



# Services disponibles dans votre communauté

## MRC du Domaine-du-Roy

Au Lac-Saint-Jean, plusieurs organismes soutiennent les membres de la communauté. Leur principale mission est de transmettre des informations et d'offrir des services dans différents aspects de la vie, que ce soit pour le soutien alimentaire, la défense des droits ou encore pour des services concernant la santé. Les personnes qui travaillent dans ces organismes sont formées et prêtes à vous donner le soutien nécessaire.

N'hésitez pas à communiquer avec elles. Pour accéder à l'ensemble des organismes de la région, consultez :

[www.pointderepere.ca](http://www.pointderepere.ca) ou bien le [www.irr02.com/services](http://www.irr02.com/services)



Ligne téléphonique de soutien



MRC  
Domaine-du-Roy

## Aide aux familles

**Maison de la famille Éveil-Naissance**  
**418 275-6581**

Soutien à la famille, soutien à l'allaitement, activités parent-enfants, etc.

**Grands Frères Grandes Sœurs**  
**418 275-0483**

Accompagnement personnalisé pour les enfants de 6 à 16 ans.



## Alimentation

**Organismes en aide alimentaire**

**Communiquez avec votre municipalité.**

**Centre populaire - Roberval**

**418 275-4222**

Dépannage alimentaire, cuisine collective.

**Soupe Populaire de Saint-Félicien**

**418 679-1712**

Repas chauds, complets et équilibrés aux personnes à faible revenu.

**Épicerie communautaire SALSA (Roberval)**

**418 275-6760, poste 1**

Épicerie à faible coût pour les personnes vivant en situation de précarité financière.



## Vêtements et meubles usagés

**Centre vestimentaire St-Prime**

**418 251-1410**

Vêtements usagés à bas prix.

**Gare du meuble Saint-Félicien**

**418 679-1594**

Meubles usagés.

**Fripérie chez Mar-Jo**

**418 342-6409**

Vêtements usagés à bas prix Chambord.

**Centre de dépannage vestimentaire Saint-Félicien**

**418 679-9450**

Vêtements usagés à bas prix.

**Comptoir vestimentaire St-François-de-Sales**

**418 348-6555**

Vêtements usagés à bas prix.

**Centre populaire - Roberval**

**418 275-4222**

Meubles et vêtements usagés.





## Éducation et francisation

Tout enfant qui est résident du Québec doit fréquenter une école à compter du début de l'année scolaire de ses 6 ans. Cette obligation se poursuit jusqu'au dernier jour de l'année scolaire au cours de laquelle il atteint l'âge de 16 ans ou qu'il obtient un diplôme décerné par le ministre de l'Éducation.



### Allo Prof

**1 888 776-4455**

Services d'accompagnement gratuits pour les élèves et les parents pour les matières scolaires de l'école primaire à l'école secondaire.

### Centre Alpha Le-Tracé

**418 679-5737**

Offre de francisation et alphabétisation.

### Centre de services scolaire du Pays-des-Bleuets

**418 275-4136**

Établissement d'enseignement offrant :

- Formation générale de base en français, anglais et mathématiques;
- Formation en intégration sociale (SI);
- Formation aux adultes.



## Immigration

**Association des Africains du Saguenay—Lac-Saint-Jean**  
Groupe Facebook

**Association islamique du Saguenay—Lac-Saint-Jean**  
Groupe Facebook

**Association Québec-France Saguenay—Lac-Saint-Jean**  
Groupe Facebook

**Centre des travailleurs et travailleuses immigrants**  
**514 342-2111**

**Portes ouvertes sur le Lac**  
**418 307-5058**  
**418 321-5459 (Whatsapp)**

Accueil, accompagnement et intégration personnalisée des immigrants dans la région du Lac-Saint-Jean.

**Collectif des femmes immigrantes Saguenay—Lac-Saint-Jean**  
Groupe Facebook

**Ministère de l'Immigration, de la Francisation et de l'Intégration**  
**1 877 662-4667**

Statut immigration, emploi et services gouvernementaux.



## Finances

**Centre populaire Roberval**  
**418 275-4222**

Conseil budgétaire et impôts.

**Service budgétaire Saint-Félicien**  
**418 679-4646**

Ateliers budgétaires, de soutien, aide pour préparer un budget, etc.

## Transport

**AmigoExpress**

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

Services de covoiturage courte et longue distance.



**Accès-Transport**

**Domaine-du-Roy**

**418 679-0333**

Service de transport collectif.



## Défense de droits et justice

La Charte du Québec des droits et libertés de la personne interdit de faire de la discrimination entre les personnes sur la base de la race, la couleur, le sexe, l'identité ou expression de genre, la religion, les convictions politiques, la langue, l'origine ethnique ou nationale, la grossesse, l'état civil, l'âge, sauf dans la mesure prévue par la loi, la condition sociale, le handicap. Au Québec, les femmes et les hommes sont égaux. Ils ont les mêmes droits et les mêmes obligations.

**Équijustice - Médiation citoyenne**

**418 275-6450**

Programmes : LSJPA, PMRG et travaux compensatoires, médiation citoyenne et engagement locaux.

 **Centre de justice de proximité**

**1 844 412-7722**

Services de justice gratuits

 **Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité du travail (CNESST)**

**1 844 838-0808**

Respect des droits et des obligations en matière de travail.



## Emploi

**Carrefour jeunesse emploi des Bleuets**

**Roberval : 418 275-6262**

**Saint-Félicien : 418 679-3686**

Soutien et recherche en emploi 16 et plus.

**Portes ouvertes sur le Lac, Place aux Jeunes en région**

**418 307-5058**

Soutien et recherche en emploi.

**Mouvement Action Chômage Lac-St-Jean**

**418 662-9191**

Accompagnement pour demande d'assurance-emploi.

**Services Québec – Centre local d'emploi (CLE) de Roberval**

**418 275-5442**

Services offerts aux entreprises et aux individus :

Accompagnement, bourses et subventions, employabilité, information, recrutement de personnel, ressources humaines.



# SANTÉ

## Services d'urgence



**Urgence (ambulance et police)**  
**911**

**CLSC de Roberval**  
**418 275-0634**

**CLSC de St-Félicien**  
**418 679-5270**

**Info santé (sélectionner l'option 1)**  
**811**

Ligne d'information en cas de problème de santé.

**Centre hospitalier de Roberval**  
**418 275-0110**



**Centre antipoison du Québec**  
**1 800 463-5060**

Numéro d'urgence en cas d'empoisonnement.



## Services à domicile



**Multi-Services Albanel – secteur Domaine-du-Roy**

**418 279-3169**

Soutien au maintien à domicile des personnes âgées, tâches ménagères, etc.



## Soutien aux parents



Au Canada, les parents détiennent l'autorité parentale jusqu'à 18 ans, mais les punitions corporelles suivantes sont interdites, peu importe les circonstances : la punition avec des objets comme une ceinture ou une règle et qui peut causer des blessures comme les gifles, les coups à la tête et les coups de pied. La privation de nourriture est également un geste interdit.

**LigneParents**  
**1 800 361-5085**

Soutien aux parents, service confidentiel et gratuit, ouvert 24 heures

point

**Maison de la famille Éveil-Naissance**  
**418 275-6581**

Soutien à la famille, soutien à l'allaitement, activités parents-enfants, etc.

## Santé émotionnelle

Troubles anxieux, troubles de l'humeur, dépression, troubles psychotiques, stress post-traumatique, les maladies mentales peuvent prendre plusieurs formes. Tout comme les maladies physiques, elles peuvent frapper n'importe qui, sans distinction d'âge, de sexe, de statut social, de niveau d'instruction, de nationalité ou d'origine ethnique. Il ne faut donc pas hésiter à demander de l'aide, voici les organismes qui peuvent vous soutenir!



### Info-social

(sélectionner l'option 2)

**811**

Ligne d'information en cas de détresse psychologique.



### Centre de prévention du suicide 02

**1 866 277-3553**

### Centre Nelligan

**418 275-0033**

Support de l'entourage de personne ayant un problème de santé mentale.

### Centre Le Bouscueil

**418 275-0341**

Service d'aide en santé mentale (dépression, deuil, anxiété, etc.)

### Service d'intervention de proximité Domaine-du-Roy (12 ans et plus)

**418 275-6760**

Accueil, écoute, accompagnement, intervention individuelle pour encourager le développement de l'autonomie et l'épanouissement.

### Mouvement Santé mentale Québec - Lac-Saint-Jean

**418 275-2405**

Accompagnement, accueil et soutien psychologique pour toute difficulté.

### Maison du cheminement

**418 275-5271**

Hébergement en santé mentale.

### Centre d'aide aux victimes d'actes criminels (CAVAC)

**418 543-9695**

Aide aux victimes d'actes criminels.



## Soutien pour les jeunes

Au Canada, l'âge minimal reconnu par la loi pour consentir à une activité sexuelle est de 16 ans. L'inceste est un crime au Canada. L'inceste désigne les relations sexuelles entre membres proches d'une même famille. Peu importe les difficultés que vivent les jeunes, ces services d'écoute et de soutien sont offerts pour eux.



### Tel-jeunes

**par texto 514 600-1002**

**par téléphone 1 800 263-2266**



### Jeunesse, J'écoute

**1 800 668-6868**

### Maison de jeunes

### Communiquez avec votre municipalité

Lieu de rassemblement pour les jeunes, activités et échanges

### Agence Grands Frères Grandes Sœurs Domaine-du-Roy

**418 275-0483**

Offre des services de mentorat aux jeunes de 6 à 16 ans et à leur famille sur le territoire Domaine-du-Roy.



## Soutien pour les femmes

Le Code criminel canadien interdit d'utiliser la force contre son conjoint ou sa conjointe. C'est un crime appelé voies de fait. La violence envers les enfants et les personnes âgées est également interdite par le Code criminel. Si vous êtes témoin d'actes de violence, **composez le 9-1-1**. C'est votre devoir de citoyen.

### Centre de femmes LA SOURCE

**418 679-5403**

Soutien psychosocial englobant toutes problématiques.

### Auberge de l'amitié

**418 275-4574**

Hébergement pour les femmes et famille en contexte de violence conjugale.

### SOS violence conjugale

**1 800 363-9010**

Service gratuit, confidentiel et anonyme, ouvert 24 heures.

**Dans le couple canadien, la femme et l'homme sont égaux. Pour avoir une relation sexuelle, les deux partenaires doivent être d'accord, même s'ils sont mariés.**

### CALACS Entre Elles

**418 275-1004**

Aide aux victimes d'agression à caractère sexuel.

[educaloi.qc.ca/capsules/le-consentement-sexuel](http://educaloi.qc.ca/capsules/le-consentement-sexuel)

## Soutien pour les hommes

### Centre de ressources pour hommes Optimum

**418 765-3199**

Soutien pour les hommes vivant des difficultés ou une période difficile.



## Bénévolat

### Centre d'action bénévole Domaine-du-Roy

**418 679-1712**

Promouvoir et soutenir l'action bénévole dans les différents secteurs de l'activité humaine.

# Dépendances à la drogue et l'alcool



## Alcooliques anonymes

**1 866 376-6279**



## Narcotiques Anonymes

**1 855 544-6362**

## Service d'intervention de proximité Domaine-du-Roy

**418 275-6760**

Intervention et prévention  
des dépendances.



# Soutien aux communautés LGBTQ+

## Diversité 02

**581 447-2211**

Soutien, activités, ateliers, formations.

## MUNICIPALITÉS DDR

La Doré .....	418 256-3545
Saint-Félicien.....	418 679-2100
Saint-Prime.....	418 251-2116
Sainte-Hedwidge .....	418 275-3020
Roberval .....	418 275-0202
Chambord.....	418 342-6274
Saint-André-du-Lac-St-Jean ....	418 349-8167
Saint-François-de-Sales .....	418 348-6736
Lac-Bouchette .....	418 348-6306
MRC du Domaine-du-Roy .....	418 275-5044



**MRC du Domaine-du-Roy**  
901, boulevard Saint-Joseph  
Roberval (Québec)  
G8H 2L8

Téléphone : **418 275-5044**  
Courriel : [info@mrcdomaineduroy.ca](mailto:info@mrcdomaineduroy.ca)

Avec la participation financière de :

