



# Ressources communautaires d'Ottawa



## Santé publique Ottawa (SPO)

- [SantepubliqueOttawa.ca](http://SantepubliqueOttawa.ca)

### Ligne téléphonique COVID-19 de Santé publique Ottawa : 613-580-6744

- Il s'agit d'une ligne d'information **générale** sur la COVID-19 offerte
- La traduction est offerte dans plusieurs langues
- Suivez les messages-guides pour joindre la ligne téléphonique COVID-19.
- ATS : 613-580-9656.

### Centre d'isolement volontaire de Santé publique d'Ottawa (CIV) : 613-580-2424, poste 25890

- [SPOcentreisolement@ottawa.ca](mailto:SPOcentreisolement@ottawa.ca)
- Le CIV est destiné aux personnes qui n'ont pas accès à un abri adéquat ou qui ne peuvent pas s'auto-isoler en sécurité dans leur propre maison. L'emplacement est confidentiel, les repas sont fournis et le tout est gratuit. Vous pouvez vous-même faire la demande pour ce service.

## 2-1-1

- [211oncovid19.ca/fr](http://211oncovid19.ca/fr)
- Appelez pour obtenir de l'information sur la gamme complète des programmes communautaires, sociaux, gouvernementaux et de services de santé disponibles à Ottawa, et la façon d'y accéder.

## Banque d'alimentation d'Ottawa

- [ottawafoodbank.ca/fr](http://ottawafoodbank.ca/fr)
- 613-745-7001
- La livraison d'aliments est proposée aux résidents touchés par l'insécurité alimentaire et dans l'impossibilité de quitter leur domicile.

- Appelez pour demander une livraison d'aliments du lundi au vendredi, de 8 h à 16 h.

## Soins médicaux

- Les symptômes de la COVID-19 peuvent s'aggraver rapidement. Si cela se produit, **n'attendez pas pour obtenir des soins médicaux.**

## Cliniques de soins pour la COVID-19 d'Ottawa

Pour les adultes:

- Chemin Moodie : 595, chemin Moodie (Ottawa) – [Prendre rendez-vous en ligne](#) ou composez le 613-721-4722\*
- Complexe récréatif Ray-Friel : 1585, chemin Tenth Line (Orléans) – [Prendre rendez-vous en ligne](#) ou composez le 613-288-5353\*

\*Les réservations par téléphone sont destinées à ceux qui n'ont pas accès à Internet. Ce ne sont pas des lignes d'information.

## Clinique de soins COVID-19 « Les enfants avant tout » du CHEO

- Pour les enfants de six mois à 18 ans (les nourrissons de moins de six mois doivent être amenés au service des urgences du CHEO).
- Disponible pour l'évaluation et les soins en personne des enfants et des jeunes atteints d'une maladie aiguë, qui comprend de nouveaux symptômes comme la fièvre, la toux, les vomissements, les douleurs au ventre, les maux d'oreille ou l'écoulement nasal.
- [Aréna du parc Brewer : 151, voie Brewer \(Ottawa\)](#) —ou composez le **613-737-7600 (CHEO)**

**IMPORTANT** : Si vous éprouvez de la difficulté à respirer, un essoufflement, des douleurs thoraciques ou si vous vous évanouissez, **composez le 9-1-1.**

## Finances

**Prestation canadienne de maladie pour la relance économique (PCMRE) : 1-800-959-2019 ou 1-800-959-2041**

[Prestation canadienne de maladie pour la relance économique \(PCMRE\) – canada.ca](#)

- Pour les personnes qui ne reçoivent pas de congé de maladie payé et qui ont la COVID-19 ou qui doivent s'isoler ou s'absenter du travail à cause de la COVID-19. Cette prestation s'adresse aux personnes qui ne sont pas admissibles à l'assurance-emploi (AE).
- Faites une demande en ligne par le biais de Mon dossier ARC. Vous devez faire une demande dans les 60 jours suivant votre absence du travail.

## Santé mentale

Dernière mise à jour : Jan 31, 2022

## **Ligne d'écoute téléphonique/ligne d'aide d'Ottawa : 613-238-3311**

- Disponible 24 heures sur 24, 7 jours sur 7

## **Ligne de crise en santé mentale : 613-722-6914**

- À l'extérieur d'Ottawa, composez sans frais le 1-866-996-0991
- Disponible 24 heures sur 24, 7 jours sur 7

## **Counseling on connecte**

- [www.counselingconnect.org/fr-ca](http://www.counselingconnect.org/fr-ca)
- Procure un accès rapide à une séance téléphonique ou vidéo gratuite, offerte en français et en anglais. Ce service s'adresse à tous – les enfants, les jeunes, les adultes et les familles. Il n'y a pas de liste d'attente.

## **Jeunesse, J'écoute : 1-800-668-6868 ou textez : 686868**

- Offre un soutien aux enfants et aux jeunes. Service offert 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7 en français et en anglais

## **Allô J'écoute- 1-866-925-5454 ou textez : ALLOJECOUTEON au 686868**

- [allojecoute.ca/](http://allojecoute.ca/)
- Ligne d'aide gratuite, confidentielle et anonyme fournissant des conseils professionnels, de l'information et des références en matière de santé mentale, de dépendance et de bien-être pour **les étudiants de niveau postsecondaire en Ontario**.

## **Coalition d'Ottawa contre la violence faite aux femmes**

- Fournit un service de texto et de clavardage chiffré pour les victimes de violence familiale.
- Le service de texto et de clavardage est offert 7 jours sur 7, de 8 h 30 à minuit.
- Textez le 613-704-5535 ou connectez-vous en toute sécurité pour obtenir de l'aide en ligne à [pasbienottawa.ca](http://pasbienottawa.ca)
- Si vous êtes en danger immédiat ou si vous craignez pour votre sécurité, composez le 9-1-1.
- La coalition travaille en partenariat avec Prévention du crime Ottawa, la Maison Interval d'Ottawa et le Centre de ressources de l'est d'Ottawa.

## **Prévention de la maltraitance envers les aînés Ontario**

- [eapon.ca/french](http://eapon.ca/french)
- Ligne d'aide aux aînés : 1-866-299-1011
- Fournit un soutien téléphonique confidentiel aux aînés et à leurs aidants en cas de crise ou de solitude.
- Si vous êtes actuellement en danger, composez le 9-1-1 ou appelez la police locale.

## **ConnexOntario**

- [connexontario.ca/fr-ca/](http://connexontario.ca/fr-ca/)
- Ligne d'aide en santé mentale : 1-866-531-2600
- Ligne d'aide sur la drogue et l'alcool : 1-800-565-8603

- Fournit des renseignements gratuits et confidentiels sur les services de santé pour les personnes aux prises avec des problèmes d'alcool et de drogues, de maladie mentale ou de jeu.