

RESSOURCES POUR LES VICTIMES

*** Si vous êtes en danger immédiat, signalez le 911

PARTOUT AU QUÉBEC

NOM DE LA RESSOURCE	# DE TÉLÉPHONE	SITE WEB
SOS VIOLENCE CONJUGALE	1 800 363-9010 (24/7)	www.sosviolenceconjugale.ca
TEL-JEUNES	1 800 263-2266 (24/7) Si vous êtes plus à l'aise de texter : 514 600-1002	www.teljeunes.com/

BAS-SAINT-LAURENT

NOM DE LA RESSOURCE	# DE TÉLÉPHONE	SITE WEB	VILLE
L'AUTRE TOIT DU KRTB	418 854-7160 (24/7)	www.autretoit.ca	Témiscouata-sur-le-Lac
LA DÉBROUILLE	418 724-5067	www.ladebrouille.ca	Rimouski
LA GIGOGNE	418 562-3377	www.lagigogne.org	Matane

SAGUENAY - LAC-SAINT-JEAN

NOM DE LA RESSOURCE	# DE TÉLÉPHONE	SITE WEB	VILLE
AUBERGE DE L'AMITIÉ ROBERVAL	418 275-4574	n/d	Roberval
CENTRE FÉMININ DU SAGUENAY	418 549-4343 (24/7)	n/d	Saguenay
LA CHAMBRÉE	418 547-7283 (24/7)	www.lachambree.com	Saguenay
MAISON LE RIVAGE DE LA BAIE	418 544-4626 (24/7)	www.lerivagedelabaie.com	La Baie
MAISON HALTE-SECOURS	418 276-3659 (24/7)	www.maisonhaltesecours.com	Dolbeau-Mistassini
LA PASSERELLE D'ALMA	418 668-4671	n/d	Alma

CAPITALE-NATIONALE

NOM DE LA RESSOURCE	# DE TÉLÉPHONE	SITE WEB	VILLE
VIOLENCE INFO	418 667-8770	www.violenceinfo.com	Grande région de Québec
MAISON MARIE-ROLLET	418 688-9024 (24/7)	www.maisonmr.com	Québec
MAISON HÉLÈNE-LACROIX	418 527-4682 (24/7)	www.maisonhelenelacroix.com	Sainte-Foy
MIRÉPI	418 337-4811 (24/7)	n/d	Saint-Raymond

MAISON LA MONTÉE	418 665-4694 (La Malbaie) 418 760-8787 (Baie-Saint-Paul)	www.lamaisonlamontee.org	La Malbaie et Baie-Saint-Paul (Charlevoix)
MAISON DU COEUR POUR FEMMES	418 841-0011	n/d	Charlesbourg
MAISON COMMUNAUTAIRE MISSINAK (pour femmes et enfants autochtones en difficulté)	418 627-7346	www.missinak.org	Québec

MAURICIE - CENTRE-DU-QUÉBEC

NOM DE LA RESSOURCE	# DE TÉLÉPHONE	SITE WEB	VILLE
LE FAR	819 378-2990 (24/7)	www.maisonlefar.ca	Trois-Rivières
LE TOIT DE L'AMITIÉ	819 523-7829 (24/7)	www.letoitdelamitie	La Tuque
MAISON DE CONNIVENCE	819 379-1011 (24/7)	www.deconnivence.ca	Trois-Rivières
LA SÉJOURNELLE	819 537-8348 (24/7)	www.lasejournelle.ca	Shawinigan

ESTRIE

NOM DE LA RESSOURCE	# DE TÉLÉPHONE	SITE WEB	VILLE
LA BOUÉE RÉGIONALE LAC MÉGANTIC	1 888 583-1233 (24/7)	www.labouee.com	Lac-Mégantic
L'ESCALE DE L'ESTRIE	819 569-3611 (24/7)	www.escaleestrie.com	Sherbrooke
LA MÉRIDIENNE	1 888 699-3050 (24/7)	www.lameridienne.ca	Weedon
CENTRE DES FEMMES DU VAL-SAINT-FRANÇOIS	1 800 909-7939	n/d	Windsor

MONTRÉAL

NOM DE LA RESSOURCE	# DE TÉLÉPHONE	SITE WEB	VILLE
FÉDÉRATION DES MAISONS D'HÉBERGEMENT POUR FEMMES	514 878-9757	www.fede.qc.ca	
REGROUPEMENT DES MAISONS POUR FEMMES VICTIMES DE VIOLENCE CONJUGALE	514 878-9134	www.maisons-femmes.qc.ca	
LE CHAÎNON	514 845-0151 (24/7)	www.lechainon.org	Mtl
ASSISTANCE AUX FEMMES	514 270-8291 (24/7)	www.assistanceauxfemmes.ca	Mtl

CARREFOUR POUR ELLE	450 651-5800 (24/7)	www.carrefourpourelle.org	Longueuil
LA DAUPHINELLE	514 598-7779	www.ladauphinelle.org	Mtl
L'ESCALE POUR ELLE	514 493-4004	www.lescalepourelle.org	Mtl
LOGIFEM	514 939-3172	www.logifem.org	Mtl
MULTI-FEMMES	514 523-1095 (24/7)	www.multifemmes.com	Mtl

OUTAOUAIS

NOM DE LA RESSOURCE	# DE TÉLÉPHONE	SITE WEB	VILLE
L'AUTRE CHEZ-SOI	819 685-0006	www.lautrechezsoi.com	Gatineau
L'ENTOURELLE	819 683-2709 (24/7)	n/d	Fort-Coulonge
MAISON D'HÉBERGEMENT POUR ELLES DES DEUX VALLÉES	1 877 986-8286 (24/7)	maisondeuxvallees.com	Gatineau
MAISON LIBÈRE-ELLES	819 827-4044 (24/7)	www.maisonlibere-elles.ca	Chelsea
MAISON UNIES.VERS.FEMMES	819 568-4710 (24/7)	www.maisonunies.ca	Gatineau

GASPÉSIE - ÎLES-DE-LA-MADELEINE

NOM DE LA RESSOURCE	# DE TÉLÉPHONE	SITE WEB	VILLE
LE CENTRE LOUISE-AMÉLIE	418 763-7641 (24/7)	n/d	Sainte-Anne-des-Monts
MAISON BLANCHE-MORIN	418 689-6288	n/d	Pabos
MAISON D'AIDE ET D'HÉBERGEMENT L'ACCALMIE	418 986-5044 (24/7)	www.maisonaccalmie.com	Cap-aux-Meules
MAISON D'AIDE ET D'HÉBERGEMENT L'ÉMERGENCE	1 866 759-3411 (24/7)	www.maisonlemergence.com	Maria
MAISON LAID'ELLE	418 368-6883 (24/7)	www.laidelle.org	Gaspé

CHAUDIÈRE-APPALACHES

NOM DE LA RESSOURCE	# DE TÉLÉPHONE	SITE WEB	VILLE
HAVRE L'ÉCLAIRCIE	1 800 709-1025 (24/7)	www.havre-eclaircie.ca	Saint-Georges
LA GÎTÉE	418 335-5551 (24/7)	www.lagitee.ca	Thetford Mines
LA JONCTION POUR ELLE	1 800 363-9010	www.jonctionpourelle.com	Lévis
LE HAVRE DES FEMMES	418 247-7622	www.lehavredesfemmes.com	L'Islet

LAVAL

NOM DE LA RESSOURCE	# DE TÉLÉPHONE	SITE WEB	VILLE
LA MAISON L'ESTHER	450 963-6161	www.maisonlesther.com	Laval
MAISON DE LINA	450 962-8085	www.maisondelina.org	Laval
MAISON LE PRÉLUDE	450 682-3050	www.maisonleprelude.com	Laval

LANAUDIÈRE

NOM DE LA RESSOURCE	# DE TÉLÉPHONE	SITE WEB	VILLE
MAISON D'ACCUEIL LA TRAVERSE	450 759-5882	www.maisonlatraverse.org	Joliette
REGARD EN ELLE	1 888 582-6005	www.regardenelle.org	Repentigny

LAURENTIDES

NOM DE LA RESSOURCE	# DE TÉLÉPHONE	SITE WEB	VILLE
L'ÉLAN	1 866 431-2426 (Mont-Laurier) 1 866 915-8484 (Sainte-Agathe-des-Monts)	www.lelan.org	Mont-Laurier et Sainte-Agathe-des-Monts
LA CITAD'ELLE	1 866 562-7797	n/d	Lachute
L'OMBRE-ELLE	819 326-1321	www.lombrelle.qc.ca	Sainte-Agathe-des-Monts
LE MITAN	450 435-3651	www.lemitan.org	Sainte-Thérèse
MAISON D'ARIANE	450 432-9355	www.maisondariane.ca	Saint-Jérôme
MAISON DE SOPHIA	450 504-5344	www.maisondesophia.com	Saint-Jérôme
LA PASSE-R-ELLE	819 623-1523	www.maisonpasserelle.com	Mont-Laurier

MONTÉRÉGIE

NOM DE LA RESSOURCE	# DE TÉLÉPHONE	SITE WEB	VILLE
LA PASSERELLE	450 424-6010 (24/7)	www.hlapasserelle.com	Vaudreuil-Dorion
MAISON ALICE-DESMARAIS	450 378-9297 (24/7)	www.maisonad.org	Granby
MAISON HINA	450 346-1645	n/d	Saint-Jean-sur-Richelieu
MAISON LA SOURCE DU RICHELIEU	450 743-2821	www.maisonlasource.ca	Sorel-Tracy
MAISON SIMONNE-MONET-CHARTRAND	450 658-9780 (24/7)	www.maisonsmc.org	Chambly
RÉSIDENCE ELLE DU HAUT-SAINT-LAURENT	450 264-2999	n/d	Huntingdon
LA RE-SOURCE DE CHÂTEAUGUAY	1 877 699-1988	www.lare-source.org	Châteauguay
L'ACCUEIL POUR ELLE	450 371-4618	www.accueil-pourelle.org	Salaberry-de-Valleyfield
LA CLÉ SUR LA PORTE	450 774-1843 (24/7)	www.clesurlaporte.org	Saint-Hyacinthe Acton Vale Beloeil
HORIZON POUR ELLE	450 263-5046	www.horizonpourelle.ca	Cowansville

ABITIBI-TÉMISCAMINGUE

NOM DE LA RESSOURCE	# DE TÉLÉPHONE	SITE WEB	VILLE
ALTERNATIVE POUR ELLES	819 797-1754 (24/7)	www.alternativepourelles.com	Rouyn-Noranda
MAISON D'HÉBERGEMENT LE NID	819 825-3865	n/d	Val-d'Or
MAISON D'HÉBERGEMENT L'ÉQUINOXE	819 622-7002	www.maisonequinoxie.ca	Ville-Marie
MAISON MIKANA	819 732-9161 (24/7)	www.maisonmikana.com	Amos

CÔTE-NORD

NOM DE LA RESSOURCE	# DE TÉLÉPHONE	SITE WEB	VILLE
MAISON ANITA-LABEL	1 877 296-4100	www.maisonanitalebel.org	Baie-Comeau
MAISON D'AIDE ET D'HÉBERGEMENT DE FERMONT	418 287-5896 (24/7)	www.mahf.ca	Fermont
MAISON DES FEMMES DE BAIE-COMEAU	418 296-4733	www.maisondesfemmesbc.qc.ca	Baie-Comeau
MAISON DES FEMMES DE SEPT-ÎLES	418 962-8141	www.maisonfemmessi.com	Sept-Îles
MAISON L'AMIE D'ELLE	418 587-2533 (24/7)	www.maisonlamiedelle.com	Forestville

RESSOURCES POUR LES PERSONNES VIOLENTES

PARTOUT AU QUÉBEC

NOM DE LA RESSOURCE	# DE TÉLÉPHONE	SITE WEB
À COEUR D'HOMME	1 877 660-7799 (24/7)	www.aceurdhomme.com
TEL-JEUNES	1 800 263-2266 (24/7) Si vous êtes plus à l'aise de texter : 514 600-1002	www.teljeunes.com/

BAS-SAINT-LAURENT

NOM DE LA RESSOURCE	# DE TÉLÉPHONE	SITE WEB	VILLE
C-TA-C - C'EST ASSEZ	418 725-2822	ctac.riki.ca/	Rimouski
TRAJECTOIRES HOMMES DU KRTB	418 605-0878	www.trajectoireshommes.com	Rivière-du-Loup

SAGUENAY - LAC-SAINT-JEAN

NOM DE LA RESSOURCE	# DE TÉLÉPHONE	SITE WEB	VILLE
CENTRE DE RESSOURCES OPTIMUM	1 877 276-5802	www.crhoptimum.ca	Dolbeau-Mistassini Roberval Alma
ACSM-SAGUENAY : Groupe Cou...rage!	418 549-0765	acsmsaguenay.ca/	Saguenay

CAPITALE-NATIONALE

NOM DE LA RESSOURCE	# DE TÉLÉPHONE	SITE WEB	VILLE
GROUPE D'AIDE AUX PERSONNES IMPULSIVES	418 529-3446	www.legapi.com/	Québec
SHIC DE CHARLEVOIX	418 665-3477	www.shiccharlevoix.org	La Malbaie et Baie-Saint-Paul

MAURICIE - CENTRE-DU-QUÉBEC

NOM DE LA RESSOURCE	# DE TÉLÉPHONE	SITE WEB	VILLE
HALTE DRUMMOND	819 472-5299	www.haltedrummond.com	Drummondville
HOMME ALTERNATIVE	819 357-5757	www.hommealternative.qc.ca	Victoriaville
L'ACCORD-MAURICIE	819 693-5264	www.accordmauricie.com	Trois-Rivières

ESTRIE

NOM DE LA RESSOURCE	# DE TÉLÉPHONE	SITE WEB	VILLE
LE SEUIL DE L'ESTRIE	819 821-2420	www.leseuil.qc.ca	Sherbrooke

MONTRÉAL

NOM DE LA RESSOURCE	# DE TÉLÉPHONE	SITE WEB	VILLE
SERVICE D'AIDE AUX CONJOINTS	514 384-6296	www.serviceaideconjoint.org	Montréal
PRO-GAM	514 270-8462	www.pro-gam.ca	Montréal
OPTION	514 527-1657	www.optionalternative.org	Montréal

OUTAOUAIS

NOM DE LA RESSOURCE	# DE TÉLÉPHONE	SITE WEB	VILLE
DONNE-TOI UNE CHANCE	819 205-1451	www.donnetoiunechance.org	Gatineau
L'IMPACT RIVIÈRE GATINEAU	819 449-3077	n/d	Maniwaki

GASPÉSIE - ÎLES-DE-LA-MADELEINE

NOM DE LA RESSOURCE	# DE TÉLÉPHONE	SITE WEB	VILLE
CONVERGENCE	1 855 866-4455	www.convergence-gaspesie.org	Sainte-Anne-des-Monts Gaspé Chandler New Richmond
HOMMES ET GARS	418 986-1811	www.hommesetgars.com	Cap-aux-Meules

CHAUDIÈRE-APPALACHES

NOM DE LA RESSOURCE	# DE TÉLÉPHONE	SITE WEB	VILLE
CENTRE EX-EQUO	1 877 613-1900	www.exequo.ca	Lévis Saint-Georges
SE PARLER... D'HOMMES À HOMMES	1 877 335-9717	www.hommesahommes.com	Thetford Mines
CENTRE YVON MERCIER - ENTRAIDE AU MASCULIN	1 866 232-5030	www.entraideaumasculin.com	Montmagny L'Islet

LAVAL

NOM DE LA RESSOURCE	# DE TÉLÉPHONE	SITE WEB	VILLE
CHOC - CARREFOUR D'HOMMES EN CHANGEMENT	450 975-CHOC (2462)	www.organismechoc.com	Laval

LANAUDIÈRE

NOM DE LA RESSOURCE	# DE TÉLÉPHONE	SITE WEB	VILLE
AU COEUR DE L'IL	1 800 567-8759	www.aucoeurdelil.org	Joliette Mascouche Repentigny

LAURENTIDES

NOM DE LA RESSOURCE	# DE TÉLÉPHONE	SITE WEB	VILLE
ACCROC	1 877 460-9966	www.accroc.qc.ca	Saint-Jérôme Boisbriand Sainte-Thérèse Saint-Eustache Mont-Laurier

MONTÉRÉGIE

NOM DE LA RESSOURCE	# DE TÉLÉPHONE	SITE WEB	VILLE
AVIF - ACTION SUR LA VIOLENCE ET INTERVENTION FAMILIALE	Volet adulte : 450 692-7313 Volet jeunesse : 450 692-8746	www.avif.ca	Châteauguay
ENTRAIDE POUR HOMMES	1 833 651-4447	www.entraidepourhommes.org	Vallée-du-Richelieu
MAISON LE PASSEUR	450 743-8403	www.maisonlepassueur.com	Sorel-Tracy

RESSOURCES POUR HOMMES DE LA HAUTE-YAMASKA	450 777-6680	www.rhhy.qc.ca	Granby
VIA L'ANSE	450 370-3200	www.vialanse.com	Salaberry-de- Valleyfield

ABITIBI-TÉMISCAMINGUE

NOM DE LA RESSOURCE	# DE TÉLÉPHONE	SITE WEB	VILLE
SATAS - SERVICE D'AIDE ET DE TRAITEMENT EN APPRENTISSAGE SOCIAL	819 764-5254	www.satas-at.org	Amos La Sarre Rouyn-Noranda Témiscamingue Val-d'Or

CÔTE-NORD

NOM DE LA RESSOURCE	# DE TÉLÉPHONE	SITE WEB	VILLE
HOMME AIDE MANICOUAGAN	418 583-GARS (4277)	www.hommeaidemanicouagan.org	Baie-Comeau
HOMMES SEPT-ILS	418 961-1530	www.hommesseptils.com	Sept-Îles