

# RÉPERTOIRE DES RESSOURCES ET SERVICES POUR LES PERSONNES ÂÎNÉES DE L'OUTAOUAIS



# AVANT-PROPOS

L'Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées de l'Outaouais (AQDR Outaouais) est fière de présenter à la population outaouaise son répertoire des ressources et services pour les personnes âgées de l'Outaouais.

Ce présent répertoire répond à un besoin exprimé par le milieu au fil de nos implications auprès de divers organismes préoccupées par la qualité de vie des personnes âgées.

Ce document est le fruit du travail de notre équipe et d'une étroite collaboration avec plusieurs organismes au cours des dernières années.

Feuilletez le répertoire, vous y trouverez sûrement une foule d'informations qui vous seront utiles! Cet outil deviendra pour vous un incontournable afin d'être bien informés des ressources de votre milieu.

**Diffusion libre encouragée.**

**La diffusion de toute donnée ou partie de ce répertoire est fortement encouragée par tous les moyens possibles.**

**Veillez noter que les données contenues dans ce répertoire sont à jour en date du 1er décembre 2021.**

**La version électronique de ce répertoire est disponible via le site Web de l'AQDR Outaouais :  
[www.aqdroutaouais.org/ressources-pour-les-aines/](http://www.aqdroutaouais.org/ressources-pour-les-aines/)**

**Pour nous transmettre vos commentaires, écrivez-nous par courriel à [info@aqdroutaouais.org](mailto:info@aqdroutaouais.org)**

# NOTRE MISSION

L'Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées de l'Outaouais (AQDR Outaouais) a pour mission exclusive la défense collective des droits économiques, politiques, culturels et sociaux des personnes âgées.

L'AQDR Outaouais, c'est un mouvement de personnes à la retraite ou à la préretraite regroupées dans une région, pour travailler à la défense collective des droits. Nous agissons comme moteur de changement pour améliorer la qualité de vie des personnes âgées.

Devenez membre de l'AQDR Outaouais pour contribuer par vos expériences et vos idées à placer les personnes âgées au cœur des priorités des décideurs!



# TABLE DES MATIÈRES



P5 Alimentation



P12 Santé



P33 Justice et Droits



P47 Services gouvernementaux



P55 Finances et Impôts



P57 Habitation



P59 Transport



P65 Loisirs



P87 Services à domicile



P93 Autres ressources





# ALIMENTATION

## ALLIANCE ALIMENTAIRE PAPINEAU

Service de dépannage alimentaire, cuisine collective, repas congelés, ateliers, formations, et plus.

 179, rue Principale, Saint-André-Avellin QC J0V 1W0

 (819) 983-1714

 [info@alliancealimentairepapineau.com](mailto:info@alliancealimentairepapineau.com)

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

 Territoire desservi : MRC de Papineau

## BANQUE ALIMENTAIRE DE LA PETITE-NATION

Service de dépannage alimentaire et soutien aux personnes démunies.

 1264, route 317, Ripon QC J0V 1V0

 (819) 983-1714

 [bapn.info@gmail.com](mailto:bapn.info@gmail.com)

 [www.bapn.ca](http://www.bapn.ca)

 Territoire desservi : MRC de Papineau

# ALIMENTATION



## BANQUE ALIMENTAIRE SERVICES ENTRAIDE (BASE)

Service de dépannage alimentaire et soutien aux familles et aux enfants vulnérables

 66, rue Eddy, Gatineau QC J8X 2W2

 (819) 770-5261, poste 101

 [accueil.base@gmail.com](mailto:accueil.base@gmail.com)

 [www.basegatineau.ca](http://www.basegatineau.ca)

 Territoire desservi : Gatineau

## BOUFFE PONTIAC

Service de dépannage alimentaire et soutien aux personnes démunies.

 2, rue Elsie, Campbell's Bay QC J0X 1K0

 (819) 648-2550

 [bouffepontiac@yahoo.fr](mailto:bouffepontiac@yahoo.fr)

 [www.cdcpontiac.org/nos-membres/bouffe-pontiac](http://www.cdcpontiac.org/nos-membres/bouffe-pontiac)

 Territoire desservi : MRC de Pontiac

## CENTRE ALIMENTAIRE AYLMER

Service de dépannage alimentaire et soutien aux personnes démunies

 67, rue du Couvent, Gatineau QC J9H 6A2

 (819) 684-0163

 [centrealimentaire-services@outlook.com](mailto:centrealimentaire-services@outlook.com)

 [www.centrealimentaireaylmer.org](http://www.centrealimentaireaylmer.org)

 Territoire desservi : Gatineau (Aylmer)

# ALIMENTATION



## CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE ACCÈS (CABA)

Service d'épicerie

 67, rue Principale, Gatineau QC J9H 3L4

 (819) 684-2242

 [cab.acces@videotron.ca](mailto:cab.acces@videotron.ca)

 [www.cabacces.ca/index.php](http://www.cabacces.ca/index.php)

 Territoire desservi : Gatineau (Aylmer)

## CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE DE HULL (CABH)

Popote roulante

 12, rue Brodeur, Gatineau QC J8Y 2P4

 (819) 983-1714

 [popote@benevoles-outaouais.org](mailto:popote@benevoles-outaouais.org)

 [www.benevoles-outaouais.org](http://www.benevoles-outaouais.org)

 Territoire desservi : Gatineau (Hull)

## CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE DE GATINEAU (CABG)

Popote roulante

 42, avenue Gatineau, Gatineau QC J8T 4J3

 (819) 568-0747

 [centreadministration@videotron.ca](mailto:centreadministration@videotron.ca)

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

 Territoire desservi : Gatineau

# ALIMENTATION



## CENTRE D'ANIMATION FAMILIALE (CAF)

Service de dépannage alimentaire et soutien aux familles et aux enfants vulnérables

 1312, rue Saint-Louis, Gatineau QC J8T 2M7

 (819) 561-5196

 lecaf@videotron.ca

 [www.centredanimationfamiliale.mozello.com](http://www.centredanimationfamiliale.mozello.com)

 Territoire desservi : Gatineau

## CENTRE DE RENCONTRE ARC-EN-CIEL

Service de dépannage alimentaire et soutien aux personnes démunies

 448, rue de Pointe-Gatineau, Gatineau QC J8T 2B7

 (819) 243-2536

 ND

 **ND**

 Territoire desservi : Gatineau

## FRIGOQUIROULE

Service de dépannage alimentaire

 179, rue Principale, Saint-André-Avellin QC J0V 1W0

 (819) 983-8178

 info@frigoquiroule.com

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

 Territoire desservi : MRC de Papineau

# ALIMENTATION



## LA MIE DE L'ENTRAIDE

Service de dépannage alimentaire et soutien aux personnes démunies

 129, rue Joseph, Gatineau QC J8L 1G1

 (819) 281-3231

 lamiedelentraide@videotron.ca.

 **www.cdcrondpoint.ca**

 Territoire desservi : Gatineau (Buckingham),  
Gatineau (Masson-Anger), l'Ange Gardien et Mayo

## LA SOUPE POPULAIRE ST-FRANÇOIS DE SALES

Service de dépannage alimentaire

 799, rue Jacques Cartier, Gatineau, QC J8T 2W1

 (819) 646-8058

 ND

 **ND**

 Territoire desservi : Gatineau

## LA SOUPIÈRE DE L'AMITIÉ DE GATINEAU

Dépannage alimentaire et soutien aux personnes démunies

 149, boul. Maloney Ouest, Gatineau QC J8P 3V6

 (819) 663-6777

 ND

 **www.lasoupiere.delamitie.com**

 Territoire desservi : Gatineau

# ALIMENTATION



## LE GRENIER DES COLLINES

Service de dépannage alimentaire

 2-34, chemin de l'Église, Val-des-Monts QC J8N 2A1

 (819) 457-1010 ou 1 (888) 457-6426 (sans frais)

 ND

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

 Territoire desservi : MRC des collines de l'Outaouais et MRC de Pontiac

## MAISON DE LA FAMILLE PETITE-NATION

Service d'aide alimentaire

 14, rue Saint Louis, Saint-André-Avellin QC J0V 1W0

 (819) 983-4384

 [maisonfamillep-n@videotron.ca](mailto:maisonfamillep-n@videotron.ca)

 [www.maisonfamillep-n.wixsite.com/maisonfamillep-n](http://www.maisonfamillep-n.wixsite.com/maisonfamillep-n)

 Territoire desservi : MRC de Papineau

## MOISSON OUTAOUAIS

Dépannage alimentaire et soutien aux personnes démunies

 37, rue Bombardier, Gatineau QC J8R 0G4

 (819) 669-2000

 [info@moissonoutaouais.com](mailto:info@moissonoutaouais.com)

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

 Territoire desservi : Outaouais

# ALIMENTATION



## REGROUPEMENT DES CUISINES COLLECTIVES DE GATINEAU

Service de dépannage alimentaire et cuisine collective

 180, Boulevard du Mont-Bleu Gatineau QC J8Z 3J5

 (819) 771-8391 poste 236

 rccg.gatineau@hotmail.com

 [www.cuisinescollectivesgatineau.ca](http://www.cuisinescollectivesgatineau.ca)

 Territoire desservi : Gatineau

## SOUPE POPULAIRE DE HULL

Service de dépannage alimentaire et soutien aux personnes démunies

 297, boulevard des Allumettières Gatineau QC J8Y 2S7

 (819) 983-4384

 ND

 [www.soupepopulairedehull.org](http://www.soupepopulairedehull.org)

 Territoire desservi : Gatineau



## AIDANTS UNIS POUR RECRÉER ENSEMBLE DES SOUTIENS (AUPRES)

Soutien aux personnes souffrant de problèmes de santé mentale

 230, rue des Draveurs Gatineau QC J9J 1K5

 (819) 557-0789

 [aupres@hotmail.ca](mailto:aupres@hotmail.ca)

 [www.aupres.ca/accueil](http://www.aupres.ca/accueil)

 Territoire desservi : Gatineau

## ALCOOLIQUES ANONYMES (AA QUÉBEC)

Aide pour une dépendance

 ND

 (819) 561-2002 (Gatineau) ou (819) 595-1916 (Hull)

 [region@aa90.org](mailto:region@aa90.org)

 [www.aa-quebec.org/region90](http://www.aa-quebec.org/region90)

 Territoire desservi : Provincial

## ASSOCIATION CANADIENNE DE LA DYSTROPHIE MUSCULAIRE (DMC)

Soutien médical spécialisé

 ND

 1 (800) 567-2873

 [info@muscle.ca](mailto:info@muscle.ca)

 [www.muscle.ca/fr](http://www.muscle.ca/fr)

 Territoire desservi : Fédéral

# SANTÉ



## ASSOCIATION POUR L'INTÉGRATION COMMUNAUTAIRE DE L'OUTAOUAIS (APICO)

Soutien médical spécialisé offert aux personnes avec déficience intellectuelle.

 405, boul. Maloney Est, Gatineau QC J8P 6Z8

 (819) 669-6219

 info@apico.ca

 [www.apico.ca](http://www.apico.ca)

 Territoire desservi : Outaouais

## ASSOCIATION CANADIENNE DE LA MALADIE COELIAQUE (ACMC)

Soutien médical spécialisé

 Succursale Billings, CP39035, Ottawa ON K1H 1A1

 1 (800) 363-7296

 info@celiac.ca

 [www.celiac.ca](http://www.celiac.ca)

 Territoire desservi : Fédéral

## ASSOCIATION DES NEUROTRAUMATISÉS - RÉGION DE L'OUTAOUAIS (ANO)

Soutien médical spécialisé

 115, boul. Sacré-Coeur, Gatineau QC J8X 1C5

 (819) 770-8804

 ano@ano.ca

 [www.ano.ca](http://www.ano.ca)

 Territoire desservi : Outaouais

# SANTÉ



## ASSOCIATION DES PERSONNES VIVANT AVEC LA DOULEUR CHRONIQUE (APVDC)

Lieu d'échange et de soutien qui permet de briser l'isolement et de partager des outils efficaces pour surmonter leur condition et mieux gérer leur douleur.

 115, boul. Sacré-Coeur, bureau 108 & 109, Gatineau QC J8X 1C5

 (819) 246-4932

 info@apvdc.ca

 [www.capsante-outaouais.org/apvdc](http://www.capsante-outaouais.org/apvdc)

 Territoire desservi : Gatineau (Hull)

## ASSOCIATION POUR L'INTÉGRATION COMMUNAUTAIRE DE LA VALLÉE-DE-LA-GATINEAU « LA LANTERNE »

Soutien médical spécialisé offert aux personnes avec déficience intellectuelle.

 20, chemin Raphaël, La Pêche QC J0X 2W0

 (819) 456-4896

 lalanterne@bellnet.ca

 [www.lalanterne.ca](http://www.lalanterne.ca)

 Territoire desservi : MRC des Collines-de-l'Outaouais (La Pêche)

## ASSOCIATION PULMONAIRE DU QUÉBEC

Soutien médical spécialisé

 6070, rue Sherbrooke Est, unité 104, Montréal QC H1N 1C1

 (514) 287-7400

 info@pq.poumon.ca

 [www.pq.poumon.ca](http://www.pq.poumon.ca)

 Territoire desservi : Provincial

# SANTÉ



## ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DES PERSONNES APHASIQUES (AQPA)

Soutien médical spécialisé.

 4450, rue St-Hubert, unité 510, Montréal QC H2J 2W9

 (514) 277-5678

 ND

 [www.aphasie.ca/wpaqpa](http://www.aphasie.ca/wpaqpa)

 Territoire desservi : Provincial

## BUREAU RÉGIONAL D'ACTION-SIDA OUTAOUAIS (BRAS)

Soutien médical spécialisé

 109, rue Wright, unité 03, Gatineau QC J8X 2G7

 (819) 776-2727

 [info@lebras.qc.ca](mailto:info@lebras.qc.ca)

 [www.lebras.qc.ca](http://www.lebras.qc.ca)

 Territoire desservi : Outaouais

## CAMPUS CIVIC (HOPITAL D'OTTAWA)

Hôpital et services médicaux

 1053, avenue Carling, Ottawa ON K1H 4E9

 (613) 722-7000 ou (613) 761-4024 pour malentendants

 [relationpatients@lho.ca](mailto:relationpatients@lho.ca)

 [www.ottawahospital.on.ca/fr](http://www.ottawahospital.on.ca/fr)

 Territoire desservi : Situé à Ottawa

# SANTÉ



## CAMPUS GÉNÉRAL D'OTTAWA (HÔPITAL)

Hôpital et services médicaux

 501, rue Smyth, Ottawa ON K1H 8L6

 (613) 722-7000

 [relationpatients@lho.ca](mailto:relationpatients@lho.ca)

 [www.ottawahospital.on.ca/fr](http://www.ottawahospital.on.ca/fr)

 Territoire desservi : Situé à Ottawa

## CENTRE ANTIPOISON DU QUÉBEC (CAPOQ)

Services médicaux

 ND

 1 (800) 463-5060

 ND

 [www.ciuss-capitalenationale.gouv.qc.ca/centre-antipoison-du-quebec](http://www.ciuss-capitalenationale.gouv.qc.ca/centre-antipoison-du-quebec)

 Territoire desservi : Provincial

## CENTRE C.A.R.M.E.N.

Soutien médical spécialisé

 253, rue Bellehumeur, Gatineau QC J8T 8N8

 (819) 777-4232 ou sans frais 1 (877) 777-0888

 [info@alzheimeroutaouais.com](mailto:info@alzheimeroutaouais.com)

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

 Territoire desservi : Outaouais

# SANTÉ



## CENTRE D'ACTIVITÉS PROMOTIONNELLES OUTAOUAIS (CAP OUTAOUAIS)

Services de conseil, d'accompagnement, de soutien à la qualité et de réseautage.

 92, boul. St-Raymond, bureau 204, Gatineau QC J8Y 1S7

 (819) 771-2277 ou 1 (800) 363-0718

 directioncap@videotron.ca

 **www.capsante-outaouais.org**

 Territoire desservi : Outaouais

## CENTRE D'AIDE 24/7

Service d'intervention téléphonique ou sur place en situation de crise ou de détresse. Le service opère 24/24, 7/7.

 19, rue Caron, Gatineau QC J8Y 1Y6

 (819) 595-9999 et (819) 595-3476 (poste 1)

 centreaide247@videotron.ca

 **www.centredaide247.com**

 Territoire desservi : Outaouais

## CENTRE D'INTERVENTION ET DE PRÉVENTION EN TOXICOMANIE DE L'OUTAOUAIS (CIPTO)

Soutien aux personnes vulnérables

 48, rue Frontenac, Gatineau QC J8X 3A7

 (819) 770-7249

 accueil@cipto.org

 **www.cipto.qc.ca**

 Territoire desservi : Outaouais

# SANTÉ



## CENTRE DE PRÉVENTION DU SUICIDE (CSPQ)

Prévention du suicide

 1310, 1re avenue, Québec QC G1L 3L1

 1 (866) 277-355

 [accueil@cpsquebec.ca](mailto:accueil@cpsquebec.ca)

 [www.cpsquebec.ca](http://www.cpsquebec.ca)

 Territoire desservi : Provincial

## CENTRE DE RÉADAPTATION LA RESSOURSE

Centre de réadaptation et d'hébergement

 135, boul. Saint-Raymond, Gatineau QC J8Y 6M3

 (819) 777-6261

 ND

 [www.cisss-outaouais.gouv.qc.ca/readap-physique/outaouais/](http://www.cisss-outaouais.gouv.qc.ca/readap-physique/outaouais/)

 Territoire desservi : Outaouais

## CENTRE DE SANTÉ ET DE SERVICES SOCIAUX - MAISON DE NAISSANCE DE L'OUTAOUAIS

Hôpital et services médicaux

 76, avenue Gatineau, Gatineau QC J8T 4J4

 (819) 966-6585

 [07\\_cisso\\_MDN@ssss.gouv.qc.ca](mailto:07_cisso_MDN@ssss.gouv.qc.ca)

 [www.cisss-outaouais.gouv.qc.ca/obtenir-un-service/avoir-un-enfant/maison-de-naissance-de-loutaouais](http://www.cisss-outaouais.gouv.qc.ca/obtenir-un-service/avoir-un-enfant/maison-de-naissance-de-loutaouais)

 Territoire desservi : Gatineau

# SANTÉ



## CENTRE DE SANTÉ ET DE SERVICES SOCIAUX DE L'OUTAOUAIS (CISSSO)

Hôpital et services médicaux

 777, boul. de la Gappe, Gatineau QC J8T 8R2

 (819) 966-6550

 ND

 [www.cisss-outaouais.gouv.qc.ca](http://www.cisss-outaouais.gouv.qc.ca)

 Territoire desservi : Outaouais

## CENTRE DE SANTÉ PERLEY ET RIDEAU (POUR ANCIENS COMBATTANTS)

Hôpital et services médicaux

 1750, chemin Russell, Ottawa ON K1G 5Z6

 (613) 526-7170

 [info@prvhc.com](mailto:info@prvhc.com)

 [www.perleyrideau.ca](http://www.perleyrideau.ca)

 Territoire desservi : Situé à Ottawa

## CENTRE ÉLISABETH BRUYÈRE (HÔPITAL)

Hôpital et services médicaux

 43, rue Bruyère, Ottawa ON K1N 5C8

 (613) 562-6262, poste 1000

 [communications@bruyere.org](mailto:communications@bruyere.org)

 [www.bruyere.org/fr](http://www.bruyere.org/fr)

 Territoire desservi : Situé à Ottawa

# SANTÉ



## CENTRE HOSPITALIER DE MANIWAKI (CISSS DE LA MRC DE LA VALLÉE DE LA GATINEAU)

Hôpital et Services Médicaux

 309, boul. Desjardins, Maniwaki QC J9E 2E7

 (819) 449-2300

 ND

 [www.ciasss-ouataouais.gouv.qc.ca/hopitaux/maniwaki](http://www.ciasss-ouataouais.gouv.qc.ca/hopitaux/maniwaki)

 Territoire desservi : MRC de La Vallée-de-la-Gatineau  
(Maniwaki)

## CENTRE HOSPITALIER MÉMORIAL DE WAKEFIELD

Services Médicaux

 101, chemin Burnside La Pêche QC J0X 3G0

 (819) 459-1112 ou 1 (877) 459-1112

 ND

 [www.ciasss-ouataouais.gouv.qc.ca/hopitaux/wakefield](http://www.ciasss-ouataouais.gouv.qc.ca/hopitaux/wakefield)

 Territoire desservi : MRC des Collines-de-l'Outaouais

## CENTRE INTER-ACTIF

Centre de réadaptation et d'hébergement

 42, rue du Couvent, Gatineau QC J9H 3C5

 (819) 682-3355

 [inter-actif@videotron.ca](mailto:inter-actif@videotron.ca)

 [www.inter-section.ca](http://www.inter-section.ca)

 Territoire desservi : Gatineau (Aylmer)

# SANTÉ



## CENTRE INTER-SECTION

Centre de réadaptation et d'hébergement

 1232, boulevard Saint-René Ouest, Gatineau, QC. J8T 6H3

 (819) 568-4555

 info@inter-section.ca

 [www.inter-section.ca](http://www.inter-section.ca)

 Territoire desservi : Provincial

## CENTRE LOCAL DE SERVICES COMMUNAUTAIRES DE CANTLEY (CLSC DE CANTLEY)

Services médicaux

 850, Montée de la Source, Cantley QC J8V 3H4

 (819) 459-1112 ou 1 (844) 966-6631

 ND

 [www.cisss-outaouais.gouv.qc.ca/clsc/cantley](http://www.cisss-outaouais.gouv.qc.ca/clsc/cantley)

 Territoire desservi : MRC des Collines-de-l'Outaouais

## CENTRE LOCAL DE SERVICES COMMUNAUTAIRES DE CHAPEAU (CLSC DE CHAPEAU)

Services médicaux

 72, rue Saint Patrick, Chapeau QC J0X 1M0

 (819) 689-5080 ou (819) 689-5080

 ND

 [www.cisss-outaouais.gouv.qc.ca/clsc/chapeau](http://www.cisss-outaouais.gouv.qc.ca/clsc/chapeau)

 Territoire desservi : MRC de Pontiac

# SANTÉ



## CENTRE LOCAL DE SERVICES COMMUNAUTAIRES DE CHELSEA (CLSC DE CHELSEA)

Services médicaux

 490, route 105, suite 201, Chelsea QC J9B 1L2

 (819) 459-1112 ou 1 (844) 966-6632

 ND

 [www.cisss-outaouais.gouv.qc.ca/clsc/chelsea](http://www.cisss-outaouais.gouv.qc.ca/clsc/chelsea)

 Territoire desservi : MRC des Collines-de-l'Outaouais

## CENTRE LOCAL DE SERVICES COMMUNAUTAIRES DE FORT-COULONGE (CLSC DE FORT-COULONGE)

Services médicaux

 160, chemin de la Chute, Mansfield-et-Pontefract,

 QC J0X 1R0

 (819) 683-3000 ou (819) 689-5080

 ND

 [www.cisss-outaouais.gouv.qc.ca/clsc/mansfield](http://www.cisss-outaouais.gouv.qc.ca/clsc/mansfield)

Territoire desservi : MRC de Pontiac

## CENTRE LOCAL DE SERVICES COMMUNAUTAIRES DE GRACEFIELD (CLSC DE GRACEFIELD)

Services médicaux

 850, Montée de la Source, Cantley QC J8V 3H4

 (819) 463-2604

 ND

 [www.cisss-outaouais.gouv.qc.ca/clsc/gracefield](http://www.cisss-outaouais.gouv.qc.ca/clsc/gracefield)

 Territoire desservi : MRC de La Vallée-de-la-Gatineau

# SANTÉ



## CENTRE LOCAL DE SERVICES COMMUNAUTAIRES DE LOW (CLSC DE LOW)

Services médicaux

 334, route 105, Low QC J0X 2C0

 (819) 422-3548

 ND

 [www.cisss-outaouais.gouv.qc.ca/clsc/low](http://www.cisss-outaouais.gouv.qc.ca/clsc/low)

 Territoire desservi : MRC de La Vallée-de-la-Gatineau

## CENTRE LOCAL DE SERVICES COMMUNAUTAIRES DE MANIWAKI (CLSC DE MANIWAKI)

Services médicaux

 149, rue Principale Nord, Maniwaki QC J9E 2B7

 (819) 449-2513

 ND

 [www.cisss-outaouais.gouv.qc.ca/clsc/maniwaki](http://www.cisss-outaouais.gouv.qc.ca/clsc/maniwaki)

 Territoire desservi : MRC de La Vallée-de-la-Gatineau

## CENTRE LOCAL DE SERVICES COMMUNAUTAIRES DE OTTER LAKE (CLSC DE OTTER LAKE)

Services médicaux

 340, avenue Martineau, Otter Lake QC J0X 2P0

 (819) 453-7392

 ND

 [www.cisss-outaouais.gouv.qc.ca/clsc/otter-lake](http://www.cisss-outaouais.gouv.qc.ca/clsc/otter-lake)

 Territoire desservi : MRC de Pontiac

# SANTÉ



## CENTRE LOCAL DE SERVICES COMMUNAUTAIRES DE QUYON (CLSC DE QUYON)

Services médicaux

 1164, rue de Clarendon, Quyon QC J0X 2V0

 (819) 458-2848

 ND

 [www.cisss-outaouais.gouv.qc.ca/clsc/quyon](http://www.cisss-outaouais.gouv.qc.ca/clsc/quyon)

 Territoire desservi : MRC de Pontiac

## CENTRE LOCAL DE SERVICES COMMUNAUTAIRES RAPIDES-DES-JOACHIMS (CLSC RAPIDES-DES-JOACHIMS)

Services médicaux

 48-A, rue de l'Église, Rapides-des-Joachims QC J0X 3M0

 (613) 586-2357 ou (819) 689-5080

 ND

 [www.cisss-outaouais.gouv.qc.ca/clsc/rapides-des-joachims](http://www.cisss-outaouais.gouv.qc.ca/clsc/rapides-des-joachims)

 Territoire desservi : MRC de Pontiac

## CENTRE LOCAL DE SERVICES COMMUNAUTAIRES DE VAL-DES-MONTS

Services médicaux

 1884, route du Carrefour, Val-des-Monts QC J8N 7N6

 (819) 459-1112 ou 1 (844) 966-6633

 ND

 [www.cisss-outaouais.gouv.qc.ca/clsc/val-des-monts](http://www.cisss-outaouais.gouv.qc.ca/clsc/val-des-monts)

 Territoire desservi : MRC des Collines-de-l'Outaouais

# SANTÉ



## CENTRE MULTISERVICES DE LA PÊCHE (CLSC DE MASHAM)

### Services Médicaux

 9, chemin Passe-Partout, Sainte-Cécile-de-Masham QC J0X 2W0

 (819) 459-1112 ou 1 (855) 959-2610

 ND

 [www.cisss-outaouais.gouv.qc.ca/multiservices/la-peche](http://www.cisss-outaouais.gouv.qc.ca/multiservices/la-peche)

 Territoire desservi : MRC des Collines-de-l'Outaouais

## CENTRE MULTISERVICES DE SANTÉ ET DE SERVICES SOCIAUX DE MANSFIELD-ET-PONTEFRACT (CLSC DE MANSFIELD)

### Services médicaux

 160, chemin de la Chute, Mansfield-et-Pontefract QC J0X 1R0

 (819) 683-3000

 ND

 [www.cisss-outaouais.gouv.qc.ca/clsc/mansfield](http://www.cisss-outaouais.gouv.qc.ca/clsc/mansfield)

 Territoire desservi : MRC de Pontiac

## CENTRE RÉGIONAL DE CANCÉROLOGIE (HÔPITAL D'OTTAWA)

### Hôpital et services médicaux

 501, rue Smyth Ottawa ON K1H 8L6

 (613) 247-3525

 ND

 [www.ottawahospital.on.ca/fr](http://www.ottawahospital.on.ca/fr)

 Territoire desservi : Situé à Ottawa

# SANTÉ



## CENTRE SERGE BÉLAIR

Soutien et accompagnement aux personnes  
endeuillées

 233, rue Principale, Mansfield QC J0X 1R0

 (819) 683-2242 ou (819) 683-5669

 centresergebelair@bellnet.ca

 **ND**

 Territoire desservi : MRC de Pontiac

## CLINIQUE DE LA MÉMOIRE DE L'OUTAOUAIS (CSSS)

Services médicaux et soins de santé mentale

 160, boul. de l'Hôpital, bureau 30, Gatineau QC J8T 8J1

 (819) 510-1000

 info@cliniquememoire.ca

 **www.cliniquememoire.ca/fr**

 Territoire desservi : MRC des Collines-de-l'Outaouais

## DIABÈTE OUTAOUAIS

Soutien médical spécialisé

 10, rue Noël, Gatineau QC J8Z 3G5

 (819) 770-0442

 info@diabeteoutaouais.com

 **www.diabeteoutaouais.com**

 Territoire desservi : Outaouais

# SANTÉ



## ENRICH-RÉSEAU ANGLOPHONE DES RESSOURCES EN SANTÉ COMMUNAUTAIRE

Soutien aux personnes vulnérables

 53, rue Principale, Gatineau QC J9H 3L4

 (819) 210-3442

 [enrich.ed@sympatico.ca](mailto:enrich.ed@sympatico.ca)

 **ND**

 Territoire desservi : Outaouais

## ÉPILEPSIE OUTAOUAIS

Soins médicaux spécialisés

 115, boul. Sacré Coeur, bureau 111, Gatineau QC J8X 1C5

 (819) 595-3331

 [info@epilepsieoutaouais.org](mailto:info@epilepsieoutaouais.org)

 **[www.epilepsieoutaouais.org](http://www.epilepsieoutaouais.org)**

 Territoire desservi : Outaouais

## FONDATION DES MALADIES MENTALES

Santé mentale

 ND

 (514) 529-1000

 ND

 **[www.fondationjeunesentete.org](http://www.fondationjeunesentete.org)**

 Territoire desservi : Provincial

# SANTÉ



## GAMBLERS ANONYMES

Aide aux joueurs compulsifs

 ND

 (613) 567-3271 ou 1 (866) 484-6664

 [info@gaquebec.org](mailto:info@gaquebec.org)

 [www.gaquebec.org](http://www.gaquebec.org)

 Territoire desservi : Provincial

## HÔPITAL DE HULL

Hôpital et services médicaux

 116, boul. Lionel-Émond, Gatineau QC J8Y 1W7

 (819) 966-6200 ou 1 (866) 595-2002

 ND

 [www.cisss-outaouais.gouv.qc.ca](http://www.cisss-outaouais.gouv.qc.ca)

 Territoire desservi : Gatineau (Hull)

## HÔPITAL DE GATINEAU

Hôpital et Services Médicaux

 909, boul. la Vérendrye Ouest, Gatineau QC J8P 7H2

 (819) 966-6100

 ND

 [www.cisss-outaouais.gouv.qc.ca/hopitaux/gatineau](http://www.cisss-outaouais.gouv.qc.ca/hopitaux/gatineau)

 Territoire desservi : Gatineau

# SANTÉ



## HÔPITAL DU PONTIAC (CSSS DE PONTIAC)

Hôpital et services médicaux

 200, rue Argue, Shawville QC J0X 2Y0

 (819) 647-2211 ou 1 (800) 567-9625

 ND

 [www.cisss-outaouais.gouv.qc.ca](http://www.cisss-outaouais.gouv.qc.ca)

 Territoire desservi : MRC de Pontiac

## HÔPITAL EN SANTÉ MENTALE PIERRE-JANET (CHPJ)

Hôpital et soins psychologiques

 20, rue Pharand, Gatineau QC J9A 1K7

 (819) 526-7170 ou (819) 771-7761

 ND

 [www.cisss-outaouais.gouv.qc.ca/hopitaux/pierre-janet](http://www.cisss-outaouais.gouv.qc.ca/hopitaux/pierre-janet)

 Territoire desservi : Gatineau (Hull)

## PAVILLON DU PARC

Centre de réadaptation et hébergement

 124, rue Lois, Gatineau QC J8Y 3R7

 (819) 770-1022

 ND

 [www.cisss-outaouais.gouv.qc.ca/readap-intellectuelle/outaouais](http://www.cisss-outaouais.gouv.qc.ca/readap-intellectuelle/outaouais)

 Territoire desservi : Outaouais

# SANTÉ



## RÉSEAU ENTRE-AIDANTS

Soutien et support aux proches aidants

-  ND
-  (450) 465-2520 ou 1-866-396-2433
-  [info@centredesoutienentraidants.com](mailto:info@centredesoutienentraidants.com)
-  [www.centredesoutienentraidants.com](http://www.centredesoutienentraidants.com)
-  Territoire desservi : Provincial

## SERVICES DE RÉPIT DU PONTIAC (CENTRE VALENTIN)

Résidence pour personnes âgées souffrant de Démence

-  1229 Rte 148, Campbell's Bay QC J0X 1K0 2W9
-  (819) 648-2495
-  ND
-  [www.centrevalentin.net](http://www.centrevalentin.net)
-  Territoire desservi : MRC de Pontiac

## SOCIÉTÉ ALZHEIMER OUTAOUAIS

Programmes et services pour soutenir les personnes atteintes de l'Alzheimer et des maladies apparentées, les aidants et les professionnels de la santé.

-  440, boul. Maloney Ouest, Gatineau QC J8P 6W2
-  (819) 777-4232 ou sans frais 1 (877) 777-0888
-  [info@alzheimeroutaouais.com](mailto:info@alzheimeroutaouais.com)
-  [www.alzheimeroutaouais.com](http://www.alzheimeroutaouais.com)
-  Territoire desservi : Outaouais

# SANTÉ



## SOCIÉTÉ CANADIENNE DE L'ARTHRITE

Soutien médical spécialisé.

 4450, rue St-Hubert, unité 510, Montréal QC H2J 2W9

 (514) 846-8840 ou 1 800 321-1433

 info@qc.arthrite.ca

 [www.arthrite.ca](http://www.arthrite.ca)

 Territoire desservi : Provincial et national

## SOCIÉTÉ CANADIENNE DE LA SCLÉROSE EN PLAQUES

Soutien médical spécialisé

 10, rue Noël, Bureau 112 Gatineau QC J8Z 3G5

 (819) 778-1450

 info.outaouais@scleroseenplaques.ca

 [www.scleroseenplaques.ca](http://www.scleroseenplaques.ca)

 Territoire desservi : Outaouais et provincial

## SOCIÉTÉ CANADIENNE DU CANCER

Soutien médical spécialisé

 15 Rue Buteau Bureau 105, Gatineau QC J8Z 1V4

 (819) 777-4428 (Hull)

 region@aa90.org

 [www.cancer.ca/fr-ca](http://www.cancer.ca/fr-ca)

 Territoire desservi : National

# SANTÉ



## SOCIÉTÉ PARKINSON DU QUÉBEC

Soutien médical spécialisé

 ND

 1 800 720-1307

 [info@parkinsonquebec.ca](mailto:info@parkinsonquebec.ca)

 [www.parkinsonquebec.ca](http://www.parkinsonquebec.ca)

 Territoire desservi : Provincial



# JUSTICE ET DROITS



## **ACTION SANTÉ OUTAOUAIS (ASO)**

Défense du droit à la santé, accessibilité et gratuité pour tous. Informer, représenter, mobiliser et équiper la population en matière de droits à la santé.

 180, boul. Mont-Bleu, Gatineau QC J8Z 3T5

 (819) 771-8391, poste 333

 [actionsanteoutaouais@gmail.com](mailto:actionsanteoutaouais@gmail.com)

 [www.actionsanteoutaouais.org](http://www.actionsanteoutaouais.org)

 Territoire desservi : Outaouais

## **ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DE DÉFENSE DES DROITS DES RETRAITÉES ET PRÉRETRAITÉES DE L'OUTAOUAIS (AQDR OUTAOUAIS)**

Défense des droits culturels, économiques, politiques et sociaux des personnes âgées (domaines du logement, des services à domicile, du revenu, de la maltraitance, de la santé, etc).

 180, boul. Mont-Bleu, unité 203, Gatineau QC J8Z 3J5

 (819) 771-8391, poste 320

 [info@aqdroutaouais.org](mailto:info@aqdroutaouais.org)

 [www.aqdroutaouais.org](http://www.aqdroutaouais.org)

 Territoire desservi : Outaouais

# JUSTICE ET DROITS



## ASSOCIATION CANADIENNE DE SOINS PALLIATIFS (ACSP)

Droits pour des soins palliatifs

 60, rue Cambridge Nord, Ottawa ON K1R 7A5

 (613) 241-3663 ou 1 (800) 668-2785

 info@chpca.net

 [www.acsp.net](http://www.acsp.net)

 Territoire desservi : Fédéral

## ASSOCIATION COOPÉRATIVE D'ÉCONOMIE FAMILIALE DE L'OUTAOUAIS (ACEFO)

Droit et services juridiques aux victimes d'actes criminels

 109, rue Wright, Gatineau QC J8X 2G7

 (819) 770-4911 ou 1 (888) 338-4755

 info@acef-abe.org

 [www.acefo.org](http://www.acefo.org)

 Territoire desservi : Outaouais

## ASSOCIATION DE L'OUÏE DE L'OUTAOUAIS (ADOO)

Promotion et défense des droits des personnes avec déficiences auditives de l'Outaouais.

 15, rue du Sommet, Gatineau QC J8Z 3M2

 (819) 777-6767

 adoo@adoo.ca

 [www.adoo.ca](http://www.adoo.ca)

 Territoire desservi : Outaouais

# JUSTICE ET DROITS



## ASSOCIATION DES PERSONNES HANDICAPÉES VISUELLES DE L'OUTAOUAIS (APHVO)

Ressources, informations et défense des droits des personnes atteintes d'une déficience visuelle.

 109, rue Wright unité 203, Gatineau QC J8X2G7

 (819) 771-5417

 [aphvo@videotron.ca](mailto:aphvo@videotron.ca)

 [www.aphvo.org](http://www.aphvo.org)

 Territoire desservi : Outaouais

## ASSOCIATION DES RETRAITÉES ET RETRAITÉS DE L'ÉDUCATION ET DES AUTRES SERVICES PUBLICS DU QUÉBEC (AREQ CSQ)

Divertissements et défense des droits pour retraités

 ND

 1 (800) 663-2408

 [info@areq.lacsq.org](mailto:info@areq.lacsq.org)

 [www.areq.lacsq.org](http://www.areq.lacsq.org)

 Territoire desservi : Provincial

## ASSOCIATION FÉMININE D'ÉDUCATION ET D'ACTION SOCIALE (AFEAS)

Défense et droit des femmes et de la famille

 5999, rue de Marseille, Montréal QC H1N 1K6

 (514) 251-1636 ou (514) 945-4302

 [mloafeas@gmail.com](mailto:mloafeas@gmail.com)

 [www.afeas.qc.ca](http://www.afeas.qc.ca)

 Territoire desservi : Québec

# JUSTICE ET DROITS



## ASSOCIATION NATIONALE DES RETRAITÉS FÉDÉRAUX DE L'OUTAOUAIS

Droit des retraités fédéraux

 115-331, boul. Cité-Des-Jeunes, Gatineau QC J8Y 6T3

 1 (855) 304-4700 (sans frais) ou 1 (888) 776-4128

 [service@federalretirees.ca](mailto:service@federalretirees.ca)

 [www.federalretirees.ca/fr/sections/quebec/section-outaouais](http://www.federalretirees.ca/fr/sections/quebec/section-outaouais)

 Territoire desservi : Outaouais

## ASSOCIATION POUR LA DÉFENSE DES DROITS SOCIAUX DE GATINEAU (ADDS)

Défense collective des droits des démunis

 18, rue Charlevoix, Gatineau QC J8X 1P1

 (819) 770-3839

 [lutteraddsgatineau@gmail.com](mailto:lutteraddsgatineau@gmail.com)

 [www.cliniquedroitnotarial.ca](http://www.cliniquedroitnotarial.ca)

 Territoire desservi : Gatineau

## ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DES RETRAITÉS DU SECTEUR PUBLIC ET PARA-PUBLIC (AQRP)

Défense des droits des retraités

 5400, boul. des Galeries, bureau 111, Québec QC G2K 2B4

 1 (800) 653-2747

 [info@aqrp.ca](mailto:info@aqrp.ca)

 [www.aqrp.ca](http://www.aqrp.ca)

 Territoire desservi : Provincial

# JUSTICE ET DROITS



## ASSOCIATION DE SOLIDARITÉ ET D'ENTRAIDE COMMUNAUTAIRE (ASEC)

Défense collective des droits humains, que ce soit par de l'éducation populaire, par des revendications, par de l'analyse politique non partisane et de l'accompagnement.

 248, rue Cartier, Maniwaki QC J9E 3P5

 (819) 449-6779

 asec.hautegatineau@hotmail.com

 **www.agir-outaouais.ca**

 Territoire desservi : MRC de La Vallée-de-la-Gatineau

## ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DES SOINS PALLIATIFS

Droits pour des soins palliatifs

 C.P. 321, succursale Bureau-chef, Granby QC J2G 8E5

 (514) 826-9400

 info@aqsp.org

 **www.aqsp.org**

 Territoire desservi : Provincial

## ARCHE OUTAOUAIS

Soutien et défense des droits des personnes ayant une déficience intellectuelle.

 19, rue Hanson, Gatineau QC J8Y 3M4

 (819) 770-2000

 **arche.agape@videotron.ca**

 **www.larche.ca/fr**

 Territoire desservi : Gatineau (Hull)

# JUSTICE ET DROITS



## BUREAU D'AIDE JURIDIQUE - GATINEAU, SECTEUR BUCKINGHAM

Droits et services juridiques

 135, rue Joseph, Gatineau QC J8L 1G1

 (819) 986-6733

 [bureaubuckingham@ccjo.qc.ca](mailto:bureaubuckingham@ccjo.qc.ca)

 [www.csj.qc.ca/commission-des-services-juridiques](http://www.csj.qc.ca/commission-des-services-juridiques)

 Territoire desservi : Gatineau (Buckingham)

## BUREAU D'AIDE JURIDIQUE-GATINEAU, SECTEUR GATINEAU

Droits et services juridiques.

 365, boul. Gréber, Gatineau QC J8T 5R3

 (819) 568-0990

 [bureaugatineau@ccjo.qc.ca](mailto:bureaugatineau@ccjo.qc.ca)

 [www.csj.qc.ca](http://www.csj.qc.ca)

 Territoire desservi : Gatineau (Gatineau)

## BUREAU D'AIDE JURIDIQUE-GATINEAU, SECTEUR AYLNER

Droits et services juridiques

 204, chemin Aylmer, unité 403, Gatineau QC J9H 1A1

 (819) 568-0990

 [bureauaylmer@ccjo.qc.ca](mailto:bureauaylmer@ccjo.qc.ca)

 [www.csj.qc.ca](http://www.csj.qc.ca)

 Territoire desservi : Gatineau (Aylmer)

# JUSTICE ET DROITS



## CENTRE D'AIDE AUX VICTIMES D'ACTES CRIMINELS DE L'OUTAOUAIS (CAVAC DE L'OUTAOUAIS)

Droits et services juridiques aux victimes d'actes criminels

 729, boul. Saint-Joseph, bureau 104, Gatineau QC J8Y 4B6

 (819) 778-3555 ou 1 (800) 331-2311

 [info@cavacoutaouais.ca](mailto:info@cavacoutaouais.ca)

 [www.cavac.qc.ca](http://www.cavac.qc.ca)

 Territoire desservi : Outaouais

## CENTRE D'AIDE ET DE LUTTE CONTRE LES AGRESSIONS SEXUELLES DE L'OUTAOUAIS

Défense et droit des femmes et de la famille

 CP 1872, succ. Hull, Gatineau QC J8X 3Z1

 (819) 771-1773 ou 1 (866) 757-7757

 [info@calas.ca](mailto:info@calas.ca)

 [www.calas.ca](http://www.calas.ca)

 Territoire desservi : Outaouais

## CENTRE D'AIDE ET D'ACCOMPAGNEMENT AUX PLAINTES - OUTAOUAIS (CAAP OUTAOUAIS)

Assistance et accompagnement des usagers du réseau santé-services sociaux qui désirent porter plainte sur les services qu'ils ont reçus ou auraient dû recevoir d'établissements ou d'organismes du réseau de santé

 92, boul. Saint-Raymond, Gatineau QC J8Y 1S7

 (819) 770-3637 ou 1 (877) 767-2227

 [info@caap-outaouais.ca](mailto:info@caap-outaouais.ca)

 [www.caap-outaouais.ca](http://www.caap-outaouais.ca)

 Territoire desservi : Outaouais

# JUSTICE ET DROITS



## CENTRE JURIDIQUE COMMUNAUTAIRE DE HULL

Droits et services juridiques

 768, boul. St Joseph, Gatineau QC J8Y 4C1

 (819) 772-3011

 ND

 [www.aidejuridiqueoutaouais.ca](http://www.aidejuridiqueoutaouais.ca)

 Territoire desservi : Gatineau (Hull)

## CHAMBRE DES NOTAIRES DU QUÉBEC (CNQ)

Services de notaire

 101-2045, rue Stanley, Montréal QC H3A 2V4

 1-800 668-2473

 [information@cnq.org](mailto:information@cnq.org)

 [www.cnq.org](http://www.cnq.org)

 Territoire desservi : Provincial

## CLINIQUE DE DROIT NOTARIAL DE L'OUTAOUAIS

Droits et services juridiques

 165, Promenade du Portage, Gatineau QC J8X 2K4

 (819) 600-9393

 [cliniquedroitnotarial@videotron.ca](mailto:cliniquedroitnotarial@videotron.ca)

 [www.cliniquedroitnotarial.ca](http://www.cliniquedroitnotarial.ca)

 Territoire desservi : Gatineau (Hull)

# JUSTICE ET DROITS



## COMMISSION DES DROITS DE LA PERSONNE ET DES DROITS DE LA JEUNESSE (CDPDJ)

Droits et services juridiques pour les citoyens et les jeunes.

-  ND
-  1 (800) 361-6477
-  [information@cdpdj.qc.ca](mailto:information@cdpdj.qc.ca)
-  [www.cdpdj.qc.ca/fr](http://www.cdpdj.qc.ca/fr)
-  Territoire desservi : Provincial

## CONSEIL POUR LA PROTECTION DES MALADES

Défense des droits des personnes malades ou handicapées

-  ND
-  1 (877) 276-2433
-  [info@cpm.qc.ca](mailto:info@cpm.qc.ca)
-  [www.cpm.qc.ca](http://www.cpm.qc.ca)
-  Territoire desservi : Provincial

## COUR DES PETITES CRÉANCES PALAIS DE JUSTICE DE HULL

Récupération des créances

-  17, rue Laurier, Gatineau QC J8X 4C1
-  (819) 776-8102
-  [pcgatineau@justice.gouv.qc.ca](mailto:pcgatineau@justice.gouv.qc.ca)
-  [www.justice.gouv.qc.ca](http://www.justice.gouv.qc.ca)
-  Territoire desservi : Gatineau (Hull)

# JUSTICE ET DROITS



## DROITS DES GRANDS-PARENTS (AGPQ)

Droits et services juridiques pour les grands-parents

-  ND
-  1 (866) 745-6110
-  [agpq@grands-parents.qc.ca](mailto:agpq@grands-parents.qc.ca)
-  [www.grands-parents.qc.ca](http://www.grands-parents.qc.ca)
-  Territoire desservi : Provincial

## DROITS-ACCÈS OUTAOUAIS (DAO)

Information, promotion, formations, défense des droits et accompagnement pour les personnes ayant des problèmes de santé mentale.

-  17, rue Jeanne-D'Arc Gatineau QC J8Y 2H3
-  (819) 777-4746 ou 1 (800) 667-4746
-  [dao@videotron.ca](mailto:dao@videotron.ca)
-  [www.droitsaccés.com](http://www.droitsaccés.com)
-  Territoire desservi : Outaouais

## FÉDÉRATION DES CLUBS D'ÂGE D'OR DU QUÉBEC (FADOQ OUTAOUAIS)

Droit et services aux aînés

-  811-D, boul. Saint-René Ouest, C.P. 12009, Gatineau QC J8T 0C3
-  (819) 777-5774 ou 1 (800) 828-3344
-  [fadoq.info@cdcbf.qc.ca](mailto:fadoq.info@cdcbf.qc.ca)
-  [www.fadoq.ca/outaouais](http://www.fadoq.ca/outaouais)
-  Territoire desservi : Provincial

# JUSTICE ET DROITS



## FRONT D'ACTION POPULAIRE EN RÉAMÉNAGEMENT URBAIN (FRAPRU)

Droit aux logements abordables

 10, rue du Curé-André-Préseault, Gatineau QC J8T 6N8

 (819) 246-6644

 [frapru@frapru.qc.ca](mailto:frapru@frapru.qc.ca)

 [www.frapru.qc.ca](http://www.frapru.qc.ca)

 Territoire desservi : Gatineau

## INDEMNISATION DES VICTIMES D'ACTES CRIMINELS (IVAC)

Droit et services juridiques aux victimes d'actes criminels

 ND

 1 (800) 561-4822

 ND

 [www.ivac.qc.ca](http://www.ivac.qc.ca)

 Territoire desservi : Provincial

## LA MAISON DE LA FAMILLE DE QUYON

Soutien aux familles et aux enfants vulnérables

 1074, rue Clarendon, C.P. 39, Pontiac QC J0X 2V0

 (819) 458-2808

 [directionmfq@gmail.com](mailto:directionmfq@gmail.com)

 **ND**

 Territoire desservi : MRC de Pontiac

# JUSTICE ET DROITS



## LE CURATEUR PUBLIC DU QUÉBEC

Représenter les personnes mises sous tutelle ou curatelle publique

 16, impasse de la Gare-Talon, bureau 3.200, Gatineau QC J8T 7S8

 1 (877) 221-7043

 ND

 [www.curateur.gouv.qc.ca/cura/fr](http://www.curateur.gouv.qc.ca/cura/fr)

 Territoire desservi : Outaouais et provincial

## LE PROTECTEUR DU CITOYEN

Défense des droits des usagers des CHSLD de l'Outaouais.

 ND

 1 (800) 463-5070

 [protecteur@protecteurducitoyen.qc.ca](mailto:protecteur@protecteurducitoyen.qc.ca)

 [protecteurducitoyen.qc.ca/fr](http://protecteurducitoyen.qc.ca/fr)

 Territoire desservi : Provincial

## LIGNE AIDE ABUS AÎNÉS (LIGNE AAA)

Ligne téléphonique provinciale d'écoute et de référence spécialisée en matière de maltraitance envers les personnes âgées

 ND

 1 (888) 489-2287

 ND

 [www.aideabusaines.ca](http://www.aideabusaines.ca)

 Territoire desservi : Provincial

# JUSTICE ET DROITS



## LOGEMEN'OCUPE

Droit et services aux aînés

 10, rue du Curé-André-Préseault, Gatineau QC J8T 6N8

 (819) 246-6644

 [frapru@frapru.qc.ca](mailto:frapru@frapru.qc.ca)

 [www.frapru.qc.ca](http://www.frapru.qc.ca)

 Territoire desservi : Outaouais et Provincial

## REGROUPEMENT DES COMITÉS D'USAGERS OUTAOUAIS (RCUO)

Défense des droits des usagers des CHSLD de  
l'Outaouais.

 116, boul. Lionel-Émond, local D-103 Gatineau QC J8Y 1W7

 (819) 966-6200, poste 335909

 [cisso\\_cug@ssss.gouv.qc.ca](mailto:cisso_cug@ssss.gouv.qc.ca)

 [www.ciss-outaouais.gouv.qc.ca/la-voix-de-lusager/comites-des-usagers-et-comites-de-residents](http://www.ciss-outaouais.gouv.qc.ca/la-voix-de-lusager/comites-des-usagers-et-comites-de-residents)

 Territoire desservi : Outaouais

## REGROUPEMENT DES ASSOCIATIONS DE PERSONNES HANDICAPÉES DE L'OUTAOUAIS (RAPHO)

Défense des droits des personnes handicapées

 115, boul. Sacré-Coeur, bureau 210 Gatineau QC J8X 1C5

 (819) 770-0535

 [rapho.outaouais@gmail.com](mailto:rapho.outaouais@gmail.com)

 [www.cophan.org](http://www.cophan.org)

 Territoire desservi : Outaouais

# JUSTICE ET DROITS



## TABLE DE CONCERTATION DES ÂÎNÉS ET RETRAITÉS DE L'OUTAOUAIS (TCARO)

Droits et services aux aînés

 180, boul. Mont-Bleu, Bureau 219, Gatineau QC J8Z 3J5

 (819) 771-8391 poste 319

 [administration@tcaro.org](mailto:administration@tcaro.org)

 [\*\*www.tcaro.org\*\*](http://www.tcaro.org)

 Territoire desservi : Outaouais

## TABLE DE CONCERTATION SUR LA FAIM ET LE DÉVELOPPEMENT SOCIAL DE L'OUTAOUAIS (TCFDSO)

Défense de droit à une alimentation saine en qualité et en quantité.

 180, boul. Mont-Bleu, Bur. 214, Gatineau QC J8Z 3J5

 (819) 771-8391

 [info@tcfdsso.org](mailto:info@tcfdsso.org)

 [\*\*www.tcfdsso.org\*\*](http://www.tcfdsso.org)

 Territoire desservi : Outaouais



# SERVICES GOUVERNEMENTAUX



## DÉPUTÉ FÉDÉRAL DE HULL - AYLMEYER - PARTI LIBÉRAL DU CANADA - GREG FERGUS

Député

 179, promenade Du Portage, bureau 301, Gatineau QC J8X 2K5

 (819) 994-8844

 Greg.Fergus@parl.gc.ca

 [www.gfergus.liberal.ca](http://www.gfergus.liberal.ca)

 Territoire desservi : Gatineau (Aylmer et Hull)

## DÉPUTÉ FÉDÉRAL DE PONTIAC - PARTI LIBÉRAL DU CANADA - SOPHIE CHATEL

Député

 110, rue Front Campbell's Bay, (QC) J0X 1K0

 (819) 648-2138

 sophie.chatel@parl.gc.ca

 [www.sophiechatel.liberal.ca](http://www.sophiechatel.liberal.ca)

 Territoire desservi : MRC de Pontiac

## DÉPUTÉ FÉDÉRAL DE GATINEAU - PARTI LIBÉRAL DU CANADA - STEVEN MACKINNON

Député

 160, boul. de l'Hôpital, suite 401, Gatineau QC J8T 8J1

 (819) 561-5555

 Steven.MacKinnon@parl.gc.ca

 [www.smackinnon.liberal.ca](http://www.smackinnon.liberal.ca)

 Territoire desservi : Gatineau

# SERVICES GOUVERNEMENTAUX



## DÉPUTÉ FÉDÉRAL ARGENTEUIL- LA PETITE- NATION - PARTI LIBÉRAL DU CANADA - STÉPHANE LAUZON

Député

 104 rue Maclaren Est Gatineau QC J8L 1K1

 (819) 281-2626

 stephane.lauzon@parl.gc.ca

 [www.stephanelauzon.libparl.ca](http://www.stephanelauzon.libparl.ca)

 Territoire desservi : Argenteuil—La Petite-Nation

## DÉPUTÉ PROVINCIAL DE PONTIAC - PARTI LIBÉRAL DU QUÉBEC - ANDRÉ FORTIN

Député

 104, rue Front, C.P. 100 Campbell's Bay QC J0X 1K0

 (819) 648-7070 ou (819) 684-4400

 Andre.Fortin.PONT@assnat.qc.ca

 **ND**

 Territoire desservi : MRC de Pontiac

## DÉPUTÉ PROVINCIAL DE GATINEAU COALITION AVENIR QUÉBEC - ROBERT BUSSIÈRE

Député

 490, Route 105, bureau 250, Chelsea QC J9B 1L2

 (819) 827-3868 ou (819) 441-2626

 Robert.Bussiere.GATI@assnat.qc.ca

 **ND**

 Territoire desservi : Gatineau

# SERVICES GOUVERNEMENTAUX



## DÉPUTÉE PROVINCIAL DE HULL - PARTI LIBÉRAL DU QUÉBEC - MARYSE GAUDREULT

Deputée

 259, boul. Saint-Joseph, bureau 207, Gatineau QC J8Y 6T1

 (819) 772-3000

 Maryse.Gaudreault.HULL@assnat.qc.ca

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

 Territoire desservi : Gatineau (Hull)

## DÉPUTÉ PROVINCIAL DE PAPINEAU - COALITION AVENIR QUÉBEC - MINISTRE DE LA FAMILLE - MATHIEU LACOMBE

Député

 564, avenue de Buckingham, Gatineau QC J8L 2H1

 (819) 986-9300 ou 1 (866) 971-7974

 Mathieu.Lacombe.PAPI@assnat.qc.ca

 **ND**

 Territoire desservi : MRC de Papineau

## DÉPUTÉ DE CHAPLEAU - COALITION AVENIR QUÉBEC - MATHIEU LÉVESQUE

Député

 195, boul. Gréber, bureau 206, Gatineau QC J8T 3R1

 (819) 246-4558

 Mathieu.Levesque.CHAP@assnat.qc.ca

 **ND**

 Territoire desservi : Gatineau

# SERVICES GOUVERNEMENTAUX



## AGENCE DU REVENU DU CANADA (ARC)

Renseignements sur les déclarations d'impôt, la TPS, les REER, un dossier personnel ou pour obtenir des formulaires et des publications.

 300-85, chemin de La Savane, Gatineau QC J8T 8L5

 1 (800) 959-7383

 ND

 [www.canada.ca/fr/agence-revenu](http://www.canada.ca/fr/agence-revenu)

 Territoire desservi : Fédéral

## COMMISSION CANADIENNE DES DROITS DE LA PERSONNE (CCDP)

Renseignements concernant la Loi Canadienne sur les droits de la personne.

 344, rue Slater, 8e étage Ottawa ON K1A 1E1

 1 (888) 214-1090 ou 1 (888) 643-3304

 ND

 [www.chrc-ccdp.gc.ca/fra](http://www.chrc-ccdp.gc.ca/fra)

 Territoire desservi : Provincial et National

## CURATEUR PUBLIC DU QUÉBEC

Représenter les personnes mises sous tutelle ou curatelle publique.

 16, impasse de la Gare-Talon, bureau 3.200, Gatineau QC J8T 7S8

 (819) 243-8393 ou 1 (877) 221-7043

 ND

 [www.curateur.gouv.qc.ca/cura/fr](http://www.curateur.gouv.qc.ca/cura/fr)

 Territoire desservi : Provincial

# SERVICES GOUVERNEMENTAUX



## OFFICE DE LA PROTECTION DU CONSOMMATEUR (OPC)

Droits et protection des citoyens.

 170, rue Hôtel-de-Ville, bureau 8.300 Gatineau QC J8X 4C2

 (819) 772-3016

 ND

 [www.opc.gouv.qc.ca](http://www.opc.gouv.qc.ca)

 Territoire desservi : Provincial

## RÉGIME DE RENTES DU QUÉBEC (RRQ)

Renseignements concernant le régime des rentes du Québec.

 170, rue Hôtel de Ville Local 3450, Gatineau QC J8X 4C2

 1 800 463-5185 ou 1 800 603-3540

 ND

 [www.rrq.gouv.qc.ca/fr/programmes/regime\\_rentes](http://www.rrq.gouv.qc.ca/fr/programmes/regime_rentes)

 Territoire desservi : Provincial

## REVENU QUÉBEC

Renseignements concernant les impôts, les taxes, les cotisations au régime d'assurance médicaments du Québec, le crédit d'impôt pour maintien à domicile d'une personne âgée, le REER, le FEER, allocation logement, etc.

 170 Rue de l'Hôtel-de-Ville, 6e étage, Gatineau QC J8X 4C2

 1 877 644-4545 ou 1 800 361 9596

 ND

 [www.revenu.gouv.qc.ca](http://www.revenu.gouv.qc.ca)

 Territoire desservi : Provincial

# SERVICES GOUVERNEMENTAUX



## SECRÉTARIAT AUX AÎNÉS

Renseignements concernant la Loi Canadienne sur les droits de la personne.



ND



1 877 644-4545 ou 1 800 361-9596



ND



[www.quebec.ca/famille-et-soutien-aux-personnes/pour-les-aines](http://www.quebec.ca/famille-et-soutien-aux-personnes/pour-les-aines)



Territoire desservi : Provincial

## SERVICE CANADA

Information générale par rapport aux programmes et aux services du gouvernement du Canada offerts aux canadiens et aux aînés.



259, boul. Saint-Joseph, bureau 207, Gatineau QC J8Y 6T1



1 (800) 622-6232 ou 1 (800) 926-9105



ND



[www.canada.ca](http://www.canada.ca)



Territoire desservi : Fédéral

## SERVICES QUÉBEC

Renseignements sur les programmes et services offerts aux québécois et aux aînés par le gouvernement du Québec



170, rue de l'Hôtel-de-Ville, 9e étage, bureau 9.100, Gatineau QC J8X 4C2



1 877 644-4545 ou 1 800 361-9596



[Mathieu.Lacombe.PAPI@assnat.qc.ca](mailto:Mathieu.Lacombe.PAPI@assnat.qc.ca)



[www.gouv.qc.ca](http://www.gouv.qc.ca)



Territoire desservi : Provincial

# SERVICES GOUVERNEMENTAUX



## SOCIÉTÉ DE L'ASSURANCE AUTOMOBILE DU QUÉBEC (SAAQ)

Renseignements concernant le permis de conduire, l'immatriculation ou pour obtenir diverses publications

 1040 Boulevard Saint-Joseph, Gatineau QC J8Z 1T3

 1 800 361-7620

 ND

 [www.saaq.gouv.qc.ca](http://www.saaq.gouv.qc.ca)

 Territoire desservi : Provincial

## SOCIÉTÉ D'HABITATION DU QUÉBEC (SHQ)

Répond aux besoins en habitation des citoyens du Québec par une approche intégrée et durable.

 ND

 1 800 463-4315

 ND

 [www.habitation.gouv.qc.ca](http://www.habitation.gouv.qc.ca)

 Territoire desservi : Outaouais

## SOS VIOLENCE CONJUGALE

Service d'aide aux personnes victimes de violence conjugale.

 440, boul. Maloney Ouest, Gatineau QC J8P 6W2

 1 800 363-9010

 [sos@sosviolenceconjugale.ca](mailto:sos@sosviolenceconjugale.ca)

 [www.sosviolenceconjugale.ca](http://www.sosviolenceconjugale.ca)

 Territoire desservi : Provincial

# SERVICES GOUVERNEMENTAUX



## SÛRETÉ DU QUÉBEC (SQ)

Services policiers

 ND

 Urgences: 9-1-1 ou 310-4141 ou (819) 770-9111

 ND

 [www.sq.gouv.qc.ca](http://www.sq.gouv.qc.ca)

 Territoire desservi : Provincial

## TRIBUNAL ADMINISTRATIF DU LOGEMENT (TAL)

Droits des locataires et des propriétaires fonciers et immobiliers

 170, rue de l'Hôtel-de-Ville, Gatineau QC J8X 4C2

 1 800-683-2245

 ND

 [www.tal.gouv.qc.ca/fr](http://www.tal.gouv.qc.ca/fr)

 Territoire desservi : Provincial



# FINANCES ET IMPÔTS

## CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE ACCÈS (CABA)

Clinique d'impôts

 67, rue Principale, Gatineau QC J9H 3L4

 (819) 684-2242

 [cab.acces@videotron.ca](mailto:cab.acces@videotron.ca)

 [www.cabacces.ca/index.php](http://www.cabacces.ca/index.php)

 Territoire desservi : Gatineau (Aylmer)

## CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE DE GATINEAU (CABG)

Services d'impôts

 42, avenue Gatineau, Gatineau QC J8T 4J3

 (819) 568-0747

 [centreadministration@videotron.ca](mailto:centreadministration@videotron.ca)

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

 Territoire desservi : Gatineau

# FINANCES ET IMPÔTS



## CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE DE HULL (CABH)

Programmes et services pour soutenir les personnes atteintes de l'Alzheimer et des maladies apparentées, les aidants et les professionnels de la santé.

 12, rue Brodeur, Gatineau QC J8Y 2P4

 (819) 778-2900

 [impot@benevoles-outaouais.org](mailto:impot@benevoles-outaouais.org)

 [www.benevoles-outaouais.org](http://www.benevoles-outaouais.org)

 Territoire desservi : Gatineau (Hull)

## COOPÉRATIVE DE DÉVELOPPEMENT RÉGIONAL OUTAOUAIS-LAURENTIDES (CDROL)

Aide et soutien aux entreprises

 75, rue Eddy, Gatineau QC J8X 2W1

 (819) 643-2884

 ND

 [www.cdrol.coop](http://www.cdrol.coop)

 Territoire desservi : Outaouais et Laurentides



# HABITATION

## LISTE DES RÉSIDENCES POUR ÂÎNÉS SANTÉ ET SERVICES SOCIAUX DU QUÉBEC

Site gouvernemental

**Étape 1** - Visitez le site web: [www.msss.gouv.qc.ca](http://www.msss.gouv.qc.ca)

**Étape 2** - Cliquez sur le bouton: Répertoires  
sélectionné en jaune



**Étape 3** - Au bas de la page, sélectionnez le bouton  
suivant:

- [Registre des résidences pour personnes âgées](#)

# HABITATION



## REGROUPEMENT QUÉBÉCOIS DES RÉSIDENCES POUR AÎNÉS

Organisme à but non lucratif

 794 rue Lajeunesse, Bureau 100, Montréal, H3L 2E8

 1 888 440-3777

 ND

 [www.rqra.qc.ca/repertoire-des-residences](http://www.rqra.qc.ca/repertoire-des-residences)

 Territoire desservi : Provincial

## LISTE DES COOPÉRATIVES ET OSBL POUR AÎNÉS

### FÉDÉRATION DES COOPÉRATIVES D'HABITATION DE L'OUTAOUAIS (FIHAB)

Soutien en matière d'habitation

 106, boulevard Sacré-Cœur Local 100 Gatineau (QC) J8X 1E1

 (819) 243-3717

 [bonjour@fihab.coop](mailto:bonjour@fihab.coop)

 [www.cooperativehabitation.coop/outaouais](http://www.cooperativehabitation.coop/outaouais)

 Territoire desservi : Outaouais

### REGROUPEMENT DES OSBL D'HABITATION ET D'HÉBERGEMENT AVEC SUPPORT COMMUNAUTAIRE EN OUTAOUAIS (ROHSCO)

Soutien en matière d'habitation

 28, rue Caron Gatineau (Québec) J8Y 1Y7

 (819) 205-3485

 [info@rohsco.com](mailto:info@rohsco.com)

 [www.rohsco.rqoh.com/](http://www.rohsco.rqoh.com/)

 Territoire desservi : Outaouais



# TRANSPORT

## CENTRE D'ENTRAIDE AUX AÎNÉS

Transport pour personnes âgées

 111, rue Jean-Proulx Gatineau QC J8Z 1T4

 (819) 771-6609

 [centredentraideauxaines@videotron.ca](mailto:centredentraideauxaines@videotron.ca)

 [www.entraideauxaines.ca](http://www.entraideauxaines.ca)

 Territoire desservi : Gatineau (Hull)

## CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE ACCÈS (CABA)

Service de transport et d'accompagnement

 67, rue Principale, Gatineau QC J9H 3L4

 (819) 684-2242

 [cab.acces@videotron.ca](mailto:cab.acces@videotron.ca)

 [www.cabacces.ca/index.php](http://www.cabacces.ca/index.php)

 Territoire desservi : Gatineau (Aylmer)

## CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE DE GATINEAU (CABG)

Service de transport et d'accompagnement

 42, avenue Gatineau, Gatineau QC J8T 4J3

 (819) 568-0747

 [centreadministration@videotron.ca](mailto:centreadministration@videotron.ca)

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

 Territoire desservi : Outaouais

# TRANSPORT



## CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE DE HULL (CABH)

Service de transport et d'accompagnement

 12, rue Brodeur, Gatineau QC J8Y 2P4

 (819) 778-2900

 [popote@benevoles-outaouais.org](mailto:popote@benevoles-outaouais.org)

 [www.benevoles-outaouais.org](http://www.benevoles-outaouais.org)

 Territoire desservi : Gatineau (Hull)

## COMITÉ DE BÉNÉVOLAT POUR LA RÉGION PONTIAC OUEST

Services de transport pour rendez-vous médicaux et para-médicaux.

 4, rue Principale, Waltham QC J0X 3H0, CP 179

 (819) 689-2590

 ND

 **ND**

 Territoire desservi : MRC de Pontiac

## COMITÉ DE TRANSPORT BÉNÉVOLE D'OTTER LAKE

Services de transport et accompagnement pour rendez-vous médicaux et para-médicaux.

 305, rue Martineau, C. P. 282, Otter Lake QC J0X 2P0

 (819) 453-7352

 ND

 **ND**

 Territoire desservi : MRC de Pontiac

# TRANSPORT



## COMMUNAUTO

Service d'autopartage

 115, boul. Sacré-Coeur, Gatineau QC J8X 1C5

 1 (877) 496-1116

 ND

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

 Territoire desservi : Outaouais

## CORPORATION DES TRANSPORTS COLLECTIFS DE LA VALLÉE-DE-LA-GATINEAU

Service d'autopartage

 198, rue Notre-Dame, Maniwaki QC J9E 2J5

 (819) 449-7666

 ND

 **ND**

 Territoire desservi : MRC de La Vallée-de-la-Gatineau

## CORPORATION DES TRANSPORTS COLLECTIFS DE PAPINEAU

Service de transport pour rendez-vous médicaux et para médicaux pour personnes âgées

 C.P.1037 Papineauville QC J0V 1R0

 (819) 308-0788 poste 3502 ou 1 (855) 308-0788

 [info@ctacpapineau.com](mailto:info@ctacpapineau.com)

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

 Territoire desservi : MRC de Papineau

# TRANSPORT



## ÉQUIPE DES BÉNÉVOLES DE LA HAUTE-GATINEAU (EBHB)

Service de transports et accompagnement pour les résidents de l'intérieur des limites de la partie Nord du territoire de la Vallée-de-la-Gatineau pour rendez-vous médicaux et paramédicaux.

 198, rue Notre-Dame, bureau 218, Maniwaki QC J9E 2J5

 (819) 449-7666

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

 **ND**

 Territoire desservi : MRC de La Vallée-de-la-Gatineau

## MAISON DE LA FAMILLE PETITE-NATION (MDFP-N)

Service de transport et d'accompagnement

 14, rue Saint Louis, Saint-André-Avellin QC J0V 1W0

 (819) 983-4384

 [maisonfamillep-n@videotron.ca](mailto:maisonfamillep-n@videotron.ca)

 [www.maisonfamillep-n.wixsite.com/maisonfamillep-n](http://www.maisonfamillep-n.wixsite.com/maisonfamillep-n)

 Territoire desservi : MRC de Papineau

## SOCIÉTÉ DE TRANSPORT DE L'OUTAOUAIS (STO)

Transport en commun

 111, rue Jean-Proulx Gatineau QC J8Z 1T4

 (819) 770-3242

 ND

 [www.sto.ca](http://www.sto.ca)

 Territoire desservi : Région métropolitaine de Gatineau

# TRANSPORT



## TRANSCOLLINES

Transport adapté pour les personnes en situation d'handicap incapables d'utiliser le transport en commun régulier.

 5, Principale Ouest La Pêche QC J0X 2W0

 (819) 456-1114 ou 1 866 310-1114

 info@transcollines.ca

 **www.transcollines.ca**

 Territoire desservi : MRC des collines de l'Outaouais

## TRANSPORACTION PONTIAC

Service de transport collectif et adapté

 148 Campbell's Bay QC J0X 1K0

 (819) 648-2223

 info@transporaction.com

 **www.transporaction.com**

 Territoire desservi : MRC de Pontiac

## TRANSPORT DE L'AGE D'OR DE CAMPBELL'S BAY

Services de transport et accompagnement pour personnes âgées.

 18, rue McFarlane, Campbell's Bay QC J0X 1K0

 (819) 648-2223

 ND

 **ND**

 Territoire desservi : MRC de Pontiac

# TRANSPORT



## TRANSPORT SPÉCIALISÉ ET MÉDICAL DE L'OUTAOUAIS (TSMO)

Transport pour personnes âgées

 105 Rue des Conifères, Gatineau QC J9A 3V4

 (819) 778-1602

 [info@tsmo.ca](mailto:info@tsmo.ca)

 [www.tsmo.ca](http://www.tsmo.ca)

 Territoire desservi : Outaouais



## ACADÉMIE DES RETRAITÉS DE L'OUTAOUAIS (ARO)

Activités de jour et escapade

 331, boul. Cité-des-Jeunes, Gatineau QC J8Y 6T3

 (819) 776-5052

 aro2@videotron.ca **ou** aro2.joanne@videotron.ca

 **www.aro.retraiteaction.ca**

 Territoire desservi : Outaouais

## ACTION AIDE LOISIR PAPINEAU (AALP)

Aide aux vétérans, y compris les membres en service actif des Forces armées canadiennes et de la GRC, et leur famille, de promouvoir le Souvenir, et d'être au service des collectivités et du pays.

 1165, route 321 Nord, Saint-André-Avellin QC J0V 1W0

 (819) 983-2648

 ND

 **ND**

 Territoire desservi : MRC de Papineau

# LOISIRS



## AMICALE DES HANDICAPÉS PHYSIQUES DE L'OUTAOUAIS

Lieu de socialisation pour personnes vivant avec un handicap physique

 405, rue Notre-Dame, Gatineau QC J8P 1L7

 (819) 663-2999

 info@amicale.ca

 **www.amicale.ca**

 Territoire desservi : Outaouais

## AMICALE DES PHILATELISTES DE L'OUTAOUAIS

Activités de groupe, réseautage, etc.

 120, rue Charlevoix, Gatineau QC J8X 1R1

 ND

 chanco24@hotmail.com

 **www.amicaledesphilatelistesoutaouais.org**

 Territoire desservi : Outaouais

## ASSOCIATION DES AUTEURS ET AUTEURES DE L'OUTAOUAIS (AAAO)

Réseautage, information et soutien pour les auteure et auteurs de l'Outaouais.

 217, rue Montcalm, unité 104, Gatineau QC J8Y 6X1

 (819) 525-7190

 direction@aaao.ca

 **www.auteurs-auteurs-outaouais.org**

 Territoire desservi : Outaouais

# LOISIRS



## ASSOCIATION DES LOISIRS POUR LES HANDICAPÉS DE LA LIÈVRE

Activités culturelles, sportives et sociales permettant aux personnes handicapées de fraterniser et de se prendre en main.

 318, rue Charles, Gatineau QC J8L 2L9

 (819) 281-3508

 bernicelauzon@videotron.ca

 **ND**

 Territoire desservi : Gatineau (Buckingham)

## ASSOCIATION DES RÉSIDANTS DE L'ÎLE DE HULL (ARIH)

Lieu de prise de décision collective pour que les citoyens s'approprient leur pouvoir de transformation personnelle, sociale et communautaire en vue d'une meilleure utilisation du milieu et d'une meilleure qualité de vie.

Activités sportives, culturelles et familiales

 ND

 ND

 info@arih.ca

 **www.arih.ca**

 Territoire desservi : Gatineau (Hull)

## ASSOCIATION RÉCRÉATIVE DE TEMPLETON

Centre récréatif et activités pour aînés (cours de danse, jeux divers, billards, concours et plus)

 13, rue du Curé Labelle, Gatineau QC J8P 1X7

 (819) 663-8901

 artgatineau@hotmail.com

 **www.artgatineau.ca**

 Territoire desservi : Gatineau

# LOISIRS



## CENTRE D'ANIMATION FAMILIALE (CAF)

Activités pour briser l'isolement, dépannage alimentaire, soutien par téléphone, jeux divers, dépannage vestimentaire, jardin communautaire, etc.

 1312, rue Saint-Louis, Gatineau QC J8T 2M7

 (819) 561-5196

 lecaf@videotron.ca

 [www.entredanimationfamiliale.mozello.com](http://www.entredanimationfamiliale.mozello.com)

 Territoire desservi : Gatineau

## CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE ACCÈS (CABA)

Activités de jour et escapade

 67, rue Principale, Gatineau QC J9H 3L4

 (819) 684-2242

 cab.acces@videotron.ca

 [www.cabacces.ca/index.php](http://www.cabacces.ca/index.php)

 Territoire desservi : Gatineau (Aylmer)

## CLUB D'ÂGE D'OR DE DUHAMEL

Club social pour aînés favorisant et organisant des activités culturelles, sportives et récréatives.

 1890, rue Principale, local 2, Duhamel QC J0V 1G0

 (819) 428-7475

 ND

 **ND**

 Territoire desservi : MRC de Papineau

# LOISIRS



## CLUB D'ÂGE D'OR DE FASSETT

Club social pour aînés favorisant et organisant des activités culturelles, sportives et récréatives.

 19, rue Gendron, local 4, Fasset QC J0V 1H0

 (819) 423-6943

 dg@village-fassett.com

 **www.village-fassett.com**

 Territoire desservi : MRC de Papineau

## CLUB D'ÂGE D'OR DE TEMPLETON

Club social pour aînés favorisant et organisant des activités culturelles, sportives et récréatives.

 861, boul. Saint-René Est, Gatineau QC J8P 1V1

 (819) 431-1871

 gabriel.charette@videotron.ca

 **ND**

 Territoire desservi : Gatineau

## CLUB D'ÂGE D'OR ET VIACTIVE ST-JEAN-DE-BRÉBEUF DE GATINEAU

Club social pour aînés favorisant et organisant des activités culturelles, sportives et récréatives.

 448, rue Pointe Gatineau, Gatineau QC J8T 2B7

 (819) 827-0366

 ND

 **ND**

 Territoire desservi : Gatineau (Buckingham)

# LOISIRS



## CLUB DE BRIDGE DE GATINEAU

Cours et séances de bridge novice et intermédiaire.

 89, rue Jean-René-Monette, Gatineau QC J8P 5B8

 (819) 669-2503

 [bridgeur99@yahoo.ca](mailto:bridgeur99@yahoo.ca)

 [www.bridgeoutaouais.net](http://www.bridgeoutaouais.net)

 Territoire desservi : Gatineau

## CLUB DE BRIDGE DU PARC

Cours et séances de bridge novice et intermédiaire.

 361, boul. de Lucerne, Gatineau QC J9A 1S3

 (819) 771-1433

 [gin.hub@hotmail.com](mailto:gin.hub@hotmail.com)

 [www.bridgeoutaouais.net](http://www.bridgeoutaouais.net)

 Territoire desservi : Gatineau (Hull)

## CLUB DE CURLING DE BUCKINGHAM

Cours de curling, location d'équipement, formation, information, etc.

 626, avenue Buckingham, Gatineau QC J8L 2X2

 (819) 986-3781

 [clubcurlingbuckingham@gmail.com](mailto:clubcurlingbuckingham@gmail.com)

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

 Territoire desservi : Gatineau (Buckingham)

# LOISIRS



## CLUB DE L'ÂGE D'OR DE FORT-COULONGE

Club social pour aînés favorisant et organisant des activités culturelles, sportives et récréatives.

 566, rue Baume, Fort-Coulonge QC J0X 1V0

 (819) 683-3561

 culturephareouest@gmail.com

 **ND**

 Territoire desservi : MRC de Pontiac

## CLUB DE L'ÂGE D'OR DE RIPON

Club social pour aînés favorisant et organisant des activités culturelles, sportives et récréatives.

 31, rue Coursol, Ripon QC J0V 1V0

 (819) 983-6853

 ND

 **ND**

 Territoire desservi : MRC de Papineau

## CLUB DE L'ÂGE D'OR L'AMICALE LAURENT-GROULX

Club social pour aînés favorisant et organisant des activités culturelles, sportives et récréatives.

 1, rue Levesque, Gatineau QC J8Y 4V7

 (819) 777-8597

 ND

 **ND**

 Territoire desservi : Gatineau (Hull)

# LOISIRS



## CLUB DE L'ÂGE D'OR LES BONS COPAINS

Club social pour aînés favorisant et organisant des activités culturelles, sportives et récréatives.

 121, chemin du Pont-de-Bois, Val-des-Bois QC J0X 3C0

 (819) 454-2280

 ND

 **ND**

 Territoire desservi : MRC de Papineau

## CLUB DE L'ÂGE D'OR LES JOYEUX COPAINS

Club social pour aînés favorisant et organisant des activités culturelles, sportives et récréatives.

 18, rue Principale Nord, Montcerf-Lytton QC J0W 1N0

 (819) 449-2960

 tdsvgl@outlook.com

 **ND**

 Territoire desservi : MRC de La Vallée-de-la-Gatineau

## CLUB DE L'AMITIÉ DE PLAISANCE

Club social pour aînés favorisant et organisant des activités culturelles, sportives et récréatives.

 275, rue Principale, Plaisance QC J0V 1S0

 (819) 427-5821

 ND

 **ND**

 Territoire desservi : MRC de Papineau

# LOISIRS



## CLUB DE MARCHÉ DE FADOQ LES ÉTOILES D'ARGENT DE CANTLEY

Organisations civiques et amicales. Activités physiques et sportives de tout genre.

 117, chemin Prud'homme, Cantley QC J8V 3C9

 (819) 827-0398

 admin@fadoqoutaouais.qc.ca

 [www.fadoq.ca/outaouais](http://www.fadoq.ca/outaouais)

 Territoire desservi : MRC des Collines-de-l'Outaouais

## CLUB DES AÎNÉS ANGLOPHONES DE GATINEAU FRIENDSHIP CLUB OF GATINEAU

Club social pour aînés favorisant et organisant des activités culturelles, sportives et récréatives.

 300, rue Abbe Murray, Gatineau QC J8P 4Z4

 (819) 663-7248

 ND

 **ND**

 Territoire desservi : Gatineau

## CLUB DES ORNITHOLOGUES DE L'OUTAOUAIS (COO)

Observation et protection des oiseaux ainsi que de leurs habitats. Séances d'information, excursion, observation, etc.

 C.P. 1419, succursale Hull, Gatineau QC J8X 3Y1

 (819) 778-0737

 info@coo.qc.ca

 [www.coo.qc.ca](http://www.coo.qc.ca)

 Territoire desservi : Outaouais

# LOISIRS



## CLUB FADOQ CLUB D'ÂGE D'OR BELLE MONTÉE

Regroupement de personnes de 50 ans et plus de la province et référence en matière de qualité de vie des aînés québécois.

 516, rue Notre-Dame, Montebello QC J0V1L0

 (819) 360-1993

 fadoqbellemontee@gmail.com

 [www.fadoq.ca/outaouais](http://www.fadoq.ca/outaouais)

 Territoire desservi : MRC de Papineau

## CLUB FADOQ SAINTE-THÉRÈSE-DE-LA-GATINEAU

Club social pour aînés favorisant et organisant des activités culturelles, sportives et récréatives.

 C.P. 130, Sainte-Thérèse-de-la-Gatineau QC J0X 2X0

 (819) 441-0800

 ND

 [www.fadoq.ca/outaouais](http://www.fadoq.ca/outaouais)

 Territoire desservi : Gatineau

## CLUB LA PAIX D'OR

Club social pour aînés favorisant et organisant des activités culturelles, sportives et récréatives.

 267, rue Notre-Dame, Notre-Dame-de-la-Paix QC J0V 1P0

 (819) 522-6695 ou (819) 522-6610

 ND

 [www.notredamedelapaix.qc.ca/club-la-paix-dor](http://www.notredamedelapaix.qc.ca/club-la-paix-dor)

 Territoire desservi : MRC de Papineau

# LOISIRS



## CLUB LES FLÈCHES D'ARGENT DE HULL

Cours de tir à l'arc et pratique.

 255, rue Saint-Rédempteur, Gatineau QC J8X 2T4

 (819) 669-6089

 clubflecheargent@hotmail.com

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

 Territoire desservi : Gatineau (Hull)

## CLUB VALLÉE D'OR FADOQ ST-ANDRÉ-AVELLIN

Rencontres récréatives pour aînés (jeux, bingo, danse, voyages, soupers communautaires, etc)

 188, route 321 Sud Saint-André-Avellin QC J0V 1W0

 (819) 410-2185

 lisettegauthier@icloud.com

 [www.fadoq.ca/outaouais](http://www.fadoq.ca/outaouais)

 Territoire desservi : MRC de Papineau

## CLUB VALLÉE D'OR FADOQ

Club social pour aînés favorisant et organisant des activités culturelles, sportives et récréatives.

 208, route 321 Sud, Saint-André-Avellin QC J0V 1W0

 (819) 983-2270

 valleedor@videotron.ca

 [www.fadoq.ca/outaouais](http://www.fadoq.ca/outaouais)

 Territoire desservi : MRC de Papineau

# LOISIRS



## CORPORATION DE L'ÂGE D'OR D'AYLMER

Club social pour aînés favorisant et organisant des activités culturelles, sportives et récréatives.

 30, rue Court, Gatineau QC J9H 4L6

 (819) 557-0654

 andrenicole@videotron.ca

 **ND**

 Territoire desservi : Gatineau (Aylmer)

## CORPORATION DES AÎNÉS DE LA CABANE EN BOIS ROND (CORPO)

Activités récréatives, culturelles et physiques pour les personnes de 50 ans et plus.

 331, boul. de la Cité-des-Jeunes, pièce 113 Gatineau QC J8Y 6T3

 (819) 776-6015

 corpocabane@gmail.com

 **www.corpocabane.net**

 Territoire desservi : Gatineau (Hull)

## ESCALE SAINT-ROSAIRE

Club pour aînés pour briser l'isolement et offre une variété d'activités diverses.

 5, rue Saint-Arthur, Gatineau QC J8T 3C3

 (819) 561-7754

 ND

 **ND**

 Territoire desservi : Gatineau

# LOISIRS



## FADOQ - LES AMIS DU SOLEIL

Vie active pour les personnes âgées (bingo, pétanque, jeu de cartes, quilles, voyages, soupers, etc.)

 315, rue Migneault Gatineau QC J8P 7A3

 (819) 663-9775

 [amissoleil@videotron.ca](mailto:amissoleil@videotron.ca)

 [www.fadoq.ca/outaouais](http://www.fadoq.ca/outaouais)

 Territoire desservi : Gatineau

## FADOQ OUTAOUAIS

Diverses activités culturelles, physiques, sociales et voyages.

 5B, rue St-Arthur, Gatineau, QC J8T 0C3, CP 12009

 (819) 777-5774

 [admin@fadoqoutaouais.qc.ca](mailto:admin@fadoqoutaouais.qc.ca)

 [www.fadoq.ca/outaouais](http://www.fadoq.ca/outaouais)

 Territoire desservi : Outaouais

## FADOQ ST-LUC BUCKINGHAM

Club social pour aînés favorisant et organisant des activités culturelles, sportives et récréatives.

 181, rue Joseph Gatineau QC J8L1G6

 ND

 [infolettre.fadoq.stluc@gmail.com](mailto:infolettre.fadoq.stluc@gmail.com)

 [www.fadoq.ca/outaouais](http://www.fadoq.ca/outaouais)

 Territoire desservi : Gatineau (Buckingham)

# LOISIRS



## FONDATION POUR LES ÂÎNÉS DE L'OUTAOUAIS (FAO)

Lieu de rassemblement pour les aînés offrant les activités suivantes: comités de travail, bingo, jardins, philanthropie, etc.

 331, boul. de la Cité-des-Jeunes Gatineau QC J8Y 6T3

 (819) 777-3595

 fao@vl.videotron.ca

 [www.cabaneenboisrond.com/fao](http://www.cabaneenboisrond.com/fao)

 Territoire desservi : Outaouais

## LE CENTRE DES ÂÎNÉS DE GATINEAU (CAMPUS 3)

Services et activités qui permettent la prise en charge et l'autonomie des aînés

 196, rue Notre Dame, Gatineau QC J8P 0E6

 (819) 663-3305

 info@campus3.ca

 [www.campus3.ca](http://www.campus3.ca)

 Territoire desservi : Gatineau

## LE CERCLES DES FERMÈRES DU QUÉBEC (CFQ)

Ateliers divers: couture, tricot, tissage, bricolage, etc.

 46, chemin Eardley, Gatineau QC J9H 4K2

 1 (866) 442-3983

 cerfer@cfq.qc.ca

 [www.cfq.qc.ca](http://www.cfq.qc.ca)

 Territoire desservi : Gatineau (Aylmer)

# LOISIRS



## LE CERCLE DES FERMIÈRES BUCKINGHAM (CFQ)

Ateliers divers: couture, tricot, tissage, bricolage, etc.

 515, rue Charles, Gatineau QC J8L 2K4

 1 (866) 442-3983

 nicolecharbonneau77@gmail.com

 [www.cfq.qc.ca/cercles/cercle-buckingham](http://www.cfq.qc.ca/cercles/cercle-buckingham)

 Territoire desservi : Gatineau (Buckingham)

## LE CERCLE DES FERMIÈRES DE GATINEAU (CFQ)

Ateliers divers: couture, tricot, tissage, bricolage, etc.

 799, rue Jacques-Cartier, Gatineau QC J8T 2W1

 (819) 205-9655 ou 1 (866) 442-3983

 cerfer@cfq.qc.ca

 [www.cfq.qc.ca/cercles/cercle-gatineau](http://www.cfq.qc.ca/cercles/cercle-gatineau)

 Territoire desservi : Gatineau

## LE CERCLE DES FERMIÈRES DE MASSON-ANGERS

Ateliers divers: couture, tricot, tissage, bricolage, etc.

 29, chemin de Montréal Ouest, Gatineau QC J8M 1A4

 1 (866) 442-3983

 cercledefermieresmassonangers@gmail.com

 [www.cfq.qc.ca/cercles/cercle-masson-angers](http://www.cfq.qc.ca/cercles/cercle-masson-angers)

 Territoire desservi : Gatineau (Masson-Angers)

# LOISIRS



## LE CERCLE DES FERMIÈRES DE TOURAINE

Ateliers divers: couture, tricot, tissage, bricolage, etc.

 69, rue de Provence, Gatineau QC J8T 4V2

 1 (866) 442-3983

 [pres.fed15.touraine@cfq.qc.ca](mailto:pres.fed15.touraine@cfq.qc.ca)

 [www.cfq.qc.ca/cercles/cercle-touraine](http://www.cfq.qc.ca/cercles/cercle-touraine)

 Territoire desservi : Gatineau

## LE GROUPE ENTRE-FEMMES DE L'OUTAOUAIS (GEFO)

Le GEFO offre des activités telles que des cafés d'art, cafés-rencontre, des conférences, des ateliers et des soirées festives afin de briser l'isolement des femmes

 115, boul. Sacré-Coeur, Gatineau QC J8X 1C5

 (819) 776-3694

 [info@entre-femmes.ca](mailto:info@entre-femmes.ca)

 [www.entre-femmes.ca](http://www.entre-femmes.ca)

 Territoire desservi : Gatineau (Hull)

## LÉGION CANADIENNE DE GATINEAU

Aide aux vétérans, y compris les membres en service actif des Forces armées canadiennes et de la GRC, et leur famille, de promouvoir le Souvenir, et d'être au service des collectivités et du pays.

 86, rue de la Baie, Gatineau QC J8T 3H7

 (819) 561-4103

 ND

 [www.legion.ca/fr](http://www.legion.ca/fr)

 Territoire desservi : Gatineau

# LOISIRS



## LÉGION CANADIENNE DE BUCKINGHAM

Aide aux vétérans, y compris les membres en service actif des Forces armées canadiennes et de la GRC, et leur famille, de promouvoir le Souvenir, et d'être au service des collectivités et du pays.

 176, rue Joseph, Gatineau QC J8L 2X5

 (819) 986-8246

 ND

 [www.legion.ca/fr](http://www.legion.ca/fr)

 Territoire desservi : Gatineau (Buckingham)

## LES AÎNÉS DE LA BAIE

Club social pour aînés favorisant et organisant des activités culturelles, sportives et récréatives.

 175, rue Laval, Papineauville QC J0V 1R0

 (819) 427-6492

 ND

 **ND**

 Territoire desservi : MRC de Papineau

## LES AMIS DE ST-RAYMOND

Activités de danse pour personnes âgées.

 179, rue Mutchmore Gatineau QC J8Y 3T9

 (819) 643-1827

 [andrenicole@videotron.ca](mailto:andrenicole@videotron.ca)

 **ND**

 Territoire desservi : Gatineau (Hull)

# LOISIRS



## LES CHEVALIERS DE L'ÂGE D'OR DE GATINEAU

Activités et soupers mensuel avec thème.

 89, rue Jean-René-Monette, Gatineau QC J8P 5B8

 ND

 ND

 **ND**

 Territoire desservi : Gatineau

## LES JOYEUX RETRAITÉS

Programme vie active, bingo, jeux de cartes, sacs de sable, cours de danse en ligne, artisanat, billard, ping-pong, etc.

 49, rue Mutchmore, Gatineau QC J8Y 3T5

 (819) 776-2160

 ND

 **[www.lesjoyeuxretraites.wordpress.com](http://www.lesjoyeuxretraites.wordpress.com)**

 Territoire desservi : Gatineau (Hull)

## LES RETRAITÉS DU CENTRE COMMUNAUTAIRE LIMBOUR

Organisations civiques et activités amicales pour aînés (Qi Gong, Tai-Chi, danse en ligne, bingo, fléchettes, whist militaire, peinture, Zumba Gold, etc.

 288, chemin Lebaudy, Gatineau QC J8V 2H2

 ND

 [info@centrelimbour.ca](mailto:info@centrelimbour.ca)

 **[www.centrelimbour.ca](http://www.centrelimbour.ca)**

 Territoire desservi : Gatineau

# LOISIRS



## MAISON COMMUNAUTAIRE DANIEL-JOHNSON (MCDJ)

Aide aux vétérans, membres en service actif des Forces armées canadiennes et de la GRC.

 22, rue Arthur Buies Gatineau QC J8Z 1P5

 (819) 772-6625

 mcdj@bellnet.ca

 [www.rccq.org/fr](http://www.rccq.org/fr)

 Territoire desservi : Gatineau (Hull)

## MAISON DE LA FAMILLE DE GATINEAU

Service de garde occasionnelle et temporaire, réseau de boîtes de partage de livres destinées aux jeunes âgés de 0 à 12 ans, coffre à jouet communautaire, fournitures nécessaires aux familles à faible revenu et plus.

 101, avenue Gatineau Gatineau QC J8T 4J4

 (819) 568-6830

 info@maisonfg.org

 [www.maisonfg.org](http://www.maisonfg.org)

 Territoire desservi : Gatineau

## MAISON DE LA FAMILLE DE LA VALLÉE-DE-LA-GATINEAU

Activités de jour et escapade

 224, rue Notre-Dame, Maniwaki QC J9E 2J5

 (819) 441-0282

 ND

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

 Territoire desservi : MRC de la Vallée de la Gatineau

# LOISIRS



## MODÉLISTES FERROVIAIRES DE GATINEAU

Visites à des musées, clubs et expositions consacrés au rail, de même que des expéditions en direction de sites ferroviaires réels.

 94, rue East, Gatineau QC J8P 4Z8

 (819) 663-1065

 luclanthier@hotmail.com

 [www.mfgatineau.ca](http://www.mfgatineau.ca)

 Territoire desservi : Gatineau

## PARC SAINT-ROSAIRE

Activités récréatives pour aînés (danse, jeux, rencontres et plus)

 5, rue Saint-Arthur, Gatineau QC J8T 3C2

 1 866-299-2002

 ND

 **ND**

 Territoire desservi : MRC de Papineau

## SCRABBLE OUTAOUAIS

Jeux de scrabble au campus Felix Leclerc.

 820, boul. de la Gappe, Gatineau QC J8T 7T7

 (819) 643-2360

 [scrabble.out@gmail.com](mailto:scrabble.out@gmail.com)

 **ND**

 Territoire desservi : Gatineau

# LOISIRS



## SOCIÉTÉ D'HORTICULTURE ET D'ÉCOLOGIE DE L'OUTAOUAIS (SHEO)

Activités de jardinage, conférences, ateliers et plus.



ND



ND



societe.horticulture.outaouais@gmail.com



**www.fsheq.com**



Territoire desservi : Provincial

## SOCIÉTÉ D'HISTOIRE DE L'OUTAOUAIS (SHO)

La SHO organise des visites guidées, des conférences, des publications des recherches historiques et plus.



ND



(819) 205-5586



societehistoireoutaouais@gmail.com



**www.histoireoutaouais.ca**



Territoire desservi : Gatineau

## SOCIÉTÉ D'HISTOIRE DE BUCKINGHAM (SHB)

Activités d'information et expositions



379, avenue de Buckingham, Gatineau QC J8L 2G6



(819) 281-7111



soc\_hist\_buck@hotmail.com



**www.histoiredebuckingham.com**



Territoire desservi : Gatineau

# LOISIRS



## STUDIO DANIELLE

Service de garde occasionnelle et temporaire, réseau de boîtes de partage de livres destinées aux jeunes âgés de 0 à 12 ans, coffre à jouet communautaire, prend les inscriptions et commande les fournitures nécessaires pour donner un coup de pouce aux familles à faible revenu et plus.

 1920, chemin Pink, Gatineau QC J9J 3N9

 (819) 684-9480 ou (819) 772-0008

 [reception@studiodanielle.com](mailto:reception@studiodanielle.com)

 [\*\*www.studiodanielle.com/fr\*\*](http://www.studiodanielle.com/fr)

 Territoire desservi : Gatineau (Aylmer)



# SERVICES À DOMICILE

## ALBATROS VALLÉE-DE-LA-GATINEAU

Service d'aide à domicile

 15, rue Principale Nord, Montcerf-Lytton QC J0W 1N0

 (819) 441-3467 ou (819) 441-1405

 albatrosmaniwaki@gmail.com

 [www.albatrosvgml.ca](http://www.albatrosvgml.ca)

 Territoire desservi : MRC de La Vallée-de-la-Gatineau

## CENTRE ACTION GÉNÉRATIONS DES AÎNÉS DE LA VALLÉE-DE-LA LIÈVRE (CAGA-VL)

Accompagnement transport, livraison de repas à domicile, visites amicales, etc.

 390, avenue de Buckingham Gatineau QC J8L 2G7

 (819) 281-4343

 info@cagavl.ca

 [www.cagavl.ca](http://www.cagavl.ca)

 Territoire desservi : Gatineau (Hull)

# SERVICES À DOMICILE



## CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE ACCÈS (CABA)

Services de transport/accompagnement, épicerie, répit aux aidants, et plus.

 67, rue Principale, Gatineau QC J9H 3L4

 (819) 684-2242

 [cab.acces@videotron.ca](mailto:cab.acces@videotron.ca)

 [www.cabaccès.ca](http://www.cabaccès.ca)

 Territoire desservi : Gatineau (Aylmer)

## CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE DE GATINEAU (CABG)

Services d'aide, de soutien et d'accompagnement

 42, avenue Gatineau, Gatineau QC J8T 4J3

 (819) 568-0747

 [centreadministration@videotron.ca](mailto:centreadministration@videotron.ca)

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

 Territoire desservi : Gatineau

## CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE DE HULL (CABH)

Services de popote roulante, accompagnement-transport, service d'aide aux impôts, programme d'aide aux aînés (PAVRE), aide aux formulaires, etc.

 12, rue Brodeur, Gatineau QC J8Y 2P4

 (819) 778-2900

 [direction@benevoles-outaouais.org](mailto:direction@benevoles-outaouais.org)

 [www.benevoles-outaouais.org](http://www.benevoles-outaouais.org)

 Territoire desservi : Gatineau (Hull)

# SERVICES À DOMICILE



## CENTRE D'ENTRAIDE AUX AÎNÉS

Services à domicile

 331, boul. de la Cité-des-Jeunes, Gatineau QC J8Y 6T3

 (819) 427-5252

 centredentraideauxaines@videotron.ca

 **www.entraideauxaines.ca**

 Territoire desservi : Gatineau (Hull)

## CENTRE DE RENCONTRE ARC-EN-CIEL

Maintien à domicile des personne âgées.

 448, rue de Pointe-Gatineau, Gatineau, QC, J8T 2B7

 (819) 243-2536

 ND

 **ND**

 Territoire desservi : Gatineau

## COOP DES 1001 CORVÉES

Aide à la vie domestique, services de répit aux aidants, soins et aide à l'hygiène et supervision en milieu de vie.

 185, rue Henri Bourassa, Papineauville QC J0V 1R0

 (819) 427-5252

 servicescoop1001@videotron.ca

 **www.coopdes1001corvees.ca**

 Territoire desservi : MRC de Papineau et Gatineau (Buckingham)

# SERVICES À DOMICILE



## COOPÉRATIVE DE SOLIDARITÉ D'AIDE DOMESTIQUE DE LA VALLÉE-DE-LA-GATINEAU

Services d'aide à domicile

 131, rue King, Maniwaki QC J9E 2L2

 (819) 441-0227 ou (877) 441-0227

 csadvq@videotron.ca

 [www.csadvq.ca](http://www.csadvq.ca)

 Territoire desservi : MRC de La Vallée-de-la-Gatineau

## PROGRAMME DE PRÉVENTION DES CHUTES CHEZ LES ÂÎNÉS (PIED)

Soutien médical spécialisé

 533, rue Baume, C.P. 69, Fort-Coulonge QC J0X 1V0

 1 800 828-3344

 ND

 [www.ciusss-capitalnationale.gouv.qc.ca/fr/services/aines/soutien-domicile/prevention-chutes](http://www.ciusss-capitalnationale.gouv.qc.ca/fr/services/aines/soutien-domicile/prevention-chutes)

 Territoire desservi : Provincial

## MAISON MATHIEU-FROMENT-SAVOIE

Centre de soins palliatifs.

 70, rue Sherbrooke Gatineau QC J8Y 2L6

 (819) 770-3900

 ND

 [www.mmfs.org/fr](http://www.mmfs.org/fr)

 Territoire desservi : Gatineau (Hull)

# SERVICES À DOMICILE



## MONT D'OR OU GOLDEN PEAK

Services d'aide à domicile

 533, rue Baume, C.P. 69, Fort-Coulonge QC J0X 1V0

 (819) 683-5552

 [lemontdor@hotmail.ca](mailto:lemontdor@hotmail.ca)

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

 Territoire desservi : MRC de Pontiac

## PROGRAMME DE PRÉVENTION DES CHUTES CHEZ LES AÎNÉS (PIED)

Programme communautaire offert gratuitement via les CLSC de l'Outaouais par un professionnel de la santé.

 ND

 1 800 828-3344

 ND

 [www.ciuss-capitalenationale.gouv.qc.ca/fr/services/aines/soutien-domicile/prevention-chutes](http://www.ciuss-capitalenationale.gouv.qc.ca/fr/services/aines/soutien-domicile/prevention-chutes)

 Territoire desservi : Provincial

## REMUE MÉNAGE DE L'OUTAOUAIS (RMO)

Service de maintien à domicile

 10, rue Noël, bureau 110, Gatineau QC J8Z 3G5

 (819) 778-2461

 [rmo@rmo.ca](mailto:rmo@rmo.ca)

 [www.rmo.ca/newsite](http://www.rmo.ca/newsite)

 Territoire desservi : Région métropolitaine de Gatineau et MRC des collines de l'Outaouais

# SERVICES À DOMICILE



## TABLE AUTONOME DES AÎNÉS DES COLLINES (TAAC)

Informations et support aux proches aidants

 1694 Montée de la Source, Cantley QC J8V 3H6

 (819) 457-9191

 ND

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

 Territoire desservi : MRC Collines de l'Outaouais

## VOIX ET SOLIDARITÉ DES AIDANTS NATURELS DE LA VALLÉE-DE-LA-GATINEAU (VOIX-SOL)

Centre de soins palliatifs.

 248, rue Cartier Maniwaki QC J9E 3P5

 (819) 441-1001

 ND

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

 Territoire desservi : MRC de La Vallée-de-la-Gatineau



# AUTRES RESSOURCES

## ACADÉMIE DES RETRAITÉS DE L'OUTAOUAIS (ARO)

Cours et ateliers divers: théâtre, chorale, arts, cartes, croissance et santé, informatique, langues, sorties sociales et culturelles, conférences, etc.

 331, boul. Cité-des-Jeunes, Gatineau QC J8Y 6T3

 (819) 776-5052

 aro2@videotron.ca **ou** aro2.joanne@videotron.ca

 **[www.aro.retraiteaction.ca](http://www.aro.retraiteaction.ca)**

 Territoire desservi : Outaouais

## AMBULANCE SAINT-JEAN (SJA)

Formation et cours de secourisme, de réanimation cardio-respiratoire et de massage cardiaque.

 74, boul. Gréber, Gatineau QC J8T 3P8

 (819) 561-6945

 info@qc.sja.ca

 **[www.sja.ca/French/Pages/home.aspx](http://www.sja.ca/French/Pages/home.aspx)**

 Territoire desservi : Gatineau

# AUTRES RESSOURCES



## ATELIER DE FORMATION SOCIOPROFESSIONNELLE DE LA PETITE- NATION

Formation socioprofessionnelle pour l'intégration sociale de personnes ayant des limitations physiques et/ou intellectuelles.

 358, rue Rossy, Saint-André-Avellin QC J0V 1W0

 (819) 983-6373

 atelier@atelierfspn.org

 [www.atelierfspn.ca](http://www.atelierfspn.ca)

 Territoire desservi : Municipalité de Saint-André-Avellin

## CARREFOUR DE LA MISÉRICORDE (CM)

Soutien aux familles et aux enfants vulnérables

 355, rue Laviolette, Gatineau QC J8P 5Z1

 (819) 643-5797

 info@carrefourmisericorde.org

 [www.carrefourmisericorde.org](http://www.carrefourmisericorde.org)

 Territoire desservi : Gatineau

## CENTRE D'ÉDUCATION DE BASE DE L'OUTAOUAIS (CÉBO)

Soutien à la lecture et à l'alphabétisation, soutien à repérer le nom des rues, lire une carte géographique, remplir un formulaire, etc.

 255, rue Saint-Rédempteur Gatineau QC J8X 2T4

 (819) 771-6556

 lecebo@hotmail.com

 [www.cebo.ca](http://www.cebo.ca)

 Territoire desservi : Outaouais

# AUTRES RESSOURCES



## CENTRE DE SERVICES SCOLAIRE DES HAUTS-BOIS-DE-L'OUTAOUAIS (CSSHBO)

Formation scolaire et professionnelle

 331, rue du Couvent, Maniwaki QC J9E 1H4

 (819) 449-7866 ou (888) 831-9606

 [communications@cshbo.qc.ca](mailto:communications@cshbo.qc.ca)

 [www.cshbo.qc.ca/fr](http://www.cshbo.qc.ca/fr)

 Territoire desservi : Outaouais

## CENTRE ESPOIR-ROSALIE

Soutien aux femmes et aux enfants vulnérables

 763, rue Saint-Louis, Gatineau QC J8T 2S9

 (819) 243-7663

 ND

 [www.espoirrosalie.org](http://www.espoirrosalie.org)

 Territoire desservi : Gatineau

## CENTRE INTERVALLE PONTIAC (ROCSMO)

Centre de réadaptation et d'hébergement

 230, rue Principale, Mansfield-et-Pontefract QC J0X 1R0

 (819) 683-3257

 ND

 [www.rocsmo.ca/membres/centre-intervalle-pontiac](http://www.rocsmo.ca/membres/centre-intervalle-pontiac)

 Territoire desservi : MRC de Pontiac

# AUTRES RESSOURCES



## CENTRE MECHTILDE

Maison d'aide et d'hébergement pour femme victime de violence et à risque d'itinérance.

 C.P. 79182, succ. Galeries de Hull Gatineau QC J8Y 6V2

 (819) 777-2952

 [accueil@centremechtilde.ca](mailto:accueil@centremechtilde.ca)

 [www.centremechtilde.ca](http://www.centremechtilde.ca)

 Territoire desservi : Gatineau (Hull)

## COLLÈGE D'ENSEIGNEMENT GÉNÉRAL ET PROFESSIONNEL DE L'OUTAOUAIS, CAMPUS FELIX-LECLERC

Centre de consultation et de traitement de dépendance à l'alcool, aux médicaments, aux drogues et au jeu.

 820, boul. de la Gappe, Gatineau QC J8T 7T7

 (819) 770-4012 ou 1 (866) 770-4012

 ND

 [www.cegepoutaouais.qc.ca/index.php/campus-felix-leclerc](http://www.cegepoutaouais.qc.ca/index.php/campus-felix-leclerc)

 Territoire desservi : Gatineau

## COLLÈGE D'ENSEIGNEMENT GÉNÉRAL ET PROFESSIONNEL DE L'OUTAOUAIS, CAMPUS GABRIELLE-ROY

Formation continue, alternance travail-études, formation techniques, préuniversitaire et plus.

 333, boul. de la Cité-des-Jeunes Gatineau QC J8Y 6M4

 (819) 770-4012 ou 1 (866) 770-4012

 ND

 [www.cegepoutaouais.qc.ca/index.php/campus-gabrielle-roy](http://www.cegepoutaouais.qc.ca/index.php/campus-gabrielle-roy)

 Territoire desservi : Gatineau (Hull)

# AUTRES RESSOURCES



## COMITÉ ALPHA PAPINEAU (CDEACF)

Centre d'alphabétisation populaire pour adultes.  
Soutien pour apprendre à lire, à écrire, à compter tout en faisant des activités de la vie quotidienne.

 390, avenue de Buckingham, Gatineau QC J8L 2G7

 (819) 986-7506

 alphapapineau@hotmail.com

 [www.centrealphapapineau.org](http://www.centrealphapapineau.org)

 Territoire desservi : Gatineau (Buckingham)

## COMITÉ RÉGIONAL TROISIÈME ÂGE PAPINEAU (CR3A)

Centre pour personnes âgées en perte d'autonomie.

 57, chemin de Montréal Est, Gatineau QC J8M 1K3

 (819) 281-2060

 [cdcrondpoint@videotron.ca](mailto:cdcrondpoint@videotron.ca)

 [www.cdcrondpoint.ca](http://www.cdcrondpoint.ca)

 Territoire desservi : MRC de Papineau et MRC des Collines-de-l'Outaouais

## COMMISSION SCOLAIRE DES PORTAGES DE L'OUTAOUAIS (CSPO)

Formation primaire, formation secondaire, formation professionnelle et formation générale des adultes.

 225, rue Saint-Rédempteur, Gatineau QC J8X 2T3

 (819) 771-4548

 [reception@cspo.qc.ca](mailto:reception@cspo.qc.ca)

 [www.cspo.qc.ca](http://www.cspo.qc.ca)

 Territoire desservi : Gatineau (Aylmer et Hull)

# AUTRES RESSOURCES



## COMMISSION SCOLAIRE AU COEUR-DES-VALLÉES (CSCCV)

Éducation préscolaire, formation primaire, formation secondaire, formation professionnelle et générale des adultes.

 582, rue Maclaren Est, Gatineau QC J8L 2W2

 (819) 986-8511

 [info@cscv.qc.ca](mailto:info@cscv.qc.ca)

 [www.cscv.qc.ca](http://www.cscv.qc.ca)

 Territoire desservi : Gatineau

## COMMISSION SCOLAIRE DES DRAVEURS

Formation primaire, formation secondaire, formation professionnelle et formation générale des adultes.

 200, boul. Maloney E, Gatineau QC J8P 1K3

 (819) 663-9221

 [reception@csdraveurs.qc.ca](mailto:reception@csdraveurs.qc.ca)

 [www.cssd.gouv.qc.ca](http://www.cssd.gouv.qc.ca)

 Territoire desservi : Gatineau (Hull)

## COMMISSION SCOLAIRE WESTERN QUEBEC (CSWQ)

Commission scolaire anglophone dévouée au développement personnel et à la préparation professionnelle de ses élèves.

 15, rue Katimavik Gatineau QC J9J 0E9

 (819) 684-2336 ou 1 (800) 363-9111

 ND

 [www.westernquebec.ca/fr](http://www.westernquebec.ca/fr)

 Territoire desservi : MRC de Pontiac et Outaouais

# AUTRES RESSOURCES



## COOPÉRATIVE DE SOLIDARITÉ BIO ÉQUITABLE DE L'OUTAOUAIS (CBIO)

Développement d'une agriculture urbaine innovante, permettant un développement économique, social et environnemental à Gatineau. Services: aménagement de jardin, achat de semences, ateliers, conférences, accompagnement, etc.

 71, rue Eddy Gatineau QC J8X 2W1

 (819) 205-3448

 info@bioequitable.net

 **www.bioequitable.net**

 Territoire desservi : Outaouais

## DEUIL APRÈS SUICIDE - CENTRE INTER-SECTION

Groupe de soutien pour personnes ayant perdu un être cher par suicide (écoute, rencontres, intervention pour les personnes endeuillées).

 1232, boul. Saint-René Ouest, Gatineau QC J8T 6H3

 (819) 568-4555

 coordo@inter-section.ca

 **www.inter-section.ca**

 Territoire desservi : Gatineau (Hull)

## DONNE-TOI UNE CHANCE

Activités d'aide, d'intervention et de soutien aux hommes qui présentent des difficultés (détresse/ violence conjugale/ violence familiale/ paternité, etc).

 1939, rue Saint-Louis, Gatineau QC J8T 4H5

 (819) 205-1451

 administration@donnetoiunechance.org

 **www.donnetoiunechance.org**

 Territoire desservi : Outaouais

# AUTRES RESSOURCES



## ENDEUILLÉS - ENTRAIDE-DEUIL DE L'OUTAOUAIS

Groupe d'entraide, d'écoute et de partage pour les personnes vivant un deuil à la suite d'un décès.

 115, boul. Sacré-Cœur, bureau 202, Gatineau QC J8X 1C5

 (819) 770-4814 ou 1 (866) 770-4814

 [direction@entraide-deuil.qc.ca](mailto:direction@entraide-deuil.qc.ca)

 [www.entraide-deuil.qc.ca](http://www.entraide-deuil.qc.ca)

 Territoire desservi : Outaouais

## ENTRAIDE-DEUIL OUTAOUAIS

Organisme communautaire de bienfaisance qui vise le mieux-être et l'autonomie des personnes endeuillées, à la suite du décès d'un être cher.

 115, boul. Sacré-Coeur, bureau 202, Gatineau QC J8X 1C5

 (819) 770-4814 ou 1 (866) 770-4814

 [direction@entraide-deuil.qc.ca](mailto:direction@entraide-deuil.qc.ca)

 [www.entraide-deuil.qc.ca](http://www.entraide-deuil.qc.ca)

 Territoire desservi : Outaouais

## ENTRE DEUX ROUES

Centre pour personnes âgées en perte d'autonomie

 124, rue Ste-Marie, Gatineau QC J8Y 2B1

 (819) 770-2233

 [entredouxroues@videotron.ca](mailto:entredouxroues@videotron.ca)

 [www.entredouxroues.org](http://www.entredouxroues.org)

 Territoire desservi : Gatineau (Hull)

# AUTRES RESSOURCES



## INSTITUT NATIONAL CANADIEN POUR LES AVEUGLES (INCA)

Programmes virtuels gratuits disponibles pour tous les Canadiens aveugles ou ayant une vision partielle ainsi qu'à leur familles, amis et proches aidants

 115, boul. Sacré-Coeur, bureau 202, Gatineau QC J8X 1C5

 1 (800) 465-4622

 quebec@inca.ca

 **www.cnib.ca**

 Territoire desservi : Provincial et National

## JEU, AIDE ET RÉFÉRENCES

Service téléphonique spécialisé. Bilingue, gratuit, anonyme et confidentiel aux joueurs compulsifs.

 124, rue Ste-Marie, Gatineau QC J8Y 2B1

 1 (800) 461-0140

 ND

 **www.aidejeu.ca**

 Territoire desservi : Provincial

## L'ARCHE OUTAOUAIS - L'ATELIER LES JOUETS D'ARC-EN-CIEL

Emplois adaptés aux personnes avec une déficience intellectuelle. Laver/désinfecter les jouets des garderies et l'équipement d'autres organisations.

 103, rue Crémazie, Gatineau QC J8Y 0A2

 (819) 772-1311

 atelieragape04@gmail.com

 **www.larche.ca/fr**

 Territoire desservi : Gatineau (Hull)

# AUTRES RESSOURCES



## L'APPUI OUTAOUAIS POUR LES PROCHES AIDANTS

Service téléphonique professionnel, confidentiel et gratuit aux proches aidants d'aînés et à leur entourage, aux intervenants et aux professionnels de la santé.

 203-92, boul. Saint-Raymond, Gatineau QC J8Y 1S7

 (819) 205-7705

 [administration@lappuioutaouais.org](mailto:administration@lappuioutaouais.org)

 [www.lappui.org/Regions/Outaouais](http://www.lappui.org/Regions/Outaouais)

 Territoire desservi : Outaouais

## L'AUTRE CHEZ-SOI

Maison d'accueil et d'hébergement pour femmes victimes de violence conjugale et familiale ainsi que leurs enfants.

 C.P. 444, Succursale Gatineau QC J9H 5E7

 (819) 685-0006

 [direction@lautrechezsoi.com](mailto:direction@lautrechezsoi.com)

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

 Territoire desservi : Gatineau (Aylmer)

# AUTRES RESSOURCES



## LA MAISON DE LA FAMILLE VALLÉE-DE-LA-LIÈVRE

Activités générales

 321, avenue de Buckingham, Gatineau QC J8L 2G4

 (819) 281-4359

 maison179@videotron.ca

 [www.mdf-valleedelalievre.ca](http://www.mdf-valleedelalievre.ca)

 Territoire desservi : Gatineau

## LES CHEVALIER DE COLOMB CONSEIL DE 10114 - STE-ROSE DE LIMA

Services d'aide et assistance mutuelles offerts aux membres et aux membres de leurs familles malades, handicapés et/ou dans le besoin.

 861, boul. St-René Est, Gatineau QC J8P 1V1

 ND

 cdec10114@gmail.com

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

 Territoire desservi : Gatineau

## LES CHEVALIER DE COLOMB CONSEIL DE 12556 - NOTRE-DAME-DES-NEIGES

Services d'aide et assistance mutuelles offerts aux membres et aux membres de leurs familles malades, handicapés et/ou dans le besoin.

 3, rue Donat St-Amour Gatineau (QC) J8M 1B6

 (819) 281-1131

 gastonrompre@videotron.ca

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

 Territoire desservi : Masson Angers

# AUTRES RESSOURCES



## LES CHEVALIER DE COLOMB CONSEIL DE 1693 - HULL

Services d'aide et assistance mutuelles offerts aux membres et aux membres de leurs familles malades, handicapés et/ou dans le besoin.

 690, boul. Saint-Joseph, Gatineau QC J8Y 4A8

 (819) 777-3266

 chevaliersdecolomb@gmail.com

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

 Territoire desservi : Gatineau (Hull)

## LES CHEVALIER DE COLOMB CONSEIL DE 2056 - BUCKINGHAM

Services d'aide et assistance mutuelles offerts aux membres et aux membres de leurs familles malades, handicapés et/ou dans le besoin.

 480, rue des Pins Gatineau QC J8L 2L3

 (819) 986-3293

 cdec\_conseil2056@videotron.ca

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

 Territoire desservi : Munciplaité de Buckingham

## LES CHEVALIER DE COLOMB CONSEIL DE 2880 - GATINEAU

Services d'aide et assistance mutuelles offerts aux membres et aux membres de leurs familles malades, handicapés et/ou dans le besoin.

 400, rue Raymond Gatineau QC J8P 5H4

 (819) 663-6107

 cdec2880@videotron.ca

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

 Territoire desservi : Gatineau

# AUTRES RESSOURCES



## LES CHEVALIER DE COLOMB CONSEIL DE 5228 - POINTE-GATINEAU

Services d'aide et assistance mutuelles offerts aux membres et aux membres de leurs familles malades, handicapés et/ou dans le besoin.

 635, boul. de la Gappe Gatineau QC J8T 8G1

 (819) 568-4401

 sec.sin5228@videotron.ca

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

 Territoire desservi : Gatineau

## LES CHEVALIER DE COLOMB CONSEIL DE 6006 - TOURAINE

Services d'aide et assistance mutuelles offerts aux membres et aux membres de leurs familles malades, handicapés et/ou dans le besoin.

 1, chemin des Érables, Gatineau QC J8V 1C1

 (819) 243-6006

 conseil6006@videotron.ca

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

 Territoire desservi : Gatineau

## LES CHEVALIER DE COLOMB CONSEIL DE 9988 - STE-MARIA-GORETTI

Services d'aide et assistance mutuelles offerts aux membres et aux membres de leurs familles malades, handicapés et/ou dans le besoin.

 664, rue de Duberger, C.P. 84013, Gatineau QC J8P 7R8

 (819) 669-3260

 Cdec9988@icloud.com

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

 Territoire desservi : Gatineau

# AUTRES RESSOURCES



## LES CHEVALIER DE COLOMB CONSEIL DE 5281 - AYLNER

Formation continue, alternance travail-études, formation techniques, préuniversitaire et plus.

 78, rue Principale Gatineau QC J9H 3L7

 (819) 684-5552

 [info@chevaliers5281.ca](mailto:info@chevaliers5281.ca)

 [www.chevaliers5281.ca](http://www.chevaliers5281.ca)

 Territoire desservi : Gatineau (Aylmer)

## LES ENFANTS DE L'ESPOIR DE HULL

activités éducatives et parascolaires pour enfants, ateliers, activités familiales, accompagnement et soutien aux enfants.

 50, rue Isidore-Ostiguy, Gatineau QC J8X 3B8

 (819) 778-5259

 [info@enfantsdelespoirhull.org](mailto:info@enfantsdelespoirhull.org)

 [www.enfantsdelespoirhull.org](http://www.enfantsdelespoirhull.org)

 Territoire desservi : Gatineau (Hull)

## LES OEUVRES ISIDORE OSTIGUY

Aider les personnes appauvries éprouvant des situations difficiles à devenir autonomes dans toutes les dimensions de la vie en société et dans leur milieu de vie.

 95, rue Lois, Gatineau QC J8Y 3R5

 (819) 778-1325

 [lguindon\\_oio@bellnet.ca](mailto:lguindon_oio@bellnet.ca)

 [www.les-oeuvres-isidore-ostiguy.ca](http://www.les-oeuvres-isidore-ostiguy.ca)

 Territoire desservi : Provincial et National

# AUTRES RESSOURCES



## MAISON ALONZO-WRIGHT

Lieu d'accueil, de repos et de cheminement pour ceux qui vivent une situation difficile, pour trouver un sens à leur existence.

 2425, rue Saint-Louis Gatineau QC J8V 1E7

 (819) 246-7277

 maisonalonzowright@videotron.ca

 **www.maisonalonzowright.com**

 Territoire desservi : Gatineau

## MAISON DE LA FAMILLE DU PONTIAC

Soutien aux familles et aux enfants vulnérables.

 161, rue Principale, C. P. 280, Fort-Coulonge QC J0X 1V0

 (819) 683-1337

 mdfpontiac.int@gmail.com

 **ND**

 Territoire desservi : MRC de Pontiac

## MAISON DE LA FAMILLE L'ÉTINCELLE

Aide aux personnes démunies.

 74, boul. Gréber, Gatineau QC J8T 3P8

 (819) 456-4696

 mdkletincelle@gmail.com

 **ND**

 Territoire desservi : MRC de Collines de l'Outaouais

# AUTRES RESSOURCES



## MAISON DE LA FAMILLE PETITE-NATION

Aide aux personnes démunies

 14, rue Saint Louis, Saint-André-Avellin QC J0V 1W0

 (819) 983-4384

 maisonfamillep-n@videotron.ca

 [www.maisonfamillep-n.wixsite.com/maisonfamillep-n](http://www.maisonfamillep-n.wixsite.com/maisonfamillep-n)

 Territoire desservi : MRC de Papineau

## MAISON MONBOURQUETTE

Services aux personnes endeuillées

 ND

 1 (888) 533-3845

 info@fondationmonbourquette.com

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

 Territoire desservi : Provincial

## PAVILLON JELLINEK

Centre de consultation et de traitement de dépendance à l'alcool, aux médicaments, aux drogues et au jeu.

 25, rue St-François, Gatineau QC J9A 1B1

 (819) 776-5584

 fondationjellinek@gmail.com

 [www.fondationjellinek.org](http://www.fondationjellinek.org)

 Territoire desservi : Gatineau (Hull)

# AUTRES RESSOURCES



## SOCIÉTÉ DE GÉNÉALOGIE DE L'OUTAOUAIS

Favorise la recherche en généalogie et la promotion de la rédaction de l'histoire des familles. Centre de recherches, ateliers d'initiation et conférences variées.

 855, boulevard de la Gappe Gatineau QC J8T 8H9

 (819) 243-0888

 sgo@genealogieoutaouais.com

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

 Territoire desservi : Gatineau

## SOCIÉTÉ HUNTINGDON DU QUÉBEC (SHQ)

Organisme à but non-lucratif qui répond aux besoins de la collectivité québécoise touchée par la maladie de Huntington.

 ND

 1 877 282-2444

 shq@huntingtonqc.org

 [www.huntingtonqc.org](http://www.huntingtonqc.org)

 Territoire desservi : Provincial

## SOLIDARITÉ GATINEAU OUEST (SGO)

Soutien aux familles et aux enfants vulnérables

 1096, rue St-Louis, Gatineau QC J8T 2R7

 (819) 246-2029

 ND

 [www.solidaritegatineauouest.ca](http://www.solidaritegatineauouest.ca)

 Territoire desservi : Gatineau

# AUTRES RESSOURCES



## TEL-AIDE OUTAOUAIS (TAO)

Service d'écoute téléphonique

 ND

 Gatineau: (819) 775-3223 ou Outaouais : 1-800-567-9699

 [administration@telaideoutaouais.ca](mailto:administration@telaideoutaouais.ca)

 [www.telaideoutaouais.ca](http://www.telaideoutaouais.ca)

 Territoire desservi : Provincial

## TREMLIN DES LECTEURS

Formation de base gratuite en français et en mathématiques, formation de base en informatique (des frais s'appliquent) et cours d'alpha-francisation.

 160, boul. Maloney Est, unité 12, Gatineau QC J8P 1C1

 (819) 643-0745

 [tremplindeslecteurs@gmail.com](mailto:tremplindeslecteurs@gmail.com)

 [www.tremplindeslecteurs.org](http://www.tremplindeslecteurs.org)

 Territoire desservi : Gatineau

## UNIVERSITÉ D'OTTAWA (UOTTAWA)

Formation scolaire et professionnelle.

 75 Laurier Ave E, Ottawa ON K1N 6N5

 (613) 562-5700 ou 1-877-868-8292

 [uOttawainfo@uOttawa.ca](mailto:uOttawainfo@uOttawa.ca)

 [www.uottawa.ca/fr](http://www.uottawa.ca/fr)

 Territoire desservi : Ottawa

# AUTRES RESSOURCES



## VENT DANS LES LETTRES (VDL)

Formation en alphabétisation et divertissement.

 797 Rue Jacques-Cartier Gatineau QC J8T 2W1

 (819) 561-5473

 ND

 [www.ventdansleslettres.ca/Accueil.php](http://www.ventdansleslettres.ca/Accueil.php)

 Territoire desservi : Ottawa

# INDEX

Académie des Retraités de l'Outaouais 1 .....	<b>P65</b>
Académie des Retraités de l'Outaouais 2 .....	<b>P93</b>
Action Aide Loisir Papineau .....	<b>P65</b>
Action Santé Outaouais .....	<b>P33</b>
Agence du revenu du Canada .....	<b>P50</b>
Aidants unis pour recréer ensemble des soutiens	<b>P12</b>
Aînés de la Baie .....	<b>P81</b>
Albatros Vallée-de-la-Gatineau .....	<b>P87</b>
Alcooliques anonymes .....	<b>P12</b>
Alliance Alimentaire Papineau .....	<b>P5</b>
Ambulance Saint-Jean .....	<b>P93</b>
Amicale des Handicapés Physiques de l'Outaouais	<b>P66</b>
Amicale des philatelistes de l'Outaouais .....	<b>P66</b>
Amis de St-Raymond .....	<b>P81</b>
APPUI Outaouais pour les proches aidants .....	<b>P102</b>
Arche Agapè .....	<b>P37</b>
Arche Outaouais - L'Atelier Les Jouets d'Arc-en- ciel .....	<b>P101</b>
Association canadienne de la dystrophie musculaire .....	<b>P12</b>
Association Canadienne de Soins Palliatifs .....	<b>P34</b>
Association Coopérative d'Économie Familiale de l'Outaouais .....	<b>P34</b>
Association de l'Ouïe de l'Outaouais .....	<b>P34</b>

# INDEX

Association de solidarité et d'entraide communautaire .....	<b>P37</b>
Association des auteurs et auteures de l'Outaouais	<b>P66</b>
Association des loisirs pour les Handicapés de la Lièvre .....	<b>P67</b>
Association des Neurotraumatisés - Région de l'Outaouais .....	<b>P13</b>
Association des Personnes Handicapées Visuelles de l'Outaouais .....	<b>P35</b>
Association des Personnes Vivant avec la Douleur Chronique .....	<b>P14</b>
Association des Résidants de l'Île de Hull .....	<b>P67</b>
Association des retraitées et retraités de l'éducation et des autres services publics du Québec .....	<b>P35</b>
Association Féminine d'Éducation et d'Action Sociale .....	<b>P35</b>
Association Nationale des Retraités Fédéraux de l'Outaouais .....	<b>P36</b>
Association pour l'intégration communautaire de l'Outaouais .....	<b>P13</b>
Association pour l'intégration communautaire de la Vallée-de-la-Gatineau « La Lanterne » .....	<b>P14</b>
Association Pour La Défense Des Droits Sociaux De Gatineau .....	<b>P36</b>
Association Pulmonaire du Québec .....	<b>P14</b>
Association québécoise de défense des droits des retraitées et préretraitées de l'Outaouais .....	<b>P33</b>

# INDEX

Association québécoise des personnes aphasiques	<b>P15</b>
Association québécoise des retraités du secteur public et para-public .....	<b>P36</b>
Association québécoise des soins palliatifs .....	<b>P37</b>
Association récréative de Templeton .....	<b>P67</b>
Atelier de formation socioprofessionnelle de la Petite-Nation .....	<b>P94</b>
Autre Chez-Soi .....	<b>P102</b>
Banque alimentaire de la Petite-Nation .....	<b>P5</b>
Banque Alimentaire Services Entraide (BASE) .....	<b>P6</b>
Bouffe Pontiac .....	<b>P6</b>
Bureau d'aide juridique - Gatineau, secteur Buckingham .....	<b>P38</b>
Bureau d'Aide juridique-Gatineau, Gatineau .....	<b>P38</b>
Bureau d'Aide juridique-Gatineau, secteur Aylmer	<b>P38</b>
Bureau Régional d'Action-Sida Outaouais .....	<b>P15</b>
Campus Civic (Hopital d'Ottawa) .....	<b>P15</b>
Campus Général d'Ottawa (Hôpital) .....	<b>P16</b>
Carrefour de la Miséricorde .....	<b>P94</b>
Centre Action générations des aînés de la Vallée-de-la Lièvre .....	<b>P87</b>
Centre Alimentaire Aylmer .....	<b>P6</b>
Centre antipoison du Québec .....	<b>P16</b>
Centre C.A.R.M.E.N. ....	<b>P16</b>

# INDEX

Centre d'action bénévole Accès .....	<b>P7</b>
Centre d'action bénévole Accès-2 .....	<b>P55</b>
Centre d'action bénévole Accès-3 .....	<b>P59</b>
Centre d'action bénévole Accès-4 .....	<b>P68</b>
Centre d'action bénévole Accès-5 .....	<b>P88</b>
Centre d'action bénévole de Gatineau .....	<b>P7</b>
Centre d'action bénévole de Gatineau-2 .....	<b>P55</b>
Centre d'action bénévole de Gatineau-3 .....	<b>P59</b>
Centre d'action bénévole de Gatineau-4 .....	<b>P88</b>
Centre d'action bénévole de Hull .....	<b>P7</b>
Centre d'action bénévole de Hull-2 .....	<b>P56</b>
Centre d'action bénévole de Hull-3 .....	<b>P60</b>
Centre d'action bénévole de Hull-4 .....	<b>P88</b>
Centre d'Activités Promotionnelles Outaouais .....	<b>P17</b>
Centre d'aide 24/7 .....	<b>P17</b>
Centre d'Aide et d'Accompagnement aux Plaintes	<b>P39</b>
Centre d'entraide aux aînés .....	<b>P59</b>
Centre d'entraide aux aînés 2 .....	<b>P89</b>
Centre d'intervention et de prévention en toxicomanie de l'Outaouais .....	<b>P17</b>
Centre d'aide aux victimes d'actes criminels de l'Outaouais .....	<b>P39</b>
Centre d'aide et de lutte contre les agressions sexuelles de l'Outaouais .....	<b>P39</b>
Centre d'Animation Familiale .....	<b>P8</b>
Centre d'Animation Familiale 2 .....	<b>P68</b>

# INDEX

Centre de prévention du suicide .....	<b>P18</b>
Centre de réadaptation La RessourSe .....	<b>P18</b>
Centre de rencontre Arc-en-ciel .....	<b>P8</b>
Centre de santé et de services sociaux - Maison de naissance de l'Outaouais .....	<b>P18</b>
Centre de santé et de services sociaux de l'Outaouais .....	<b>P19</b>
Centre de santé Perley et Rideau (pour anciens combattants) .....	<b>P19</b>
Centre de services scolaire des Hauts-Bois-de-l'Outaouais .....	<b>P95</b>
Centre d'éducation de base de l'Outaouais .....	<b>P94</b>
Centre des aînés de Gatineau (Campus 3) .....	<b>P78</b>
Centre Élisabeth Bruyère (Hôpital) .....	<b>P19</b>
Centre Espoir-Rosalie .....	<b>P95</b>
Centre hospitalier de Maniwaki (CISSS de la MRC de la Vallée de la Gatineau) .....	<b>P20</b>
Centre hospitalier Mémorial de Wakefield .....	<b>P20</b>
Centre Inter-Actif .....	<b>P20</b>
Centre Inter-Section .....	<b>P21</b>
Centre Intervalle Pontiac .....	<b>P95</b>
Centre juridique communautaire de Hull .....	<b>P40</b>
Centre local de services communautaires de Cantley (CSSS de la MRC des Collines) .....	<b>P21</b>

# INDEX

Centre local de services communautaires de Chapeau .....	<b>P21</b>
Centre local de services communautaires de Chelsea .....	<b>P22</b>
Centre local de services communautaires de Fort- Coulonge .....	<b>P22</b>
Centre local de services communautaires de Gracefield .....	<b>P22</b>
Centre local de services communautaires de Low Centre local de services communautaires de Maniwaki .....	<b>P23</b>
Centre local de services communautaires de Otter Lake .....	<b>P23</b>
Centre local de services communautaires de Quyong .....	<b>P24</b>
Centre local de services communautaires de Val- des-Monts .....	<b>P24</b>
Centre local de services communautaires Rapides-des-Joachims .....	<b>P24</b>
Centre Mechtilde .....	<b>P96</b>
Centre multiservices de La Pêche .....	<b>P25</b>
Centre multiservices de santé et de services sociaux de Mansfield-et-Pontefract .....	<b>P25</b>
Centre régional de cancérologie (Hôpital d'Ottawa) .....	<b>P25</b>
Centre Serge Bélair .....	<b>P26</b>

# INDEX

Cercle des Fermières Buckingham .....	<b>P79</b>
Cercle Des Fermières De Gatineau .....	<b>P79</b>
Cercle Des Fermières De Masson-Angers .....	<b>P79</b>
Cercle Des Fermières de Touraine .....	<b>P80</b>
Cercles des Fermières du Québec .....	<b>P78</b>
Chambre des notaires du Québec .....	<b>P40</b>
Chevalier de Colomb Conseil de 10114 - Ste-Rose de Lima .....	<b>P103</b>
Chevalier de Colomb Conseil de 12556 - Notre- Dame-des-Neiges .....	<b>P103</b>
Chevalier de Colomb Conseil de 1693 - Hull .....	<b>P104</b>
Chevalier de Colomb Conseil de 2056 - Buckingham .....	<b>P104</b>
Chevalier de Colomb Conseil de 2880 - Gatineau	<b>P104</b>
Chevalier de Colomb Conseil de 5228 - Pointe- Gatineau .....	<b>P105</b>
Chevalier de Colomb Conseil de 5281 - Aylmer ..	<b>P106</b>
Chevalier de Colomb Conseil de 6006 - Touraine	<b>P105</b>
Chevalier de Colomb Conseil de 9988 - Ste-Maria- Goretti .....	<b>P105</b>
Chevaliers De L'Âge D'or De Gatineau .....	<b>P82</b>
Clinique de droit notarial de l'Outaouais .....	<b>P40</b>
Clinique de la Mémoire de l'Outaouais .....	<b>P26</b>

# INDEX

Club d'âge d'Or de Duhamel .....	<b>P68</b>
Club d'âge d'Or de Fassett .....	<b>P69</b>
Club d'âge d'Or de Templeton .....	<b>P69</b>
Club d'Âge d'Or et ViActive St-Jean-de-Brébeuf de Gatineau .....	<b>P69</b>
Club de Bridge de Gatineau .....	<b>P70</b>
Club de Bridge du Parc .....	<b>P70</b>
Club de Curling de Buckingham .....	<b>P70</b>
Club de L'Âge D'or de Ripon .....	<b>P71</b>
Club de l'âge d'Or de Fort-Coulonge .....	<b>P71</b>
Club de l'âge d'Or l'Amicale Laurent-Groulx .....	<b>P71</b>
Club de l'âge d'Or les Bons copains .....	<b>P72</b>
Club de l'âge d'or Les joyeux copains .....	<b>P72</b>
Club de l'amitié de Plaisance .....	<b>P72</b>
Club de marche de FADOQ les étoiles d'argent de Cantley .....	<b>P73</b>
Club des aînés Anglophones de Gatineau- Friendship Club of Gatineau .....	<b>P73</b>
Club des ornithologues de l'Outaouais .....	<b>P73</b>
Club FADOQ Club d'Âge d'Or Belle Montée .....	<b>P74</b>
Club FADOQ Sainte-Thérèse-de-la-Gatineau .....	<b>P74</b>
Club la Paix d'Or .....	<b>P74</b>
Club les flèches d'argent de Hull .....	<b>P75</b>
Club Vallée d'Or FADOQ .....	<b>P75</b>
Club Vallée d'Or FADOQ St-André-Avellin .....	<b>P75</b>
Collège d'enseignement général et professionnel de l'Outaouais, Campus Felix-Leclerc .....	<b>P96</b>
Collège d'enseignement général et professionnel de l'Outaouais, Campus Gabrielle-Roy .....	<b>P96</b>

# INDEX

Comité Alpha Papineau .....	<b>P97</b>
Comité de Bénévolat pour la région Pontiac Ouest	<b>P60</b>
Comité de transport bénévole d'Otter Lake .....	<b>P60</b>
Comité régional troisième âge Papineau .....	<b>P97</b>
Commission canadienne des droits de la personne	<b>P50</b>
Commission des droits de la personne et des droits de la jeunesse .....	<b>P41</b>
Commission scolaire au Coeur-des-Vallées .....	<b>P98</b>
Commission scolaire des Draveurs .....	<b>P98</b>
Commission scolaire des Portages de l'Outaouais	<b>P97</b>
Commission scolaire Western Quebec .....	<b>P98</b>
Communauto .....	<b>P61</b>
Conseil pour la protection des malades .....	<b>P41</b>
COOP des 1001 Corvées .....	<b>P89</b>
Coopérative de Développement régional Outaouais-Laurentides .....	<b>P56</b>
Coopérative de solidarité bio équitable de l'Outaouais .....	<b>P99</b>
Coopérative De Solidarité D'Aide Domestique De La Vallée-De-La-Gatineau .....	<b>P90</b>
Corporation de L'ÂGE D'or D'Aylmer .....	<b>P76</b>
Corporation des Aînés de la Cabane en Bois Rond	<b>P76</b>
Corporation des transports collectifs de la Vallée- de-la-Gatineau .....	<b>P61</b>
Corporation des transports collectifs de Papineau	<b>P61</b>

# INDEX

Cour des petites créances Palais de Justice de Hull	<b>P41</b>
Curateur Public du Québec .....	<b>P44</b>
Curateur public du Québec .....	<b>P50</b>
Député de Chapleau - Coalition avenir Québec - Mathieu Lévesque .....	<b>P49</b>
Député fédéral de Gatineau - Parti Libéral du Canada - Steven MacKinnon .....	<b>P47</b>
Député fédéral de Hull - Aylmer - Parti Libéral du Canada - Greg Fergus .....	<b>P47</b>
Député fédéral de Pontiac - Parti Libéral du Canada – Sophie Chatel .....	<b>P47</b>
Député fédéral Agenteuil – La petite nation – Parti Libéral du Canada – Stéphane Lauzon .....	<b>P48</b>
Député provincial de Gatineau Coalition avenir Québec - Robert Bussière .....	<b>P48</b>
Député provincial de Papineau - Coalition avenir Québec – Mathieu Lacombe .....	<b>P49</b>
Député provincial de Pontiac - Parti libéral du Québec - André Fortin .....	<b>P48</b>
Députée provincial de Hull - Parti libéral du Québec - Maryse Gaudreault .....	<b>P49</b>
.....	<b>P99</b>
Deuil après suicide - Centre Inter-Section .....	<b>P26</b>
Diabète Outaouais .....	<b>P99</b>
Donne-toi une chance .....	<b>P42</b>
Droits des grands-parents .....	<b>P42</b>
Droits-Accès Outaouais .....	<b>P100</b>
Endeuillés - Entraide-Deuil de l'Outaouais .....	<b>P106</b>
Enfants de l'Espoir de Hull .....	
ENRICH-Réseau Anglophone des ressources en santé communautaire .....	<b>P27</b>

# INDEX

Entraide-Deuil Outaouais .....	<b>P100</b>
Entre Deux Roues .....	<b>P100</b>
Épilepsie Outaouais .....	<b>P27</b>
Équipe des bénévoles de la Haute-Gatineau .....	<b>P62</b>
Escale Saint-Rosaire .....	<b>P76</b>
FADOQ - Les Amis du Soleil .....	<b>P77</b>
Fadoq Outaouais .....	<b>P77</b>
FADOQ St-Luc Buckingham .....	<b>P77</b>
Fédération des Clubs d'Âge d'or du Québec .....	<b>P42</b>
Fédération des coopératives d'habitation de l'Outaouais .....	<b>P58</b>
.....	<b>P27</b>
Fondation des maladies mentales .....	<b>P78</b>
Fondation pour les aînés de l'Outaouais .....	<b>P8</b>
FriGoQuiroule .....	
Front d'action populaire en réaménagement urbain .....	<b>P43</b> <b>P28</b>
Gamblers anonymes .....	<b>P10</b>
Grenier des Collines .....	<b>P80</b>
Groupe Entre-Femmes de l'Outaouais .....	<b>P28</b>
Hôpital de Gatineau .....	<b>P28</b>
Hôpital de Hull .....	<b>P29</b>
Hôpital du Pontiac (CSSS de Pontiac) .....	<b>P29</b>
Hôpital en santé mentale Pierre-Janet .....	<b>P43</b>
Indemnisation des Victimes d'Actes Criminels .....	<b>P101</b>
Institut national canadien pour les aveugles .....	<b>P101</b>
Jeu, aide et références .....	<b>P82</b>
Joyeux retraités .....	

# INDEX

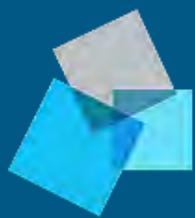
Le tremplin des lecteurs .....	<b>P110</b>
Légion canadienne de Buckingham .....	<b>P81</b>
Légion canadienne de Gatineau .....	<b>P80</b>
Ligne Aide Abus Aînés .....	<b>P44</b>
Logemen'Occupe .....	<b>P45</b>
Maison Alonzo-Wright .....	<b>P107</b>
Maison communautaire Daniel-Johnson .....	<b>P83</b>
Maison de la Famille de Gatineau .....	<b>P83</b>
Maison de la famille de la Vallée-de-la-Gatineau ....	<b>P83</b>
Maison de la Famille de Quyon .....	<b>P43</b>
Maison de la famille du Pontiac .....	<b>P107</b>
Maison de la Famille l'Étincelle .....	<b>P107</b>
Maison de la famille Petite-Nation .....	<b>P10-62-108</b>
Maison de la famille Vallée-de-la-Lièvre .....	<b>P103</b>
Maison Mathieu-Froment-Savoie .....	<b>P90</b>
Maison Monbourquette .....	<b>P108</b>
Mie de l'Entraide .....	<b>P9</b>
Modélistes Ferroviaires de Gatineau .....	<b>P84</b>
Moisson Outaouais .....	<b>P10</b>
Mont d'Or ou Golden Peak .....	<b>P91</b>
Œuvres Isidore Ostiguy .....	<b>P106</b>
Office de la protection du consommateur .....	<b>P51</b>
Parc Saint-Rosaire .....	<b>P84</b>
Pavillon du Parc .....	<b>P29</b>
Pavillon Jellinek .....	<b>P108</b>
Programme de prévention des chutes chez les aînés .....	<b>P90-91</b>
Protecteur du Citoyen .....	<b>P44</b>

# INDEX

Régime de rentes du Québec .....	<b>P51</b>
Regroupement des Associations de Personnes Handicapées de l'Outaouais .....	<b>P45</b>
Regroupement des Comités d'Usagers Outaouais .....	<b>P45</b>
Regroupement des Cuisines Collectives de Gatineau.....	<b>P11</b>
Regroupement des OSBL d'habitation et d'hébergement avec support communautaire en Outaouais .....	<b>P58</b>
Regroupement québécois des résidences pour aînés .....	<b>P58</b>
Remue Ménage de l'Outaouais .....	<b>P91</b>
Réseau Entre-Aidants .....	<b>P30</b>
Retraités du Centre communautaire Limbour .....	<b>P82</b>
Revenu Québec .....	<b>P51</b>
Santé et services sociaux du Québec .....	<b>P57</b>
Scrabble Outaouais .....	<b>P84</b>
Secrétariat aux aînés .....	<b>P52</b>
Service Canada .....	<b>P52</b>
Services de répit du Pontiac (Centre Valentin) .....	<b>P30</b>
Services Québec .....	<b>P52</b>
Société Alzheimer Outaouais .....	<b>P30</b>
Société canadienne de l'arthrite .....	<b>P31</b>
Société Canadienne de la Sclérose en Plaques .....	<b>P31</b>
Société Canadienne du Cancer .....	<b>P31</b>
Société d'Habitation du Québec .....	<b>P53</b>
Société d'histoire de l'Outaouais .....	<b>P85</b>
Société de généalogie de l'Outaouais .....	<b>P109</b>

# INDEX

Société de l'assurance automobile du Québec .....	<b>P53</b>
Société de transport de l'Outaouais .....	<b>P62</b>
Société d'histoire de Buckingham .....	<b>P85</b>
Société d'horticulture et d'écologie de l'Outaouais .....	<b>P85</b>
Société Huntingdon du Québec .....	<b>P109</b>
Société Parkinson du Québec .....	<b>P32</b>
Solidarité Gatineau Ouest .....	<b>P109</b>
SOS Violence conjugale .....	<b>P53</b>
Soupe Populaire de Hull .....	<b>P11</b>
Soupe populaire St-François de Sales .....	<b>P9</b>
Soupière de l'Amitié de Gatineau .....	<b>P9</b>
Studio Danielle .....	<b>P86</b>
Sûreté du Québec .....	<b>P54</b>
Table autonome des aînés des Collines .....	<b>P92</b>
Table de Concertation des Aînés et Retraités de l'Outaouais .....	<b>P46</b>
Table de concertation sur la faim et le développement social de l'Outaouais .....	<b>P46</b>
Tel-Aide Outaouais .....	<b>P109</b>
Transcolline .....	<b>P63</b>
TransporAction Pontiac .....	<b>P63</b>
Transport de l'Age d'Or de Campbell's Bay .....	<b>P63</b>
Transport spécialisé et médical de l'Outaouais .....	<b>P64</b>
Tremplin des lecteurs .....	<b>P110</b>
Tribunal administratif du logement .....	<b>P54</b>
Université d'Ottawa .....	<b>P110</b>
Vent dans les lettres .....	<b>P111</b>
Voix et solidarité des aidants naturels de la Vallée-de-la-Gatineau .....	<b>P92</b>



# AQDR

## Outaouais

ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DE DÉFENSE  
DES DROITS DES PERSONNES RETRAITÉES  
ET PRÉRETRAITÉES

**ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DE DÉFENSE DES DROITS  
DES PERSONNES RETRAITÉES ET PRERETRAITÉES DE  
L'OUTAOUAIS**

**Téléphone : 819-771-8391, poste 320**

**Courriel : [info@aqdroutaouais.org](mailto:info@aqdroutaouais.org)**

**Site internet : [aqdroutaouais.org](http://aqdroutaouais.org)**

**Facebook : [facebook.com/AQDROutaouais/](https://facebook.com/AQDROutaouais/)**