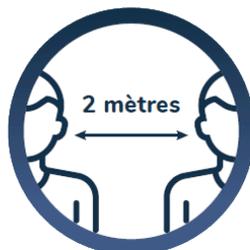


LA PRÉVENTION DES INFECTIONS

Une responsabilité collective



Le lavage des mains



La distanciation physique



L'isolement à la maison si vous êtes malade



Port du masque recommandé

Si vous présentez **LES SYMPTÔMES** suivants:

- ♦ fièvre
- ♦ apparition ou aggravation d'une toux
- ♦ difficulté respiratoires
- ♦ perte soudaine de l'odorat sans congestion
- ♦ ou d'autres symptômes

Nous vous demandons de contacter la ligne

info-COVID 1-877 644-4545

POUR VOS BESOINS NOS PARTENAIRES ONT DES SOLUTIONS À VOTRE PORTÉE



...éléphonique | co...
...ligne | livraison | assiste...
... | commande en ligne | livraiso...
...ion | assistance téléphonique | comm...
...e | livraison | assistance téléphonique | co...



[Lespaysdenhaut.com/covid-19](https://lespaysdenhaut.com/covid-19)

450-229-6637

1-844-969-8319 (sans frais)

- **Info-Social 811**
Service de consultation téléphonique psychosocial
- **Tel-jeunes**
1 800 263-2266 • www.teljeunes.com
- **Ligne Parents**
1 800 361-5085 www.ligneparents.com
- **Ligne Aide Abus Aînés**
1 888 489-2287
- **Info-aidant**
1 855 852-7784
- **SOS violence conjugale**
1 800 363-9010
- **Ligne téléphonique en prévention du suicide**
1 866 APPELLE (277-3553)
- **Drogue : aide et référence** Téléphone (24/7) :
Montréal et environs : 514 527-2626
Ailleurs au Québec : 1 800 265-2626
- **Tel-Écoute – Ligne Le Deuil**
1 888 LE DEUIL ou 1 888 533-3845
www.tel-ecoute.org/services
- **Deuil-jeunesse consultation**
s'adressant autant aux adultes qu'aux enfants.
1 855 889 3666 • Site Web : www.deuil-jeunesse.com
- **Écoute Entraide**
Soutient es personnes aux prises avec de la souffrance émotionnelle :
1 855 EN LIGNE ou 514 278-2130

lespaysdenhaut.org/covid19

Services D'AIDE pour la MRC des Pays-d'en-Haut



POUR QUI

- ✓ Difficulté financière
- ✓ Perte d'emploi
- ✓ Maladie
- ✓ Attente de chèque ou d'aide financière
- ✓ Autre situation problématique

Le Garde-Manger des Pays-d'en-Haut | 450-229-2011

- Lundi** à Sainte-Adèle
- Mardi** à Morin-Heights et Saint-Adolphe d'Howard
- Mercredi** à Saint-Sauveur (incluant les gens de Sainte-Anne-des-Lacs et Piedmont)
- Jeudi** à Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson (incluant les gens de l'Estérel) et Wentworth-Nord (incluant incluant les gens du Lac-des-Seize-Îles)



comptoirs d'aide alimentaire



DÉPANNAGE D'URGENCE lors de situations exceptionnelles. Vous pouvez contacter le Garde-Manger des Pays-d'en-Haut. Si vous avez besoin plus d'une fois, vous pouvez vous inscrire à la distribution régulière.

Collectif pour la sécurité alimentaire de Saint-Adolphe-d'Howard

819-327-2626 poste 1
Repas abordables pour emporter ou livrer* pour toutes clientèles.

L'entraide bénévole des Pays-d'en-Haut

450-229-9020
Aide à l'épicerie pour les aînés et les familles. Repas abordables livrés* pour les aînés.

La Rencontre de Ste-Marguerite

450-228-8606
Repas abordables livrés* pour toutes clientèles.

Café communautaire l'Entre-Gens

450-229-2211
Repas abordables pour emporter ou livrer* pour toutes clientèles.

L'Étoile du Nord

Club de l'Âge d'or de Wentworth-Nord
514-707-7856
Repas abordables livrés* pour toutes clientèles.

Soupe et Compagnie

450-744-0207
Repas abordables pour emporter ou livrer* pour toutes clientèles.

Ressources communautaires Sophie

Pour Wentworth-Nord et Lac-des-Seize-Îles
450-226-1304
Repas abordables livrés* pour toutes clientèles.