



# La Tribune au service de sa communauté



## Besoin d'aide ?

### ORGANISMES EN EMPLOYABILITÉ

OPTION 45	819 829-5060
CIME CENTRE INTÉGRATION MARCHÉ EMPLOI	819 564-0202
M.C.C.E. MOUVEMENT CHÔMEURS(EUSES)	
ESTRIE	819 566-5811
CENTRE D'ORIENTATION ET RECHERCHE D'EMPLOI DE L'ESTRIE	819 822-3226
CONTACT	819 822-4114
CARREFOUR JEUNESSE-EMPLOI de Sherbrooke	819 565-2722
ILLUSION-EMPLOI Sherbrooke	819 569-9993
TRAV-ACTION	819 564-1271
SATI SERVICE ACCÈS TRAVAIL POUR IMMIGRANTS	819 566-5373
RÉCUPEX ET SA BOUTIQUE TAFI	819 820-1300
AU PONT DE BOIS. Ébénisterie	819 563-5216
CENTRE DE MAIN-D'OEUVRE OPEX	819 565-1866
PRO GESTION ESTRIE	819 822-6162
CLUB DE PLACEMENT RÉGIONAL	
Asbestos: 879-4080; Windsor: 819 845-4199	

### ORGANISMES EN SANTÉ PHYSIQUE

A.R.C.H.E. DE L'ESTRIE	819 348-2670
FONDATION QUÉBÉCOISE DU CANCER	819 822-2125 ou 1 800 363-0063
FONDATION DES MALADIES DU CŒUR DU QUÉBEC	819 562-7942
ASSOCIATION DE PARALYSIE CÉRÉBRALE	819 829-1144
ASSOCIATION DES HANDICAPÉS VISUELS DE L'ESTRIE INC.	819 566-4848
ALLIANCE SHERBROOKEUSE POUR L'AUTONOMIE À DOMICILE	819 562-8877
ASS. DES SOURDS DE L'ESTRIE	VOIX 819 563-1186
Bell 1 800 855-0511 - Téléc. : 563-3476 - TTY : 819 563-2313	
sourdestrie@videotron.ca	
ASSOCIATION DU SYNDROME DE DOWN de l'Estrie	819 569-8112
VICTIME D'UN ACCIDENT DE TRAVAIL, D'UNE MALADIE DU TRAVAIL?	819 563-8178
SOCIÉTÉ ALZHEIMER DE L'ESTRIE	819 821-5127
LEUCAN ESTRIE	819 563-1909
IRIS ESTRIE	819 823-6704
ASSOCIATION FIBROMYALGIE ESTRIE	819 566-1067
ASSOCIATION DE SHERBROOKE POUR LA DÉFICIENCE INTELLECTUELLE	819 346-2227
LA MAISON CAMÉLÉON	819 562-6881
CLUB OASIS	819 346-1931 ou 819 566-4848
HÉPATITE C	819 820-7432
LA SOCIÉTÉ D'ARTHRITE RÉGION ESTRIE/MONTÉRÉGIE	819 562-5551
ASS. QUÉBÉCOISE, ENFANTS ATTEINTS de dysphasie (audimutité) Estrie	819 569-6449
BALUCHON ALZHEIMER	819 563-5890
ASSOCIATION DE SPINA BIFIDA ET D'HYDROCEPHALÉE DE L'ESTRIE	819 822-3772
ASSOCIATION DE LA SCLÉROSE EN PLAQUES DE L'ESTRIE	819 864-9104
SOCIÉTÉ CANADIENNE DU CANCER	819 562-8869
ASSOCIATION DES DIABÉTIQUES DE L'ESTRIE	819 823-8558
CANCER DE LA PROSTATE	819 566-6552
LA ROSE DES VENTS DE L'ESTRIE	819 823-9996
AOEPA ASS. QUÉ. ENFANTS AVEC PROBLÈMES AUDITIFS	819 829-2737
SOCIÉTÉ PARKINSON ESTRIE	819 823-9545
SERVICE D'INTERPRÉTATION, PERSONNES SOURDES DE L'ESTRIE	819 563-4357 - ATS: 819 563-6177
ACTE ASS. ACC. CÉRÉBRO-VAS. ESTRIE	819 821-2799
ÉTINCELLES DE BONHEUR DU HAUT ST-FRANÇOIS	819 832-3540
COMITÉ DE PARENTS DE L'ESTRIE DE LA FONDATION POUR ENFANTS DIABÉTIQUES	819 346-0507

### CLSC : URGENGE-DÉTRESSE

Asbestos	819 879-7181
Coaticook	819 849-7041
Granit (jour)	819 583-2572
(soir, nuit, fin de semaine)	1 800 827-2572
Haut-Saint-François	819 562-3692
Memphrémagog :	
Magog	819 843-2572
Mansonville	450 292-3376
Stanstead	819 876-7521
Sherbrooke (CSSS-IUGS)	819 563-2572
Val Saint-François :	
Richmond	819 826-3781
Sainte-Anne-de-la-Rochelle	450 535-6776
Valcourt	450 532-3191
Windsor	819 845-2751

### HÉBERGEMENT

MAISON D'HÉBERGEMENT	819 563-1131
MAISON JEUNES-EST	819 821-1999
LE TREMPLIN	819 565-4141

### ENTREPRISES D'ÉCONOMIE SOCIALE

COOPÉRATIVE DE SERVICE À DOMICILE DE L'ESTRIE	819 823-0093
---	--------------

### ORGANISMES POUR FEMMES

FEMMES EN DÉTRESSE La maison du Point tournant.	
Thérapie interne	819 569-6205
CENTRE POUR FEMMES IMMIGRANTES	819 822-2259
CENTRE DES FEMMES LA PASSERELLE	
MRC du Haut-Saint-François	819 877-3423
CENTRE DE SANTÉ DES FEMMES DE L'ESTRIE	819 564-7885
info@csfestrie.qc.ca	
COLLECTIF POUR LE LIBRE CHOIX DES FEMMES	
FACE À UNE GROSSESSE IMPRÉVUE	819 562-7338
CENTRE DES FEMMES DE LENNOXVILLE	819 564-6626
CENTRE D'AIDE ET DE LUTTE	819 563-9999
L'ESCALE	819 569-3611
LA BOUÉE RÉGIONALE	819 583-1233
PROJET CATWOMAN Une initiative IRIS	819 823-6704
CENTRE DES FEMMES MEMPHRÉMAGOG	819 868-0302
S.O.S. GROSSESSE	819 822-1181
CENTRE DES FEMMES LA PAROLIÈRE	819 569-0140
LA MÉRIDienne	819 877-3050
PROJET M.U.S.E.	819 823-6704

### ORGANISMES EN SANTÉ MENTALE

MAISON ST-GEORGES	819 562-1533
L'AUTRE-RIVE AGORAPHOBIE	819 564-0676
J.E.V.I.	819 564-1354
LA CORDÉE TRANSIT DE JOUR	819 565-1225
AUTISME ET TED Spec-Tintamarre	819 822-3918
PRO-DEF ESTRIE	819 822-0363 - 1 800 561-0363
APAMM-ESTRIE	819 563-1363
VIRAGE	819 877-2674 ou 1 800 449-2674
SECOURS-AMITIÉ ESTRIE	819 564-2323
LE RIVAGE DU VAL SAINT-FRANÇOIS	819 826-5303
PANDA ESTRIE	819 565-7131
DOMAINE ORFORD, TOXICO-GÎTE,	450 532-5500

### ORGANISMES FAMILLES

VILLA MARIE- CLAIRE	819 563-1622
NAISSANCE RENAISSANCE ESTRIE	819 569-3119
CENTRE CORPS, ÂME ET ESPRIT	819 563-2333
BULLE ET BALUCHON	819 822-6046
LIGNE PARENTS	1 800 361-5085
MAISON DE LA FAMILLE MEMPHRÉMAGOG	819 868-0145
RENDEZ-VOUS CROISSANCE DU COUPLE	514 645-2638
SERVICE D'AIDE À LA FAMILLE ARMÉE DU SALUT	819 566-6298
CORPORATION RÉGIONALE DU SERVICE DE PRÉPARATION AU MARIAGE	819 563-9934
LES GRANDS FRÈRES ET GRANDES SOEURS DE SHERBROOKE	819 822-3243
FAMILLE ESPOIR	819 569-7923
RAME RES. APPUI MONOPARENTAL ESTRIE	819 822-3451
LES ACCOMPAGNANTES DE L'ESTRIE Sonia Hamel	819 878-3424
LIGUE LA LECHE	1 866 255-2483
CENTRE DE MATERNITÉ DE L'ESTRIE	819 846-4846
MAISON DE LA FAMILLE DE SHERBROOKE	819 821-5986
MARRAINE TENDRESSE	819 562-0406
FAMILLE +	819 822-0835
LA LIGUE POUR L'ENFANCE DE L'ESTRIE	819 563-8774
ASS. DE PARENTS ayant un enfant AUTISME et TED	819 823-6610
CENTRE PLEIN AIR LE SOULIER VERT	819 828-0108
PARENTS SECOURS (Foyer refuge enfants en difficulté)	819 821-5990, poste 2
CENTRE JEUNESSE DE L'ESTRIE :	819 564-7100
J'ÉCOUTE MA TOUTE PETITE VOIX (soutien pour enfants endeuillés)	819 569-3119

### ORGANISMES HOMMES

PARTAGE ST-FRANÇOIS	819 821-2233
RÉSEAU HOMMES-QUÉBEC (ESTRIE)	819 566-0724
GROUPE DE PARTAGE	819 823-6704
GAI ÉCOUTE gglecoute@sympatico.ca	1 888 505-1010
GROUPE DE DISCUSSION POUR HOMME GAI DE SHERBROOKE, IRIS ESTRIE.	819 823-0490
MOMENTHOM	819 563-0303
GROUPE E.P.A.P.A.	819 569-0239
CENTRE D'INTERVENTION EN VIOLENCE ET ABUS SEXUELS DE L'ESTRIE	819 564-5127
LE SEUIL DE L'ESTRIE INC.	819 821-2420

### ORGANISMES EN ALCOOLOGIE-TOXICOMANIE

DOMAINE DE LA SOBRIÉTÉ INC.	
STRATFORD	418 443-2277
ELIXIR	819 562-5771
MAISON D'ACCUEIL L'ESTIME	819 569-2555
DOMAINE PERCE-NEIGE	819 832-1108
ZONE LIBRE MEMPHRÉMAGOG	819 847-2545
CENTRE J.P. CHIASSON	819 821-2500
ASSOCIATION QUÉBÉCOISE POUR LES ENFANTS DYSPHASIQUES	819 569-6449

### GROUPE D'ENTRAIDE

GAMBLERS ANONYMES	1 866 484-6664
LES AMIS COMPATISSANTS DE L'ESTRIE	819 820-1407
NARCOTIQUES ANONYMES	1 800 879-0333
ÉMOTIF ANONYME	877 405-7319
COOPÉRATIVE FUNÉRAIRE DE L'ESTRIE	819 348-3764
DÉPENDANTS AFFECTIFS ANONYMES	1 877 621-4744
LE MOUVEMENT LA PORTE OUVERTE INC.	819 565-7298
ALCOOLIQUE-ANONYMES	819 564-0070
OUTRE MANGEURS	819 820-9691
HANDI-CAPABLE	819 563-2358
JOIE DE VIVRE	Lise : 819 563-9934 poste 403
REGROUPEMENT DES AIDANT(E)S	
NATUREL(LE)S DE SHERBROOKE	819 562-2494
AL-ANON/TEEN	819 820-5085

### ORGANISMES POUR PERSONNES ÂNÉES/BÉNÉVOLAT

RÉSEAU D'AMIS INC.	819 562-2494
AIDE COMMUNAUTAIRE de Lennoxville et env.	819 821-4779
LES PETITS FRÈRES DES PAUVRES	819 821-4411
RAYON DE SOLEIL DE L'ESTRIE	819 565-5487
AQDR (ASS. QUÉ. DROIT RETRAITÉ)	819 829-2981
CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE DE SHERBROOKE	819 823-6598
LA MAISON DES GRANDS-PARENTS DE SHERBROOKE	819 820-9803
SERCOVIE Popotte roulante	819 565-1066
FADOQ - Région Estrie	
Mouvement 50 ans et +	819 566-7748
A.E.I.F.A. - Aînée (contre mauvais traitements)	819 346-0679

### PAUVRETÉ

ENTRAIDE POPULAIRE DE L'ESTRIE	819 569-0239
ESTRIE-AIDE	819 346-9714
LA GRANDE TABLE	819 821-5505
CUISINES COLLECTIVES LE BLÉ D'OR DE SHERBROOKE	819 820-1231
LE COMPTOIR FAMILIAL 151, BOWEN N.	819 569-5336
CENTRE D'ENTRAIDE PLUS DE L'ESTRIE	819 563-5656
ACTION PLUS INC.	819 564-4418
LA CHAUDRONNÉE DE L'ESTRIE	819 821-2311
ARMÉE DU SALUT	819 566-6298
LES CUISINES COLLECTIVES "BOUCHÉE DOUBLE" MEMPHRÉMAGOG	819 868-2153
LE SAMARITAIN	819 563-8457

### MULTI

CENTRE MAYADOR	
Zoothérapie et arts thérapie	819 887-6314
ASSOCIATION DES TOWNSHIPERS	819 566-2182
CENTRE D'ASSISTANCE ET D'ACCOMPAGNEMENT AUX PLAINTES DE L'ESTRIE	819 823-2047
CAVAC DE L'ESTRIE	819 820-2822
SOLUTIONS BUDGET PLUS	819 563-0535
COALITION SHERBROOKEUSE POUR LE TRAVAIL DE RUE	819 822-1736
SERVICE D'AIDE AUX NÉO-CANADIENS	819 566-5373
MÉDIATION DE QUARTIER DE SHERBROOKE	819 565-8435
L'ÉCHOS	819 868-0492
Association gais, lesbiennes, bisexuels(les) de l'Université de Sherbrooke (AGLEBUS).	819 348-1892
ACTIONS INTERCULTURELLES DE DÉVELOPPEMENT ET ÉDUCATION	819 822-4180

### ORGANISMES EN ALPHABÉTISATION/COMMUNICATION

(CENTRE ÉDUC. POPULAIRE) DE D'ESTRIE	819 562-1466
CENTRE DE SERVICES ÉDUCATIFS POPULAIRES DU HAUT-ST-FRANÇOIS	819 832-4059
LA MAISON ALPHA	819 822-4114
PROJET LITTÉRA	819 823-8853

### INFO-SANTÉ 24 h/7 JOURS

PARTOUT SUR LE TERRITOIRE DU QUÉBEC	811
-------------------------------------	-----