

Un coup de main
quand l'en a besoin

A helping hand
when you need one

RESSOURCES POUR FEMMES

BANQUES ALIMENTAIRES	REPAS/ HALTES	HALTES ACCUEIL	LIGNES DE CRISE	VÊTEMENTS
<p>(apporter identification et preuve de résidence)</p> <p>Basse-Ville : Maison Communautaire 145 prom. Beausoleil Mercredis: 9h30-11h30 et 13h45-15h30 613-562-2925</p> <p>St. Joe's 151 Laurier est vendredis: 13h –15h appeler avant : 613-233-4095 infor@stjoessuppertable.com</p> <p>Bergers de l'Espoir 233, rue Murray Mercredi et vendredi 10h-13h</p> <p>Armée du Salut 171, rue George 613-241-1573 Appeler pour hres Lun, mar, mer, ven.</p> <p>Bq Alimentaire Sadaqa (Halaal) 613- 680-5679 174, rue Cobourg #200 Samedi et dimanche: 10h-13h</p>	<p>Armée du Salut: 171 George Tous les jours à l'année longue Petit-déjeuner 8h Repas fin après-midi 15h</p> <p>Bergers de l'espoir: Souper et halte 17h30 – 21h</p> <p>St. Joe's supper table: 151 Laurier 17h- 18h15 – lundi au vendredi</p> <p>Centre Espoir Sophie (femmes et enfants) 613-789-5119 143 ave Murray, Mardi, mercredi jeudi 15h-21h (repas du soir 17h, douches, lessive, soutien, activités, vêtements, nourriture)</p> <p>Centre pour femmes St. Joe's Enfants bienvenus 613-233-4095 (déjeuner, lunch, assistance pratique, socialisation, douches, lessive) 151 Laurier East</p> <p>The Well -154 rue Somerset O. (sous-sol de l'église) Lundi au vendredi 9h30-16h (fermé lundi pm) Vêtements, déjeuner, repas chaud-lunch, douches, lessive,activités, soutien, intervention de crise, références). Samedi-dimanche: 14h-16h</p>	<p>Capital City Mission: 512 Rideau Street Halte-accueil (cafés, sandwichs) Lundi au vendredi 9h30-13h30 Jeudi soir: 18h-20h</p> <hr/> <p>HÉBERGEMENT</p> <p>Urgence logement : 613-560-6000</p> <p>Hébergement pour femmes - The Women's Shelter (Cornerstone) 613-237-4669 172 O'Connor St.</p> <p>Refuge For Families Carling 613-820-9909 via: travailleuse de crise au bureau Ontario Travail sur la rue Catherine.</p> <p>Bergers de l'Espoir Services aux Femmes 613-789-4179 233 rue Murray</p>	<p>Ligne de crise pour femme violente (24hrs/7 days) Français: 613- 745-3665 Anglais: 613-745-4818</p> <p>Ligne de crise- santé mentale (24 hres) 613-722-6914 Outside Ottawa /1-866-996-0991</p> <p>Sexual Assault crisis line 24 hour support line 613-234-2266</p> <p>Centre de détresse Ottawa – 24h 613-238-3311</p> <p>Tel Aide – français 613-741-6433</p> <p>Bureau des services à la jeunesse / 613-562-3004</p> <p>Centre de santé-sexualité 179 Clarence / 613-234-4641</p> <p>Info SIDA/Santé-sexualité: 613-563-2437 (phone 9h – 16h)</p> <p>Télesanté : 1 866 797-0000</p> <p>Alcooliques Anonymes : 613-237-6000 / Français/ (819) 595-1916</p> <p>Narcotiques Anonymes 613-236-4674</p> <p>Joueurs Anonymes : 613-567-3271</p> <p>Centre de gestion du sevrage (Detox) 613-241-1525</p> <p>Le comité du SIDA d'Ottawa (613) 238-5014</p>	<p>Maison Communautaire 145 prom. Beausoleil 613-562-2925</p> <p>St. Joe's Women Centre 151 Laurier East 613-233-4095 Mon, Wed, Friday</p> <p>Centre Espoir Sophie 143 Murray Ave</p> <p>The Well 154 Somerset St. W.</p> <p>Armée du Salut 171, rue George 613-241-1573 Services communautaires et familiaux. Vous pouvez qualifier pour un bon d'achat pour le magasin de l'Armée du Salut. Apportez identification, preuve d'adresse et preuve de revenu (talon de cheque). Lundi au vendredi 9h-11h30 et 12h30-16h Fermé le jeudi après-midi</p> <hr/> <p>Ville d'Ottawa:</p> <p>311 – Services ville d'Ottawa (accès trottoirs, déneigement, aiguilles, soutien de rue, etc)</p> <p>211 – Infos et références, services gouv., communautaires en santé et services sociaux à Ottawa.</p>