

Catégorie	Nom de l'organisme	Spécialisé Itinérance	Référence Hors MRC	\$/Gratuit	Services bilingues	Mandat de l'organisme	Population cible	Horaire	Coordonnées	Comment faire une demande de services ou d'hébergement	Restrictions, contraintes et informations pertinentes
HÉBERGEMENT	L'Autre-Toit du KRTB		X	G		Hébergement d'urgence en violence conjugale.	Femme et enfant	24 h/7 jours	418 854-7160 autretoit@bellnet.ca https://autretoit.ca/	La femme doit préférablement communiquer avec l'organisme.	Accessibilité : Accepte les personnes à mobilité réduite.
ALIMENTATION	Cuisines collectives de Cabano		X	G/\$		Cuisines collectives et dépannage d'urgence (demandes avant 11 h).	∞	Lundi : 9 h à 16 h Mardi au jeudi : 9 h à 17 h Vendredi : 9 h à 12 h Vacances : dépannage 4 au 18 août 2025 Cuisines collectives juillet et août 2025	418 854-9316 774, rue Villeneuve Témiscouata-sur-le-Lac cuisinescabano@live.ca https://www.facebook.com/CuisinesCollectivesCabano/	Service de dépannage alimentaire d'urgence Contacter Maryse-H. Soucy au 418 854-9316 les MERCREDIS AVANT 11 h. Une courte entrevue est effectuée avec la personne pour connaître ses besoins. Les personnes doivent appeler elles-mêmes. Ils peuvent être accompagnés par une intervenante lors de l'appel.	Dépannage alimentaire: restreint a deux par ANNÉE. Si besoin de plus, évaluation avec la personne qui peut aussi participer à une cuisine collective gratuitement. Ce service est suspendu pendant les vacances. Territoire desservi: Témiscouata sur le Lac (SECTEUR CABANO), St-Louis du Ha! Ha!, St-honoré, St-Elzéar, St-Pierre de Lamy et St-Eusèbe. Contraintes: Une employée permanente, seulement, pour l'ensemble des activités. Nous demandons de la tolérance et de la patience concernant les retours d'appels. Accessible pour les personnes à mobilité réduite. Livraison possible si la personne n'a pas de transport.
	Cuisines collectives de Dégelis		X	G/\$		Cuisines collectives et dépannage d'urgence.	∞	8 h à 16 h du lundi au jeudi. Le territoire desservi est Dégelis, Lots-Renversés, St-Juste, Auclair, Packington, St-Jean-de-la-Lande et Témiscouata-sur-le-Lac secteur NDDL. Vacances: dépannage 3 au 17 août 2025 Pas de cuisines collectives l'été	418 853-3767 545, avenue Principale Dégelis cuisinesdegelis@hotmail.com https://www.facebook.com/CuisinesCollectivesDegelis/	Dépannage: faire la demande mercredi matin avant 11 h.	
	La petite bouffe des frontières			G		Dépannage alimentaire d'urgence et cuisines collectives.	∞	Lundi au jeudi de 8h30 à 16h30	418 893-2626 Pohénégamook petitebouffedesfrontieres@hotmail.com https://www.facebook.com/petitebouffedesfrontieres/	Contacter Karole Thibault 418 893-2626. Trois formulaires à compléter. Laissez un message vocal.	Aucune livraison à domicile n'est offerte. Territoire desservi : Saint-Athanase, Pohénégamook, Rivière-Bleue, St-Marc-du-Lac-Long. Accessibilité : Pas accessible aux personnes à mobilité réduite.
	Cuisines collectives du Haut-Pays		X	G/\$		Cuisines collectives et dépannage d'urgence.	∞	Lundi au vendredi : 8 h 30 à 16 h 30 Vacances du 27 juin au 18 août	417 779-2731 75-D, rue Principale Lac-des-Aigles cui.coll@globetrotter.net		

Catégorie	Nom de l'organisme	Spécialisé Itinérance	Référence Hors MRC	\$/Gratuit	Services bilingues	Mandat de l'organisme	Population cible	Horaire	Coordonnées	Comment faire une demande de services ou d'hébergement	Restrictions, contraintes et informations pertinentes
									https://www.facebook.com/profile.php?id=100064896571514#		
COMPTOIR D'AIDE FAMILIALE	Maison de la famille du Témiscouata			\$		Accompagnement et friperie.	Parents et enfants	Mardi au jeudi : 8 h 30 à 16 h 30 Vendredi : 8 h 30 à 12 h	418 853-3767 2A rue Principale E Biencourt 454-C rue Principale Dégelis admin@mdftemiscouata.com https://www.mdftemiscouata.com/		
	Comptoir la Boutonnière		X	\$		Friperie et articles usagés.	∞	Appeler pour ouverture.	418 899-0492 41 B Chemin Principal Saint-Juste-du-Lac comptoirboutonniere@gmail.com https://www.facebook.com/comptoirdelingalaboutonniere/		
	Livr'Avenir		X	\$	X	Articles usagés.	∞	8 h 30 à 16 h 30.	418 855-2777 851, rue Commerciale Nord, Témiscouata-sur-le-Lac		
SANTÉ MENTALE, DÉPENDANCE ET ACCOMPAGNEMENT	Centre femmes du Ô Pays			G		Soutien et accompagnement.	Femmes cis et trans	Lundi au jeudi : 8 h 30 à 16 h Vendredi : 8 h 30 à 12 h	418 779-2316 74-A, rue Principale Lac-des-Aigles cfop@cfopays.org https://cfopays.org/		
	Centre d'action bénévole du Témiscouata			G		Travail de milieu pour aînés(ées) et soutien à domicile.	∞	Lundi au vendredi : 8 h 30 à 16 h 30 sauf heure du dîner	551 466-1905 465 Av. Gagné Dégelis https://cabtemis.org		
	Centre femmes du Témiscouata			G		Soutien et accompagnement.	Femmes	Lundi au jeudi : 9 h à 16 h Vacances du 20 juin au 24 août inclusivement	418 854-2399 233 Rue Commerciale Saint-Louis-du-Ha! Ha! femtemis@videotron.ca https://www.facebook.com/centredesfemesdutemiscouata/		
	Regroupement des assisté(e)s sociaux Témiscouata (RASST)			G		Accompagnement, défense de droits, articles de seconde main.	Personne en situation précaire	Lundi au vendredi de 9 h 30 à 16 h 30	418 853-2975 www.facebook.com/rasstdroit/		Contacteur en personne ou par téléphone. Territoire desservi : Témiscouata

Catégorie	Nom de l'organisme	Spécialisé Itinérance	Référence Hors MRC	\$/Gratuit	Services bilingues	Mandat de l'organisme	Population cible	Horaire	Coordonnées	Comment faire une demande de services ou d'hébergement	Restrictions, contraintes et informations pertinentes
	Source d'espoir Témis		X	G		Ressource alternative en santé mentale - soutien et accompagnement.	18 ans et +	Lundi au vendredi : 8 h à 16 h vacances: 21 juillet au 10 août 2025 Fermé les vendredis de juillet et d'août.	418 854-0009 #1 30, rue Pelletier Témiscouata-sur-le-Lac coordo.sourcedespoir@gmail.com https://sourcedespoir.ca/		Territoire desservi: MRC du Témiscouata. Accessibilité: Accessible aux personnes à mobilité réduite, mais quelques marches pour accéder à la salle principale et un escalier pour la salle d'activité au sous-sol.
TRAVAIL DE RUE	Catherine		X	G	X	***Ce n'est pas un service d'urgence ou de transport Créer des liens avec les personnes vulnérables afin d'agir en prévention, en réduction des méfaits ainsi qu'en référencement	∞	Variable	418 551-8226		Service volontaire : la personne doit faire la demande de service elle-même.