



Pour toute information sur les services communautaires de Granby et région, afin de cibler une clientèle spécifique et mieux répondre à vos besoins, vous pouvez joindre :

Le Service de Référence et d'Information du Centre d'Action Bénévole de Granby

au numéro de téléphone suivant :

(450) 372 - 6777

Ce dépliant informatif est une initiative du Comité conjoint Éducation – Formation – Industrie, Vision 2015.

Lignes d'Écoute :

Drogue : Aide et Référence
1-800-265-2626

Gai Écoute
1-888-505-1010

Jeu : Aide et Référence
1-800-461-0140

La ligne parents
1-800-361-5085

Violence conjugale
1-800-363-9010

Les ressources du milieu communautaire peuvent vous apporter de l'aide en toute confidentialité.

N'hésitez pas à faire appel à leurs services. La plupart de ces services sont gratuits (voir note à l'intérieur).

Pour une référence de psychologues, consultez le Service de Référence de l'Ordre des Psychologues du Québec : 1-800-561-1223 ou www.ordrepsy.qc.ca.

Le masculin est utilisé dans ce dépliant uniquement pour alléger le texte.



VOUS AVEZ BESOIN D'AIDE?

Si vous êtes aux prises avec des difficultés qui viennent perturber votre travail et votre vie personnelle, ce dépliant peut vous orienter vers les bonnes personnes.

Vous devez faire face à une des difficultés suivantes?

- **Dépendance** (alcoolisme, toxicomanie, jeu)
- **Deuil**
- **Difficulté à gérer un budget personnel ou familial**
- **Difficulté à lire et à écrire**
- **Intégration à un nouveau milieu (immigrants)**
- **Intégration des femmes en emploi non traditionnel**
- **Santé mentale**
- **Soutien à des proches en perte d'autonomie**
- **Violence conjugale**

Dépendance (alcoolisme, toxicomanie et jeu) :

Alcooliques Anonymes (pour la personne alcoolique)

(450) 405-9321

Al-Anon (pour la famille de la personne alcoolique)

(450) 361-9802 www.al-anon.org

Le Virage

(450) 375-0022

Deuil :

Mouvement La Porte Ouverte (perte d'un conjoint)

(450) 375-2900

Amis compatissants (perte d'un enfant)

(450) 375-7845

Difficulté à gérer un budget :

ACEF (Association coopérative d'économie familiale)

(450) 375-1443 www.consommateur.qc.ca

SOS Dépannage Moisson-Granby

(450) 378-0221 www.sos-depannage.org

Difficulté à lire et à écrire :

Alpha Haute-Yamaska

(450) 378-9788 www.alphagranby.com

Intégration à un nouveau milieu (immigrants) :

SERY (Solidarité Ethnique Régionale de la Yamaska)

(450) 777-7213 www.sery-granby.org

Intégration des femmes à un emploi non traditionnel :

Passage Non Traditionnel

(450) 378-2212 www.passage.qc.ca

Santé mentale :

CLSC Accueil Psycho-social

(450) 375-1442 poste 0

Centre de Prévention du Suicide

(450) 375-4252 www.cpschy.qc.ca

Soutien à des proches en perte d'autonomie⁽¹⁾ :

Centre de Soutien au Réseau Familial

(450) 375-9115 www.serviceauxaidants.com

Centre d'Action Bénévole de Granby

(450) 372-5033 www.cabg.b2b2c.ca

Oasis Santé Mentale Granby et Région (pour les proches)

(450) 777-7131 www.perso.b2b2c.ca/oasissantementale

Violence conjugale et agressions à caractère sexuel :

Maison Alice-Desmarais (pour femmes)

(450) 378-9297

Ressource pour hommes de la Haute-Yamaska

(450) 777-6680 www.rhhy.qc.ca

CALACS(Centre d'aide et lutte contre les agressions à caractère sexuel)

(450) 375-3338 www.granbyweb.com/calacs

(1) Certains de ces services peuvent ne pas être gratuits (par exemple livraison de repas et service de gardiennage à domicile)