

CORPORATION DE DÉVELOPPEMENT COMMUNAUTAIRE RÉGION MATANE

GUIDE DES ORGANISMES
COMMUNAUTAIRES MEMBRES



INTRODUCTION

Ce guide rassemble les organismes membres de la Corporation de développement communautaire (CDC) région Matane.

En le parcourant, vous aurez l'occasion de découvrir les organismes, leurs coordonnées, leur mission et leurs services. Ces organismes sont en action sur le territoire de La Matanie. Certains organismes sont également régionaux et s'impliquent donc auprès de la population du Bas-Saint-Laurent.

Pour plus d'informations, sur la CDC région Matane, voir à la page 5.

LISTE DES ORGANISMES MEMBRES

- PAR ORDRE ALPHABÉTIQUE

- Action-Logement de l'Est 6
- Association Coopérative d'Économie Familiale (ACEF) de la Péninsule 7
- Alpha de la Matanie 8
- Association des handicapés gaspésiens (ADHG) 9
- Ateliers Léopold-Desrosiers 10
- Centre communautaire pour aînés Relais-Santé 11
- Centre d'action bénévole de la région de Matane 12
- Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes Bas-Saint-Laurent (CAAP BSL) 13
- Cuisine collective de la région de Matane 14
- Espace Avenir 15
- Ferme citoyenne de La Matanie 16
- La Gigogne 17
- Le Marigot de Matane 18
- Le Tremplin : Thérapie et réinsertion sociale 19
- Les Grands Amis de la région de Matane 20
- Maison des Familles de La Matanie 21
- Maison des Jeunes de Matane 22
- Maison des Jeunes Le Refuge Jeunesse (Les Méchins) 23
- Parent d'abord MRC de La Matanie 24
- Regroupement des femmes de la région de Matane 25
- Service d'accueil des nouveaux arrivants de La Matanie (SANAM) 26
- Société Alzheimer Bas-Saint-Laurent 27
- Sclérose en plaques Canada - Bas-Saint-Laurent 28

LISTE DES ORGANISMES MEMBRES - PAR CATÉGORIE

- **Organisme droit et représentation**
 - Action-Logement de l'Est 6
 - Association Coopérative d'Économie Familiale (ACEF) de la Péninsule 7
 - Association des handicapés gaspésiens (ADHG) 9
 - Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes Bas-Saint-Laurent (CAAP BSL) 13

- **Organisme immigration**
 - Service d'accueil des nouveaux arrivants de La Matanie (SANAM) 26

- **Organisme soutien et entraide**
 - Centre d'action bénévole de la région de Matane 12
 - Regroupement des femmes de la région de Matane 25
 - Société Alzheimer Bas-Saint-Laurent 27
 - Ferme citoyenne de La Matanie 16
 - Sclérose en plaques Canada - Bas-Saint-Laurent 28

- **Organisme emploi/études**
 - Ateliers Léopold-Desrosiers 10
 - Espace Avenir 15

- **Organisme alimentaire**
 - Cuisine collective de la région de Matane 14

LISTE DES ORGANISMES MEMBRES - PAR CATÉGORIE

- **Organisme jeunesse**
 - Les Grands Amis de la région de Matane 20
 - Maison des Jeunes de Matane 22
 - Maison des Jeunes Le Refuge Jeunesse (Les Méchins) 23

- **Organisme crise et hébergement**
 - Le Tremplin : Thérapie et réinsertion sociale 19
 - La Gigogne 17

- **Organisme famille**
 - Maison des Familles de La Matanie 21
 - Parent d'abord MRC de La Matanie 24

- **Organisme aînés**
 - Centre communautaire pour aînés Relais-Santé 11

- **Organisme milieu de vie d'aide et d'entraide**
 - Le Marigot de Matane 18

- **Organisme éducation**
 - Alpha de La Matanie 8



Corporation de développement communautaire (CDC) région Matane

 300 rue de la Gare, Matane
(Qc) G4W 3J2

 418-560-2278

 CDC RÉGION MATANE

 cdcregionmatane@hotmail.
com

 www.cdcregionmatane.com

Mission :

La mission de la Corporation de Développement Communautaire de la région de Matane est de favoriser la participation active du mouvement communautaire au développement social et économique de son milieu.

Valeurs :

Le partage avec le milieu, la responsabilisation individuelle et collective, la démocratie, l'équité et la justice sociale sont les valeurs qui animent la CDC Région Matane et qu'elle souhaite mettre de l'avant dans le respect et l'autonomie de ses membres.

10 volets d'intervention :

- Information
- Représentation
- Soutien aux membres
- Consolidation et développement communautaire
- Concertation
- Formation
- Promotion
- Travail en partenariat
- Soutien à l'économie sociale et au développement communautaire
- Recherche

Action-Logement de l'Est

 352, rue Saint-Joseph,
Matane (Qc) G4W 1N8

 418-562-7645 #105

 Action-Logement de l'Est

 c.a.l.e@outlook.com

Mission :

Action-Logement de l'Est (CALE) est un organisme pour défendre et promouvoir les droits de locataire des MRC de La Matanie, de la Haute-Gaspésie et de la Matapédia.

Services :

- Informations et accompagnement sur les droits et recours;
 - ateliers d'éducation populaire;
 - action et mobilisation du milieu;
 - actions/manifestations;
 - mobilisations;
 - sensibilisation;
- pressions politiques pour l'accès à des logements sociaux et/ou abordable.

ACEF de la Péninsule

 352, rue Saint-Joseph,
Matane (Qc) G4W 1N8

 418-562-7645

 Acef De la Péninsule

 info@acefpeninsule.ca

 www.acefpeninsule.ca

Mission :

L'Association coopérative d'économie familiale (ACEF) de la Péninsule est un organisme à but non lucratif, ayant un statut de coopérative à fins sociales qui offre des services d'aide directe à la population et organise des activités d'information, d'éducation et d'intervention.

Services :

- Accompagnement dans la défense des droits du consommateur;
- accompagnement dans la défense des droits sociaux
- services de consultation budgétaire (analyse, préparation, accompagnement et suivi)
 - aide avec les créanciers;
 - frigo à partager (pour sa clientèle);
 - micro-prêt de dépannage;
 - fond de dépannage;

formation/ateliers/conférence/webinaire/chronique

- Ateliers volet financier - vie courante (budget, crédit, bien de consommation, surendettement, alimentation, transport, habitation);
- Ateliers volet financier - études et travail (planification de l'investissement des études, revenus d'emploi, marché du travail impôts et taxes);
- Ateliers volet financier - services financiers (services bancaires, assurances, investissement);
- Ateliers volet financier - psychosocial (prévenir la fraude, anxiété financière, surconsommation, jeux et dépendance);
- Ateliers volet financier - fin de carrière et préparation (information et consommation pour retraité, aide gouvernementale, préparation financière fin de vie);
- Ateliers - défense de droits.

Alpha de La Matanie

 311, rue Fournier, Matane
(Qc) G4W 4G1

 418-566-9325

 Alpha de La Matanie

 alpha.coordo@lagigogne.org

Mission :

- Alpha de La Matanie est un groupe populaire d'alphabétisation qui a pour mission de:
- Lutter contre l'analphabétisme en offrant gratuitement des ateliers d'alphabétisation et d'informatique de base à la population de la MRC de La Matanie;
 - Sensibiliser les gens à cette problématique par des formations et activités;
 - Défendre et promouvoir les droits des personnes peu alphabétisées;
 - Prévenir l'analphabétisme par des ateliers parent/enfant d'éveil à la lecture, à l'écriture et au calcul;
 - Prioriser le développement de l'autonomie et l'amélioration de la qualité de vie de nos participants.

Services :

- Ateliers d'alphabétisation pour les personnes qui veulent apprendre ou améliorer leurs compétences en lecture, écriture et calcul;
- ateliers d'informatique : tablette Android et Ipad, Windows 10, Facebook
 - La boîte à lettres: service individualisé d'accompagnement à la rédaction et à la compréhension de documents papiers ou numériques, ainsi que du support pour les besoins demandant des connaissances informatiques.
- Ateliers-Jeux : éveil à la lecture, à l'écriture et aux mathématiques (Parents et enfants 2- 5 ans)
- formation gratuite sur la simplification des écrits «Communiquer ça peut être simple!» pour des communications claires et accessibles.



Association des handicapés gaspésiens (ADHG)

 300, rue Saint Joseph, c.p.
153, Matane (Québec) G4W
3N1

 418 566-2851

 Adhg Matane

 adhg.matane@globetrotter.net

Mission :

L'Association des handicapés gaspésiens est un organisme sans but lucratif voué à l'amélioration de la qualité de vie des personnes handicapées, ainsi qu'à la promotion et la défense de leurs droits.

Services :

- Information, sensibilisation, promotion et défense des droits des personnes handicapées, dans tous les domaines;
 - soutien technique et matériel;
 - aide et soutien, référence et accompagnement pour l'obtention de services ou pour diverses situations de la vie quotidienne;
 - aide matérielle pour besoins spéciaux;
- répit pour les familles et familles d'accueil;
- formation, développement de l'autonomie, activités adaptées.

Ateliers Léopold- Desrosiers

 60, rue Brillant C.P. 67,
Matane (Québec) G4W 3M9



418 562-2640



Les Ateliers Léopold-
Desrosiers



a.l.d@globetrotter.net



www.ateliersld.com

Mission :

La mission de l'entreprise est de créer de l'emploi pour des personnes vivant avec un handicap. La diversité de nos créneaux de travail nous permet d'intégrer en emploi des personnes ayant divers types de limitations

Services :

- Entretien ménager;
- signalisation;
- bois et produits d'allumage ;
- buanderie industrielle et commerciale;
- déchiquetage de documents;
- couture industrielle;
- autres services.



Centre communautaire pour aînés Relais- Santé

 807, avenue du Phare Est,
Matane (Québec) G4W 1A9



418 566-2649



Relais Santé Matane



info@relaissante.matane.org



<http://www.relaisantematane.org>

Mission :

Le Centre communautaire pour aînés Relais-Santé a pour mission de briser l'isolement chez les aînés et de favoriser le maintien à domicile des adultes vieillissants ou en perte d'autonomie en offrant des services adaptés dans une perspective de prévention pour le maintien et le développement d'habiletés fonctionnelles et sociales sur tout le territoire de la MRC de La Matanie.

Services :

- Centre de soutien pour les proches aidants (écoute, café-rencontre, soutien, accompagnement, etc.);
- service de répit individuel à domicile;
- Répit de groupe;
- travailleuse de milieu (repérage, référence, écoute, aide psychosociale.);
- activités cognitives : Au relais santé et dans les résidences;
- aide à domicile (accompagnement , rendez-vous médicaux, installation d'aides techniques, formation apprendre à devenir vieux, etc.);
- service de secrétariat (photocopies, impressions, télécopies, rédaction, etc.);
- dîner communautaire;
- friperie.

Centre d'action bénévole de La Matanie

 235, avenue Saint-Jérôme
bureau 220,
Matane (Québec) G4W 3A7

 418 562-6444

 Centre d'action bénévole
de La Matanie

 direction@cabmatanie.org

 <https://www.actionbenevolebsl.org/matane>

Mission :

Le Centre d'action bénévole est un organisme sans but lucratif qui vise à promouvoir et développer l'action bénévole dans les différents secteurs de l'activité humaine en favorisant un espace d'engagement bénévole autour des enjeux (sociocommunautaires et humanitaires) qui concernent la population de son territoire.

Services :

- Accompagnement transport;
 - Popote roulante;
 - Les p'tits givrés;
 - soupe sur le pouce;
- réverbère (cancer et fin de vie);
 - télé-bonjour;
- visites et téléphones amicaux;
 - clinique d'impôt;
 - paniers de Noël;
 - aide aux sinistrés;
 - sécuriCAB;
- formations diverses;
- autres services.

Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes Bas-Saint- Laurent (CAAP BSL)



125, boul. René-Lepage Est,
bureau 311,
Rimouski (Québec) G5L 1N9



28-2, rue de la Cour
Rivière-du-Loup (Québec)
G5R 1J2
(point de service, sur rendez-vous)



418 724-6501 OU 1 877
767-2227



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



soutien@caapbsl.org



<https://www.caapbsl.org>

Mission :

Le CAAP BSL 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 dans la région du Bas-Saint-Laurent, il accompagne également les locataires des résidences privées pour aînés.

Services :

INFORMER. Donner de l'information individuelle et collective sur les droits et sur les recours possibles dans le réseau de la santé et des services sociaux. Également, concernant les baux en résidence privée pour aînés.

AIDER. Réaliser un ensemble d'interventions pour seconder la personne dans ses démarches.

ACCOMPAGNER. Selon les choix de la personne auprès de certains recours.



Cuisine collective
DE LA RÉGION DE MATANE

Cuisine collective de la région de Matane

 221, rue de la Fabrique,
Matane (Québec) G4W 1Z6



418 562-7828



Cuisine collective de la
région de Matane



cuisinematane@globetrotter.net

Mission :

La Cuisine collective de la région de Matane contribue au bien-être alimentaire, économique et social des personnes sans revenus ou à revenus faibles en particulier, et de la communauté en générale.

Services :

- Ateliers de cuisine collective à Matane et dans les municipalités;
- dépannage alimentaire;
- dîner communautaire hebdomadaire.

Espace Avenir



548, avenue du Phare Est,
bureau 202,
Matane (Québec) G4W 1A7



235, avenue St-Jérôme,
bureau 100,
Matane (Québec) G4W 3A7



418 800-2309



EspaceAvenirM



accueil@espaceavenir.ca



Mission :

T'accompagner dans tes projets personnels, scolaires et professionnels pour réaliser TON plein potentiel.

Services :

- Accueil universel chez Espace Avenir;
- coaching en recherche d'emploi et obtention d'un CV tendance;
- développement de l'employabilité;
- réussite éducative pour tous;
- accompagnement et exploration personnelle, scolaire et professionnelle
- stages d'observation et d'exploration en entreprise;
- Entrepreneuriat jeunesse;
- réalisation de projets spécifiques par et pour la communauté;
- sensibilisation et éducation par des projets écocitoyens;
- Place aux jeunes;
- Programme passeport pour ma réussite.



Ferme citoyenne de La Matanie

C.P 201 succ. Matane
Matane (Québec) G4W 3N1
Lieu de production:
414 Av. Saint-Rédempteur,
Matane (Québec) G4W 1K9



[https://www.facebook.com
/groups/fermecitoyennedel
amatanie/](https://www.facebook.com/groups/fermecitoyennedelamatanie/)



fermecitoyennedelamatanie@gmail.com



<https://fermecitoyennematanie.org/>

Mission :

La Ferme citoyenne de La Matanie a pour mission d'offrir un lieu de production collective qui permet à l'ensemble de la population, sans distinction, de se familiariser avec les rudiments de l'autonomie alimentaire et d'accéder à des aliments frais et sains. La Ferme est un lieu de partage, d'entraide et de socialisation.

Services :

- Parcelle collective de plus d'un hectare;
 - parcelles communautaires et bacs surélevés en location;
 - une serre collective;
 - des poulaillers collectifs;
 - Un hangar;
 - des ruches collectives;
- outils et équipements de travail;
- atelier offert aux organismes communautaires via «les aspirants jardiniers»;
- activités au citoyen;
- salle de classe extérieure.



La Gigogne

 C.P 274, Matane (Québec)
G4W 3N2

 La Gigogne

 info@lagigogne.org

 lagigogne.org

Mission :

La Gigogne est un organisme communautaire de la Matanie spécialisé en violence conjugale.

Services :

- Services aux femmes victimes de violence conjugale ainsi qu'à leurs enfants, avec ou sans hébergement (maison d'urgence et maison 2e étape);
- offre de formation/sensibilisation dans les milieux de travail.



Le Marigot de Matane

 196, rue Saint Georges,
Matane (Québec) G4W 2B4

 418-562-4247

 Marigot Marigot

 lemarigot@globetrotter.net

Mission :

Le Marigot a pour mission d'offrir un milieu de vie alternatif d'aide et d'entraide pour tout adulte qui vit ou qui a vécu des problèmes de santé mentale, qui se préoccupe de sa santé mentale, qui a des difficultés émotionnelles, des difficultés d'intégration ou de réintégration sociale.

Services :

- Accueil-échanges;
- rencontres individuelles (sans rendez-vous);
- service téléphonique;
- accompagnement au besoin;
- Atelier "Relief";
- panoplie d'activités favorisant le cheminement personnel;
- l'enrichissement des connaissances, l'intégration et la réintégration sociale, la santé physique, l'intérêt à la culture, la solidarité, l'expression artistique, etc.

Le Tremplin : Thérapie et réinsertion sociale

 244 rue Étienne-Gagnon,
Matane (Québec) G4W 1W8

 418 562-0632

 Le Tremplin :
Thérapie et réinsertion
sociale

 direction@maisonletremplin.com

 <http://www.maisonletremplin.com/>

Mission :

Soutenir l'épanouissement des personnes aux prises avec un trouble lié à l'usage de substances psychoactives, par la proposition d'outils concrets et un accompagnement personnalisé.

Services :

- Thérapie et réinsertion sociale de 90 jours pour hommes;
- service externe pour homme et femmes;
- service Postcure;
- ateliers de prévention et de sensibilisation.

Les Grands Amis de la région de Matane



235, avenue Saint-Jérôme,
bureau 216,
Matane (Québec) G4W 3A7



418 562-5435



Grands Amis Matane



amigomatane@hotmail.com



<https://www.lesgrandsamismatane.com/>



Mission :

Les Grands Amis de la région de Matane est un organisme de parrainage civique qui se préoccupe du mieux-être des jeunes de 7 à 17 ans qui vivent de l'isolement social et des difficultés d'adaptation sociale. Avec le jumelage de bénévoles significatifs, l'organisme veut prévenir chez les jeunes, les abus, les négligences et les troubles de comportements. Cet engagement bénévole favorise le développement de citoyens en devenir.

Services :

Parrainage traditionnel : Le parrainage traditionnel est une relation entre un adulte et un jeune basé sur la confiance et le partage d'intérêt commun. La fréquence des rencontres varie selon le besoin et la disponibilité de chacun. L'objectif du parrainage est de briser l'isolement, prévenir les négligences et de développer ces habiletés sociales en ayant un modèle positif.

Parrainage ponctuel : Le parrainage ponctuel consiste pour le bénévole, à partager avec un jeune un savoir particulier, une compétence, une passion, un loisir ou un emploi. L'activité ne dure que quelques heures, une seule fois. C'est pour nous une façon de rejoindre davantage de bénévoles potentiels en leur offrant diverses modalités d'implication selon le temps qu'ils ont à offrir.

Parrainage de groupe : Le parrainage de groupe vise à développer des habiletés sociales dans un cadre respectueux et sécurisant pour nos jeunes. De plus, les ateliers ont pour but d'outiller les jeunes dans différents champs d'expertise afin de leur transmettre des connaissances utiles pour leur future. Il s'agit également d'une occasion pour les intervenants de mieux connaître les besoins et difficultés rencontrées aux quotidiens.

Mentorat 16|21 : Mentorat 16|21 est un programme de jumelage visant prioritairement les jeunes Québécois âgés de 16 à 21 ans ayant un historique de placement dans un centre de réadaptation, en foyer de groupe, en ressource de type familiale ou dont le milieu de vie n'offre pas la possibilité d'avoir un lien avec un adulte qui pourrait agir à titre de modèle significatif.



Maison des Familles de La Matanie

 350, rue Saint Joseph,
Matane (Québec), G4W 1N8

 418 562-0918

 Maison des Familles de La
Matanie

 [info@maisondesfamilles
matanie.org](mailto:info@maisondesfamillesmatanie.org)

 [https://www.maisondesfamilles
matanie.org/](https://www.maisondesfamillesmatanie.org/)

Mission :

La Maison des familles de La Matanie est un organisme communautaire famille et un centre de ressources périnatales. Nous avons pour mission d'accueillir les familles afin qu'elles puissent se créer de nouveaux réseaux sociaux ainsi qu'un lien d'appartenance dans un milieu de vie, de soutien, d'entraide et de plaisir; de valoriser la relation parent/enfant; et de les accompagner en leur offrant des services et des activités diversifiées.

Activités et services :

0 à 5 ans

- Gym-poussette
- 100% Branché
- Massage bébé
- Élément (Éveil à la lecture et l'écriture)
- Aide-parents (Relevailles)
- Location de matériel pour bébé
- Travailleuse de proximité
- Yoga prénatal

6 à 12 ans

- Aide aux devoirs et leçons
- Le 3 à 5 après l'école
- Projet A+

Autres

- Moi et papa c'est cool
- Camp de jour estival
- Accès-Loisirs
- La création sans prétention
- Fête de Noël
- Semaine de relâche
- Marraines d'allaitement
- Centre de périnatalité sociale
- Famili-Fête

Maison des Jeunes de Matane

 233, rue Saint-Pierre,
Matane (Québec) G4W 2B7

 418 562-5177

 Maison Des Jeunes
Matane

 lucarne@cgocable.ca



Mission :

La Maison des jeunes de Matane est une association de jeunes et d'adultes qui se sont donnés la 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 critiques, actifs et responsables.

Services :

Lieux d'accueil chaleureux : La MDJ offre un espace convivial où les adolescents peuvent se retrouver librement. Elle est aménagée comme une maison; avec une cuisine, un salon équipé, elle est équipée de tables, de divans, de télévisions, d'un ordi de gamer, de jeux de société et de consoles de jeux. Des aires de jeux s'y retrouve également Elles incluent une table de billard, des tables de babyfoots, une table de ping-pong. Les jeunes peuvent y passer du temps sans rendez-vous, que ce soit pour se reposer, se divertir, échanger, faire leurs devoirs, etc.

Intervenants à l'écoute : La MDJ est animée par des intervenants qui jouent un rôle central. Ils accueillent, accompagnent et soutiennent les jeunes. Quels que soient les enjeux rencontrés par les adolescents (problèmes familiaux, questionnements sexuels, difficultés scolaires, intimidation, discrimination, etc.), ces intervenants offrent une écoute attentive. Si nécessaire, ils orientent les jeunes vers les ressources d'aide adaptées à leur situation.

Activités variées : La MDJ propose des activités supervisées en fonction des intérêts des jeunes. Ces activités sont souvent suggérées et organisées par les ados eux-mêmes. Elles incluent des souper-causeries, des cours de musique, des sorties extérieures, des discussions thématiques sur des sujets tels que l'alimentation, le jeu, la toxicomanie, la sexualité et la prévention, etc.

Travail de rue : 418 560-4000



Mission :

Les maisons des jeunes sont des associations de jeunes et d'adultes qui se sont donné la 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 critiques, actifs et responsables.

Services :

- Soutenir les jeunes dans l'apprentissage de la vie communautaire;
- accompagner les jeunes dans l'expérimentation de la démocratie et de ses mécanismes;
- favoriser la prise en charge et l'autonomie chez les jeunes;
- renforcer la capacité des jeunes à avoir de meilleures relations interpersonnelles
- Permettre aux jeunes d'être mieux outillé-es;
- favoriser une participation des jeunes dans la vie de leur communauté;
- défendre et promouvoir les droits des jeunes.

Maison des Jeunes Le Refuge Jeunesse (Les Méchins)

 108, rue pelletier,
Les Méchins (Québec) G0J
1T0

 418 729-3433

 MDJ Le Refuge Jeunesse -
Les Méchins

 [Imdjlerrefugejeunesse
@hotmail.com](mailto:Imdjlerrefugejeunesse@hotmail.com)



Parent d'abord MRC de Matane

 235, avenue Saint- Jérôme
bureau 109,
Matane (Québec) G4W 3A7

 750, avenue Phare Ouest
local 26
Matane (Québec) G4W 3W8
(L'halte Parent d'abord MRC de Matane)
418 566-2975

 418 562-8388

 Parent d'abord MRC de
Matane

 parentdabord@globetrotter.net

Mission :

L'organisme Parent d'abord MRC de Matane a pour mission de regrouper et soutenir les familles monoparentales et recomposées de la MRC de La Matanie en offrant des services adaptés à leurs besoins. Au sein d'un organisme de soutien, d'entraide et d'écoute afin de favoriser l'amélioration de leurs conditions et de leur qualité de vie, de mettre en place un service d'information, de références, d'aide et d'entraide, de formation en éducation populaire ainsi que des activités pouvant contribuer à l'intégration et à l'épanouissement de ces familles qui vivent une situation difficile de séparation ou de divorce, de monoparentalité ou de recomposition.

Services :

- Écoute téléphonique ou rencontre individuelle;
- relation d'aide et accompagnement dans vos démarches de séparation;
- deux services d'halte-garderie pour toutes les familles de la MRC de La Matanie,
 - café-rencontre,
 - atelier de formation en éducation populaire;
 - activités sociales et familiales;
 - droits accès (visite supervisée).



Regroupement des femmes
de la région de Matane

Regroupement des femmes de la région de Matane



310, rue de la Gare
Matane (Québec) G4W 3J3



418 562-6443



Regroupement des
femmes de la région de
Matane



rfrm-coordo@cgocable.ca



<https://rfrm.org>

Mission :

Le Regroupement des femmes a pour mission de FAVORISER l'autonomie affective, sociale et financière des femmes, de TRAVAILLER à l'amélioration de la qualité de notre vie, d'ASSUMER un rôle d'éducation et d'information auprès de la communauté et de DÉFENDRE les droits des femmes.

Services :

- Aide, écoute et soutien;
 - milieu de vie;
- relation d'aide multiproblématique,
 - Groupes d'entraide
- accompagnement sociojuridique;
 - références;
 - actions collectives;
 - défense des droits des femmes;
- soutien dans l'implication des femmes dans la collectivité;
- ateliers de formation, de croissance personnelle et d'éducation populaire;
 - sensibilisation et prévention;
- favoriser l'autonomie économique et affective des femmes;
 - information;
 - friperie;
 - couturière volante.

Service d'accueil des nouveaux arrivants de La Matanie (SANAM)

Bureau principal
289 rue du Bon Pasteur,
Matane, Qc
G4W 3C8



Bureau satellite
(pour les étudiants)
616 avenue Saint-
Rédempteur
B-193 et B-195, Matane QC
G4W 1L1



418-562-1240 poste 2211



Service d'accueil des
nouveaux arrivants de La
Matanie - SANAM



sanam@cgmatane.qc.ca



<https://sanamatanie.org/>

Mission :

Faciliter l'accueil, l'intégration et l'établissement durable des personnes immigrantes, des étudiants internationaux et des nouveaux arrivants de 35 ans et plus sur le territoire de la MRC de La Matanie ; et ce dans une perspective de cohésion sociale et de développement régional.

Services :

L'équipe multilingue offre un accompagnement personnalisé aux individus et à leur famille, en plus d'organiser des activités d'intégration socio-culturelle, de découverte du territoire, de rapprochements interculturels et des événements de valorisation de la diversité culturelle, pour toutes et tous.

Mission :

La Société Alzheimer du Bas-Saint-Laurent est un organisme communautaire qui a pour mission de soutenir et d'accompagner les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer et leurs familles afin qu'elles puissent vivre dans la plus grande dignité possible, le défi que représente la maladie d'Alzheimer. La Société d'Alzheimer se donne aussi pour mission de sensibiliser la population et les intervenants des conséquences personnelles et sociales de la maladie d'Alzheimer et de soutenir la recherche biomédicale et psychosociale.

Services :

Les services de la Société Alzheimer sont offerts sur l'ensemble du territoire du Bas-Saint-Laurent, dans les 8 MRC. Des services sont offerts aux personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer, à leurs familles, aux proches-aidants, aux professionnels de la santé sur tout le territoire du Bas-Saint-

Laurent :

- Hébergement : La Maison J.-Arthur Desjardins, reçoit neuf résidents / résidentes atteintes de la maladie d'Alzheimer;
- stimulation, répit, centre de jour, formation, café rencontre, bulletin le Réconfort.

Société Alzheimer Bas-Saint-Laurent



235 avenue St-Jérôme,
bureau 301,
Matane (Québec) G4W 3A7



418-562-2144/ Sans frais :
1-877-446-2144



Société Alzheimer Bas-
Saint-Laurent



info@sabastlaurent.com



[https://alzheimer.ca/
bassaintlaurent/fr](https://alzheimer.ca/bassaintlaurent/fr)

Mission :

Notre mission est de mobiliser la collectivité de la Sclérose en plaques en vue de la réalisation de progrès notables. Nous nous investissons au profit d'une collectivité dynamique et diverse qui comprend des gens qui vivent avec la SP, la famille et les amis de ces derniers, des bénévoles, des donateurs et des donatrices, des chercheurs et des chercheuses, des cliniciens et des cliniciennes, et bien d'autres personnes. En mobilisant nos énergies, nous ferons en sorte que les personnes touchées par la SP puissent compter sur des systèmes et des programmes de soutien qui leur permettront de mener une vie épanouie et satisfaisante.

Services :

- Renseignements sur les ressources;
 - conférences;
- activités organisées par les groupes d'entraide selon les régions * Matane * Amqui
 - * Rimouski * Rivière-du-Loup;
 - documentation gratuite;
 - écoute téléphonique sans frais.

Sclérose en plaques Canada - Bas-Saint- Laurent

 180, Évêché ouest, bureau 95,
Rimouski (Québec) G5L 4H9

 418 724-5499 Sans frais :
1 877 424 5499

 Sclérose en plaques
Canada - Bas Saint Laurent

 Mathieu.Lajoie@spcanada.ca

 <https://spcanada.ca/>

NUMÉRO D'URGENCE

Urgence.....	911
Info-Santé.....	811 poste 1
Info-Social.....	811 poste 2
Sûreté du Québec MRC de La Matanie.....	418 562-2222
Centre de prévention du suicide et d'intervention de crise du Bas-Saint-Laurent.....	1 866 277-3553
Ligne-ressource aux victimes d'agressions sexuelles.....	1 888 933-9007
Protection de la jeunesse.....	1 800 463-9009
Centre antipoison du Québec.....	1 800 363 9010
Jeunesse j'écoute.....	1 800 668-6868
Interligne.....	1 888 505-1010
SOS Violence conjugale.....	1 800 363-9010
Centre d'aide aux victimes d'actes criminels.....	1 800 820-2282
Ligne Aide Abus Aînés.....	1 888 489-2287
Tel-Jeunes.....	1 800 263-2266
Ligne-Parent.....	1 800 361-5085
Jeu: Aide et référence.....	1 800 461-0140
Drogue: Aide et référence.....	1 800 265-2626

*Les organismes communautaires:
Une force pour La Matanie!*



CDC
région de Matane

Dernière mise à jour le 10 mai 2024