

Food bank: Are you hungry?

- [Moisson Outaouais](#) 819-669-2000
- Table de la faim 819-778- 8969

Elders (abuse and support resources)

- Ligne Aide Abus-Aînés 1-888-489-2287
- Ligne Info-Aidant 1-855-852-7784
- Centre d'action bénévole de Gatineau 819-568-0747
- Centre action génération aînés Vallée-de-la-Lièvre 819-281-4343
- Centre d'entraide aux ainés 819-771-6609
- Centre de ressources Connexions (English-speaking) 819-777-3206
- Campus 3 819-663-3305
- La Table autonome des aînés des Collines 1 855-662-4637 # 244
- Table de concertation des aînés et des retraités de l'Outaouais ([TCARO](#)) 819-771-8391 #232
- Société d'Alzheimer de l'Outaouais (819) 777-4232

Conjugal violence

- SOS violence conjugale 1-800-363-9010
- Emergency (for man or woman) 911

Mental Health Services: Anxiety Problems?

- Prévention suicide 1-866-APPELLE (277-3553)
- Centre d'aide 24/7 (819) 595-9999
- Droit-Accès-Outaouais (819) 777-4746
- Tél-aide Outaouais 1-800-567-9699
- L'Apogée (819) 771-6488
(For family and friends of a person living with a mental health disorder)

Addictions: alcohol problems, drugs?

- Centre de réadaptation en dépendance de l'Outaouais 811 # 2

Grieving: Are you grieving?

- Entraide-Deuil-Outaouais (819) 770-4814
- Intersection (Deuil post-suicide) (819) 568-4555

Health

- | | |
|----------------------------|----------------|
| Info sur la COVID-19 | 1-877-644-4545 |
| Info-Santé | 811 # 1 |
| Info-Social | 811 # 2 |

For more information, do not hesitate to visit and communicate with the organizations via their Facebook page.