



Notre mission

La Maison LA VIGILE est un organisme sans but lucratif ayant pour mission d'accompagner les femmes et les hommes qui ont une problématique de dépendance à l'alcool et aux drogues, aux personnes qui désirent reprendre de saines habitudes de vie et leurs activités quotidiennes et avoir une meilleure gestion de leurs émotions.

LA VIGILE est reconnue comme étant une ressource spécialisée pour venir en aide aux professionnels qui portent ou portaient l'uniforme (agents de la paix, agents correctionnels, anciens combattants, militaires, paramédics, pompiers, répartiteurs 911), aux personnes dans les métiers d'aide et de soins (infirmières, médecins, psychologues, travailleurs sociaux et intervenants de toutes sortes) ainsi qu'aux membres de leur famille.

L'offre de La Vigile

- Des services professionnels et confidentiels adaptés
- Une entrevue d'accueil téléphonique par un professionnel de La Vigile
- Un service de consultations externes gratuit en lien avec le contrat de service
- Équipe médicale sur place



- Un service téléphonique 1 888 315-0007 (24 heures sur 24, 7 jours sur 7)
- Ateliers éducatifs de groupe
- Un suivi individuel d'accompagnement et de soutien en interne
- Une salle d'entraînement physique
- Un menu inspiré du guide alimentaire canadien
- Un accompagnement et du soutien pour la famille et autres personnes
- La Vigile détient un certificat de conformité du CIUSSS de la Capitale-Nationale pour le traitement des dépendances

La Vigile offre aide et soutien ainsi que des services conseils et de relation d'aide pour permettre de retrouver équilibre, estime et fierté en toute confidentialité.

Vous n'êtes pas seul

La Vigile est là pour vous

MERCI !

La Vigile est un organisme à but non lucratif. Donner à La Vigile aide à soutenir un collègue, un proche ou un ami dans le besoin; c'est à dire une personne en détresse qui se voue tous les jours aux autres et au bon fonctionnement de notre société.

Comment faire un don ?

- Par la poste
- Par carte de crédit ou chèque
- En ligne www.lavigile.qc.ca





Maison d'accueil
pour intervenants en situation d'urgence,
professionnels de la santé
ou toute autre personne



Caisse Desjardins des
policiers et policières
Partenaire de coeur de la maison La Vigile



2 programmes éducatifs

• Dépendance

• Répit

anxiété, symptômes dépressifs,
symptômes de stress post-traumatique,
gestion des émotions et l'estime de soi



Vous n'êtes pas seul

D'autres ont surmonté leurs difficultés

Contactez-nous dès maintenant
pour obtenir de l'aide
24 heures sur 24, 7 jours sur 7
1 888 315-0007

2-A rue Monseigneur-Marc-Leclerc
Québec (Qc) G1C 2C4
581 742-7001



www.lavigile.qc.ca

Une équipe de professionnels pour notre service de consultations externes

- Médecin
- Psychologues
- Sexologues
- Travailleurs sociaux
- Infirmières
- Conseillers en orientation
- Intervenants en toxicomanie
- Massothérapeutes
- Avocats
- Notaires
- Médiateurs
- Planificateurs financiers

Je contribue à La Vigile par chèque ou en ligne : www.lavigile.qc.ca. Un reçu d'impôt sera émis pour un don de 20\$ et plus.

1\$ 2\$ 5\$ 10\$ _____ \$

M Mme Nom du donateur _____

Adresse _____

Code postal _____

Courriel personnel _____

Signature _____

Téléphone _____

Date _____

Merçi de faire parvenir ce formulaire à l'adresse suivante : 2-A, rue Mgr. Marc Leclerc, Québec (Qc) G1C 2C4

TEL.: 581-742-7001 FAX: 581-742-7004