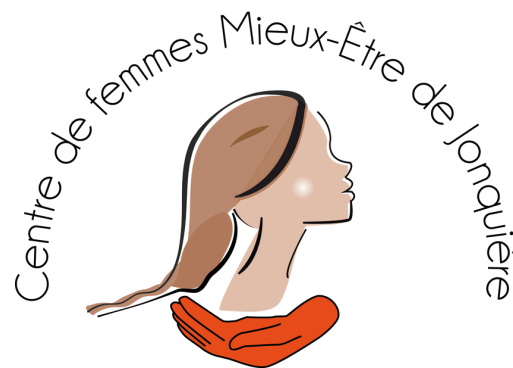
📠 418-547-6342

✉ femmesmieux\_etre@videotron.ca

👤 Personne responsable : Josée Gagnon

🕒 Heures d'ouverture : De 9:00 à 12:00 et de 13:00 à 16:00.

🌐 <http://www.centredefemmesjonquiere.com/>



## 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 droits.

## Clientèle

Toutes les femmes.

## Services

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

## Coûts

Gratuit.

## 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, ensuite le volet maintien à domicile (la formation de bénévoles, l'accompagnement, le transport médical et les visites d'amitié) et finalement, le volet sensibilisation et information. 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. 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.



# Centre de ressources pour homme Optimum

📍 1889, boulevard Sacré-Coeur, Dolbeau-Mistassini, G8L 2A4

☎ 1-877-276-5802

✉ direction@crhoptimum.ca

👤 Personne responsable : Sébastien Ouellet

🌐 <https://crhpotimum.ca/>

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

## 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.

## 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 sexuels

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.

Population

Milieu de vie

Hébergement



# Centre de services du Mieux-Vivre

📍 55, rue du Pont Est, Saint-Ambroise, G7P 2M3

☎ 418-672-4143

📠 418-672-4797

✉ admin@centredumieuxvivre.org

👤 Personne responsable : Olivier Pineault

🕒 Heures d'ouverture : De 8:00 à 12:00 et de 13:00 à 16:00.

🌐 <https://centredumieuxvivre.org>



## 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 familles en difficulté.

## 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 le représentant par municipalité.

## Coûts

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

Services à la page suivante.

Aînés

Cuisine collectives

Dépannage

Famille

Femmes

Milieu de vie

Personnes handicapées

Population

Santé mentale

Transport

# Centre de services du Mieux-Vivre

## 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.



**CENTRE DE SERVICES  
DU MIEUX-VIVRE**

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

📍 3958 rue de la Fabrique, Jonquière, G7X 3N2

☎ 418-547-3644

📠 418-547-9304

✉ escale@centreescale.org

👤 Personne responsable : Josée Gagnon

🕒 Heures d'ouverture : De 8:00 à 12:00 et de 13:00 à 16:00.  
\*Fermé le mercredi matin.



## 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.

## 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.

## Coûts

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 – 12 places disponibles sur la mesure d'employabilité PASSAction, 1 plateau de réinsertion à l'emploi sur la transformation du textile

### 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
- Atelier jeunesse sur la santé mentale positive
- 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
- Formation en entreprise
- Formation sur l'autogestion des soins

Santé mentale

Milieu de vie

# Cohabitation Saguenay

📍 94 rue Jacques-Cartier Est, local 102, Chicoutimi, G7H 1Y3

☎ 418-695-5949

✉ info@cohabitationsaguenay.com

👤 Personne responsable : Murphy St-Gelais

🕒 Heures d'ouverture :  
De 9:00 à 16:00 (lundi au jeudi), 9:00 à 12:00 (vendredi)

🌐 <https://cohabitationsaguenay.com/>



## 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

## Coûts

Services gratuits

## Historique

Mis en place depuis 1987, sous le nom « Les Habitations partagées du Saguenay », l'organisme offrent 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. ».

## 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 personne de tous âges.
- Inscription, évaluation des besoins, références, vérification des antécédents, suivis et écoute

# Coop de solidarité de services à domicile du Saguenay

📍 1200 boulevard Saguenay Ouest, Chicoutimi, G7J 1A6

☎ 418-547-5907      📠 418-547-3851

✉ reception@cssdrs.com

👤 Personne responsable : Lynda Bélanger

🕒 Heures d'ouverture : De 8:30 à 12:00 et de 13:00 à 16:00.



## 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.

## 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...

### 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

# Coop de solidarité de services à domicile du Saguenay

## Coûts

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 .

## 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

📍 2208 rue Roussel, Chicoutimi, G7G 1W7

☎ 418-376-5559

✉ diabetesaguenay@gmail.com

👤 Personne responsable : Michelle Lavoie

🕒 Heures d'ouverture : De 8:30 à 16:00 (lundi au jeudi)

🌐 <https://diabetesaguenaylacsaintjean.org/>



## 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.

## 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

## Mission

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

## Coûts

Adhésion gratuite. Activités gratuites ou avec coût modeste.

- 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

# Diabète Saguenay-Lac-Saint-Jean

## 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.





# Diversité 02

📍 138, rue Price Ouest, suite 61, Chicoutimi, G7J 1G8

☎ 581-447-2211

✉ info@diversite.ca

👤 Personne responsable : Roxanne Gervais

🕒 Heures d'ouverture : De 9:00 à 16:00 (lundi au vendredi)

🌐 <https://diversite02.ca/>



## 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.

## Coûts

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'AGLLGBT 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.

# ECO-02

📍 3750 boulevard du Royame, suite 202, Jonquière, G7X 0A4

☎ 418-543-4302

✉ info@eco-02.ca

👤 Personne responsable : Brittney Chabot

🕒 Heures d'ouverture : De 9:00 à 15:00 (lundi au vendredi)

🌐 <https://eco-02.ca>



## 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.

## 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.

# Équijustice Saguenay

📍 152, rue Racine Est (C.P. 8174), Chicoutimi, G7H 5B7

☎ 418-698-2400

✉ saguenay@equijustice.ca

👤 Personne responsable : Marie-Luce Laforge

🕒 Heures d'ouverture : De 8:30 à 12:00 et de 13:30 à 16:30.

🌐 <https://equijustice.ca/fr>

équi  
justice

SAGUENAY

Membre du Réseau  
de justice réparatrice  
et de médiation  
citoyenne

## 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

## 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), secteur **Jonquière** (Jonquière, Lac Kénogami, Larouche, Bégin, Shipshaw, Saint-Ambroise, Saint-Charles de Bourget) et secteur **La Baie** (La Baie, Anse Saint-Jean, Ferland et Boileau, Petit-Saguenay, Rivière Éternité, Saint-Félix d'Otis).

## Clientèle

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

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

## Coûts

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

# Équijustice Saguenay

## 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.

## Historique

Présentement, ce dernier fait partie du Regroupement des organismes de justice alternative du Québec qui a 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.



**SAGUENAY**

Membre du Réseau  
de justice réparatrice  
et de médiation  
citoyenne

# Groupe Équitem

📍 3380 rue de l'Usinage, Jonquière, G7X 0K7

☎ 418-275-7241

✉ info@equitem.ca

👤 Personne responsable : Annie Doyen

🕒 Heures d'ouverture :  
Du lundi au jeudi 7:00 à 16:00, vendredi 7:00 à 12:00

🌐 <https://equitem.ca>



## Mission

Favoriser l'insertion professionnelle des groupes sous-représentés, de manière émergente d'initiatives concrètes et innovantes, dans une perspective de maintien en 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.

Depuis juillet 2025, Equitem a mutualisé ses services avec SEMO et Tournant 3F, incluant ainsi la clientèle en situation d'handicap.

## 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

# Groupe Inclusia

📍 2455, rue Cantin, Jonquière, G7X 8S7

☎ 418-548-3445      📠 418-548-3717

✉ info@groupeinclusia.com

👤 Personne responsable : Sylvie Pedneault

🕒 Heures d'ouverture : De 8:30 à 12:00 et de 13:00 à 16:30.

🌐 <https://groupeinclusia.com>     groupe inclusia



## Mission

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.

# Groupe Inclusia

## 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.

### 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)

📍 138, rue Price Ouest, suite 103, Chicoutimi, G7J 1G8

☎ 418-545-6228

✉ direction@gophs.ca

👤 Personne responsable : Sylvie Jean

🌐 <https://gophs.net/>



## Mission

Le GOPHS est un groupement d'organismes qui favorise la concertation et le regroupement entre les divers partenaires pour toutes questions relatives aux personnes vivant avec un handicap afin de représenter le milieu auprès de diverses instances et promouvoir, défendre leurs droits.

## Clientèle

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

## 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-Lac -Saint-Jean.

## Coûts

Devenir membre est sans frais.

## Services

Le GOPHS travaille sur plusieurs plans : la concertation, la représentation, le support aux membres et l'information.

### 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, etc.

(...) Suite à la page suivante



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

## Services (suite)

### 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.

Les sujets traités sont Transport-mobilité, maintien à domicile, soutien à la famille, Habitation, socioprofessionnel, éducation.

### Information

Le GOPHS procure de l'information aux organismes membres, aux personnes handicapées et à leurs familles. Par sa page Facebook, son site et son infolettre, il partage toute information

### Formation

Le Groupement est membre de l'Alliance Québécoise des regroupements régionaux pour l'intégration des personnes handicapées du Québec. Le guide «Des ressources pour les familles» est disponible sur notre site Web : [gophs.net](http://gophs.net).



# Havre du Fjord

📍 2187, rue Bonneau, Jonquière, G7S 4B3

☎ 418-548-0071 📠 418-548-0073

✉ administration@havresdufjord.com

👤 Personne responsable : Aline Gagnon

🕒 Heures d'ouverture : 7 jours / 24 heures

🌐 <https://havredufjord.com>



**Havre du Fjord**  
toxicomanie & santé mentale . jeu . cyberdépendance

## Mission

Le Havre du Fjord est un organisme de bienfaisance enregistré, à vocation provinciale et certifié par le ministère de la Santé et des Services sociaux. Sa mission est d'offrir des services spécialisés de traitement interne intensif et externe en toxicomanie & santé mentale, jeu, cyberdépendance et réinsertion sociale. Sa mission s'adresse aux jeunes de 12 à 18 ans, ainsi qu'aux parents et à l'entourage que l'adolescent soit bénéficiaire de nos services ou non.

## 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.

## 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 Services sociaux

## Coûts

Aucun.

## Services

- Durée : 12 à 26 semaines, selon le profil clinique.
- Approche : Bio-psycho-social (Bio) Service médical en entente de collaboration (Psycho) - Réduction des méfaits - Cognitivo-comportemental - Entretien motivationnel (Social) - Approche systémique et court terme planifié systémique. Accompagnement et compréhension des méthodes et des principes holistiques de formation auprès des jeunes des Premières Nations et approche de sécurisation culturelle
- 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.

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

📍 Jonquière

☎ 418-547-7283

📠 418-547-1876

✉ info@lachambree.com

👤 Personne responsable : Annie Laviolette

🕒 Heures d'ouverture : 24/24 heures, 7/7 jours

🌐 <http://lachambree.com>



## 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.

## Coûts

Aucun.

## 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.

## 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

# La maison d'hébergement Le Séjour

📍 2229, rue de l'Hôpital, Jonquière, G7X 4H7

☎ 418-547-8611

📠 418-547-4877

✉ heberg-lesejour@bellnet.ca

👤 Personne responsable : Pascale Verreault

🕒 Heures d'ouverture : 24/24 heures, 7/7 jours

🌐 <https://hebergementlesejour.ca>

Le **Séjour**  
Maison d'Hébergement

## Mission

is simply dummy text of the printing and typesetting industry. Lorem Ipsum has been the industry's standard dummy text ever since the 1500s, when an unknown printer took a galley of type and scrambled it to make a type specimen book. It has.

## Clientèle

Hommes et femmes de 18 ans et plus en hébergement. Personnes de 16 ans et plus pour le centre externe.

## Coûts

Hébergement : 1 % du revenu net (si possible). Centre externe : tous les services sont gratuits.

## 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.

## Services

**Hébergement** (service de base pour hommes et 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).

(...) [Suite des services à la page suivante](#)

Dépendance

Hébergement

# La maison d'hébergement Le Séjour

## Services (suite)

### **Centre externe** (personnes de 16 ans et plus)

- Centre de jour
- Ouvert du lundi au vendredi de 9:00 à 16:00
- Suivis individuels

### **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 reliée 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.

Le **Séjour**  
Maison d'Hébergement

# La Maison d'un Nouvel Élan

📍 1969, rue Price, Jonquière, G7X 5S2

☎ 418-695-6026

📠 418-695-3125

✉ administration@mnelan.com

👤 Personne responsable : à venir

🕒 Heures d'ouverture : 24/24 heures, 7/7 jours

🌐 <https://mnelan.com>



## Mission

- Offrir un service d'habitation à 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 tous. Tout le personnel de la Maison convient qu'il est bien plus important d'ajouter de la vie aux années que des années à la vie.

## Clientèle

Personnes âgées autonomes et en légère perte d'autonomie.

## Historique

Construite en 1990, grâce à un programme d'habitation sociale de la SCHL ainsi que d'un programme d'Accès logis de la SHQ, 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. 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.

## Coûts

Le coût de la location est calculé selon 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.

# La Maison de soins palliatifs du Saguenay

📍 1845, rue Deschênes, Jonquière, G7S 4T8

☎ 418-696-1176

✉ communications@mspsag.ca

👤 Personne responsable :

🌐 <https://mspsaguenay.ca/>



## 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.

## Services

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

## Coûts

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

# La Maison pour tous

📍 2182 rue Bonneau, Jonquière, G7S 4B2

☎ 418-546-2040 📠 418-546-2047

✉ direction@maisonpourtous.ca

👤 Personne responsable : Mélissa Bérubé

🕒 Heures d'ouverture : De 9:00 à 16:00

🌐 <https://maisonpourtous.ca/>



## Mission

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

- La Maison des jeunes (dès 10 ans),
- L'AFÉAS Saint-Jean-Eudes
- Le CPE La souris-verte qui accueille 21 enfants dont une pouponnière

## 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.

## Coûts

Location des salles : selon la politique de tarification. Studio de musique : 20\$/heure. Maison des jeunes : Gratuit.



# Les Aîné(es) de Jonquière

📍 3245 rue des Pensées, Jonquière, G7S 5T6

☎ 418-548-6444

📠 418-548-6444

✉ ainesdejonquiere@hotmail.com

👤 Personne responsable : Annie Hovington

🕒 Heures d'ouverture : De 7:30 à 16:30.

🌐 <https://centrecommunautairejonquiere.ca>



**Les Aînés  
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.

## Coûts

30 \$ par année pour la carte de membre.

## 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.

## 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)

Aînés

Dépannage

Dépendance

Soutien santé physique

Transport

Milieu de vie

Sécurité alimentaire

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

📍 2196 rue Bonneau, Jonquière, G7S 4B2

☎ 418-548-1558

📠 418-548-1883

✉ s.o.s.jeunesse@bellnet.ca

👤 Personne responsable : Laury Gilbert

🌐 <https://sosjeunesse.com>



## 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	Propos/Idéations suicidaires	Victime de violence
Manque d'estime de soi	Tentative de suicide	Victime d'abus sexuels
Dépendance affective	Fugue	Victime d'inceste
Délinquance	Décrochage scolaire	Comportements agressifs
Trouble d'apprentissage scolaire	Détresse psychologique	Intimidation
Isolement social	Relations amoureuses difficiles	Etc.

## Coûts

10\$/jours , aucuns refus pour des raisons financières)

## 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.

## Clientèle

Jeunes filles de 12 à 17 ans.

## 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

# Maison de quartier de Jonquière inc.

📍 2049 rue Sainte-Famille, Jonquière, G7X 4X4

☎ 418-542-8904

📠 418-542-1424

✉ contact@maisondequartier.org

👤 Personne responsable : Cyndie Gauthier

🌐 <https://maisondequartier.org>



## 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.

## 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.

## Coûts

Coûts minimes.

## Historique

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

# Maison des jeunes de Jonquière

📍 2320 rue Poitras, Jonquière, G7S 3S4

☎ 418-548-9608      📠 418-548-9608  
581-234-0176 (cellulaire)

✉ mdjjonquiere@videotron.ca

👤 Personne responsable : Marie-France Bergeron

🕒 Heures d'ouverture : Bureau ; 9:00 à 16:00  
Pour les jeunes ; 17:00 à 21:00 (peut varier selon les activités)

🌐 <https://facebook.com/mdjjonquiere>



## Adresses des points de service

📍 1930 rue Bourrassa, Jonquière	☎ 418-542-5853 (en soirée)
📍 2320 rue Poitras, Jonquière	☎ 418-699-6064 (en soirée)
📍 3699 rue Saint-Michel, Jonquière	☎ 418-546-2220 (en soirée)

## 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

## Coûts

Coûts minimes.  
Coûts pour certaines activités seulement.

## Historique

La première maison de jeunes a vu le jour dans le secteur St-Jean-Eudes le 1er 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 demeurent en fonction. Depuis 2024, le service de Kénogami est maintenant situé au Pavillon "Le carrefour", localisé dans le parc J.-Alcide Reid.

## Services

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

# Maison des jeunes de Shipshaw

📍 4100 rue des Ormes, Shipshaw, G7P 1B4

☎ 418-376-3325

✉ mdjshipshaw@hotmail.com

👤 Personne responsable :

🕒 Heures d'ouverture : De 8:00 à 12:00 et de 12:30 à 16:00.

🌐 <https://www.facebook.com/maisondesjeunesdeshipshaw/>



## 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

## Coûts

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

## 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.

## 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

# MicroEntreprendre Saguenay-Lac-Saint-Jean

📍 194 rue Price Ouest, Chicoutimi, G7J 1H1

☎ 581-543-2771

✉ info@microentreprendre-saglac.ca

👤 Personne responsable : Wilson Angarita

🕒 Heures d'ouverture : De 8:30 à 12:00 et de 13:00 à 16:30.

🌐 <https://microentreprendre-saglac.ca>



**MicroEntreprendre**

## 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.

## Historique

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.

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.

# MicroEntreprendre Saguenay-Lac-Saint-Jean

## Coûts

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

### Service d'accompagnement de proximité et service de microcrédit

\*Des frais peuvent s'appliquer.

#### 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

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

COMMENT : Accompagnement collectif et accompagnement individuel.



# Palli-Aide

## Accompagnement en soins palliatifs du Saguenay

📍 927 rue Jacques-Cartier Est, bureau 205, Chicoutimi, G7H 1R2

☎ 418-690-0478      📠 418-690-8932

✉ info@palliaide.com

👤 Personne responsable : France Sirois

🕒 Heures d'ouverture :  
Du lundi au jeudi 8:30 à 16:30, vendredi 9:00 à 12:00

🌐 <https://palliaide.com>



# Palli-Aide

### Mission

Doter le Saguenay d'un service d'accompagnement en soins palliatifs, maintenir la personne dans son milieu le plus longtemps possible et 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.

### Coûts

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.

### 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.

### Services

#### Services d'accompagnement

- Répit accompagnement pour les familles
- Suivi de deuil sur demande
- Écoute en toute confidentialité
- 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, rencontre, 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.

#### Services d'éducation

- Volet information ; sensibilisation et formation en approche palliative
- Volet information ; sensibilisation et formation en approche palliative



# Parkinson Saguenay-Lac-Saint-Jean

📍 2208-4 rue Roussel, Chicoutimi, G7G 1W7

☎ 418-973-7003

✉ info@parkinson-slsj.ca

👤 Personne responsable : Sonia Bernier

🕒 Heures d'ouverture : Lundi au jeudi, de 8:00 à 16:00.

🌐 <https://www.parkinson-slsj.ca/>



**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.

## 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.

## Coûts

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 :
  - Marche nordique
  - Boxe adaptée
  - Méditation
  - Stimulation cognitive

# Patro de Jonquière et Centre Kéno-Patro

📍 2565 rue Saint-Dominique, Jonquière, G7X 6J6

☎ 418-542-7536

📠 418-542-5352

✉ bienvenue@patrojonquiere.org

👤 Personne responsable : Sophie Bouchard

🕒 Heures d'ouverture : Lundi au jeudi, de 8:00 à 16:00.

🌐 <https://patrojonquiere.org/>



## 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.

## Coûts

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.

## 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.

Patro

Familles

Centre Kéno-Patro

Travail de rue / accueil café

Aînés

Jeunes

Enfants

Dépannage

Milieu de vie

Enfants

Milieu de vie

Jeunes

Sécurité alimentaire

# Patro de Jonquière et Centre Kéno-Patro

## Services

### Services du Centre Kéno-Patro

Programmes de plein air pour les jeunes et 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)

Les jardins 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 pour les 5-12 ans)
- Loisirs fins de semaine (samedi et dimanche)
- Animation pendant les congés scolaires (jeudi et vendredi)
- Volley-ball (8-11 ans)
- Patro-été

#### **Ados** (12 à 15 ans)

- Loisirs fins de semaine (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**

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

#### **Autres**

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

# Patro de Jonquière et Centre Kéno-Patro

## Services

### 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 à août)
- Interventions ponctuelles
- Références personnalisées
- Écoute et support
- Prévention et sensibilisation
- Distribution de matériel préventif
- Accès à internet (un ordinateur)
- Table de billard

### Travail de rue

- 12 ans et plus
- Présence dans le milieu de vie des gens
- Écoute
- Soutien et accompagnement
- Aide personnalisée
- Référence
- Don de matériel de prévention dans une approche de réduction des méfaits et récupération du matériel

\*Territoires : Centre-ville de Jonquière, Jonquière, Kénogami, Arvida, Saint-Jean-Eudes, Shipshaw, Lac Kénogami, Larouche



#### Travail de rue



418-542-7536 poste 1





#### Cellulaires du travail de rue

418-944-1299  
418-944-1290  
418-944-1819  
418-944-1540

### Buandere communautaire

Pour informations et heures d'ouverture, communiquez avec le travail de rue (coordonnées ci-dessus)

-  2208, rue Roussel, bureau 5 et 7, Chicoutimi, G7G 1W7
-  418-602-3552 (direction)

 418-549-0707
- 418-549-0707 (administration) 1-833-809-0707 (sans frais)
-  [info@perspectives02.ca](mailto:info@perspectives02.ca)
-  Personne responsable : Dounia Chourak
-  Heures d'ouverture :  
De 8:00 à 16:00 (lundi au jeudi), 8:00 à 12:00 (vendredi)

Mission

Association régionale qui a pour but de sensibiliser, informer, accompagner et regrouper les personnes avec ou sans diagnostic médical vivant ou touchées par la douleur chronique.

Clientèle

Personnes vivant avec ou touchées par la douleur chronique.

Coûts

Adhésion annuelle de 15 \$ (en vigueur seulement à compter du 1er septembre 2026 – gratuit jusqu’à cette date)

Historique

Issu de la fusion entre l’Association de la fibromyalgie du SLSJ et l’Association de soutien et d’information face à la douleur, depuis le 31 mai 2025.

Services

- Cafés rencontre mensuels
- Déjeuners mensuels
- Activités récurrentes (méditation, stimulation cognitive, santé musculaire, rendez-vous créatifs)
- Programme à l’eau (programme d’aquathérapie dirigée, formulé spécifiquement pour les personnes vivant avec la douleur chronique)

# Regroupement des centres d'alphabétisation Mot à Mot

📍 156 rue Gaudreault, Saint-Ambroise, G7P 2J9

☎ 418-672-6272

✉ cmamshipshaw@hotmail.com

👤 Personne responsable : Lydia Élément



## 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

## Coûts

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 à
  - Atelier de Scrabble.
- Ateliers thématiques
  - Conférences
  - Projets multimédias
- Ateliers d'éducation populaire et de réalités sociales

# Service budgétaire et communautaire de Jonquière

📍 2303 rue Sir-Wilfrid-Laurier, bureau 204, Jonquière, G7X 5Z2

☎ 418-412-4447

📠 418-412-4457

✉ mgagnon@servicebudgetairejonquiere.org

👤 Personne responsable : Mélanie Gagnon



**Service  
Budgétaire et Communautaire  
de Jonquière**

🕒 Heures d'ouverture :  
Lundi au jeudi de 8:00 à 12:00 et de 13:00 à 16:00.  
Vendredi de 8:00 à 12:00.

🌐 <https://servicebudgetairejonquiere.org/>

## Mission

Le Service Budgétaire et Communautaire de Jonquière offre des services qui s'adressent à toute la population de son territoire. 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.

## Coûts

Gratuit.

## 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.

## 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
- Aide technique pour remplir divers formulaires

# Société Alzheimer Saguenay-Lac-Saint-Jean

📍 2560 rue Saint-Jean Baptiste, Jonquière, G7X 7V5

☎ 1-877-668-0161

✉ info@alzheimerslsj.com

👤 Personne responsable : Diane Roy (par intérim)

🕒 Heures d'ouverture : De 8:00 à 12:00 et de 12:30 à 16:00.



## 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.

## Coûts

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.

## 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.

## 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

### Les différents points de services :

Jonquière ☎ 418-547-8888

Domaine-du-Roy ☎ 418-613-1181

Maria Chapdelaine ☎ 418-276-2125

Chicoutimi ☎ 418-973-3564

Alma (bureau régional) ☎ 418-668-2639



# TDL Saguenay-Lac-Saint-Jean

📍 7-927 rue Jacques-Cartier Est, Chicoutimi, G7H 2A3

☎ 418-549-1111

✉ info@tdlsaglac.ca

👤 Personne responsable : Désirée Blain

🕒 Heures d'ouverture : sur rendez-vous.

🌐 <https://tdlsaglac.ca/>



## Mission

Grâce à une équipe professionnelle et engagée, offrir des activités enrichissantes, du soutien, de l'accompagnement et du réseautage pour les personnes vivant avec le TDL et leur entourage.

## Clientèle

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

## Services

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

## Coûts

Membre individuel, familial, professionnel.....25.00\$

Membre corporatif (CSSS, école, etc.).....50.00\$

Enfants

Familles

Soutien santé physique

72

📍 874, Boulevard de l'université, local 101, Chicoutimi, G7H 6B9

☎ 581-560-9956

✉ info@triolait.ca

👤 Personne responsable : Karine Bélanger

🌐 <https://triolait.ca/>



**Triolait**  
Soutien à l'allaitement

## 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