

RÉPERTOIRE DES ORGANISMES

2021-2022



Centraide
Outaouais



TABLE DES MATIÈRES

- 3 ORGANISMES COMMUNAUTAIRES RÉGIONAUX**
Regional Community Agencies
- 9 GATINEAU - SECTEUR D'AYLMER**
Gatineau - Aylmer Area
- 11 GATINEAU - SECTEUR DE HULL**
Gatineau - Hull Area
- 15 GATINEAU - SECTEUR DE GATINEAU**
Gatineau - Gatineau Area
- 19 GATINEAU - SECTEURS DE BUCKINGHAM ET DE MASSON-ANGERS**
Gatineau - Buckingham and Masson-Angers Areas
- 21 MRC DE PONTIAC**
Pontiac MRC
- 24 MRC DES COLLINES-DE-L'OUTAOUAIS**
Collines-de-l'Outaouais MRC
- 27 MRC DE PAPINEAU**
Papineau MRC
- 29 MRC DE LA VALLÉE-DE-LA-GATINEAU**
Vallée-de-la-Gatineau MRC
- 31 INDEX**



**ORGANISMES
COMMUNAUTAIRES
RÉGIONAUX**
Regional Community
Agencies

ACCUEIL-PARRAINAGE OUTAOUAIS (APO)

Service d'accueil et d'aide permettant de faciliter le processus d'adaptation et d'intégration des nouveaux arrivants (réfugiés et immigrants) qui s'établissent dans la région de l'Outaouais.

Provides services for newcomers (refugees and immigrants) to help them adapt to their new community"

Bato Redzovick, directeur général

✉ 124, rue Jeanne-d'Arc, Gatineau QC J8Y 2H7
☎ (819) 777-2960
☎ (819) 777-1739
✉ direction@apo-qc.org
🌐 www.apo-qc.org

ACCOMPAGNEMENT DES FEMMES IMMIGRANTES DE L'OUTAOUAIS (AFIO)

Favorise l'intégration sociale, culturelle et économique des femmes immigrantes et de leur famille dans la société d'accueil.

Promotes the social, cultural and economic integration of immigrant women and their families in their host society.

Bettyna Bélizaire, directrice

✉ 009-109, rue Wright, Gatineau QC J8X 2G7
☎ (819) 776-6764
✉ direction@afio.ca
✉ info@afio.ca
🌐 www.afio.ca

COUP DE
CŒUR
2015

ASSOCIATION COOPÉRATIVE D'ÉCONOMIE FAMILIALE DE L'OUTAOUAIS (ACEF)

Défend et fait la promotion des droits et intérêts des consommateurs de l'Outaouais et offre des services d'information, d'éducation et de consultation budgétaire pour personnes vivant avec des difficultés financières.

Defends and promotes the rights and interests of consumers living in the Outaouais region. Provides information, education and consultation services to people in financial difficulty.

Berthine Jean-Glouzon, gestionnaire

✉ 102-109, rue Wright, Gatineau QC J8X 2G7
☎ (819) 770-4911 • 1 (866) 770-4911
✉ info@acefo.org
🌐 www.acefo.org

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

Soutien, information, entraide et activités récréatives offerts aux personnes ayant une déficience intellectuelle et à leur famille, afin de favoriser et faciliter leur inclusion sociale et communautaire.

Provides support and assistance to the intellectually disabled and their family

Stéphane Viau, directeur général
stephane.viau@apico.ca

✉ 405, boul. Maloney Est, Gatineau QC J8P 6Z8
☎ (819) 669-6219
✉ info@apico.ca
🌐 www.apico.ca

ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DES TROUBLES D'APPRENTISSAGE - OUTAOUAIS (AQETA)

Offre une aide aux enfants et adultes ayant des troubles d'apprentissage afin de faciliter leur intégration dans le réseau de l'éducation et dans la vie communautaire. Soutien, information, répit, conférences publiques, etc.

Provides assistance to children and adults with learning difficulties.

Paul Morin, directeur
info.aqetaoutaouais@videotron.ca

✉ 205-109, rue Wright, Gatineau QC J8X 2G7
☎ (819) 777-3126
☎ (819) 777-5423
✉ info@aqeta.org
🌐 www.aqeta.org

BRAS OUTAOUAIS

Élabore et fait la promotion des actions communautaires visant l'amélioration de la qualité de vie de la population de l'Outaouais par rapport au VIH/sida.

Establishes and promotes social actions for Outaouais' population in regards to bettering its quality of life in the matter of HIV/AIDS.

Sylvain Laflamme, directeur général
dg@lebras.qc.ca

✉ 003-109, rue Wright, Gatineau QC J8X 2G7
☎ (819) 776-2727 • 1 (877) 376-2727
☎ (819) 776-2001
✉ info@lebras.qc.ca
🌐 www.lebras.qc.ca

LES APPRENTIS (CENTRE D'APPRENTISSAGE POUR LA DÉFICIENCE INTELLECTUELLE)

Fournit à des personnes vivant avec une déficience intellectuelle des situations de travail et d'apprentissage permettant le développement de leurs aptitudes et habiletés, tout en offrant un répit aux familles.

Provides activities promoting the independence and the social integration of the intellectually disabled, while offering respite to families.

Aurèle Desjardins, directeur général
adesjardins@lesapprentis.ca






 410, boul. Maloney Ouest, Gatineau QC J8P 6W2
 (819) 663-0062
 info@lesapprentis.ca
 www.lesapprentis.ca

CENTRE D'AIDE ET DE LUTTE CONTRE LES AGRESSIONS SEXUELLES DE L'OUTAOUAIS (CALAS)

Intervient auprès des femmes ayant été agressées sexuellement, et fait de la prévention et de la sensibilisation en matière d'agressions sexuelles.

Provides assistance for sexual assaulted women and conducts preventive and awareness activities in the area of sexual abuse."

Isabelle Dubé, intervenante

 C.P. 1872, Succursale B, Gatineau QC J8X 3Z1
 (819) 771-1773 • 1 (866) 757-7757
 (819) 771-6233
 calas@bellnet.ca
 www.calas.ca

CENTRE DE DÉTRESSE D'OTTAWA ET DE LA RÉGION

Distress Centre of Ottawa and region

Service d'écoute et d'information téléphonique anonyme et confidentiel pour personnes anglophones se sentant seules ou déprimées, vivant une situation de crise ou songeant au suicide.

Offers an anonymous, confidential telephone service for English-speaking individuals who are lonely or depressed, in crisis or contemplating suicide.

Charles Laframboise, directeur administratif
execdir@dcottawa.on.ca






 P.O. Box 3457, Station C, Ottawa ON K1Y 4J6
 (613) 238-3311 • 1 (866) 676-1080
 (613) 722-5217
 office@dcottawa.on.ca
 www.dcottawa.on.ca

CENTRE D'INTERVENTION EN ABUS SEXUELS POUR LA FAMILLE (CIASF)

Intervient auprès des familles et individus touchés par des problèmes d'agression sexuelle à l'endroit des enfants.

Provides assistance and support to families and individuals confronted with child sexual abuse problems

Sébastien Lachambre, directeur général

 400A-92, boul. St-Raymond, Gatineau QC J8Y 1S7
 (819) 595-1905 • 1 (855) 595-1905
 (819) 595-3487
 info@ciasf.org
 www.ciasf.org

ENTRAIDE FAMILIALE DE L'OUTAOUAIS

Organise des services d'entraide afin de répondre aux besoins de base des personnes et familles à faible revenu de l'Outaouais par le don de meubles, d'information et d'éducation. Gère le MAGASIN QUI DONNE.

Organizes peer support services to meet the basic needs of low-income individuals and families in the Outaouais region, through donations of furniture, information and education. Operates the MAGASIN QUI DONNE ("the giving store").

David Reny, directeur general

 396, rue Notre-Dame, Gatineau QC J8P 1L5
 (819) 669-0686
 communications.efo@gmail.com
 www.entraidefamiliale.com

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



Intervient auprès des personnes ayant des problèmes liés à l'alcool et aux drogues et fait de la prévention en matière de toxicomanie. Gère également le LAB qui est un lieu d'expression artistique pour les jeunes adultes de 16 à 30 ans aux prises avec diverses difficultés.

Provides assistance to people with drug and alcohol related problems, as well as preventive activities in the area of addictions. Also manages the LAB, a place where young adults aged 16 to 30 with various problems can express themselves artistically.

Yves Séguin, directeur général
yves.seguin@cipto.org

 92, rue St-Jacques, Gatineau QC J8X 2Z2
 (819) 770-7249 • 1 (866) 778-4372
 (819) 770-9199
 accueil@cipto.org
 www.cipto.qc.ca

Le Lab

 48, rue Frontenac, Gatineau QC J8X 1Z1
 (819) 777-1806



ENTRE DEUX ROUES

Permet la réintégration culturelle et sociale des personnes en perte de mobilité.

Permits the cultural and social reintegration of persons with reduced mobility.

Francine St-Jean, directrice générale
francinest-jean@entredouxroues.org

 124, rue Ste-Marie, Gatineau QC J8Y 2B1
 (819) 770-2233
 direction@entredouxroues.org
 www.entredouxroues.org

ESPACE OUTAOUAIS

Programme de prévention de la violence faite aux enfants.

Child abuse prevention program.

Stéphanie Hartin, coordonnatrice
espaceoutaouais@videotron.ca

 10, rue Noel, local 107, Gatineau QC J8Z 3G5
 (819) 771-1546
 (819) 771-7491
 espaceoutaouais@videotron.ca
 www.espacesansviolence.org

ÉQUIPE SOUTIEN-FAMILLE (ESF)

Offre aux familles en difficulté des services de soutien parental et de répit afin de prévenir l'abus et la négligence chez les enfants de 18 mois à 5 ans.

Provides parental support and respite care to at-risk families, to prevent abuse and neglect of children aged 18 months to 5 years.

Sophie Beauchamps, directrice générale

 51-A, rue Principale, Gatineau QC J9H 3L2
 (819) 682-2037
 esf2020@gmail.com
 Équipe Soutien-Famille

LE GÎTE-AMI

Le Gîte Ami est un centre d'hébergement temporaire communautaire œuvrant auprès de personnes confrontées à des difficultés liées à l'exclusion sociale et à l'itinérance.

Offers temporary shelter for the homeless persons of the Outaouais region.

Lise Paradis, directrice générale
direxe@legiteami.org

 85, rue Morin, Gatineau QC J8X 0A1
 (819) 776-5953 administration
 (819) 776-0134 accueil
 (819) 776-9916
 accueil@legiteami.org
 www.legiteami.org

LES ŒUVRES ISIDORE OSTIGUY (OIO)

Aide les personnes appauvries qui éprouvent des situations difficiles au niveau du logement pour qu'elles deviennent autonomes; offre des activités d'éducation et des services de soutien.

Helps underprivileged individuals, going through difficult situations to gain autonomy regarding housing; offers educational activities and support services.

Louise Guindon, directrice générale





 95, rue Lois, Gatineau QC J8Y 3R5
 (819) 778-1325
 dg_oio@videotron.ca
 Les Oeuvres Isidore Ostiguy

MOISSON OUTAOUAIS

Banque alimentaire régionale qui permet d'améliorer la qualité de vie des personnes socioéconomiquement défavorisées de la région de l'Outaouais en répondant à leurs besoins en nourriture. Coordonne la cueillette et la distribution de denrées alimentaires.

A regional food bank ensuring food supply to the community organizations that provide assistance to people in need in the Outaouais region. Works on the development of sustainable solutions to ensure food security."

Armand Kayolo, directeur général
directiongenerale@moissonoutaouais.com

 37, rue Bombardier, Gatineau QC J8R 0G4
 (819) 669-2000
 info@moissonoutaouais.com
 www.moissonoutaouais.com

TEL-AIDE OUTAOUAIS

Service d'écoute et d'information téléphonique anonyme et confidentiel pour personnes se sentant seules ou déprimées, vivant une situation de crise ou songeant au suicide.

An anonymous and confidential telephone service for people who are lonely or depressed, in crisis or contemplating suicide.

Monique Chartrand, directrice générale
direction@telaideoutaouais.ca

 C.P. 2121, Succursale B, Gatineau QC J8X 3Z4
 (819) 776-2649
 (613) 741-4381 (Ottawa)
 administration@telaideoutaouais.ca
 www.telaideoutaouais.ca



GATINEAU SECTEUR D'AYLMER

Gatineau - Aylmer Area

AVENUE DES JEUNES

Organisme communautaire jeunesse dont la mission consiste à améliorer la qualité de vie des jeunes de notre communauté et de la région de l'Outaouais à partir de différents programmes (maisons de jeunes et clubs de devoirs).

Community youth agency whose mission is to improve the quality of life of our community and Outaouais region youth through the delivery of various programs such as youth centers and homework clubs.

Caroline Baillargeon, directrice générale
caroline@avenuedesjeunes.com

✉ 10, rue Bériault, Gatineau QC
☎ (819) 778-0634
☎ (819) 778-0191
✉ administration@avenuedesjeunes.com
🌐 www.avenuedesjeunes.com

Autres points de service

Les Deschênés

✉ 26, rue Arthur-Whelan, Gatineau QC J9H 0A2
☎ (819) 684-2953 (soir)
☎ (819) 778-0634 (jour)

Maison de jeunes au Pic d'Aylmer

✉ 175, rue Front, Gatineau QC J9H 5S9
☎ (819) 684-2236 (soir)
☎ (819) 778-0634 (jour)

CENTRE ALIMENTAIRE AYLMEER (CAA)

Service d'aide et d'entraide alimentaire offert aux individus et familles défavorisés du secteur Aylmer.

Provides emergency food supplies and mutual aid for individuals and families in need living in the Aylmer area

Gérard Émond, directeur général
centrealimentaire-dir@videotron.ca

 67, du Couvent, Gatineau QC J9H 6A2
 (819) 684-0163
 (819) 684-4714
 centrealimentaire-coordo@videotron.ca
 www.centrealimentaireaylmer.org

CENTRE COMMUNAUTAIRE ENTRE-NOUS (CCEN)

Lieu de rencontre et de soutien offert aux familles d'Aylmer, en particulier à celles du quartier McLeod. Divers programmes et activités sont offerts afin d'enrichir leur qualité de vie ainsi que celle de la communauté.

Drop-in and support centre for the families of Aylmer, particularly those from the McLeod area. Different programs and activities are offered to enrich their quality of life and to enrich the community.

Yannick Boullay, coordonnateur

 175, rue Front, Gatineau QC J9H 5S9
 (819) 684-2236
 info@centrecommunautaireentrenous.org
 Centre communautaire Entre-Nous
 www.centrecommunautaireentrenous.org

CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE « ACCÈS » (CAB ACCES)

Maintient et améliore la qualité de vie des personnes âgées, défavorisées ou dans le besoin, en leur offrant des services qui leur permettent de vivre le plus autonome possible à leur domicile.

Maintains and enhances the quality of life of the elderly, disadvantaged individuals or people in need, by providing services that promote independent living in their homes as much as possible.

 67, rue Principale, Gatineau QC J9H 3L4
 (819) 684-2242
 (819) 682-2641
 cab.access@videotron.ca
 www.cabaccés.ca

GROUPE COMMUNAUTAIRE DESCHÊNES (GCD)

Lieu de rencontre et de soutien offert aux familles d'Aylmer, en particulier à celles du quartier Deschênes. Divers programmes et activités sont offerts afin d'enrichir leur qualité de vie ainsi que celle de la communauté.

Drop-in and support centre for Aylmer families, particularly those from the Deschênes community. Different programs and activities are offered to enrich their quality of life and to enrich the community.

Catalina Mondol, coordonnatrice

 57, chemin Vanier, Gatineau QC
 Postale : 25, rue St-Médard, Gatineau QC J9H 1Z4
 (819) 684-7999
 (819) 557-0771
 gcd_intervenante@hotmail.com
 groupedeschenes.myfreesites.net

POPOTE ROULANTE D'AYLMER

Aylmer Meals on Wheels

Service de repas chauds livrés à domicile aux personnes âgées, malades ou incapables de subvenir à leurs besoins alimentaires et vivant dans la région d'Aylmer.

Provides home-delivered hot meals for the elderly, the sick and the disabled living in the Aylmer region.

Mary-Ann Latimer, présidente

✉ 59, rue Bancroft, Gatineau QC J9H 4N6

☎ (819) 664-2529

✉ madamebill@hotmail.com

f Aylmermow





GATINEAU SECTEUR HULL

Gatineau - Hull Area

AVENUE DES JEUNES

Organisme communautaire jeunesse dont la mission consiste à améliorer la qualité de vie des jeunes de notre communauté et de la région de l'Outaouais à partir de différents programmes (maisons de jeunes et clubs de devoirs).

Community youth agency whose mission is to improve the quality of life of our community and Outaouais region youth through the delivery of various programs such as youth centers and homework clubs.

Cassandra Lafrenière, directrice générale
cassandra@avenuedesjeunes.com

✉ 10, rue Bériault, Gatineau QC
☎ (819) 778-0634
📠 (819) 778-0191
📧 cassandra@avenuedesjeunes.com
🌐 www.avenuedesjeunes.com

Autres points de service

Antrados

✉ 10, rue Bériault, Gatineau QC J8X 1A3
☎ (819) 778-0634

Maison du Parc de l'Île

✉ 94, rue Mance, Gatineau QC J8X 4A3
☎ (819) 772-6626 (soir)
☎ (819) 778-0634 (jour)

AVENUE DES JEUNES AUBERGE DU COEUR, HÉBERGE-ADOS

Ressource d'hébergement d'urgence pour les jeunes entre 13 et 17 ans. Organisme communautaire jeunesse dont la mission consiste à améliorer la qualité de vie des jeunes de notre communauté et de la région de l'Outaouais à partir de différents programmes (maisons de jeunes et clubs de devoirs).

Emergency shelter for adolescents 13 to 17 years old . Community youth agency whose mission is to improve the quality of life of our community and Outaouais region youth through the delivery of various programs such as youth centers and homework clubs.

Caroline Baillargeon, directrice générale

✉ 39, rue Richard, Gatineau QC J8Y 4Y6
☎ (819) 771-1750
📧 infoha@avenuedesjeunes.com

LA MAISON DE L'AMITIÉ

Travaille à bâtir un milieu de vie humain et sécuritaire en développant une prise de pouvoir et un engagement des gens du quartier JeanDallaire-Hanson.

Working with the inhabitants of the Jean-DallaireHanson community block, to empower them through their participation in the building of a safe and humane environment.

Nadine Guevremont, coordonnatrice

✉ 58, rue Hanson, Gatineau QC J8Y 3M5
☎ (819) 772-6622
📧 maisonamitiehull@videotron.ca
📌 Maison de l'Amitié Hull

CENTRE D'ENTRAIDE AUX AÎNÉS

Services offerts aux résidants de Hull de 65 ans et plus en légère perte d'autonomie afin d'améliorer leur qualité de vie et leur maintien à domicile.

Home support services provided to residents of the Hull area, aged 65 and over, who are beginning to lose their ability to function independantly in order to enhance their quality of life and maintain them in their homes.

Christiane Charron, directrice générale
christianecharroncea@videotron.ca

✉ 101-331, boul. Cité-des-Jeunes, Gatineau QC J8Y 6T3
☎ (819) 771-6609
📧 centredentraideauxaines@videotron.ca
🌐 www.entraideauxaines.ca

LES ENFANTS DE L'ESPOIR DE HULL

Offrir une aide adaptée aux familles de milieux socioéconomiquement défavorisés dont les difficultés peuvent avoir des répercussions négatives sur le développement des enfants.

Helping families from socio-economical impoverished environments, focusing on children whose development is negatively affected by the family's difficulties.

Tara Whissell, coordonnatrice
tara@enfantsdelespoirhull.org

✉ 36, rue Mance, Gatineau, QC J8X 4A3
☎ (819) 778-5259
📧 info@enfantsdelespoirhull.org
🌐 www.enfantsdelespoirhull.org

MAISON COMMUNAUTAIRE DANIEL-JOHNSON (MCDJ)

Lieu de rencontre pour les individus et familles du secteur de Hull, particulièrement du quartier Daniel-Johnson, qui offre diverses activités visant à améliorer la qualité de vie des résidents du quartier.

Drop-in and support centre for the individuals and families of the Daniel-Johnson area in Hull area; offers different programs and activities to enrich their quality of life.

Rachelle Larocque, coordonnatrice
rlarocque.mcdj@bellnet.ca

 22, rue Arthur-Buies, Gatineau QC J8Z 1P5
 (819) 772-6625
 (819) 772-6624
 Maison communautaire Daniel-Johnson
 mcdj@bellnet.ca

MANNE DE L'ÎLE

Dépannage alimentaire pour personnes dans le besoin.

Offers emergency food supplies for people in need.

Vincent heine, directeur général
vincent@mannedelile.com



 119, rue Carillon, Gatineau QC J8X 2P8
 (819) 770-5261
 (819) 772-8348
 info@mannedelile.com
 www.mannedelile.com

MAISON D'ACCUEIL MUTCHMORE

Améliorer la vie des résidents du quartier Mutchmore, développer l'entraide, l'implications citoyenne, le sentiment d'appartenance, conscientiser les résidents aux réalités sociales, économiques et politiques.

Improve the quality of life of residents of the Mutchmore area, develop mutual support, citizen involvement, a sense of belonging, raise residents awareness of social, economic and political realities.

Patricia Garzon, directrice

 142, rue Mutchmore, Gatineau QC J8Y 3T7
 (819) 770-0788
 maisonaccueil.dg@videotron.ca
 www.maisondaccueilmutchmore.ca

SOUPE POPULAIRE DE HULL

Du lundi au vendredi, accueille des personnes vivant une situation de précarité financière, sociale ou personnelle en leur offrant le soutien et les outils nécessaires pour améliorer leur qualité de vie et offre un service de repas sur l'heure du midi.

Monday to Friday, serves meals to people in need and provides educational activities designed to help people become self-reliant and offers lunch.

Michel Kasongo, directeur général
dg@soupepopulairedehull.org

Centre de jour Yolande-Duval

 297, boul. des Allumettières, Gatineau QC J8X 2S7
 (819) 778-0173
 (819) 778-7408
 administration@soupepopulairedehull.org
 www.soupepopulairedehull.org



GATINEAU

SECTEUR GATINEAU

Gatineau - Gatineau Area

ADOJEUNE

Maintient et exploite des lieux de rencontre afin de venir en aide aux adolescents en difficulté. Favorise la participation des adolescents et de la population à la programmation d'activités récréatives et communautaires. Maintient et exploite une maison d'hébergement d'urgence pour les jeunes en difficulté.

Maintains and operates friendship centers to help youth at risk. Encourages the participation of youth and of the general population in the delivery of recreational and community activities. Maintains and operates an emergency shelter for youth at risk.

Nicole Simard, directrice

Points de service

Maison des jeunes Centre communautaire Gérard-Pezzani

✉ 22, rue d'Auvergne, Gatineau QC J8T 6J8
☎ (819) 568-4499
✉ communicationsc@adojeune.org
🌐 www.adojeune.org

Maison des jeunes Rivière-Blanche

*Temporairement fermée

✉ 1259, boul. Maloney Est, Gatineau QC J8P 1J2
☎ (819) 669-9308

Maison des jeunes du Lac-Beauchamp

✉ 42, Sanscartier, Gatineau QC J8P 4N5
☎ (819) 568-4499

ADOJEUNE **L'APPART ADOJEUNE, UNE AUBERGE DU CŒUR**

Ressource d'hébergement d'urgence pour adolescents de 13 à 17 ans en difficulté dans la région de l'Outaouais.

Emergency shelter for adolescents 13 to 17 years old at risk in the Outaouais region.

✉ 10, Curé-André-Pressault, Gatineau QC J8T 6N8
☎ (819) 205-7204
📧 coordoappart@adojeune.org

CENTRE D'ANIMATION FAMILIALE (CAF)

Lieu de rencontre et de soutien pour les familles de Gatineau, particulièrement celles du quartier des Riverains. L'organisme propose diverses activités afin d'améliorer leurs conditions de vie et celles de leurs enfants.

Drop-in and support centre for the families of Gatineau, particularly those from the des Riverains area; offers different programs and activities to enrich their quality of life.

Andréanne Landry, directrice générale
andreeanne.lecaf@outlook.com

✉ 1312, boul. St-Louis, Gatineau QC J8T 2M7
☎ (819) 561-5196
📧 lecaf@videotron.ca
🌐 centredanimationfamiliale.mozello.com

CAMPUS 3

Centre de jour visant le bien-être et l'autonomie des personnes âgées au sein d'un réseau d'entraide et de bénévolat.

Day centre supporting the wellbeing and autonomy of elderly persons through a network of peer helpers and volunteers.

Lemy Nguyen, directrice générale
lnguyen@campus3.ca

✉ 196, rue Notre-Dame (église), Gatineau QC J8P 1K4
☎ (819) 663-3305
☎ (819) 669-9465
📧 info@campus3.ca
🌐 campus3.ca

ESPOIR ROSALIE

Aide et soutien aux mères monoparentales à faible revenu afin de leur permettre d'atteindre une autonomie financière, parentale et personnelle.

Enables financially disadvantaged single mothers to develop the means and resources to achieve financial, parental and personal independence"

Caroline Girard, directrice générale
carolinegirard@espoirrosalie.org

✉ 763, rue Saint-Louis, Gatineau QC J8T 2S9
☎ (819) 243-7663
☎ (819) 243-7648
📧 763, rue Saint-Louis, Gatineau QC J8T 2S9
🌐 www.espoirrosalie.org

LA POINTE AUX JEUNES (PAJ)

Maison de jeunes offrant aux adolescents des services et des activités favorisant leur développement personnel et social.

Youth drop-in centre that provides services and activities promoting the personal and social development of adolescents.”

Anne Boutin, directrice générale
directionpaj@videotron.ca

 1-448, rue de Pointe-Gatineau, Gatineau QC J8T 2B7
 (819) 243-2537
 pointeauxjeunes@videotron.ca
 [pointe aux jeunes](#)

Autre point de service**La Cabane**

 104, rue du Barry, Gatineau QC J8T 5E2

MON CHEZ-NOUS INC.

Aide au logement avec soutien communautaire pour les personnes fragilisées et à faible revenu.

Housing assistance with community support for disadvantaged individuals and families.

Éric Tremblay
eric@moncheznousinc.ca

 808, Boul. Maloney Est, Gatineau QC J8P 0J8
 (819) 669-6032
 (819) 669-2100
 logement@moncheznousinc.ca
 moncheznousinc.ca

SOLIDARITÉ GATINEAU-OUEST (SGO)

Soutien et activités offerts aux individus et familles éprouvant des difficultés au plan social ou économique.

Provides support and activities for individuals and families in financial or social difficulties.

Claudette Boivin, directrice

 1096, rue St-Louis, Gatineau QC J8T 2R7
 (819) 246-2029
 (819) 968-3810 (cell.)
 s.g.o@videotron.ca
 www.solidariteGatineauouest.ca



GATINEAU SECTEURS DE BUCKINGHAM ET DE MASSON-ANGERS

Gatineau - Buckingham and
Masson-Angers Areas

COUP DE
CŒUR
2019

CENTRE ACTION GÉNÉRATIONS DES ÂÎNÉS DE LA VALLÉE-DE-LA-LIÈVRE (CAGA)

Activités de soutien pour les aînés et les personnes en perte d'autonomie (visites d'amitié, cafés-rencontre, téléphones amicaux et accompagnement-transport pour les familles en difficulté.

Supports activities for the elderly and persons who are losing their ability to function independently; these activities include friendly visits, coffee hour, friendly phone calls and transportation assistance for families in difficulty.

Michèle Osborne, directrice générale, poste 101
directioncaga@videotron.ca

✉ 390, avenue de Buckingham, Gatineau QC J8L 2G7
☎ (819) 281-4343
☎ (819) 281-4344
✉ info@cagavl.ca
🌐 cagavl.ca

CENTRE ACTU-ELLE

Centre communautaire offrant des services d'accueil, d'écoute, d'information et une variété d'activités aux femmes et jeunes mères afin de favoriser leur intégration dans leur communauté et la société.

A community centre serving women and young mothers and offering front-line services, active listening and information, along with a variety of activities promoting community and social integration.

Andréanne Fournier, directrice générale
directiongenerale@actuelle.ca


✉ 501, rue des Pins, Gatineau QC J8L 2L2
☎ (819) 986-9713
✉ info@actuelle.ca
🌐 www.centreactuelle.ca

LA MIE DE L'ENTRAIDE

Service d'aide et d'entraide alimentaire offert aux individus et familles défavorisés du secteur de Buckingham.

Provides emergency food supplies and mutual aid for individuals and families in need living in the Buckingham area.

Anne Mercier, directrice générale





 129, rue Joseph, Gatineau QC J8L 1G1
 (819) 281-3231
 lamiedelentraide@videotron.ca
 la-mie-de-lentraide.business.site

SOS CONTACT AL-TO

Intervention auprès des personnes ayant des problèmes d'alcoolisme ou de toxicomanie.

Offers support services for people addicted to alcohol or drugs.

Sylvain Charron, directeur général
Maurice Hotte, directeur des programmes
mauricehotte@hotmail.com

 948, rue Georges, Gatineau QC J8L 2E5
 (819) 281-2570
 soscontact@hotmail.com
 madojeunes.ca/s-o-s-contact-al-to

M-ADO JEUNES

Un lieu de rencontre afin de prévenir les problèmes chez les jeunes et de venir en aide aux adolescents et adolescentes qui éprouvent des difficultés reliées à la consommation de drogue, d'alcool et à des situations familiales problématiques.

Drop-in center helping youth to deal with alcohol, drugs and family related problems; the main focus is on prevention."

Sylvain Charron, directeur général

 948, rue Georges, Gatineau QC J8L 2E5
 (819) 281-2570
 madojeune@videotron.ca
 www.madojeunes.ca

Autre point de service

Le Bistr-ados

 375, avenue de Buckingham, Gatineau QC J8L 2G6

MdJ Anger

 1109, rue de Neuville



MRC DE PONTIAC

Pontiac MRC

COUP DE
CŒUR
2018

BOUFFE-PONTIAC

Service de sécurité alimentaire desservant les municipalités du secteur du Pontiac. Vise à répondre aux demandes urgentes de dépannage alimentaire; à soutenir et développer des alternatives de sécurité alimentaire : cuisines collectives, magasins-partage et groupes d'achats.

Food security services for the municipalities in the sector of Pontiac. Answers urgent food help requests. Supports and develops collective food kitchens, community food stores and purchasing groups.

Kim Laroche, directrice

✉ 3, rue Elsie, C.P. 309, Campbell's Bay QC J0X 1K0
☎ (819) 648-2550
✉ bouffePontiac@yahoo.fr
f Bouffe Pontiac

CENTRE SERGE BÉLAIR

Service de répit offert aux familles ayant à leur charge une ou des personnes handicapées sur le plan physique ou intellectuel.

Provides respite for families who are caring for one or more physically or intellectually disabled individuals.

Kim Boucher, directrice

✉ 233, rue Principale, Mansfield QC J0X 1R0
☎ (819) 683-5669 administration
☎ (819) 683-2242 accueil
✉ centresergebelair@bellnet.ca

COMPTOIR ST-PIERRE DE FORT-COULONGE/MANSFIELD

Services d'aide et de dépannage offrant notamment de la nourriture et des vêtements aux familles et individus dans le besoin.

Provides assistance and relief, including food and clothing distribution, to families and individuals.

Stéphane Durocher, coordonnateur

✉ 175-C, chemin de la Chute, Mansfield QC J0X 1R0
 ☎ (819) 683-2345
 ✉ sdurocher@mdjpontiac.com

LE JARDIN ÉDUCATIF DU PONTIAC

Activités éducatives basées essentiellement sur le travail et la vie de groupe pour jeunes présentant des difficultés d'adaptation scolaire et sociale.

Offers educational activities based primarily on work and social skills to youth in difficulty.

Martin Riopel, directeur général
 m.riopel_directionjep@outlook.com

✉ 3, rue McCuaig, C.P. 29, Campbell's Bay QC J0X 1K0
 ☎ (819) 648-5402
 ☎ (819) 648-5405
 ✉ info@jepontiac.org
 📌 Jardin Éducatif du Pontiac
 🌐 jepontiac.org

MAISON DE LA FAMILLE DU PONTIAC

Offre un lieu de rencontre et des activités préventives aux familles du Pontiac et des environs.

Drop-in centre offering activities focused on prevention, for families in the Pontiac area.

Lisa Danis, directrice générale

✉ 161, rue Principale, C.P. 280
 Fort-Coulonge QC J0X 1V0
 ☎ (819) 683-1337
 ✉ mdfpontiac@gmail.com
 📌 Maison de la famille du Pontiac



LES MAISONS DES JEUNES DU PONTIAC

Offre aux jeunes de la MRC Pontiac, âgés principalement de 10 à 17 ans, quatre lieux de rencontre et de socialisation sains et structurés.

Offers youth services in the regional municipality of county of Pontiac for ages 10 to 17, at four different service locations.

Stéphane Durocher, directeur
sdurocher@mdjpontiac.com

Points de service

Maison des jeunes de Mansfield

✉ 298-A, rue Principale
Mansfield-et-Ponterfract QC J0X 1R0
☎ (819) 683-1044
☎ (819) 683-2669
✉ info@mdjpontiac.com
🌐 www.mdjpontiac.com

Maison des jeunes Rapide-des-Joachims

✉ 52, rue de l'Église, Rapide-des-Joachims QC J0X 3M0
☎ (613) 586-2370

Maison des jeunes de Shawville « The garage »

✉ 430, rue Bristol, Shawville QC J0X 2Y0
☎ (819) 647-5912

PATRO DE FORT-COULONGE/MANSFIELD

Activités éducatives, sociales, culturelles, sportives et parascolaires offertes aux jeunes vivant dans la région du Haut-Pontiac.

Education centre which offers social, cultural, athletic and extra-curricular activities for the youth of the UpperPontiac region.

Suzanne Dazé, directrice générale
sd.patro@outlook.com

✉ 209, chemin de la Passe
C.P. 100, Mansfield QC J0X 1V0
☎ (819) 683-3347
✉ nr.coordonnatrice.patro@outlook.com
🌐 www.lepatro.org



MRC DES COLLINES-DE-L'OUTAOUAIS

Collines-de-l'Outaouais MRC

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

Atelier de jour pour adultes ayant une déficience intellectuelle.

Day centre that offers a variety of activities for the intellectually disabled.

Estelle Lussier, directrice

✉ 20, chemin Raphaël, La Pêche QC J0X 2W0
☎ (819) 456-4896 administration
(819) 456-1535 poste 6 centre de jour
✉ administration@lalanterne.ca
🌐 www.lalanterne.ca

CENTRE KOGALUK

Hébergement et services d'interventions individualisés aux personnes et familles sans-abri de l'Outaouais.

Shelter and individualized support services to homeless individuals and families in the Outaouais region.

Jacinthe Potvin, directrice générale

✉ C.P. 482, Gatineau QC J0X 2G0
27, chemin Elm, Municipalité du Pontiac
☎ (819) 684-7144
☎ (819) 684-3788
✉ kogaluk@videotron.ca
🌐 www.centrekogaluk.ca

LA SOURCE DES JEUNES

Offre un lieu de rencontre et d'échange pour les jeunes âgés entre 8 et 17 ans de la population de Cantley. L'organisme propose des activités éducatives et préventives, culturelles et sociales, artistiques et sportives.

Youth drop-in centre, ages 8 to 17, which provides services and activities promoting personal and social development.

Roxanne Proulx, coordonnatrice
coordo@lasourcedesjeunes.com

✉ 100, rue du Commandeur, Cantley QC J8V 3T5
☎ (819) 607-0871
✉ info@lasourcedesjeunes.com
f La Source des jeunes

LE GRENIER DES COLLINES

Contribue à la sécurité alimentaire en offrant des services de dépannage alimentaire, des magasinspartage alimentaires et des cuisines collectives dans une optique de responsabilisation et de prise en charge.

Supports food security through food-relief and foodsharing programs, and community kitchens, while encouraging accountability and empowerment.

Marie-Pier Chaput, directrice générale

✉ 2-34, chemin de l'Église, Val-des-Monts QC J8N 2A1
☎ (819) 457-1010 • 1 (888) 457-6426
✉ legrenierdescollines@bellnet.ca
f Le Grenier des Collines – Banque alimentaire
🌐 legrenierdescollines.com

COUP DE
CŒUR
2016

MAISON DE JEUNES LE MASHADO

Accueille les jeunes et les adolescents afin de leur permettre de mettre sur pied des projets et activités de loisir. La Maison leur propose des sorties et les aide à s'intégrer socialement.

Youth drop-in centre that provides services and activities promoting personal and social development.

Jessica Louis, directrice générale
direction@mashado.ca

✉ 8, chemin des Optimistes, C.P. 144
La Pêche QC J0X 2W0
☎ (819) 456-1100
🌐 www.mashado.ca

COUP DE
CŒUR
2014

MAISON DE LA FAMILLE DE QUYON

Offre un lieu de rencontre et des activités préventives aux familles de Quyon et des environs.

Drop-in center and activities focused on prevention for families in the Quyon area.

Silviana Geoffroy, directrice
directionmfq@gmail.com

✉ 1074, rue Clarendon, C.P. 39, Quyon QC J0X 2V0
☎ (819) 458-2808
✉ directionmfq@gmail.com
f La Maison de la famille de Quyon

**MAISON DE LA FAMILLE
L'ÉTINCELLE**

Favorise l'épanouissement des familles de La Pêche, encourage l'entraide et le partage dans un climat d'ouverture tout en respectant la diversité de la communauté. Vient en aide aux familles défavorisées du milieu par le biais de différentes activités d'information, de soutien et de sensibilisation.

Promotes the blossoming of families from La Pêche, encourages mutual aid and sharing in an open climate, while respecting our community's diversity. Helps disadvantaged families of the sector with activities providing information, offering support and raising awareness.

Javier Philippe-Fortin, directeur général

- ✉ 26 rue Principale Ouest, La Pêche QC J0X 2W0
- ☎ (819) 456-4696
- ✉ mdffetincelle@gmail.com
- 📘 Maison de la famille l'Étincelle





MRC DE PAPINEAU

Papineau MRC

ASSOCIATION POUR PERSONNES HANDICAPÉES DE PAPINEAU (APHP)

Organise des activités de loisirs pour les personnes handicapées afin de contrer l'isolement social et physique.

Organizes recreational activities for handicapped persons to prevent social and physical isolation.

Céline Deschambault, directrice générale
celine.deschambault@laphp.ca

✉ 1165, route 321 Nord, St-André-Avellin QC J0V 1W0
☎ (819) 983-2648
📧 celine.deschambault@laphp.ca
📌 Association pour Personnes Handicapées
de Papineau

ATELIER DE FORMATION SOCIOPROFESSIONNELLE DE LA PETITE-NATION (AFSPN)

Vise à favoriser l'intégration/la réintégration sociale et professionnelle de la personne présentant une déficience intellectuelle et/ou physique.

Provides activities promoting the independence and the social and professional integration of the intellectually and physically disabled.

Gabrielle Bruneau, directrice générale
direction@atelierfspn.org

✉ 358, rue Rossy, St-André-Avellin QC J0V 1W0
☎ (819) 983-6373
☎ (819) 983-6368
📧 atelier@atelierfspn.org
🌐 www.atelierfspn.org

BANQUE ALIMENTAIRE DE LA PETITE-NATION (BAPN)

Service de dépannage alimentaire offert aux individus et familles dans le besoin vivant dans la région de la MRC Papineau.

Food bank for families and individuals in need living in the regional municipality of county of Papineau.

Nathalie Faubert, directrice générale
bapn.direction@gmail.com

✉ 1264, route 317, Ripon QC J0V 1V0
☎ (819) 983-3191 • 1 (855) 983-3191
📠 (819) 983-5191
✉ bapn.info@gmail.com
🌐 www.bapn.ca

COMITÉ RÉGIONAL TROISIÈME ÂGE PAPINEAU (CR3A)

Favorise le maintien à domicile, l'autonomie, l'intégration sociale, la promotion des droits, la prévention de la violence et des abus tant physiques que psychologiques auprès des personnes âgées.

Provides home support services for seniors and promotes their autonomy, social integration and human rights as well as the prevention of physical and psychological violence against, and abuse of, seniors.

Lucie Touchette, directrice générale

✉ 134, rue Principale, St-André-Avellin QC J0V 1W0
☎ (819) 983-1565
📠 (819) 983-4455
✉ cr3a1978@gmail.com
🌐 www.cr3a.ca

MAISON DE LA FAMILLE DE LA PETITE-NATION

Contribue au mieux-être des familles en leur offrant un milieu de vie, des services d'aide et d'entraide qui répondent à leurs besoins.

Contributes to the well-being of families by providing a favorable environment, assistance and mutual aid that meet their needs."

Danielle Danis, directrice générale
maisonfamillep-n@videotron.ca

✉ 14, rue St-Louis, St-André-Avellin QC J0V 1W0
☎ (819) 983-4384
✉ maisonfamillep-n@videotron.ca
📘 Maison de la Famille Petite Nation



PRÉVENTION C.É.S.A.R. PETITE-NATION

Favorise l'intégration fonctionnelle et harmonieuse des jeunes de 6 à 19 ans en offrant quatre lieux de rencontre et de socialisation.





Youth services for ages 6 to 19, at four different service locations.

Sylvie Durocher, directrice



 Prévention CÉSAR Petite-Nation
 preventioncesar.ca

Points de service



Maison des jeunes de Papineauville

 168, rue Jeanne-d'Arc, Papineauville QC J0V 1R0
 (819) 308-1010, poste 105
 (819) 308-9797
 info@preventioncesar.ca

Maison de jeunes de Ripon

 31, rue Coursol, Ripon QC J0V 1M0
 (819) 983-2000, poste 2715

Maison des jeunes de Chénéville

 63, rue Hôtel-de-Ville, Chénéville QC J0V 1M0
 (819) 428-3583, poste 1209

Maison des jeunes de Saint-André-Avellin

 528-A, rue Patrice, St-André-Avellin QC J0V 1W0
 (819) 983-4519

SERVICE ANIMATION JEUNESSE DE L'OUTAOUAIS (SAJO)

Centre communautaire ouvert à toute la population et en particulier aux jeunes en difficulté et à leurs familles. Au moyen de loisirs, le centre vise à créer un milieu de vie pour celui ou celle qui traverse une situation problématique dans sa vie, laquelle est susceptible de nuire à son équilibre en milieu familial, à son intégration sociale ou à son développement.

Outdoor community centre and day camp offering to the population, and particularly to youth at risk and their families, recreational activities in a structured environment in order to promote their development and integration into society.

Jonathan Bock, directeur général
jonathanbock@sajo.qc.ca

 67, Montée St-André, St-Sixte QC J0X 3B0
 (819) 985-2711
 info@sajo.qc.ca
 www.sajo.qc.ca



MRC DE LA VALLÉE-DE-LA-GATINEAU

Vallée-de-la-Gatineau MRC

L'ENTRAIDE DE LA VALLÉE

Assurer la transformation des aliments afin de veiller à la sécurité alimentaire des personnes et familles démunies via les centres de dépannage alimentaire et la Popote roulante.

Process food products to provide food security for individuals and families in need through food banks and meals-on-wheels.

Nathalie Larche, directrice générale

✉ 446, rue de la Montagne, Maniwaki QC J9E 1K6

☎ (819) 441-3596

✉ entraidevallee@videotron.ca

🌐 solpak.ca/bienvenue-lentraide-de-vallee

AUX GOÛTS DU JOUR

Centre de dépannage alimentaire, aide aux personnes démunies. Sur rendez-vous seulement.

Emergency food centre providing assistance to the needy. By appointment only.

Raymonde Carpentier, secrétaire-trésorière
rcarpentier_marois@yahoo.ca

✉ 42, rue Principale, Gracefield, QC J0X 1W0

☎ (819) 463-1469

✉ rcarpentier_marois@yahoo.ca

LE PAIN QUOTIDIEN

Centre de dépannage alimentaire, aide aux personnes démunies

Emergency food center providing assistance to the needy.

Marjolaine Piché, présidente

✉ 326, rue du Couvent, Maniwaki, QC J9E 1H4

☎ (819) 306-0562

✉ marjopiche1@hotmail.com

CENTRE D'AIDE ET DE LUTTE CONTRE LES AGRESSIONS À CARACTÈRE SEXUEL (CALACS) VALLÉE-DE-LA-GATINEAU

Vient en aide aux femmes et aux adolescentes âgées de 12 ans et plus ayant vécu une ou plusieurs agressions sexuelles, récentes ou passées. Services offerts en toute confidentialité.

Assistance for women and females aged 12 or over who have experienced one or more sexual assaults, either recently or in the past. Services are completely confidential.

Maude Bélair, intervenante responsable et communautaire
maude@calacsvg.com

✉ C.P. 273, Maniwaki, QC J9E 3C9

☎ (819) 441-2111

✉ contact@calacsvg.com

🌐 www.calacsvg.com

CENTRE JEAN-BOSCO

Favorise l'intégration sociale et professionnelle des personnes ayant des limitations fonctionnelles et le développement de l'emploi pour les personnes handicapées.

Promote the social and occupational integration of persons with functional limitations, and develop employment opportunities for persons with disabilities.

Mario Beaumont, directeur général, administration et finances

✉ 204, rue Laurier, Maniwaki, QC J9E 2K9

☎ (819) 449-4057

✉ directeur.cjb@videotron.ca

JEUNESSE SANS FRONTIÈRES DE LA VALLÉE-DE-LA-GATINEAU

Maison de jeunes, services offerts aux 12 à 17 ans. Ateliers de prévention de la toxicomanie, ateliers de cuisine, activités ponctuelles, sorties de groupe, activités de financement, tennis de table, billard, accès internet, etc.

Youth centre serving those aged 12 to 17. Substance abuse prevention workshops, cooking workshops, group outings and other activities, financial activities, table tennis, billiards, Internet access and so on.

Mélissa Vachon, directrice générale
direction.jsfvg@gmail.com

✉ 119, Rue St-Joseph, Gracefield, QC J0X 1W0

☎ (819) 463-4030

✉ info@jsfvg.com

📘 Jeunesse sans frontières Vallée de la Gatineau

🌐 www.jsfvg.com

MANI-JEUNES

Tenir un lieu de rencontre animé où les jeunes de 12 à 18 ans, au contact d'adultes représentatifs, pourront devenir des citoyens critiques, actifs et responsables.

A place for moderated discussion where 12- to 18-year-olds spend time with representative adults and can become critical, active and responsible citizens.

Sandra Fortin, directrice générale
direction@mani-jeunes.ca






 86, rue Roy, Maniwaki, QC J9E 3G9
 (819) 449-6609
 direction@mani-jeunes.ca
 Mdj Mani Jeunes

SUICIDE DÉTOUR

Intervenir en prévention du suicide auprès des personnes suicidaires, des tiers, des personnes vulnérables et des endeuillés par suicide de la Vallée-de-la-Gatineau.

Prevention work with people who are suicidal, third parties, the vulnerable and those grieving a suicide in the Gatineau valley.

Carole St-Amour, coordonnatrice

 181, rue Notre-Dame, Maniwaki, QC J9E 2J6
 (819) 441-1010
Pour urgence 1866 APPELLE
 administration@suicidedetour.org
 Suicide Détour
 www.suicidedetour.org

VOIX ET SOLIDARITÉ DES AIDANTS NATURELS DE LA VALLÉE-DE-LA-GATINEAU

Regrouper les aidants naturels afin de veiller à leur bien-être et à la sauvegarde de leurs intérêts. Supporter leurs droits. Organiser des activités permettant d'améliorer leur qualité de vie. Offrir une ligne d'écoute, de la formation et du soutien.

Bring natural caregivers together to monitor their well-being and protect their interests. Support their rights. Organize activities to improve their quality of life. Provide a listening channel, guidance and support.

Nancy Boudrias, Conseillère pour les proches aidants

 147, boul. Desjardins, Maniwaki, QC J9E 2C9
 (819) 441-1001
Sans Frais 1-855-448-1818
 voix.solidarite.vg@hotmail.com
 Voix et solidarité des aidants naturels
 www.voixetsolidarite.com

INDEX

- 3 Accueil-Parrainage Outaouais (APO)
- 3 Accompagnement des femmes immigrantes de l'Outaouais (AFIO)
- 16 Adojeune - L'Appart Adojeune
- 15 Adojeune
- 3 Association coopérative d'économie familiale de l'Outaouais (ACEFO)
- 4 Association pour l'intégration communautaire de l'Outaouais (APICO)
- 23 Association pour l'intégration communautaire de la Vallée-de-la-Gatineau « La Lanterne »
- 26 Association pour personnes handicapées de Papineau (APHP)
- 4 Association québécoise des troubles d'apprentissage (AQETA) - Outaouais
- 26 Atelier de formation socio-professionnelle de la Petite-Nation (Atelier FSPN)
- 29 Aux Goûts du jour
- 13 Avenue des jeunes - Auberge du cœur
- 9 Avenue des jeunes - secteur Aylmer
- 12 Avenue des jeunes - secteur Hull
- 27 Banque alimentaire de la Petite-Nation (BAPN)
- 20 Bouffe-Pontiac
- 4 BRAS Outaouais
- 18 Centre Action Générations des Aînés de la Vallée-de-la-Lièvre (CAGAVL)
- 18 Centre Actu-Elle
- 10 Centre alimentaire Aylmer (CAA)
- 10 Centre communautaire Entre-Nous (CCEN)
- 10 Centre d'action bénévole « Accès » (CAB Accès)
- 5 Centre d'aide et de lutte contre les agressions sexuelles de l'Outaouais (CALAS)
- 30 Centre d'aide et de lutte contre les agressions à caractère sexuel (calacs) Vallée-de-la-Gatineau
- 16 Centre d'animation familiale (CAF)
- 13 Centre d'entraide aux aînés (CEA)
- 6 Centre d'intervention en abus sexuels pour la famille (CIASF)
- 6 Centre d'intervention et de prévention en toxicomanie de l'Outaouais (CIPTO)
- 5 Centre de détresse d'Ottawa et de la région
- 16 Campus 3
- 30 Centre Jean-Bosco
- 23 Centre Kogaluk
- 20 Centre Serge Bélair
- 27 Comité Régional Troisième Âge Papineau (CR3A)
- 21 Comptoir St-Pierre de Fort-Coulonge / Mansfield
- 6 Entraide familiale de l'Outaouais
- 7 Entre Deux Roues
- 7 Équipe Soutien-famille (ESF)
- 7 Espace Outaouais
- 16 Espoir Rosalie
- 10 Groupe communautaire Deschênes (GCD)
- 30 Jeunesse Sans Frontières de la Vallée –De-La-Gatineau
- 30 Le Pain Quotidien
- 13 La Maison de l'amitié
- 19 La Mie de l'Entraide
- 17 La Pointe aux Jeunes (PAJ)
- 24 La Source des Jeunes
- 7 Le Gîte-Ami
- 24 Le Grenier des Collines
- 21 Le Jardin éducatif du Pontiac
- 29 L'Entraide de la Vallée
- 13 Les Enfants de l'espoir de Hull
- 5 Les Apprentis (Centre artisanal pour la déficience intellectuelle)
- 22 Les Maisons des jeunes du Pontiac
- 8 Les Oeuvres Isidore Ostiguy (OIO)
- 19 M-Ado Jeunes
- 14 Maison communautaire Daniel-Johnson (MCDJ)
- 14 Maison d'accueil Mutchmore
- 24 Maison de jeunes « Le Mashado »
- 25 Maison de la famille « L'Étincelle »
- 27 Maison de la Famille de la Petite-Nation
- 24 Maison de la famille de Quyon
- 21 Maison de la famille du Pontiac
- 31 Mani-Jeunes
- 14 Manne de l'île
- 8 Moisson Outaouais
- 17 Mon Chez-Nous Inc.
- 22 Patro de Fort-Coulonge / Mansfield
- 11 Popote Roulante d'Aylmer
- 28 Prévention C.É.S.A.R. Petite-Nation
- 28 Service animation Jeunesse de l'Outaouais (SAJO)
- 17 Solidarité Gatineau-Ouest
- 19 SOS Contact AI-To
- 14 Soupe populaire de Hull
- 31 Suicide Détour
- 8 Tel-Aide Outaouais
- 31 Voix et solidarité des aidants naturels de la Vallée-De-La-Gatineau



Centraide
Outaouais

POUR NOUS JOINDRE

819 771.7751 ou 1 800 325.7751

CENTRAIDEOUTAOUAIS.COM

