

RAPPEL DES SERVICES DISPONIBLES :

- Difficultés personnelles multiples? Contactez **Tel-Jeunes**, au **1 800 263-2266**, ou visitez le <https://www.teljeunes.com/Accueil>
ou composez le **811 option # 2**.
- Vous avez des idées noires, des idées suicidaires? Contactez le **Centre de prévention du suicide du KRTB**, au **418 862-9658**, ou visitez le <http://www.cpsdukrbt.org/>.
- Vous vous questionnez sur la situation ou sur votre état concernant la COVID-19? Contactez **Info COVID19**, au **1 877 644-4545**, ou visitez le <https://www.quebec.ca/sante/problemes-de-sante/a-z/informations-generales-sur-le-coronavirus/>.
- Vous vivez une crise familiale importante et vous vous inquiétez pour vos enfants? Contactez le **Centre de protection de l'enfance et de la jeunesse de Rivière-du-Loup**, au **418 862-6335**, ou visitez le <https://www.cisss-bsl.gouv.qc.ca/par-site/6/centre-de-protection-de-l-enfance-de-la-jeunesse-de-riviere-du-loup>.
- Vous vivez une situation de violence conjugale? Contactez le **418 854-7160** ou **S.O.S. Violence conjugale**, au **1 800 363-9010**, ou visitez le <http://autretoit.ca/>.
- Vous vous sentez impulsif, agressif et sentez que vous avez besoin d'aide dans la gestion de vos comportements impulsifs/agressifs/violents? Contactez **Trajectoires hommes du KRTB**, au **418 605-0878**, ou visitez le <https://www.trajectoreshommes.com/>.
- Vous éprouvez des difficultés d'ordre alimentaire? Contactez le **Carrefour d'initiatives populaires de Rivière-du-Loup**, au **418 867-5735**, ou visitez le <https://www.cipriviereduloup.com/nous-contacter>.
- Vous avez besoin d'informations concernant l'aide financière aux études (les prêts et bourses)? Visitez le <http://www.afe.gouv.qc.ca/>.
- Vous avez besoin d'informations concernant le CLE? Contactez votre agent, lui seul peut répondre à vos questions d'ordre financières.
CLE de Rivière-du-Loup : 418 862-7236 et **CLE de La Pocatière : 418 856-2752** ou visitez le <https://www.arrondissement.com/bottin/clecentrelocaldemploideriviereduloup>.
- Vous avez besoin d'un dépistage au niveau ITSS? Contactez le CLSC, au **418 867-2913, poste 140** (service confidentiel).
- Vous avez besoin de renouveler votre prescription médicale? Contactez votre pharmacien et/ou votre médecin de famille pour un rendez-vous téléphonique afin de la renouveler.

Prenez soins de vous...ça va bien aller!

Le service santé du CFP