

---

## SERVICES ESSENTIELS DE SOUTIEN À LA POPULATION DE LA CÔTE-DE-GASPÉ EN PÉRIODE DE LA COVID-19

---

Dernière mise à jour : 1 avril

La Démarche intégrée en développement social de La Côte-de-Gaspé a colligé et rassemblé des informations concernant les services essentiels disponibles sur notre territoire pour les personnes en situation de vulnérabilité.

Le contenu rassemblé ci-dessous s'adresse aux employés et bénévoles des organismes communautaires, institutions, municipalités, clubs sociaux et autres acteurs et citoyens qui œuvrent en soutien aux personnes en situation de vulnérabilité de nos communautés.

**\*\*Cet outil est en constante évolution, il n'est pas complet et la situation change d'heure en heure. La liste n'est pas encore exhaustive, mais on continue de la mettre à jour – on mise sur les services maintenus et essentiels pour le moment.**

### Les services essentiels répertoriés dans cet outil :

- Services municipaux
- Dépannage alimentaire, popote roulante, repas congelés
- Services aux aînés,
- Services enfance-jeunesse-famille
- Services adultes
- Épiceries et livraison
- Pharmacies
- Transport collectif

### Qui sont les personnes en situation de vulnérabilité visées ?

- Les personnes assignées à résidences par mesures préventives
- Les personnes âgées de 70 ans et plus
- Les personnes qui ne sont pas en mesure d'occuper leurs emplois suite à l'application des mesures exceptionnelles liées au COVID-19

### IMPORTANT

Pour toute question médicale, composer sans frais le **1-877-644-4545** ou visiter la plateforme d'information pour la Gaspésie du CISSS. <https://www.ciass-gaspesie.gouv.qc.ca/coronavirus-19/>.

Pour toute situation **détresse psychologique et idées suicidaires**, composer sans frais le **1-866-APPELLE**  
Ou **INFO-SANTÉ/INFO-SOCIAL** au **811**

**L'ENTRAIDE ET LA SOLIDARITÉ  
SONT LA CLÉ DU SOUTIEN AUX PERSONNES VULNÉRABLES. DES SERVICES SONT OFFERTS  
MAIS RIEN NE REMPLACE LES GESTES DES MEMBRES DE LA FAMILLE, DES VOISIN(E)S OU DES  
AMI(E)S POUR S'AIDER LES UNS ET LES AUTRES À SURMONTER CE DÉFI COLLECTIF !**

## SERVICES MUNICIPAUX

Toutes les infrastructures municipales incluant les bibliothèques, centres communautaires et les installations de sports et de loisirs sont fermés aux publics. Les hôtels de ville sont pour la plupart fermés, mais les employés sont en place afin d'assurer les services essentiels aux citoyens. Afin de limiter les risques de propagations du COVID-19, les employés municipaux répondent aux citoyens par téléphone plutôt qu'en personne.

Les municipalités travaillent à s'assurer que les mesures préventives promues par le gouvernement sont mises en place dans leurs milieux respectifs à travers l'information, la sensibilisation et l'écoute des citoyens. Les services de soutien sont encore en train de se mettre en place, les municipalités sont en constante adaptation de leurs services en lien avec les nouvelles mesures qui émergent.

Municipalités	Mesures COVID-19	Coordonnées
<b>Gaspé</b>	Information et sensibilisation aux citoyens par du soutien téléphonique, sur les sites web et sur les réseaux sociaux.	418 368-2104  Site web : <a href="http://ville.gaspe.qc.ca/coronavirus">ville.gaspe.qc.ca/coronavirus</a>  Page Facebook : Ville de Gaspé  <a href="#">Système d'alertes municipales</a> bilingue
<b>Murdochville</b>		418 784-2536  Site web : <a href="http://murdochville.com">murdochville.com</a>
<b>Petite-Vallée</b>		418 393-2949  Page Facebook : Municipalité de Petite-Vallée
<b>Grande-Vallée</b>		418-393-2161  Page Facebook : Municipalité de Grande-Vallée
<b>Cloridorme</b>		418 395-2808  Page Facebook : Cloridorme
<b>MRC de La Côte-de-Gaspé</b>	Soutien et accompagnement aux organismes et entreprises	418 368-7000  <a href="mailto:mrc@cotedegaspe.ca">mrc@cotedegaspe.ca</a>

---

## DÉPANNAGE ALIMENTAIRE, POPOTES ROULANTES ET REPAS CONGELÉS

---

Organismes	Services	Informations
<b>Accueil Blanche-Goulet</b>	Dépannage alimentaire	418-368-4700, poste 1
<b>CAB La Grande- Corvée (Estran)</b>	Dépannage alimentaire	418-393-2689
<b>CAB Les Haut- Bois inc. de Murdochville</b>	Dépannage alimentaire	418-784-2476
<b>CAB Le Hauban de Gaspé</b>	Livraison de repas congelés et de la popote roulante	418 368-6634, poste 2

## SERVICES ÂÎNÉS

Organismes	Services	Informations
<b>CISSS – Service de soins et soutien à domiciles pour les aînés (SAPA)</b>	La plupart des soins et services de soutien à domicile maintenus pour les aînés.	418-368-2572, poste 4238
<b>Multi-Services</b>	Services d'assistance personnelle essentielle (soins à domicile) Aide préparation des repas Course pour nourriture et biens de première nécessité Répit Lessive essentielle Entretien ménager jugé essentiel Préparation de repas	418 393-3310, porte 103-104
<b>CAB Le Hauban de Gaspé</b>	Bureau physiquement fermé au public Accompagnement-transport (urgent et essentiel) Livraison de la popote roulante et des repas congelés Téléphones d'amitié Support téléphonique aux proches aidants de personnes aînées Accompagnement en soins palliatifs et en fin de vie	418 368-6634, poste 2
<b>CAB Les Hauts-Bois inc. de Murdochville</b>	Accompagnement-transport (urgent et essentiel) Services de commissions Livraison de petits plats congelés Téléphones d'amitié Soutien aux proches aidants par téléphone Soutien aux proches aidants en fin de vie Dépannage alimentaire	418-784-2476
<b>CAB La Grande-Corvée (Estran)</b>	Accompagnement-transport (urgent et essentiel) Dépannage alimentaire Support aux proches-aidants Téléphone sécurisant Bénévole-impôt	418-393-2689
<b>Société Alzheimer GIM</b>	Soutien téléphonique qui est maintenu à partir du domicile de l'intervenante	418 368-1616
<b>FADOQ</b>	Soutien téléphonique par la travailleuse de milieu pour aînés par téléphone	418-361-2770

**\*\*\*Les trois CAB de La Côte-de-Gaspé offrent le service de transport accompagnement-médical lorsque les besoins sont urgents et essentiels\*\*\***

---

## SERVICES FOR ENGLISH COMMUNITY

---

Organism	Services	Informations
<b>Vision Gaspé-Percé Now</b>	Offer help with any questions or concerns Offer help getting groceries, medications or other errands Offer friendly-phone call or FaceTime chat	Office 418 368-3212  Temporary number : 581-887-1700  Barachois area : 418-360-3989

## SERVICES ENFANCE-FAMILLE-JEUNESSE

Organismes	Services	Informations
<b>CISSS</b>	Services psychosociaux offerts à la jeunesse et protection de la jeunesse	RLS de La Côte-de-Gaspé 418 368-2572 ou 418 368-3381  Urgence : 811
<b>GMF (Groupe de médecine Familiale)</b>	Accès à son médecin de famille avec rendez-vous Cliniques sans rendez-vous*  <b>*** Toutes les cliniques privilégient les rendez-vous téléphoniques</b> <b>*** Les patients doivent appeler pour être orientés.</b>  *Les CLSC de Barchois, de Rivière-au-Renard et le GMF-U (UMF Gaspé) offrent des plages pour les cliniques sans rendez-vous. Appelez directement pour plus d'informations.	Clinique du Havre: 418 368-5609 Clinique Centre-Ville 418 368-1801 Clinique Synergie: 418 368-0015 Clinique Point com: 418 368-3669 GMF_U (UMF Gaspé 368-6663 CLSC de Rivière-au-Renard 418 269-2572 CLSC de Barchois 418 645-2572
<b>Maison de la famille Parentant</b>	Soutien téléphonique Informations via le groupe Facebook	418-360-0067
<b>Halte-Parent de la Vallée</b>	Soutien téléphonique et via les réseaux sociaux	418-393-2023
<b>MDJ l'Intermède de Gaspé</b>	Animation virtuelle via le groupe privé Facebook. Soutien via les réseaux sociaux	418-355-4001
<b>MDJ de Rivière-au-Renard</b>	Soutien téléphonique et via les réseaux sociaux	418-360-4599
<b>MDJ l'Oasis jeunesse de Grande-Vallée</b>	Soutien via les réseaux sociaux	418-355-8675
<b>MDJ La Cellulose - Murdochville</b>	Aide aux jeunes par téléphone	418-355-8234
<b>Centre de pédiatrie sociale en communauté</b>	Suivis des familles référées. Le centre invite les partenaires à lui référer de nouvelles familles dans le besoin par téléphone. Secteur de Val-Rosier exclusivement.	418-360-7158
<b>CALACS La Bôme</b>	Télétravail pour les travailleuses, contact avec les victimes par courriel, téléphone ou Skype.	1-866-968-6686

<b>Carrefour Jeunesse-emploi</b>	Services offerts par téléphone. Information et soutien par téléphone et Facebook.	Réception : 418-368-2121 Direction : 418-360-4190. Intervenant : 581-807-7282
<b>Maison de quartier</b>	Soutien téléphonique.	418-360-9067
<b>Le travail de milieu</b>	Service téléphonique 24/7 qui a été mis sur pied dans le cadre du COVID-19 pour supporter les jeunes de 12-17ans.	418-269-5292
<b>Association des troubles primaires du langage</b>	Prise de message par courriel et téléphone.	dysphasiegaspesie@gmail.com 581-887-2710
<b>Espace GÎM</b>	Services offerts par téléphone.	418-360-7642
<b>Groupe d'entraide Douglastown</b>	Soutien aux achats essentiels	covid19douglas@gmail.com

**SERVICES AUX ADULTES (ITINÉRANCE, VIOLENCE CONJUGALE, SANTÉ MENTALE,  
TOXICOMANIE, AGRESSION SEXUELLE, ETC.)**

**Perte/absence de revenus : Plusieurs mesures sont mises en place pour les employés et travailleurs autonomes qui ne reçoivent pas de rémunération dans leur période d'isolement social.**

Consulter le [site web](#) du gouvernement du Québec

Organismes	Services	Information
<b>CISSS</b>	Soutien psychosocial général ou en santé mentale.	Info social 811
<b>Accueil Blanche-Goulet</b>	Hébergement, récupération alimentaire, dépannage alimentaire, préparation des plats congelés.	418-368-4700 p.4
<b>L'Aid'Elle</b>	Hébergement pour femmes et enfants et écoute téléphonique 24/7.	418-368-6883
<b>CALACS La Bôme</b>	Télétravail pour les travailleuses, contact avec les victimes par courriel, téléphone ou Skype.	1-866-968-6686
<b>CAVAC GÎM (centre d'aide pour les victimes d'actes criminels)</b>	Intervention téléphonique seulement. Accompagnement à la cour lorsque jugé nécessaire.	418-689-4331
<b>Mi-Chemin de Gaspé</b>	Soutien téléphonique	418-368-6676
<b>CRRRI</b>	Intervention téléphonique, intervention via Messenger, Skype, tout support informatique pouvant être utilisé.	581-887-9515
<b>Centre de justice de proximité</b>	Service d'information juridique gratuit.	418-689-1505
<b>Associations de personnes handicapées de La Côte-de-Gaspé</b>	Soutien téléphonique.	Gaspé : 418-368-6585 Grande-Vallée : 418-393-3026 Murdochville : 418-784-2476
<b>Regroupement des femmes de La Côte-de-Gaspé</b>	Soutien téléphonique.	418-368-1929
<b>Organisme gaspésien des personnes atteintes de cancer</b>	Soutien téléphonique.	1-888-924-5050
<b>TCC ACV GÎM</b>	Soutien par téléphone, via Messenger, Skype ou tout autre support informatique Commissions et livraisons essentielles et urgente à nos membres seulement.	418-361-2077
<b>Groupe Ressource en logements collectifs</b>	Services par téléphone et en personne pour les services essentiels (sur rendez-vous).	418-364-3333



## ÉPICERIE : VENTE ET LIVRAISON

Entreprises	Services	Informations
<b>Alban Aspirault Ltée</b> Lundi au vendredi : 7h30 à 20h Samedi : 7h30 à 18h Dimanche : Fermé	Vente et livraison Anse-à-Valleau à Cap-des-Rosiers en passant par le chemin Laurencelle.	Page <a href="#">Facebook</a> : Épicerie Alban Aspirault Pour la livraison 418-269-3202, poste 0
<b>Marché Tradition de Grande-Vallée</b> Lundi au samedi : 8h à 20 h Dimanche : Fermé	Vente et livraison Grande-Vallée, Petite-Vallée et quelques jours par semaine à Cloridorme. Le Marché Tradition offre la livraison aux personnes en isolement volontaire qui reviennent de voyage ainsi qu'aux personnes de 70 ans et plus qui doivent demeurer à domicile en prévention.	Page <a href="#">Facebook</a> : <a href="#">Marché Tradition – Centre d'achat Grande-Vallée</a> 418-393-2851
<b>Marché Bonichoix de Grande-Vallée</b> Lundi au samedi : 8h à 20h Dimanche : Fermé	Vente et livraison Grande-Vallée, Petite-Vallée et le jeudi-vendredi à Cloridorme.	418-393-2010
<b>Provigo Nadine Murray</b> Lundi au samedi : 8h à 20h Dimanche : Fermé	Vente et commande par internet avec service à l'auto. Livraison à domicile en priorité pour les 65 ans et plus et/ou à risque.	Page <a href="#">Facebook</a> : Provigo (Gaspé) 418-368-7144 Livraison site web : provigo.ca Commande par courriel : smp8040d@provigo.ca
<b>Le Marché des saveurs gaspésiennes</b> Lundi au samedi : 8h à 18h Dimanche : Fermé	Vente en magasin mais nous devons appeler avant pour faire préparer nos denrées. Livraison en fin de journée (Gaspé, Haldimand, Wakeham, Cap-des-Rosiers).	Page <a href="#">Facebook</a> : Le marché des saveurs gaspésiennes 418-368-7705
<b>Poissonnerie Marché Le Rouge (Cloridorme)</b> Lundi au mercredi : 8h à 20h Jeudi au samedi : 8h à 21h Dimanche : 8h à 18h	Vente et livraison	Page <a href="#">Facebook</a> : <a href="#">Poissonnerie Marché le rouge</a> 418-395-2811
<b>Marché Cassivi et Associés (Cap-aux-Os)</b> Lundi au samedi : 9h à 20h Dimanche : 12h à 20h	Vente	418-892-5383
<b>IGA Cronier</b> Lundi au vendredi : 8h à 20h Samedi : 8h à 19h	Vente et livraison (gratuit pour les 70 ans et plus et à mobilité réduite) Commande par internet	Page <a href="#">Facebook</a> : <a href="#">Marché IGA Cronier</a> 418-368-5211 poste 1

Dimanche : Fermé	Commande par e-mail Commande par téléphone	418-368-7200 poste 1
<b>Marché PAM (Murodchville)</b> Lundi au dimanche : 9h à 19h	Livraison (une en AM et une en PM) Une plage horaire le mercredi de 8 h à 9 h et une le samedi de 8 h à 9 h pour les 65 ans et plus	Commande par téléphone ou email : <a href="mailto:marchepam@globetrotter.net">marchepam@globetrotter.net</a> 418-784-2224

---

## PHARMACIES

---

Entreprises	Services	Informations
Uniprix Place Jacques-Cartier	Les pharmacies offrent le service de livraison à domicile ainsi qu'un service de renouvellement des ordonnances en ligne	418 368-5595
Uniprix Carrefour Gaspé		418 368-3341
Uniprix Rivière-au-Renard		418 269-3351
Jean-Coutu Gaspé		418 368-5501
Familiprix Grande-Vallée		418 393-3030
Uniprix de Murdochville		418 784-2360

---

## TRANSPORT COLLECTIF

---

Organisme	Services	Informations
<b>REGÎM</b>	<b>Uniquement sur réservation 24 h à l'avance</b> pour des motifs de déplacement essentiel seulement (travail, santé, course épicerie...)	Les réservations ne se font pas au numéro de téléphone habituel mais au <b>581-886-0485</b>