



# Répertoire des organismes et services offerts aux familles 0-5 ans



## Services communautaires aux familles

### CERF Volant de Portneuf

Centre d'entraide et de ressources pour les familles qui ont de jeunes enfants : Coup de pouce maman, ateliers parents-enfants, rencontres entre parents, droits d'accès, cuisines collectives, ateliers d'information, centre de documentation, etc.  
418 873-4557



### Carrefour FM

Services aux familles monoparentales, recomposées et aux personnes seules : 418 337-3704



### Centre d'alphabétisation L'Ardoise

Services d'alphabétisation familiale (Biblio Mobile 0-5 ans, etc.), et plusieurs autres services.  
418 339-2770



### Accès Travail Portneuf

Accueil et intégration, accompagnement aux familles immigrantes, activités interculturelles et autres services.  
418 329-2511



### JeunEssor Portneuf

Unité mobile 0-5 ans; Activité gratuite.  
unitémobile05ans@gmail.com

### Entraide parents

Soutien téléphonique aux parents.  
418 684-0050



### Allaitement Québec

Vente & location de tire-lait. 418 704-3575

### Les perséides

Soutien au deuil périnatal  
418 948-1615



## Services de garde

### Place 0-5

L'unique guichet d'accès aux places en services de garde reconnus du Québec. Inscrivez vous dès la grossesse.



### CPE Le Kangourou /bureau coordonnateur

Pour la recherche d'un milieu familial accrédité par le bureau coordonnateur .



### Ma Garderie

Site internet regroupant des milieux de garde (garderies, CPE, gardiennes).



Des groupes Facebook existent aussi pour faciliter la recherche de milieux de garde:



## Loisirs

### Accès Loisirs Portneuf

loisir sportif, culturel et de plein air accessibles gratuitement aux personnes de 0 à 99 ans, vivant une situation de faible revenu. 41467-7218

### Bibliothèques

Certaines ont des coins 0-5 ans et des heures du compte.

Pont-Rouge	418 873-4052
Donnacona	418 285-4300
Cap-Santé	418 283-0682
Deschambault	418 286-6938
Grondines	418 268-4375
Neuville	418 876-4750
Sainte-Christine-d'Auvergne /	418 329-3304 poste 105

St-Ubalde	418 277-2124 poste 203
Saint-Marc des carrières	418 268-3561
St-Alban	418 268-3557
Saint-Basile	418 329-2858 poste 5

### Locaux 0-5 ans

Pavillon Les Écureuils	
Donnacona	418 285-3284
les petits marins	
Pont-Rouge	418 873-4481, poste 201
Mini Gym	
Deschambault-Grondines	418 286-4511
Mini Gym	
Saint-Basile	418 329-2204
Mini Gym	
Ville Portneuf	418 286-3844

Les adresses se retrouvent sur les sites des villes.

Piscines intérieures dans les villes de: Saint-Marc-des-Carrières, de Pont-Rouge et de Donnacona.

Sur le site de la MRC de Portneuf se retrouvent les loisirs de Portneuf.



Plusieurs villes et municipalités ont des offres de loisirs. Communiquer avec elles pour en savoir plus.

• Urgences	
• Urgence (police, pompiers, ambulance)	911
• Centre de crise	1-866-411-4240
• Prévention du suicide	1-844-285-3283
• Centre jeunesse	418 661-3700
• L'Arc-en-ciel	418 285-3847
• Ligne parents (24h/ 7 jours)	1-800-361-5085
• Service Centre antipoison	1-800-463-5060

# Santé et services sociaux

**Le 811** : trois options pour des besoins différents

**811, option 1** : Info Santé pour des conseils en santé

**811, option 2** : Info-Social pour des conseils psychosociaux

**811, option 3** : Guichet d'accès à la première ligne Pour personnes sans médecin de famille. Une infirmière oriente vers le professionnel de la santé le mieux adapté (pharmacien, infirmière, médecin, etc).

**Clic santé**  
Site web pour prise de rendez-vous  
Code QR pour accéder au site web.



**CIUSSS de la Capitale Nationale**  
Périnatalité, rencontre prénatales, programme OLO-SIPPE, services développement de l'enfant, services psychosociaux.  
CLSC Donnacona 418-285- 2626  
CLSC Pont-Rouge 418-873-6062  
CLSC Saint-Marc-Des-Carières 418-268-3574  
CLSC Saint-Raymond 418-337-4611

**Protection de la jeunesse** 418 661-3700

**Centre de réadaptation en dépendance de Québec (CRDQ)**  
418-663-5008

Pour les familles immigrantes, n'hésitez pas à consulter Accès Travail Portneuf pour un accompagnement vers les services de santé.

**Éducation**  
**Centre de services scolaire de Portneuf**  
écoles primaires, secondaires,  
formation aux adultes, alphabétisation.  
418 285-2600



# Organismes communautaires du territoire

**L'Arc-en-ciel** 418 285-3847  
Services en santé mentale  
**L'aide au logement** 418 284-0016  
Office municipale d'habitation du Grand Portneuf, entre autres le SARL (service d'aide a la recherche de logement)

**Mirépi** 418 337-4811  
Accueil, hébergement, accompagnement /intervention individuelle/ de groupe pour femmes victimes de violence ou en difficulté

**SOS Violence conjugale** 1-800-363-9010 - 24/7  
438-601-1211 - TEXTO  
Services aux victimes, à la population et à toutes les personnes touchées par la violence conjugale.

**Centre femmes de Portneuf** 581 329-5358  
Milieu de vie pour des rencontres, écoute, soutien, accueil et des activités gratuites géré par et pour les femmes.

**GAPI** 418 529-3446  
Groupe d'Aide aux Personnes Impulsives

**Villa-Saint-Léonard** 418 337-8808  
Centre de traitement des dépendances dans la région de Portneuf

Pour consulter la banque complète des organismes de Portneuf : **QG de Portneuf** .



## Ressources d'aide matérielle et alimentaires

**Réseau de frigos solidaires**  
Accéder au **code QR** pour trouver le frigo le plus proche dans votre municipalité.



## Répertoire des ressources d'aide alimentaire et matérielle de Portneuf

Accéder au **code QR** pour trouver le service qui répond à votre besoin.

## Trajectoire de l'aide alimentaire dans Portneuf



Accéder au **code QR** pour trouver le service qui répond à votre besoin.



**Carte des jardins communautaires et collectifs, et forêts nourricières de Portneuf**  
Accéder au code QR pour trouver le service qui répond à votre besoin.



## Budget/Emploi/Études

**ACEF** 418 552- 1568  
Service à toutes personnes souhaitant faire leur budget, ayant des difficultés financières et/ou des personnes désirant des informations sur la protection à la consommation.

**CJE Portneuf** 418 329-1357  
Pour les 16 à 35 ans qui souhaitent retourner aux études, obtenir un emploi ou réaliser un projet.

**APE** 418 285-0285  
Service à l'aide et maintien à l'emploi

**Accès Travail Portneuf** 418 329-2511  
Service offert pour: chercheurs d'emploi, employeurs et personnes immigrants.

**Bureau de Services Québec de Donnacona**  
418 285-2622

**La Jonction** 418 529-5711  
Services d'aide et de maintien à l'emploi, ainsi que de l'orientation scolaire et professionnelle aux personnes adultes judiciarisées.

**ÉquiTravail** 418 529-5557  
Aider à l'inclusion et à l'intégration des personnes en situation de handicap face à l'emploi

## TRANSPORT/ DÉPLACEMENTS

**L'entraide communautaire le HALO** 418 285-2935  
Secteur SUD-OUEST  
Transport pour rendez-vous médicaux, accompagnement, entraide et soutien. Maintien à domicile.

**Corporation de transport régional de Portneuf**  
Transport collectif /covoiturage 418 337-3686

**Comité Vas-y** 418 337-6447  
Secteurs nord et Est  
Transport/ accompagnement pour soins médicaux, transports locaux pour besoins essentiels.

**Neuville se souvient** 418 873-5512  
Transport et accompagnement, transport médicaux pour les citoyens de Neuville.

**Naître et grandir : Site internet avec une foule d'informations sur le développement des enfants.**  
Site internet familles 0-5 ans Portneuf  
Pages Facebook Familles 05 Portneuf

**Veillez scanner le code QR avec votre caméra de téléphone pour accéder au site web.**