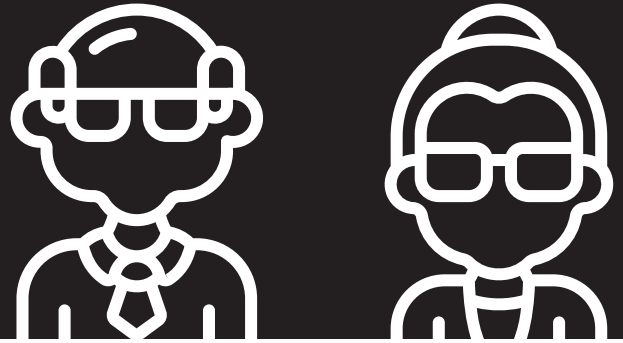


Nous pouvons tous avoir besoin d'aide.

Des services sont là pour vous...

Faites-y appel !



Vous avez des questions en lien avec votre santé physique ou mentale ? Communiquez avec le CLSC le plus près de chez vous.

Matapédia : **418 865-2221, poste 1070**
St-Omer : **418 364-7064, poste 1070**
Ligne Info-Social : **811**

Vous vous sentez anxieux, stressé ? Vous avez de la difficulté à dormir ? L'organisme La Passerelle peut vous soutenir dans la gestion de votre anxiété.

La Passerelle : **418 392-4888**

Vous souhaitez être accompagné dans vos démarches pour répondre à différents besoins ?

Communiquez avec votre ressource de soutien aux aînés.

L'Ascension à Escuminac : **581 884-0410**
Nouvelle à St-Alphonse : **418 759-3131**

Vous sentez qu'on vous force à faire des choses, qu'on vous brusque, qu'on vous manque de respect ? Ce n'est pas normal.

Ligne Aide Abus Aînés : **1 888 489-2287**

Vous avez des idées noires, vous vous sentez déprimé et vous ne savez plus quoi faire ?

Ligne de prévention du suicide :
1 866 277-3553 (1 866 APPELLE)

Pour plus d'information

Répertoire des services essentiels disponible en ligne au **covid19gim.ca** ou auprès de votre établissement.

Centre intégré
de santé
et de services sociaux
de la Gaspésie

Québec 