



FTQ-LL

BOTTIN DES RESSOURCES

Réseau des déléguées et délégués
sociaux de la FTQ Laurentides-Lanaudière



TABLE DES MATIÈRES

VIOLENCE CONJUGALE.....	1
LAURENTIDES.....	5
RESSOURCES D'URGENCE	6
ABUS ET VIOLENCE.....	10
AIDE ALIMENTAIRE.....	12
AIDE À LA FAMILLE ET AUX PROCHES AIDANTS.....	15
AIDE BUDGÉTAIRE.....	24
ALLOCATION – LOGEMENT	25
ALCOOLISME ET TOXICOMANIE.....	26
DÉFENSE DES DROITS.....	30
JEU.....	32
PRÉVENTION SUICIDE.....	33
RESSOURCES POUR FEMMES.....	34
RESSOURCES POUR HOMMES	37
SANTÉ MENTALE	38
TROUBLES ALIMENTAIRES.....	44
TROUBLE SEXOLOGIE	45
LANAUDIÈRE.....	47
RESSOURCES D'URGENCE	48
AIDE ALIMENTAIRE ET COMPTOIR DÉPANNAGE	53
AIDE BUDGÉTAIRE.....	56
ALCOOLISME, TOXICOMANIE ET AUTRES DÉPENDANCES.....	57
ALLOCATION – LOGEMENT	60
DÉFENSE DES DROITS.....	61
PRÉVENTION SUICIDE.....	62
RESSOURCES POUR FEMMES.....	63
RESSOURCES POUR HOMMES	66
SANTÉ MENTALE	67

VIOLENCE CONJUGALE



RESSOURCES POUR VIOLENCE ENTRE PARTENAIRES INTIMES

ORGANISMES	CLIENTÈLE VISÉE	SERVICES OFFERTS	RÉGIONS	COORDONNÉES
COMPORTEMENTS VIOLENTS				
Organisme PAIX	Hommes Femmes Adolescents	<ul style="list-style-type: none"> Programme gestion de la colère en groupe 	Laurentides (Ste-Anne-des-Plaines et Bois-des-Filion)	(819) 326-1400 1 (800) 267-3919 info@organismepaix.ca
Option Alternative	Hommes Femmes	<ul style="list-style-type: none"> Programme de groupe Atelier Information et sensibilisation à la violence Suivi individuel, de couple ou familial 	Montréal et les environs	(514) 527-1657 Info@optionalternative.org
CHOC	Hommes	<ul style="list-style-type: none"> Atelier de sensibilisation Thérapie de groupe 	Terrebonne et les environs (incluant Ste-Anne-des-Plaines et Bois-des-Filion)	(450) 975-2462
Au cœur de l'il	Hommes Femmes	<ul style="list-style-type: none"> Programme de groupe Atelier de sensibilisation 	Terrebonne (Lanaudière)	(450) 756-4934 poste 1 1 (800) 567-8759 poste 1 intervenant@aucoeurdelil.org
ACCROC	Hommes Adolescents	<ul style="list-style-type: none"> Rencontres de groupes Capsules You tube 	Ste-Anne-des-Plaines Bois-des-Filion	1 (877) 460-9966
HÉBERGEMENT, LIGNE D'ÉCOUTE ET SERVICES EXTERNES POUR VICTIMES DE VIOLENCE CONJUGALE				
REGROUP'ELLES (Terrebonne)	Femmes	<ul style="list-style-type: none"> Hébergement Ligne d'écoute 24/7 Services externes (rencontres de groupe) 	Terrebonne Ste-Anne-des-Plaines Bois-des-Filion	(450) 964-4404 poste 2
REGARD EN ELLE (Repentigny)	Femmes	<ul style="list-style-type: none"> Hébergement Ligne d'écoute 24/7 Services externes (rencontres de groupe) 	Terrebonne	(450) 582-6000

LE MITAN (Sainte-Thérèse)	Femmes	<ul style="list-style-type: none"> • Hébergement • Ligne d'écoute 24/7 • Services externes (rencontres de groupe) 	Ste-Anne-des-Plaines Bois-des-Filion	(450) 435-3651
MAISON D'ARIANE (Saint-Jérôme)	Femmes	<ul style="list-style-type: none"> • Hébergement • Ligne d'écoute 24/7 • Services externes (rencontres de groupe) 	Ste-Anne-des-Plaines Bois-des-Filion	(450) 432-9355 poste 1
MAISON OXYGÈNE	Hommes (pères)	<ul style="list-style-type: none"> • Hébergement • Soutien • Services externes 	Terrebonne Ste-Anne-des-Plaines Bois-des-Filion	(450) 499-2617 (Joliette) (579) 887-8843 (St-Jérôme) (450)591-2617 (L'Assomption) (514) 655-6625 (Montréal)
SERVICES D'AIDE POUR VICTIMES DE VIOLENCE CONJUGALE				
SOS VIOLENCE CONJUGALE	Tous	<ul style="list-style-type: none"> • Ligne téléphonique 24/7 – accueil, référence, information • Localiser place en hébergement au Québec 	Terrebonne Ste-Anne-des-Plaines Bois-des-Filion	1 (800) 363-9010
CAVAC	Tous	<ul style="list-style-type: none"> • Accompagnement psychosocial, judiciaire • Information et référencement 	Terrebonne Ste-Anne-des-Plaines Bois-des-Filion	1 (866) 532-2822
AIDE HOMME (Mascouche)	Hommes	<ul style="list-style-type: none"> • Soutien individuel dans plusieurs sphères • Activités brisant l'isolement 	Terrebonne Ste-Anne-des-Plaines Bois-des-Filion	(450) 961-1241 Par courriel après 16h et la fin de semaine : info@aidehomme.com

SERVICE D'AIDE AUX CONJOINTS	Hommes en difficultés conjugales	<ul style="list-style-type: none"> • Intervenant Hommes en conflits conjugaux, familiaux ou en situation de post séparation; • Sensibilisation sur la violence vécu OU IMPACT DE LA VIOLENCE FAITE 	Montréal et les environs	(514) 384-6296
ARRA	Aînés	<ul style="list-style-type: none"> • Soutien et accompagnement 	Terrebonne	(450) 918-3520
LE NEO	Toute personne de la diversité sexuelle	<ul style="list-style-type: none"> • Relation d'aide • Informations • Activités 	Terrebonne Ste-Anne-des-Plaines Bois-des-Filion	(450) 964-1860
INTERLIGNE	Toute personne de la diversité sexuelle	<ul style="list-style-type: none"> • Ligne d'écoute 24/7 • Programmes de soutien, accompagnement • Clinique juridique 	Terrebonne Ste-Anne-des-Plaines Bois-des-Filion	1 (888) 505-1010
AMINATE	Personnes nouvellement immigrantes	<ul style="list-style-type: none"> • Accueil, information et soutien • Aide liée avec les démarches 	Terrebonne	(450) 492-7989
ABL	Personnes nouvellement immigrantes	<ul style="list-style-type: none"> • Accueil, information et soutien • Aide liée avec les démarches 	Ste-Anne-des-Plaines Bois-des-Filion	(450) 312-0300 (514) 570-3313
CENTRE D'AMITIÉ AUTOCHTONE	Individus et familles autochtones	<ul style="list-style-type: none"> • Services de soutien, d'accompagnement et d'information 	Terrebonne Ste-Anne-des-Plaines Bois-des-Filion	(450) 760-3865

TEL-JEUNES	Jeunes	<ul style="list-style-type: none"> • Écoute téléphonique 24/7 • Informations 	Terrebonne Ste-Anne-des-Plaines Bois-des-Filion	1 (800) 263-2266
INFORMATIONS JURIDIQUES POUR VICTIME VC				
REBÂTIR	Victimes de VC/VS	<ul style="list-style-type: none"> • Consultation juridique gratuite (4 heures) dans tous les domaines du droit 	Terrebonne Ste-Anne-des-Plaines Bois-des-Filion	1 (833) 732-2847 projet@rebatir.ca
INFO JUSTICE	Toute personne majeure	<ul style="list-style-type: none"> • Informations juridiques • Info-séparation • Parcours petites créances • Justice alliée 	Terrebonne Ste-Anne-des-Plaines Bois-des-Filion	(450) 990-8071
EQUIJUSTICE	Toute personne	<ul style="list-style-type: none"> • Justice réparatrice 	Terrebonne	(450) 581-1459
LIGNE INFO DPCP	Toute personne victime de VC/VS	<ul style="list-style-type: none"> • Information sur le processus judiciaire • Traitement d'une plainte à la police • Autorisation d'une poursuite criminelle 	Terrebonne Ste-Anne-des-Plaines Bois-des-Filion	

CLINIQUE JURIDIQUE DE L'UNIVERSITÉ DE MONTRÉAL	Toute personne victime de VC/VS	<ul style="list-style-type: none"> • Information, conseil et avis juridiques • Préparation à une audience 	Terrebonne Ste-Anne-des-Plaines Bois-des-Filion	1 (877) 547-3727
GOUVERNEMENT DU QUÉBEC	Toute personne victime de VC/VS	<ul style="list-style-type: none"> • Informations • Ordonnance de protection civile • Ordonnance de cessation du partage d'une image intime 	Terrebonne Ste-Anne-des-Plaines Bois-des-Filion	(514) 343-7851 clinique-juridique@umontreal.ca
SITES INTERNET INFORMATIFS SUR LA VIOLENCE CONJUGALE				
EDUCALOI	Toute personne	<ul style="list-style-type: none"> • Informations sur des procédures, lois, ressources d'aide 	Terrebonne Ste-Anne-des-Plaines Bois-des-Filion	https://educaloi.qc.ca/
ASSOCIATION PLAIDOYER VICTIME	Toute personne victime	<ul style="list-style-type: none"> • Informations et références 	Terrebonne Ste-Anne-des-Plaines Bois-des-Filion	https://educaloi.qc.ca/
SERVICES INFORMATIFS POUR VICTIMES VC/VS POUR AUTEUR DÉTENU				
SERVICES AUX VICTIMES – SERVICE CORRECTIONNEL CANADA	Toute personne victime dont l'auteur de VC/VS a reçu une sentence de 2 ans et plus	<ul style="list-style-type: none"> • Détails sur la peine, les permissions de sortie, la mise en liberté, etc 	Terrebonne Ste-Anne-des-Plaines Bois-des-Filion	1 (866) 806-2275 Victims-victimes@csc-scc.gc.ca
SERVICES AUX VICTIMES – SERVICE CORRECTIONNEL QUÉBEC	Toute personne victime dont l'auteur de VC/VS a reçu une sentence de moins de 2 ans	<ul style="list-style-type: none"> • Détails sur la peine, les permissions de sortie, la mise en liberté, etc 	Terrebonne Ste-Anne-des-Plaines Bois-des-Filion	1 (866) 806-2275 Victims-victimes@csc-scc.gc.ca

LAURENTIDES



RESSOURCES D'URGENCE

HÔPITAUX ET CLSC

Centre Hospitalier de Saint-Jérôme

290 rue de Montigny, Saint-Jérôme, J7Z 5T3
450 432-2777

Centre intégré de santé et services sociaux des Laurentides

290 Rue de Montigny, Saint-Jérôme, J7Z 5T3
450 436-8622

Centre Hospitalier Laurentien et Centre de santé et de services sociaux des Sommets

234 Rue Saint Vincent, Sainte-Agathe-des-Monts, J8C 2B8
819 324-4000

Centre de santé et de services sociaux de Thérèse de Blainville

55 Rue Saint-Joseph, Sainte-Thérèse, J7E 4Y5
450 433-2777

Centre Hospitalier Saint-Eustache

520 boulevard Arthur-Sauvé, Saint-Eustache, J7R 5B1
450 473-6811

Centre Hospitalier Lachute

145 de la Providence Lachute, J8H 4C7
450 473-6811

CLSC Jean-Olivier-Chénier

29, chemin d'Oka Saint-Eustache, J7R 1K6
450 491-1233

CLSC Mirabel

8467, rue Saint-Jacques Mirabel, J7N 2A3
450 475-7938

Centre Hospitalier de Mont-Laurier

2561, chemin de la Lièvre Sud Mont-Laurier, J9L 3G3
819 623-1234

Centre Hospitalier de Rivière-Rouge

1525, rue L'Annonciation Nord Rivière-Rouge, J0T 1T0
819 275-2118



[RETOUR À LA TABLE DES MATIÈRES](#)

Sûreté du Québec 819 770-9111

[Nous joindre - Sûreté du Québec \(gouv.QC.ca\)](http://gouv.qc.ca)

Centre Antipoison 1 800 463-5060

[Centre antipoison du Québec | CIUSSSCN \(gouv.QC.ca\)](http://gouv.qc.ca)

Centre d'aide 24/7 1 866 595-9990

[Centre d'Aide 24/7 | Crise Suicidaire \(centredaide247.com\)](http://centredaide247.com)

Le centre d'aide 24/7 est accessible aux personnes souffrant de troubles psycho-traumatiques, de troubles psychopathologiques (anxiété, dépression, perte de suivi, etc.) et psychosociaux (deuil, victime de violence, toxicomanie, etc.).

Info-Santé et Info – Social 811

[Info-Santé 811 | Gouvernement du Québec \(quebec.ca\)](http://quebec.ca)

Le 811 est le numéro de téléphone unique de ce service. Composer le 811 permet de joindre rapidement une infirmière en cas de problème de santé non urgent. Toutefois, en cas de problème grave ou de besoin urgent, il est important de composer le 9-1-1 ou de se rendre à l'urgence.

Prévention du suicide 1 866 277-3553

[Prévenir le suicide | Gouvernement du Québec \(quebec.ca\)](http://quebec.ca)

Un professionnel de la santé ou des services sociaux pourra vous écouter, évaluer vos besoins et vous proposer des options adaptées à ceux-ci.

SOS Violence conjugale 1 800 363-9010

[SOS violence conjugale](http://sosviolenceconjugale.ca)

La mission de SOS violence conjugale est de contribuer à la sécurité des victimes de violence conjugale et à la réduction de la violence conjugale et de ses conséquences en offrant des services aux victimes, à la population et à toutes les personnes touchées par la violence conjugale.

Tel-Aide 514 935-1101

[Tel-Aide Québec | Centre d'écoute téléphonique Gratuit » \(telaide.QC.ca\)](http://telaide.qc.ca)

Un accueil inconditionnel qui vous permet de réfléchir tout haut, de mieux vous comprendre, de voir plus clair, sans crainte d'être jugé, blâmé ou rejeté.

Toxicomanie et alcoolisme 1 800 265-2626

[Accueil - Droque : Aide et référence \(aidedroque.ca\)](http://aidedroque.ca)

Situation difficile, envie de consommer, risque de rechute... Nos intervenant.es écoutent attentivement et avec empathie pour vous offrir un appui immédiat.

Urgence 911

[Urgence 9-1-1 | Gouvernement du Québec \(quebec.ca\)](http://gouv.qc.ca)

Si vous êtes témoin ou victime d'une situation d'urgence qui menace votre sécurité, celle des autres, vos biens ou l'environnement, vous devez composer le 9-1-1.

 **RETOUR À LA TABLE DES MATIÈRES**

Interligne/Gai écoute 1 888 505-1010

Interligne.co - [Votre espace pour LGBTQ+](#)

Avec son service d'écoute disponible 24 heures sur 24 par téléphone, texto, courriel et clavardage. Interligne offre du soutien aux personnes concernées par la diversité sexuelle et/ou la pluralité des genres.

Jeu problématique 1 800 461-0140

[Jeu : aide et référence | Ligne d'aide 24/7 sur le jeu excessif \(aidejeu.ca\)](#)

Accessible 24 heures par jour et 7 jours par semaine, le service téléphonique spécialisé est bilingue, gratuit, anonyme et confidentiel.

Les intervenants y incitent les gens à faire une réflexion sur leurs habitudes de jeu et recommandent les joueurs excessifs ainsi que leurs proches à des ressources d'aide.

Jeunesse J'écoute 1 800 668-6868

Besoin D'aide - jeunessejecoute.ca

Jeunesse, J'écoute est le seul service national 24/7 qui offre des services bilingues (anglais et français) d'intervention professionnelle, des ressources et du soutien par texto aux jeunes.

La ligne parents 1 800 361-5085

[LigneParents - Soutien professionnel gratuit 24h/7!](#)

Spécialistes de la **relation parents-enfants**, les intervenants professionnels de LigneParents offrent des services gratuits et confidentiels 365 jours par année.

Ligne aide abus Aînés 1 888 489-2287 [La Ligne Aide Abus Aînés | Ligne téléphonique provinciale d'écoute et de référence spécialisée en matière de maltraitance envers les aînés. \(aideabusaines.ca\)](#)

S.O.S. violence conjugale 1 800 363-9010

[SOS violence conjugale](#)

Tel-Jeunes 1 800 263-2266

[Accueil | Tel-jeunes \(teljeunes.com\)](#)

Les services sont gratuits et confidentiels en plus d'être accessibles 24 h / 24, 365 jours par année.

Tel-Aînés 1 877 353-2460

[Tel-Écoute et tel Aînés : Ça me concerne \(cameconcerne.ca\)](#)

Lignes d'écoute et de référence gratuite et confidentielle pour toute personne adulte qui a besoin d'écoute. La ligne Tel-Aînés est spécialisée pour la clientèle de 60 ans et plus. Qu'il s'agisse d'un moment difficile, d'un changement de vie, de détresse psychologique, de solitude, d'une situation d'abus, nous sommes ouverts 365 jours par année pour écouter sans jugement.



[RETOUR À LA TABLE DES MATIÈRES](#)

Santé Québec

Rendez-vous santé Québec est un service gouvernemental harmonisé, convivial et gratuit permettant la prise de rendez-vous en ligne en médecine de famille. Il a pour objectif premier de faciliter l'accès à un professionnel de la santé offrant des services en médecine de famille pour tous les Québécois.

[Rendez-vous santé Québec \(gouv.QC.ca\)](http://gouv.qc.ca)

Service 211

Le service 211 réfère les citoyens vers les ressources communautaires, publiques et parapubliques proches de chez eux.

- Le service 211 permet de combattre la pauvreté et l'exclusion sociale, en permettant aux gens aux prises avec des besoins sociaux non urgents d'être informés rapidement sur les ressources sociocommunautaires de proximité qui leur viendront en aide, et donc de pouvoir trouver les solutions pour se sortir d'une situation précaire.
- Le 211 est un service gratuit et grandement accessible notamment pour les personnes démunies, aînées et les nouveaux arrivants.
- Le 211 est un éclaireur auprès des gouvernements et décideurs, qui par l'analyse des statistiques d'appels et de fréquentation du site Web, permet de suivre l'évolution des besoins sociaux et de déterminer les ressources manquantes pour y répondre.

<https://www.211quebecregions.ca/>

CISMUF

Centre interdisciplinaire de soins pour les métiers d'urgence et leurs familles.

Le CISMUF est un Centre Interdisciplinaire de Soins qui offre des services de santé physique et psychologique. Nous desservons la clientèle des métiers d'urgence tels que les policiers, les pompiers, les paramédicaux, les répondants 911, les militaires, les agents correctionnels, les vétérans, etc., mais aussi les employés civils, les retraités et leurs familles.

388 rue Blainville Est, suite 500, Sainte-Thérèse, J7E1N4

450 280-4021

<https://www.cismuf.ca/>

PSPNET

Dans le cadre du plan d'action du gouvernement du Canada sur les blessures de stress post-traumatique, le PSPNET offre et évalue une thérapie cognitive comportementale sur Internet, la TCCI, adaptée spécialement pour répondre aux besoins des membres, actuels et anciens, du personnel de la sécurité publique (PSP) et de leurs conjoints ou partenaire de vie.

Université de Regina, 2 Research Drive, Regina, (Saskatchewan) S4S 7H9

Téléphone 306 337-7233 (SAFE) ou 1-833-317-7233

<https://www.pspnet.ca/fr/contact-us/>

<https://www.pspnet.ca/fr/home/>



RETOUR À LA TABLE DES MATIÈRES

ABUS ET VIOLENCE

CALACS Laurentides

Centre d'aide, de prévention et de lutte contre les agressions à caractère sexuel.

C.P. 202, Saint-Jérôme, J7Z 5T9

Téléphone 450 565-6231 / 450 491-2975 (Saint-Eustache)

[Accueil - CALACS L'Ancre \(calacslancrage.ca\)](http://calacslancrage.ca)

CALACS L'Élan (Mont-Laurier)

Case postale 301

Mont-Laurier, Québec J9L 3G9

819 623-2624

1-866-431-2624 (Sans frais)

www.lelan.org/

CALACS L'Élan (Sainte-Agathe)

Case postale 64

Sainte-Agathe-des-Monts, Québec J8C 3A1

819 326-8484

1-866-915-8484 (Sans frais)

www.lelan.org/

A.C.C.R.O.C

Organisme qui aide les personnes ayant un comportement violent. Groupe de thérapie disponible pour adultes et adolescents et soutien disponible au réseau familial et scolaire.

60, boulevard des Hauteurs, Saint-Jérôme (Québec)

450 569-9966

[Accroc | 1-877-460-9966](http://accroc.com)

CETAS (Centre d'entraide et de traitements des agressions sexuelles)

Centre d'entraide et de traitement des agressions sexuelles

8, boul. de la Salette suite 101-C, Saint-Jérôme, J7Y 5C8

450 431-6400

<http://www.info-cetas.com/>

1-888-933-9007

CIASL - Le Comité intersectoriel en agression sexuelle des Laurentides

Regroupement d'une trentaine d'organismes communautaires et institutionnels qui travaillent auprès des personnes qui sont touchées par la violence sexuelle.

Le CIASL partage les expertises, bonifie la complémentarité et les arrimages de services et développe de nouveaux partenariats pour l'amélioration constante de l'offre de service en violence sexuelle pour la population des Laurentides.

<https://ciasl.ca/>

 [RETOUR À LA TABLE DES MATIÈRES](#)

Mouvement contre le viol et l'inceste

Le Mouvement contre le viol et l'inceste (MCVI) émerge d'une conscience féministe de femmes de diverses origines qui reconnaissent les différentes formes d'oppression envers les femmes.

Notre Mission est de contrer toute forme de violence vécue par les femmes comme résultante des rapports de pouvoir inégaux et de domination existante dans la société, rapports qui découlent des différentes sources d'oppression.

514 278-9383

<https://www.mcvicontreleviol.org/>

Directeur des poursuites criminelles et pénales (DPCP)

Ligne téléphonique destinée à renseigner les personnes victimes de violences sexuelles qui envisagent de déposer une plainte auprès des policiers – gratuit et confidentiel

1-877-547-DPCP (3727)

[Directeur des poursuites criminelles et pénales \(DPCP\) | Gouvernement du Québec \(quebec.ca\)](https://www.gouvernement.qc.ca/fr/le-gouvernement/le-directeur-des-poursuites-criminelles-et-penales)

Maison d'Ariane

Maison d'aide et d'hébergement pour les femmes victimes de violence conjugale, donne également des thérapies en externe.

C.P.35, Saint-Jérôme, J7Z 5T7

450 432-9355

[Maison d'Ariane : Pour femmes et enfants victimes de violence conjugale \(maisondariane.ca\)](https://www.maisondariane.ca/)

Prévoyance envers les aînés des Laurentides

Répondre aux demandes des aînés victimes d'abus ou de maltraitance, vivant des situations inquiétantes affectant leur qualité de vie.

1 844 551-6032

<https://prevoyanceaines.org/>



Centre sida amitié CSA

Services d'accueil, de soutien et d'accompagnement aux personnes vivant avec le VIH/sida et les hépatites virales ainsi qu'à leurs proches. Sensibiliser et d'éduquer la population des Laurentides quant au VIH/sida, aux hépatites virales et aux autres infections transmissibles sexuellement ou par le sang (ITSS).

Bureau : 450 431-7432

Clinique : 450 432-9444

<https://www.dispensaire.org/>

 **RETOUR À LA TABLE DES MATIÈRES**

AIDE ALIMENTAIRE

Bouffe Laurentienne

Améliorer l'efficacité et l'efficacité de 16 autres organismes de bienfaisance enregistrés œuvrant dans l'amélioration de la sécurité alimentaire, en leur offrant des denrées alimentaires, des formations sur la bonne gouvernance et la gestion des ressources, ainsi que du soutien sur l'amélioration de leurs programmes de bienfaisance dans le but de soulager la pauvreté sur le territoire.

195, rue Brissette, porte 72, Sainte-Agathe-des-Monts, J8C 3S4
819 430-6083



[Personnes Défavorisées | Bouffe laurentienne | Québec](#)

Dépannage alimentaire MRC d'Argenteuil

Le réseau de dépannage alimentaire du secteur ouest de la MRC d'Argenteuil vise l'organisation d'une équipe autonome de dépannage alimentaire. Ils cherchent à donner de la nourriture aux familles dans le besoin, organiser des activités pour favoriser l'entraide entre elles et apporter de l'aide pour la planification budgétaire.

88, rue des Érables, Grenville-sur-la-Rouge, J0V 1B0
819 242-8088



paula255@live.ca

Centre d'entraide Racine-Lavoie

Le Centre d'entraide offre des services d'aide aux personnes et aux familles : distribution alimentaire, dépannage d'urgence, écoute et référence, fonds d'aide pour les jeunes, clinique d'impôts.

154, rue Dorion, Saint-Eustache, J7R 2N9
450 623-6030



www.entraideracinelavoie.org

Comité action sociale de Saint-Joseph-du-Lac

Le CAS de Saint-Joseph-du-Lac a pour mission de venir en aide à toute personne vivant dans une situation précaire, qui réside à Saint-Joseph-du-Lac, par l'entremise d'une aide alimentaire, de sa friperie Le Chiffonnier et sa Soupe de l'Amitié.

1028-A Chemin Principal, Saint-Joseph-du-Lac, J0N 1M0
450 473-2440



comiteaction@outlook.com

Comité d'aide alimentaire des patriotes (CAAP)

Le Comité vient en aide aux plus démunis par l'offre d'aide alimentaire. Cueillette, tri, transformation et distribution de denrées dans dix comptoirs d'aide alimentaire et quatre cuisines collectives dans la MRC de Deux-Montagnes et de Mirabel Sud.

95, rue principale, Saint-Joseph-du-Lac, J0N 1M0
450 472-9469



www.aidealimentaire.com

 [RETOUR À LA TABLE DES MATIÈRES](#)

Comptoir alimentaire Saint-Agapit

Supervisé par la paroisse Sainte-Marie-du-Lac, le Comptoir a pour mission de soutenir les gens à faibles revenus par l'aide alimentaire, une cuisine collective et un service d'écoute.

1002, chemin Oka, Deux-Montagnes, J7R 1L7

450 473-9877

www.stemariedulac.maparoisse.info/deux-montagnes/



Centre de dépannage Saint-Janvier

Organisme à but non lucratif qui vient en aide aux familles démunies de Saint-Janvier en leur offrant un service de banque alimentaire, en subvenant aux frais scolaires d'élèves défavorisés et en permettant à des jeunes de bénéficier d'un camp de jour.

17599, rue Victor, Mirabel, J7J 1A9

450 434-4037

www.centrededepannagest-janvier.ca/



Garde-manger des Pays-d'en-Haut

Le Garde-Manger des Pays d'en haut contribue à la sécurité alimentaire sur le territoire de la MRC. Il offre des services de dépannage et de comptoirs alimentaires, assure la coordination des cuisines collectives, prépare des lunchs pour les élèves dans cinq écoles, offre le service de livraison à domicile pour les gens en perte d'autonomie et fournit des bons de Noël. Afin de contrer la pauvreté, l'organisme administre aussi un comptoir vestimentaire.

100, rue Morin, Sainte-Adèle, J8B 2P7

450 277-3757

www.gardemangerpdh.ca



Halte alimentaire Val-Morin

La mission de l'organisme est de regrouper les comptoirs alimentaires et les cuisines collectives de la MRC des Laurentides, assurer le transport et la récupération des denrées alimentaires et intervenir auprès des personnes défavorisées.

195, rue Brissette, porte 72, Sainte-Agathe, J8C 3S4

819 430-6083

bouffelaurentienne@cgocable.ca



Les Petits Dophins

En collaboration avec les partenaires, Les Petits Dolphins ont mis en place un service de dépannage alimentaire et de livraison pour répondre aux besoins d'urgence de sécurité alimentaire de la collectivité de Saint-Adolphe.

1508, Montée d'Argenteuil, Saint-Adolphe-d'Howard, J0T 2B0

450 602-4262

info@adolphins.com



Moisson Laurentides

Moisson Laurentides, votre banque alimentaire régionale, pour combattre la faim et nourrir l'espoir, en partenariat avec les organismes communautaires.

450 434-0790 poste 304

<https://www.moissonlaurentides.org/>



RETOUR À LA TABLE DES MATIÈRES

Comité de dépannage P-E Barbeau

Distribution alimentaire

Lachute

450 562-2315

La soupe café-rencontre

Aide alimentaire

Saint-Jérôme

450 569-9184

Comptoir alimentaire de Val-David

Dépannage alimentaire pour personnes seules et familles dans le besoin.

Val-David

514 616-6457

Bouffe-dépannage

Aide aux gens démunis en leur fournissant de la nourriture chaque semaine et des paniers de Noël. S'inscrire à l'avance.

Ste-Agathe

819 326-1324

Comptoir alimentaire Saint-Faustin-Lac-Carré

Dépannage alimentaire pour personnes dans le besoin

Saint-Faustin-Lac-Carré

819 688-6551

Comité de dépannage Ste-Paule

Aide alimentaire aux paroissiens

Saint-Jérôme

450 436-1210

Café communautaire l'entre-gens

Sainte-Adèle

450 229-2211

La Cathédrale

Aide alimentaire aux paroissiens

Saint-Jérôme

450 432-9741



[RETOUR À LA TABLE DES MATIÈRES](#)

AIDE À LA FAMILLE ET AUX PROCHES AIDANTS

Centraide Laurentides

Blainville

450 436-1584

www.centraidelaurentides.org

Comptoir d'entraide de Saint-Jérôme

Récupération et vente à prix modiques de vêtements, meubles et articles usagés.

450 438-0231

www.centraidelaurentides.org/comptoir-centraide-st-gerome

Centre d'aide Agape

Nourriture, vêtements, meubles, paniers de Noël.

Deux-Montagnes

450 473-7450

[Entraide Agapè | Aide alimentaire et matérielle à Québec | Friperie \(entraideagape.org\)](http://entraideagape.org)

St-Vincent-de-Paul

Comptoir vestimentaire Mont-Laurier.

819 623-6499

Manne du jour

Dépannage alimentaire et vestimentaire.

Mont-Laurier

1 844 623-6604

www.mannedujour.ca

Comptoir d'entraide de Labelle

Friperie, jardin communautaire, dépannage d'urgence, banque alimentaire, etc.

819 686-1878

Comptoir Dépanne-Tout Ste-Thérèse

Don de meubles et de vêtements autant à d'autres organismes qu'à des individus dans le besoin.

450 979-4955

<https://www.facebook.com/Depannetoutturgeon>

Comptoir vestimentaire de Val-David

Vente de vêtements à prix modiques pour toutes personnes dans le besoin

819 322-1990



[RETOUR À LA TABLE DES MATIÈRES](#)

Maison Pause-Parent

La Maison Pause-Parent est un organisme communautaire dont les actions préventives et éducatives contribuent au mieux-être des familles. Elles peuvent venir déjeuner gratuitement. Ce moment permet de créer des liens et de l'entraide entre les familles tout en développant de saines habitudes alimentaires. Elles peuvent venir cuisiner en groupe des plats sains à coût minime dans une atmosphère calme et détendue. Activités organisées lors des journées pédagogiques afin de permettre aux familles de passer du bon temps ensemble à un coût minime. Accompagnement des familles pendant quelques rencontres afin de favoriser des relations harmonieuses (discipline, troubles de comportement, relation parent-enfant). Halte-garderie éducative offerte aux enfants de 3 mois à 5 ans afin d'offrir aux parents un répit et de permettre aux enfants de socialiser. Le service de halte-garderie est offert aux familles qui participent aux activités sur place. Coût minime. Services permettant d'offrir l'atelier Vive la discipline (2 à 5 ans) dans les CPE ou le service Vie de famille, de la discipline à l'amour (6 à 12 ans) dans les écoles. Activités payantes.

450 565-0015

<https://mppstj.org/contact/>

Centre de la famille du Grand Saint-Jérôme

Responsabiliser les personnes face à leur situation de vie. Promouvoir l'entraide entre les personnes vivant des situations similaires. Briser l'isolement des personnes qui fréquentent notre centre. Être écouté et entendu. Se sentir valorisé, de prendre en main, se sentir utile et partager.

200, rue Labelle, Saint-Jérôme, J7Z 5K8

450 431-1239

<https://www.centredelafamille.ca/>

Portail jeunesse lac2m

Vous êtes à la recherche d'un organisme pouvant répondre à vos besoins. Utilisez l'outil de recherche ici-bas et consultez la liste des organismes pouvant vous venir en aide.

<https://www.portailjeunesselac2m.org/>

Maison de la famille du Nord

Offrir divers services aux familles et aux enfants de 0 à 6 ans afin de développer les compétences parentales, stimuler le développement des enfants et prévenir les négligences envers eux.

155, rue Léonard Mont-Tremblant, J8E 3K1

819 425-5407



[Maison de la famille du Nord – Service aux familles et aux enfants de 0 à 12 ans](#)



RETOUR À LA TABLE DES MATIÈRES

Parents uniques des Laurentides

Regrouper les familles monoparentales et recomposées dans un lieu accueillant et chaleureux qui favorise l'entraide, la prise en charge et l'autonomie de celles-ci, tout en améliorant leurs conditions de vie.

126, rue De Montigny, Sainte-Agathe-des-Monts, J8C 3H7
819 324-1004



[Parents Uniques des Laurentides - aide aux familles monoparentales](#)

Comptoir d'entraide de Lachute

Le Comptoir d'entraide de Lachute, un service de Centraide Laurentides, vient en aide aux personnes et aux familles à faible revenu par la vente à prix modique de vêtements et de meubles en bon état, ainsi que d'articles réutilisables, donnés par la population. Le comptoir offre également un milieu d'insertion et d'intégration aux personnes en stage ou en réinsertion sociale.

273, rue principale, Lachute, J8H 2Z7
450 562-9932



www.centraidelaurentides.org/comptoir-centraide-lachute

Écluse des Laurentides

L'Écluse des Laurentides est un service de travail de rue pour les gens qui vivent des problèmes d'exclusion sociale, d'isolement, de pauvreté, de marginalisation, de toxicomanie, de décrochage, de santé mentale et/ou physique, de détresse psychologique ou tout autre problématique affectant leur qualité de vie. L'organisme offre une présence significative, de l'écoute, de l'information, des références personnalisées, du soutien et de l'accompagnement.

22A, rue Goyer, Saint-Sauveur, J0R 1R0
450 744-1393



www.ecluse.org

Ressource Écoute

<https://www.centredecoute.com/notre-organisme>

Société Canadienne du Cancer

418, rue Saint-Georges Saint-Jérôme, J7Z 6H8
450 436-2691

Lien adresse internet pour aidant naturel Laurentides.

<https://www.lappui.org/fr/>

<https://www.cancer.ca/fr-ca/?region=QC>

Liens pour parler à quelqu'un ayant vécu une expérience similaire

Ces liens peuvent être autant pour la famille

parlonscancer.ca

Service de jumelage téléphonique permettant le partage avec une personne ayant vécu une expérience de cancer similaire et auquel on peut s'inscrire

match.cancer.ca

Groupes de soutien en face à face animé par un intervenant psychosocial.

Saint-Eustache

<https://csl.cancer.ca/fr/Detail/43280c8f-effe-e811-a98d-000d3a36f968>

Saint-Jérôme

<https://csl.cancer.ca/fr/Detail/2f280c8f-effe-e811-a98d-000d3a36f968>

L'Antr'Aidant

L'Antr'Aidant est un organisme communautaire dédié aux proches aidants d'aînés. Un proche aidant est une personne qui prend soin de près ou de loin d'une personne âgée qui présente une perte d'autonomie physique et/ou cognitive. Les proches aidants d'un aîné peuvent être : le conjoint, le fils/la fille, l'ami, un membre de la fratrie ou un voisin. La plupart des proches aidants d'aînés sont des aînés eux-mêmes. Pour répondre aux multiples besoins des proches aidants dans un contexte de vieillissement de notre population, l'Antr'Aidant déploie des services/activités de trois (3) grands types d'activités individuelles, de groupes et collectives.

205, rue Principale, Saint-Sauveur, J0R 1R0

579 888-0211

www.lantraidant.com

Palliaccio

Contribuer à l'amélioration de la qualité de vie des personnes atteintes de cancer, des malades en fin de vie, des proches aidants et des personnes en deuil, en leur offrant des services de soutien, d'accompagnement et de répit à domicile. Ce service est plus au nord des Laurentides.

Services offerts gratuitement en français et en anglais

<http://www.palliaccio.org/nous-joindre/>

Intervenante psychosocial

Paire aidant qui a la maladie et qui peut parler avec la personne malade et avoir une approche et une écoute active pour l'apporter à accepter de l'aide.

514 251-4125

1-866-888-2323

<https://ampq.org/>

Vigil'Ange

Vigil'Ange est un réseau de proximité composé d'anges-bénévoles, de vigies, d'intervenants de milieu, de représentants, de personnel et de partenaires, dont la vision est à la fois solidaire, sociale et altruiste afin d'améliorer la qualité de vie des aînés et des proches aidants de la MRC de La Rivière-du-Nord et du territoire de Mirabel.

450 275-5131

<http://vigilange.org/>

Zoothérapie - Équi-Sens centre équestre thérapeutique

Équi-Sens offre des séances d'équitation thérapeutique aux personnes aux prises avec des incapacités d'ordre psychosocial, développemental ou physique ou qui éprouvent des difficultés d'intégration sur le plan social. C'est un milieu de vie afin d'aider les individus qui vivent des difficultés de toutes sortes.

20661, rue Victor, Mirabel, J7J 1P4

450 434-7367

www.equi-sens.ca



 **RETOUR À LA TABLE DES MATIÈRES**

Halte des Proches

La Halte des Proches est un organisme offrant une véritable boîte à outils aux proches et membres de l'entourage accompagnant une personne atteinte de maladie mentale. L'organisme offre des conseils, de la formation et du soutien, en plus d'informer la population sur les réalités reliées à la maladie mentale dans son ensemble.

950 A, rue Labelle, Saint-Jérôme, J7Z 5M5
31, rue Principale E., Sainte-Agathe-des-Monts, J8C 1J5
450 438-4291
1 800 663-0659
www.lahalte.ca



Maison Aloïs Alzheimer des Laurentides

Mission de favoriser la qualité de vie des personnes atteintes d'Alzheimer et de maladies apparentées ainsi que celle de leurs proches aidants.

651, 5e Rue, Saint-Jérôme, J7Z 2W8
450 660-6225
www.maisonaloisalzheimer.org



Maison d'hébergement accueil communautaire jeunesse des Basses-Laurentides

La Maison d'hébergement Accueil communautaire jeunesse est une maison d'hébergement pour les jeunes de 16 à 25 ans en difficulté d'adaptation. Outre le gîte et le couvert, l'organisme offre des services d'accompagnement dans les différentes démarches, de l'écoute et de la référence et un suivi personnalisé en respectant le rythme de l'individu. Enfin, l'organisme offre du suivi post-hébergement, de la supervision en appartement, un accueil de jour pour personnes itinérantes et un service de transport facilitant la relocalisation de ces personnes.

400, rue Boileau, Saint-Eustache, J7R 4R7
450 974-1510
www.acjbl.org



Maison Le Petit Patro des Basses-Laurentides

La maison d'hébergement Le Petit Patro est un organisme communautaire sans but lucratif qui offre plusieurs services qui répondent aux besoins des jeunes de 12 à 17 ans de la région des Basses-Laurentides et à leurs familles.

48, boulevard Desjardins Est, Sainte-Thérèse, J7E 1C1
450 430-5482
www.petitpatro.ca/



Maison de répit « Claire » de Lune

Cette ressource héberge des jeunes atteints d'handicaps sévères et multiples, dans le but d'apporter du répit à leurs parents. Les jeunes sont référés par Le Centre du Florès qui fait partie du Centre intégré de santé et de services sociaux (CISSS) des Laurentides.

2598, boulevard Sainte-Sophie, Sainte-Sophie, J5J 2V3
450 431-3248
cldelune1988@gmail.com



 [RETOUR À LA TABLE DES MATIÈRES](#)

La Rencontre de Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson

La Rencontre de Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson est un organisme communautaire autonome sans but lucratif pour favoriser l'entraide et le soutien. La Rencontre offre un service d'accueil et de références pour venir en aide aux personnes vivant des problèmes tels que la violence, l'alcoolisme, la toxicomanie, l'isolement, la pauvreté, etc. De plus, elle rend accessible son centre communautaire à différents groupes d'entraide (Alcooliques Anonymes, Narcotiques Anonymes). L'organisme propose différentes activités hebdomadaires aux usagers : cuisine solidaire, cuisine collective, dîner communautaire, comptoir alimentaire, en plus de certaines activités et sorties spéciales au cours de l'année.

2, chemin Masson, Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson, J0T 1L0

450 228-8606

larencontre@QC.aira.com



Maison des parents d'enfants handicapés des Laurentides

La mission principale de cet organisme est d'offrir des services variés et adaptés aux enfants handicapés, de favoriser leur autonomie et leur inclusion au sein de la société afin d'augmenter la qualité de vie de ceux-ci, de leurs parents et de leur réseau social.

909, rue Guy, Saint-Jérôme, J5L 1P3

450 431-7428

www.lmdp.org



SERCAN

Sercan offre du soutien aux personnes atteintes de cancer, à leurs proches et aux personnes endeuillées. Des services de soutien, de transports médicaux, des prêts de prothèses capillaires et mammaires sont mis à la disposition de nos membres.

50, rue Chénier, Saint-Eustache, J7R 1X1

450 491-1912

www.maisonsercan.ca/sercan/



Soupe et compagnie des Pays-d'en-Haut

Cet organisme offre aux personnes seules, âgées, isolées ou démunies un lieu accueillant qui permet d'échanger devant un repas communautaire nutritif, préparé et servi trois fois par semaine à Saint-Sauveur, une fois par semaine à Saint-Adolphe-d'Howard et Morin-Heights et une fois par mois à Sainte-Anne-des-Lacs en collaboration avec les organismes et les municipalités. Des ateliers de cuisine et des conférences sur des sujets pertinents sont également offerts. L'organisme prépare aussi des repas ou collations pour des journées ou répits pour proches aidants et autres.

205, rue principale, Saint-Sauveur, J0R 1R0

450 744-0207

www.soupeetcompagnie.com



RETOUR À LA TABLE DES MATIÈRES

La Montagne d'Espoir

La Montagne d'Espoir est un organisme de bienfaisance qui vient en aide aux personnes dans le besoin en leur offrant l'aide alimentaire et un comptoir de vêtements, divers petits objets et parfois des meubles et électroménagers à bas prix. Le tout dans le but de briser l'isolement, combattre la pauvreté et les préjugés et apporter un peu de douceur dans la vie de ceux qui ont des difficultés parfois insurmontables.

2523, 1ère rue, Sainte-Sophie, J5J 2R7
450 436-4747

www.lamontagnedespoir.ca/



Resto Pop Thérèse-de-Blainville

Le Resto Pop offre également des repas gratuits aux enfants défavorisés grâce aux « Dîners Pop ». De plus, il sert des repas aux aînés dans différents centres de jour ainsi qu'en collaboration avec la popote roulante.

61, rue Blainville Ouest, Sainte-Thérèse, J7E 1X4
450 434-0101

www.restopop.org



Services d'entraide « Le Relais »

Les Services d'Entraide « Le Relais » ont pour mission de lutter contre la pauvreté, la faim et l'exclusion que vivent les personnes qui se retrouvent dans une situation économique précaire habitant à Boisbriand. L'approche des Services d'Entraide « Le Relais » est de soutenir l'autonomie des familles, des couples et des personnes seules à travers la vie communautaire et sociale. L'organisme offre des cuisines collectives, des services de distribution alimentaire et de dépannage d'urgence, de l'aide pour l'achat de matériel scolaire et de vêtements pour les enfants.

305, chemin de la Grande-Côte, Boisbriand, J7G 1B3
450 939-0501

www.entraidelerelais.org



Association des parents d'enfants handicapés des Hautes-Laurentides

Apporter un soutien pour les parents dont l'enfant présente des limitations fonctionnelles liées à une déficience, peu importe le type de déficience et l'âge

764, rue Labelle Nord Rivière-Rouge, J0T 1T0
819 275-3828

[Association des parents d'enfants handicapés des Hautes-Laurentides \(APEHHL\) - CDC des Hautes-Laurentides \(cdchl.org\)](http://Association des parents d'enfants handicapés des Hautes-Laurentides (APEHHL) - CDC des Hautes-Laurentides (cdchl.org))



Comptoir vestimentaire «La Fouillerie»

28 rue Bennett Morin-Heights, J0R 1H0
450 644-0087

[Garde-manger PDH - Accueil \(gardemangerpdh.ca\)](http://Garde-manger PDH - Accueil (gardemangerpdh.ca))



RETOUR À LA TABLE DES MATIÈRES

Armée du Salut Saint-Jérôme

Le magasin est ouvert au public et une grande partie de l'argent provenant de la vente des articles donnés sert à financer différents programmes sociaux de l'Armée du Salut. Si vous avez des articles en bonne condition à donner qui sont trop gros pour que vous puissiez les emporter vous-même, téléphonez-nous, nous irons les cueillir.

241, rue Brière Saint-Jérôme, J7Y 3B1
450 432-9191

[Thrift Store Locations - Québec Division \(salvationarmy.ca\)](http://salvationarmy.ca)

Services communautaires et d'aide à la famille (SAF)

7, rue Morand Saint-Jérôme, J7Y 2A3
450 436-6210

L'Amie-e du quartier

Permettre à chaque participant de reprendre sa vie en main et d'augmenter son estime de soi. Communiquez avec nous pour obtenir de l'aide alimentaire, vous inscrire à une activité, obtenir du soutien pour l'un de vos projets ou nous faire part de vos défis actuels. Un véritable ami est quelqu'un sur qui on peut toujours compter et dans le secteur Notre-Dame, la communauté peut se fier à L'Amie-e du Quartier.

655 rue Filion, Saint-Jérôme, J7Z 1J6
450 431-1424

<https://www.lamieduquartier.com/>

Centre d'action bénévole Solange-Beauchamps

Depuis 1982, le Centre d'Action Bénévole Solange-Beauchamp (CABSB) contribue à l'amélioration des conditions de vie des personnes âgées vulnérables de la MRC Thérèse-De Blainville grâce à l'apport de ses nombreux bénévoles.

Le CABSB a pour mission de promouvoir et de développer l'action bénévole dans les différents secteurs de l'activité humaine en favorisant un espace d'engagement bénévole autour des enjeux sociaux-communautaires et humanitaires.

La clientèle desservie est en majorité composée de personnes âgées en perte d'autonomie ou dont la condition médicale requiert une attention particulière.

Les actions du CABSB visent également à faire reconnaître le bénévolat comme véritable instrument de développement personnel et social. Il s'agit d'une ressource essentielle et grandement significative pour la population dont les besoins sont grandissants.

65, boul. de la Seigneurie Est, suite 101, Blainville, J7C 4M9
450 430-5056

<http://www.cab-solange-beauchamp.com/servicesaux-individus/>



RETOUR À LA TABLE DES MATIÈRES

Centre d'action bénévole

La mission du Centre d'action bénévole Saint-Jérôme est de promouvoir et développer l'action bénévole dans les différents secteurs de l'activité humaine en favorisant un espace d'engagement bénévole autour des enjeux qui concernent la population du territoire de la MRC de la Rivière-du-Nord et de la MRC Mirabel- Nord. Accompagnement, transport, dîner communautaire, aide à la paperasse, popotte roulante, programme Pair, Service travaux manuels, aide au déménagement, visite d'amitié, appels amicaux, travail de milieu auprès des aînés, intervenant, service d'aide en impôts.

225, rue Georges-Thurston, St-Jérôme, J7Z 4Y4

450 432-3200

1 866 962- 3200

[Je cherche un service - Centre d'action bénévole Saint-Jérôme \(cbsj.gc.ca\)](http://cbsj.gc.ca)

Aide visuelle : Bonhomme à lunettes

Opticien(ne) est disponible pour recevoir les usagers dans le but de leur offrir des lunettes de qualité à prix très abordable.

www.bonhommealunettes.org

Centre d'entraide d'Argenteuil

171, rue Mary, Lachute, J8H 2C1

450 562-5151

<http://www.centreentraideargenteuil.org/>

IFACEF Saint-Jérôme

L'Institut de Formation et d'Aide Communautaire à l'Enfant et à la Famille est un organisme qui s'est donné comme tâche d'assister les familles en difficulté.

76 rue de la Gare, suite 207, Saint-Jérôme, J7Z 2B8

450 438-7708

[Clinique de relation d'aide et de psychothérapie \(ifacef.com\)](http://ifacef.com)

Appui Proches Aidants

Info-aidant est un service téléphonique d'écoute, d'information et de références professionnel, confidentiel et gratuit. Il s'adresse aux proches aidants et à leur entourage, aux intervenants et aux professionnels de la santé.

Tél. : 1 855 852-7784 accessible tous les jours de 8 h à 20 h

<https://www.lappui.org/fr/nous-sommes/info-aidant/>

<https://www.lappui.org/Regions/Laurentides/Actualites-et-Activites>

<https://www.lappui.org/fr/>

Pause ton écran

Pour un usage des écrans qui nous fait du bien

[Pour un usage des écrans qui nous fait du bien | PAUSE \(pausetonecran.com\)](http://pausetonecran.com)

 [RETOUR À LA TABLE DES MATIÈRES](#)

AIDE BUDGÉTAIRE

ACEF

Aide et conseils sur la gestion du budget, les retards de paiement, les solutions à l'endettement ainsi que sur la Loi de la protection du consommateur. Elle propose plusieurs activités d'éducation dont des cours sur le budget. L'ACEF veille également à la protection, à la défense et à la représentation des consommateurs et consommatrices quant à leurs droits.

42-B rue Turgeon, Sainte-Thérèse, J7E 3H4

450 435-7184

<https://acefbl.org/>

Centre d'entraide Thérèse-de-Blainville

Aider les personnes et les familles vivant en situation de pauvreté et aider à identifier leurs forces et leurs besoins.

245, rue Leduc, Sainte-Thérèse, J7E 0A4

450 435-0199

<https://www.entraidetdb.org/>

 **RETOUR À LA TABLE DES MATIÈRES**

ALLOCATION – LOGEMENT

Les auberges du cœur

Un réseau provincial de maisons d'hébergement pour les jeunes en difficulté et sans abri du Québec offert dans 10 régions administratives. Ce service est offert aux jeunes de 12 à 35 ans à travers le Québec. Les auberges sont ouvertes 24 heures sur 24, 7 jours sur 7.

1 866 992-6387

514 523-3659

<http://www.aubergesducoeur.com/>

Accueil communautaire Jeunesse

Centre d'hébergement de crise pour 18 à 30 ans.

450 974-1510

www.acjbl.org

Programme allocation-logement

Aide financière pour les ménages à faible revenu consacrant une part importante de leur budget à se loger.

1 855 291-6467, option 3

[Programme allocation-logement : Étapes à suivre | Revenu Québec \(revenuquebec.ca\)](http://revenuquebec.ca)

Hébergement Fleur de Macadam

Hébergement d'urgence et temporaire pour personnes adultes itinérantes ou à risque d'itinérance.

531, rue Labelle, Saint-Jérôme, J7Z 5L8

450 848-4816

<https://www.211QC.ca/organisme/hebergement-fleur-de-macadam-44640586>
admin@fleurdemacadam.ca

Maison Lyse Beauchamp

819 587-3719

1 833 587-3719

300, 12^{ème} Avenue, Ferme-Neuve, J0W 1C0

<https://www.maisonlysebeauchamp.org/>



RETOUR À LA TABLE DES MATIÈRES

ALCOOLISME ET TOXICOMANIE

Alcooliques Anonymes

Association d'hommes et de femmes qui partagent entre eux leur expérience, leur force et leur espoir dans le but de résoudre leur problème commun et d'aider d'autres alcooliques à se rétablir.

[AA Québec \(aa-quebec.org\)](http://aa-quebec.org)

Al-Anon & Alateen

Groupe d'entraide pour les personnes vivant avec un alcoolique.

1 888 425-2666

www.al-anon.org

Alco-Choix

Intervention en toxicomanie selon le principe de la réduction des méfaits.

450 431-2221, poste 5345

[Famille et soutien aux personnes | Gouvernement du Québec \(quebec.ca\)](http://famille-et-soutien-aux-personnes.gouv.qc.ca)

Maison du nouveau chemin

Centre de réadaptation pour femmes alcooliques et toxicomanes.

450 229-8044

Groupe JAD

Le Groupe JAD offre des services adaptés aux besoins des jeunes aux prises avec des problèmes de dépendance, de violence et de communication familiale.

38, rue St-Vincent, Sainte-Agathe-des-Monts, J8C 2A6

819 774-1687

<https://groupejad.com/>

Drogue : aide et référence

Offre soutien, information et référence aux personnes concernées à travers tout le Québec.

514 527-2626

1 800 265-2626

[Accueil - Drogue : Aide et référence \(aidedroque.ca\)](http://aidedroque.ca)

Le centre Bonséjour

La mission première des Centres Bonséjour est d'offrir des services thérapeutiques aux hommes et aux femmes adultes qui désirent ardemment mettre fin à leur assuétude et reprendre leur vie en main. Ce service est un service individualisé et de groupe en fonction des besoins spécifiques de chacun.

450 745-0680

<https://centrebonsjour.com/>

 [RETOUR À LA TABLE DES MATIÈRES](#)

Tangage

Tangage des Laurentides est un organisme à but non lucratif qui a pour mission de promouvoir la prévention des dépendances par l'adoption de saines habitudes de vie chez les jeunes dans les milieux scolaire et communautaire. Il outille également les gens de l'entourage de ces jeunes afin qu'ils puissent bien les accompagner.

118, rue Principale est, Sainte-Agathe-des-Monts, J8C 1K1

819 324-2261

<http://tangage.ca/>

Alcoolisme et toxicomanie

<https://www.crccurelabelle.com/services-ressources-laurentides-laval/dependance-alcoolisme-et-toxicomanie/>

Unité Domrémy

Aider, accompagner et soutenir les personnes ayant un problème de dépendance (alcool, drogues, médicaments, nourriture, [jeux](#), etc.) et leur famille dans une philosophie d'entraide et de développement d'un mieux-être sans consommation.

1 877 435-0808

<https://www.domremystetherese.com/>

Centre de réadaptation en dépendance des Laurentides

906, rue Labelle, Saint-Jérôme, J7Z 5M5

www.dependancelaurentides.com

Le Clip

Redirige vers les maisons de désintoxication, prévention de la rechute et ateliers pour les parents d'adolescents.

450 582-2983

[centre lanaudois d'information sur les psychotropes | repertoire lanaudiere \(repertoirelanaudiere.qc.ca\)](#)

Fondation du Nouveau Réveil

Services d'hébergement, de désintoxication et de thérapie à tous ceux et celles affligés de la maladie de la dépendance (alcool, drogue et jeu).

450 562-7157

www.fondationdunouveaureveil.org

Prévention Sablier

Entreprise d'économie sociale spécialisée en prévention des dépendances.

450 565-8888

www.preventionsablier.com

Le Portage

Aide les adolescents et les adultes à se sortir de leurs problèmes de toxicomanie.

514 939-0202

www.portage.ca/accueil



RETOUR À LA TABLE DES MATIÈRES

L'Entretemps

Maison de traitement des dépendances
1011 rue Chantal Paulin, Ste-Béatrix, J0K 1Y0
450 883-6949
[Pavillon L'Entre-Temps - RÉHAB \(rehabQC.com\)](http://Pavillon L'Entre-Temps - RÉHAB (rehabQC.com))

CAPP Laurentides

Organisme mandaté pour assister les usagers et offrir du soutien aux personnes insatisfaites des services du réseau de la santé.
212 rue Wilson, Lachute, J8H 3J3
450 562-6261
[CAAP - Laurentides \(caaplaurentides.org\)](http://CAAP - Laurentides (caaplaurentides.org))

Unité-Toxi des Trois-Vallées

1412, rue Deguire, Mont-Tremblant, J8E-3C4
819 425-5666
<http://www.ledcl.qc.ca/Unite-Toxi.html>

Le Défi Communautaire Laurentides (LeDCL)

Sainte-Agathe-des-Monts : 819 323-4656
Labelle: 819 275-7659
L'Annonciation : 819 275-1112
<http://www.ledcl.QC.ca/Unite-Toxi.html>

Cocainomanes Anonymes

Association d'hommes et de femmes qui partagent entre eux leur expérience, leur force et leur espoir dans le but de résoudre leur problème commun et d'en aider d'autres à se rétablir de la cocaïnomanie.
1 877 806-0581
www.cocainomanes-anonymes.org

Les Maisons Péladeau

Maison de thérapie pour les femmes et hommes ayant un problème de dépendance.
1 877 735-2366
<http://lesmaisonspeladeau.com/>

Maison La Bouée – Centre de rétablissement externe multi dépendances

La Maison La Bouée est un organisme à but non lucratif qui a pour raison d'être de venir en aide aux personnes souffrant de tous types de dépendance (alcool, drogue, affective, sexuelle, cyberdépendance) afin de traiter les conséquences. Des rencontres peuvent être faites en visioconférence.
438 520-4660
<https://www.maisonlabouee.com/>



RETOUR À LA TABLE DES MATIÈRES

Sentier du nouveau jour

Traite les dépendances aux jeux, mais doit être associé avec une autre dépendance drogue ou alcool.

146 Chemin de la Sablière, Lantier, J0T 1V0

819 321 3707

<http://www.sentierdunouveaужour.ca/>

Pavillon Hamford

Notre mission est de venir en aide aux alcooliques et/ou toxicomanes afin qu'ils apprennent à vivre avec leurs dépendances par un séjour en hébergement.

236, rue Hamford, Lachute, J8H 3P1

450 562-5862

www.pavillonhamford.com

Le Centre l'Entre-Toit

Le Centre l'Entre-Toit est un organisme communautaire ayant pour mission la stabilisation et la réinsertion sociale de personnes aux prises avec une double problématique santé mentale et démêlées avec la justice et/ou toxicomanie.

575, rue Joseph-Fortier, Saint-Jérôme, J7Z 5Y3

<https://lentretoit.org/centre-lentre-toit-saint-gerome/>



RETOUR À LA TABLE DES MATIÈRES

DÉFENSE DES DROITS

AIDE JURIDIQUE

Bureau de Sainte-Agathe: 819 326-6111

Bureau de Joliette: 450 759-2500

460 boul. Labelle, Saint-Jérôme, J7Z 5L3

450 436-5712

[Centre Communautaire Juridique Laurentides-Lanaudière Accueil - Centre Communautaire Juridique Laurentides-Lanaudière \(ccjll.QC.ca\)](http://ccjll.QC.ca)

CAPP Laurentides

Organisme mandaté pour assister les usagers et offrir du soutien aux personnes insatisfaites des services du réseau de la santé. Écoute, information, assistance et accompagnement.

212 rue Wilson, Lachute, J8H 3J3

450 562-6261

[CAAP - Laurentides \(caaplaurentides.org\)](http://caaplaurentides.org)

Droits et recours Laurentides

Organisme communautaire régional voué à la promotion et à la défense des droits des personnes ou des groupes de personnes qui ont ou qui ont eu des problèmes de santé mentale dans la région des Laurentides.

227 Saint-Georges, bureau 104, Saint-Jérôme, J7Z 5V2

450 436-4633

1 800 361-4633

www.droitsetrecourslaurentides.org

FATA

Organisme communautaire qui offre un service de défense de leurs droits aux victimes de lésions professionnelles, accidentées de la route, d'actes criminels (sauveteurs), bénéficiaire de la sécurité du revenu, rente d'invalidité ou de décès.

6839-A, rue Drolet

Montréal (QC) H2S 2T1

514 271-0901

<http://www.fata.QC.ca>

Justice Pro Bono

Justice Pro Bono reconnaît l'importance de tous les services juridiques pro bono offerts à la population québécoise.

<http://justiceprobono.ca/>



RETOUR À LA TABLE DES MATIÈRES

Avocat

Il est offert à tous les membres ainsi qu'à leur famille, qui seront référés par le réseau des délégués et déléguées sociaux de la FTQ L-L. Une première consultation gratuite d'une durée maximale d'une heure. Un tarif préférentiel de 185\$ de l'heure pour toutes heures subséquentes. Toutefois, tous les déboursés reliés à l'administration d'une cause, le cas échéant, seraient à la charge du membre.

Carole-Agnès Désabrais

Coordonnatrice du réseau des délégués et déléguées sociaux

FTQ Laurentides-Lanaudière

450 660-4896

cadesabrais@ftq.qc.ca

[FTQ - Fédération des travailleurs et travailleuses du Québec \(FTQ\)](#)

Droits et recours Laurentides

Organisme communautaire régional voué à la promotion et à la défense des droits des personnes ou des groupes de personnes qui ont ou qui ont eu des problèmes de santé mentale dans la région des Laurentides.

227 Saint-Georges, bureau 104, Saint-Jérôme, J7Z 5V2

450 436-4633

1 800 361-4633

www.droitsetrecourslaurentides.org



RETOUR À LA TABLE DES MATIÈRES

JEU

GAM-ANON

Gam-Anon a créé ce site Web pour fournir des informations au grand public et à la communauté professionnelle sur le jeu problématique (compulsif) et ses effets financiers et émotionnels sur les familles et les proches des joueurs.

[Québec \(gam-anon.org\)](http://gam-anon.org)

Le Jeu doit rester un Jeu (Loto Québec)

Vous êtes préoccupé par les habitudes de jeu d'un proche? Pour obtenir de l'information, des conseils ou de l'aide, communiquez avec [Jeu : aide et référence](#). Cette ligne téléphonique d'aide et de référence est confidentielle, gratuite, bilingue et disponible 24 heures sur 24, 7 jours sur 7, partout au Québec.

<https://lejeudoitrestereinjeu.lotoquebec.com/fr/accueil>

Gambler anonyme

514 484-6666

www.gaquebec.org



RETOUR À LA TABLE DES MATIÈRES

PRÉVENTION SUICIDE

Ligne d'intervention 24/24 h | 1 866 APPELLE (277-3553)

Pour les résidents du Québec, composez le 1-866-APPELLE (1.866.277.3553)

Services de crises du Canada (SCC) est issu du Réseau des lignes de détresse au Canada (RLDC) – un réseau national de services de ligne de détresse, de crise et de prévention du suicide qui mobilise ses membres depuis 2002. Au cours des dernières années, le réseau a officialisé sa structure et se concentre maintenant sur le renforcement de la prestation de services régionaux et sur la garantie de combler les trous dans le service à l'échelle nationale.

[Prévenir le suicide | Gouvernement du Québec \(quebec.ca\)](http://quebec.ca)

Centre prévention suicide Faubourg

La mission de l'organisme est de prévenir le suicide et ses répercussions en assurant l'accès à des services de qualité aux personnes suicidaires, à leurs proches et aux personnes endeuillées à la suite d'un suicide. Unique ressource spécialisée en prévention du suicide dans les Laurentides, l'organisme offre un service de ligne d'intervention 24/24 h.

C.P. 1, Saint-Jérôme, J7Z 5T7

450 565-0490

administration@cpsfaubourg.org

www.cps-le-faubourg.org



Centraide

 [RETOUR À LA TABLE DES MATIÈRES](#)

RESSOURCES POUR FEMMES

Carrefour des femmes du Grand Lachute

Centre de femmes avec trois volets d'intervention : services (écoute, accueil, références, accompagnement, entraide), éducation (cafés-rencontres, ateliers, causeries), et l'action collective. Les objectifs : accroître autonomie sociale, affective et financière, briser l'isolement, favoriser l'entraide et la solidarité, agir comme agence de changement, offrir des services en répondant aux besoins spécifiques des femmes.

310 rue de l'Église, Lachute, J8H 4A8
450 562-5861

[Accueil - Le carrefour des femmes de Lachute \(cafela.org\)](http://cafela.org)

Centre de femmes La Colombe

La Colombe c'est d'abord et avant tout un organisme à but non lucratif (OBNL). C'est aussi un lieu de rencontre pour les femmes de la MRC des Laurentides qui vise l'amélioration de la condition féminine, et ce, à travers les diverses activités qui y sont offertes.

12 rue St-Donat, Sainte-Agathe-des-Monts, J8C 1P5
819 326-4779

[Centre La Colombe - Centre de jours pour femmes - Sainte-Agathe](#)

Centre de femmes La Mouvance

Lieu de rencontre offrant un soutien moral, de l'amitié et des moyens pour agir.
450 472-7245

[La Mouvance, Centre de femmes - Saint-Eustache](#)

Centre de femmes Les Unes et Les Autres

Le centre offre des activités et des ateliers de groupes qui visent à élargir les horizons des femmes, à les soutenir dans leurs démarches d'autonomie et à reprendre plus de pouvoir sur leur vie.

741 MGR Dubois, Saint-Jérôme, J7Y 3X2
450 432-5642

[Le Centre de femmes les Unes et les Autres inc. - Ville de Saint-Jérôme \(vsj.ca\)](http://vsj.ca)

La Citad'Elle

Cet organisme est une maison d'aide et d'hébergement pour les femmes victimes de violence conjugale.

450 562-7797

[Citad'Elle de Lachute | Maison d'hébergement | Violence conjugale \(citadellelachute.ca\)](http://citadellelachute.ca)

 [RETOUR À LA TABLE DES MATIÈRES](#)

SOS-Info

SOS violence conjugale est un organisme communautaire sans but lucratif qui a pour mission de contribuer à assurer la sécurité et le rétablissement des victimes de violence conjugale de l'ensemble du Québec, en offrant un service d'accueil, d'évaluation et de référence gratuit, bilingue, anonyme et confidentiel. C'est une ressource disponible 24 heures sur 24 et sept jours sur sept.

Par téléphone: 1 800 363-9010

Par texto : 438 601-1211

Par clavardage: www.sosviolenceconjugale.ca

Centre Marie Ève (6e jour inc.)

Le Centre Marie Ève est un organisme communautaire autonome des Basses-Laurentides qui œuvre gratuitement auprès des femmes enceintes et des mères ayant des enfants de moins de deux ans qui vivent des difficultés.

232, rue Féré Saint-Eustache, J7R 2T8

450 491-1494

www.centremarieeve.ca

Maison de Sophia

La Maison de Sophia héberge des femmes en difficulté et les accompagne dans un processus de réinsertion sociale et de stabilité résidentielle afin de les rendre autonomes et responsables de leurs choix et de leurs gestes. Ces femmes sont aux prises avec des difficultés diverses telles que : situation d'itinérance, violences physiques et psychologiques, abus de toutes sortes, troubles reliés à la santé mentale et à des comportements inappropriés. Ce service en est un d'hébergement dans une période de transition importante entre deux étapes de vie.

195, rue Genest, Saint-Jérôme, J7Y 1Z4

450 504-5344

www.maisondesophia.com

Centre de femmes Liber'Elles

Cet organisme offre des services d'accueil, d'écoute et de référence aux femmes de la Ville de Mirabel. Toutes les femmes y sont les bienvenues, qu'elles vivent ou non dans la pauvreté ou la violence, soit pour briser leur isolement, réaliser un projet ou participer aux divers ateliers de croissance personnelle ou autres. Le Centre travaille avec plusieurs organismes de la MRC.

9381, Côte des Saints, Mirabel, J7N 2X4

450 594-0556

<https://www.liberelles.org/contact-centre-de-femmes-liberelles/>

Carrefour des femmes du grand Lachute Laurentides

Le Carrefour des Femmes du grand Lachute (CFGL) est un centre de femmes géré par et pour les femmes. Il offre des services réguliers, des activités éducatives et des actions collectives, locales, régionales et provinciales répondant à sa mission première laquelle est de briser l'isolement et d'améliorer les conditions de vie des femmes.

310, rue de l'Église, Lachute, J8H 4A8

450 562-7122

<https://rcentres.QC.ca/2018/07/31/carrefour-des-femmes-du-grand-lachute/>

SOS Grossesse

Offre un service d'écoute, d'accueil et d'information, neutre et anonyme, à la femme, à l'adolescente ainsi qu'à toute personne qui vit une situation liée à la grossesse, s'inquiète face à l'éventualité d'une grossesse, se questionne au sujet de la contraception. Service gratuit, confidentiel, offert par des professionnels. Disponible 7 jours sur 7, entre 9 h et 21 h.

1 877 662-9666

<https://sosgrossesse.ca/fr>

L'Ombre-Elle

Maison d'aide et d'hébergement pour femmes victimes de violence conjugale. Accueille, héberge, informe et oriente vers les ressources sociales, médicales, financières et juridiques.

819 326-1321

www.lombrelle.QC.ca



RETOUR À LA TABLE DES MATIÈRES

RESSOURCES POUR HOMMES

Maison oxygène Laurentides

L'organisme vise à soulager la pauvreté en offrant un lieu d'accueil et d'hébergement temporaire pour les pères et leurs enfants vivant des problématiques familiales sévères où des intervenants leur fournissent du soutien dans l'amélioration et la consolidation des liens père-enfant ainsi que des habiletés parentales et sociales.

24, rue du Palais, Saint-Jérôme, J7Z 1Y1

514 219-0373

www.maisonoxygene.com



Services de groupe de soutien pour hommes en rupture de couple

C'est avec plaisir que nous vous annonçons le début du nouveau groupe de soutien pour hommes vivant une rupture de couple. Après avoir constaté un volume important de demandes d'aide en lien avec une rupture, nous avons décidé de mettre sur pied un groupe où ces hommes pourraient se rencontrer, à raison d'une fois par semaine, pour obtenir du support et discuter des difficultés entourant la séparation. Nous aborderons divers thèmes tout au long des rencontres, tels que les étapes du deuil, les saines habitudes de vie, les relations de couple saines, prendre soin de soi, le rôle de père, la coparentalité, etc.

1 888 915-3616

serviceaideconjoint.org/fr/

 **RETOUR À LA TABLE DES MATIÈRES**

SANTÉ MENTALE

Karine Couture – Thérapeute en relation d'aide / coach de vie diplômée PNL

Professionnelle en relation d'aide, coach de vie en PNL, naturothérapeute, coach en approche psychologique positive, intervenante d'impact en gestion émotionnelle
Laval

514-795-5715

<https://www.karinecouture.com/>

DAA (dépendants affectifs anonymes)

Ligne d'écoute, rencontres de groupe hebdomadaire.

1 877 621-4744

www.daa-quebec.org

Les Émotifs Anonymes

Rencontre hebdomadaire.

1 877-990-5886

450 565-6707

www.emotifs-anonymes.org

ALPPAMM

Informations, conférences, formations et groupes d'entraide pour personnes ayant un proche vivant avec des problèmes de santé mentale

373, rue Parent, Saint-Jérôme, J7Z 2A1

450 438-4291

1800 663-0659

<http://www.alppamm.org/>

Fondation Jeune en Tête

La Fondation Jeunes en Tête a pour mission de prévenir la détresse psychologique des jeunes de 11 à 18 ans au Québec. Nous accomplissons cette mission en offrant aux adolescents, à leurs parents et au personnel scolaire des outils en ligne et des ateliers de sensibilisation dans les écoles. Désigmatiser, sensibiliser et outiller, voici les gestes concrets que nous posons chaque jour pour aider les prochaines générations à faire face aux défis de la vie.

[Une fondation pour la jeunesse | Fondation Jeunes En Tête
\(fondationjeunesentete.org\)](http://fondationjeunesentete.org)

Centre de ressourcement Attitude

Saint-Sauveur

450 240 0404

<http://centreattitude.com/sessions>

Soleil Levant

Soleil Levant a pour mission d'offrir des services spécialisés en santé mentale en réponse à des besoins de la population des Laurentides. Soleil Levant a développé au fil des années une gamme de services diversifiés, soit des services d'intervention de crise, de psychothérapie et de soutien en appartements supervisés. La mission principale du Soleil Levant demeure son centre de crise, mission à laquelle se sont greffés la Clinique communautaire de psychothérapie (CCP), en 2008, et les Appartements Les Citadins, en 2009.

<https://rsoleillevant.org/a-propos/#mission>



RETOUR À LA TABLE DES MATIÈRES

Ordre des psychologues du Québec

<https://www.ordrepsy.QC.ca/coronavirus-covid-19-conseils-psychologiques-et-informations-au-grand-public>

Psychologue

Valérie Laflamme (français)
Saint-Hippolyte
450 224-3251

Psychologue

Marjolaine Cyre (français)
Saint-Hippolyte
450 974-2685
Saint-Augustin Mirabel

Psychologue

Heidi K Gutz (anglais, français)
450 712-1058
Saint-Jérôme

Association de schizophrénie du Québec

514 251-4125
1 866 888-2323
Appeler Christiane Yelle, poste 2
<https://www.schizophrenie.QC.ca/fr/>

Phobies-Zéro

Phobies-Zéro est un groupe de soutien et d'entraide pour les personnes jeunes et adultes souffrant de troubles anxieux, incluant le trouble obsessionnel compulsif. Les services s'adressent également à la famille et aux proches.

514 276-3105
1 866 922 0002
<https://www.phobies-zero.qc.ca/>

Échelon des Pays-d'en-Haut

L'Échelon des Pays-d'en-Haut est un organisme communautaire alternatif au service des personnes aux prises avec des problèmes de santé mentale sévères et récurrents ou transitoires. Il offre un milieu d'échange, d'entraide, de support, de socialisation favorisant la reprise du pouvoir, l'intégration de saines habitudes de vie et aide à maintenir l'espoir au quotidien.

170, rue de la Vallée-du-Golf, Sainte-Adèle, J8B 1P5
450 745-0133
www.echelonpaysdenhaut.com



RETOUR À LA TABLE DES MATIÈRES

L'Arc-en-Soi

Milieu de vie et de soutien dans la communauté, visant à briser l'isolement social. Promotion, prévention, intervention, réadaptation, réinsertion sociale auprès de personnes vivant ou ayant vécues des problématiques de santé mentale.

929, rue l'Annonciation Nord, Rivière-Rouge, J0T 1T0
819 275-2060



[L'arc-en-soi - Centre Résidentiel Communautaire - Accueil \(arcensoi.ca\)](http://arcensoi.ca)

Clinique universitaire de psychologie

Université de Montréal
Département de psychologie
514 343-7725

[Clinique universitaire de psychologie au campus de Montréal - Département de psychologie - Université de Montréal \(umontreal.ca\)](http://umontreal.ca)

Le vaisseau d'or

Centre d'entraide offrant soutien, rencontres de groupe, renseignements, activités récréatives et sociales pour adultes ex-psychiatisés ou avec problèmes de santé mentale.

Terrebonne
450 964-2418

www.vaisseau dor.com

Dysphasie Québec association québécoise pour les enfants atteints de dysphasie (AQEA) des Laurentides

418 780-0680

www.dysphasie-quebec.com

Fondation Stéphane Braney

Aide aux personnes handicapées exclues des régimes gouvernementaux et des associations pour subvenir à leurs besoins essentiels.

Lachute
450 562-5622

Société Alzheimer Laurentides

Sainte-Agathe / Sainte-Thérèse / Mont-Laurier
1 800 978-7881

www.alzheimerlaurentides.com

Association des personnes handicapées Clair Soleil

Mont-Tremblant
819 425-7447

www.association-clairsoleil.com



[RETOUR À LA TABLE DES MATIÈRES](#)

L'Envolée de Sainte-Agathe-des-Monts

Un lieu pour des personnes aux prises avec des troubles de santé mentale qui désirent sortir de la solitude et reprendre un pouvoir sur leur vie.

Un lieu où l'entraide, le support, la chaleur humaine, l'autonomie, le respect, l'espoir et la confidentialité sont au cœur de l'action. Un petit laboratoire où l'on peut se permettre d'expérimenter des choses nouvelles, sans avoir la pression de réussir à tout prix. Un lieu pour échanger, partager, s'entraider, se faire des ami(e)s, s'amuser, prendre un café, un repas.

5, rue Larocque Ouest, Sainte-Agathe-des-Monts

819 326-5778

[L'Envolée RASM | Ressource alternative en santé mentale \(lenvoleerasm.com\)](http://lenvoleerasm.com)

Le groupe Harfang des Neiges des Laurentides

Harfang des Neiges est un organisme communautaire qui vient en aide aux personnes ayant une problématique en santé mentale, sur le territoire Arthur Buies. Le groupe de support et entraide offre des activités de réadaptation et d'intégration sociale sur une base volontaire, et ce dans le respect du rythme et des besoins de chacun. Ce milieu de jour propose une large gamme d'activités aidant les personnes à vaincre l'isolement, créant ainsi une solidarité, et un sentiment d'appartenance à un groupe.

290, rue Labelle, Saint-Jérôme, J7Z 5L1

450 565-1161

<https://www.groupeharfangdesneiges.org/>

L'Échelon des Pays-d'en-Haut

L'Échelon des Pays-d'en-Haut est une ressource communautaire qui offre des services à tous ceux et celles qui souffrent ou qui ont souffert de problèmes reliés à la santé mentale. L'Échelon offre donc un lendemain aux gens qui ont dû soit être hospitalisés, soit être mis en congé de maladie à long terme, à ceux dont les symptômes sont récurrents et qui se voient isolés en raison des préjugés, à ceux qui prennent du mieux, mais qui craignent la rechute. Parmi les activités offertes et qui visent à permettre aux individus de se découvrir, de développer leurs forces et leurs talents, de reprendre le pouvoir sur leur vie et d'éprouver du plaisir.

168, rue de la Vallée du Golf, Sainte-Adèle, J8B 1P5

450 745-0133

<http://www.echelonpaysdenhaut.com/accueil.html>

Maison Clothilde

Organisme dédié aux familles et aux proches d'une personne atteinte de maladie mentale.

341, rue de la Madone, Mont-Laurier, J9L 1S1

819 623-3843

www.maisonclothilde.org



RETOUR À LA TABLE DES MATIÈRES

AQPAMM (Association québécoise des parents et amis de la personne atteinte de maladie mentale)

L'AQPAMM offre information, référencement, et soutien aux familles et à l'entourage d'une personne vivant avec un trouble de santé mentale. L'organisme outille ses membres pour permettre une relation saine avec leur proche tout en prenant soin d'eux-mêmes. L'AQPAMM contribue à briser l'isolement des familles et de l'entourage, à sensibiliser le grand public et les décideurs pour vaincre les préjugés et à favoriser l'inclusion des personnes vivant avec une problématique de santé mentale.

514 524-7131

[Accueil | Arborescence](#)

RELIEF

C'est un organisme présent pour toute personne étant touchée par les troubles anxieux, la dépression ou le trouble bipolaire.

1 866 738-4873

418, rue Sherbrooke Est, bureau 300, Montréal, H2L 1J6

https://relief.ca/?gclid=EAlaIqobChMIn7vRiuSv-QIVIBatBh1kqg2uEAAYASAAEgIA_D_BwE



[RETOUR À LA TABLE DES MATIÈRES](#)

TROUBLES ALIMENTAIRES

Outre mangeur

<https://oa.org/>

Groupes d'entraide dans le but d'aider les personnes souffrant d'un trouble alimentaire

1 800 630-0907

514 630-0907

<https://anebquebec.com/>



RETOUR À LA TABLE DES MATIÈRES

TROUBLE SEXOLOGIE

Sexologue dans les Laurentides

Val-Morin Laurentides

819 320-0234

<http://sexologuelautentides.com/>

Ressource en matière de santé sexuelle et génésique

<https://www.sexandu.ca/fr/>

Ça suffit

Ça suffit s'adresse aux personnes vivant une souffrance reliée à des fantasmes sexuels envers les mineurs. Leur mission est d'offrir des services de soutien dans le but de réduire la détresse émotionnelle vécue par ces personnes et de prévenir les infractions à caractère sexuel.

1 844 654-3111

[Ça suffit – Prévention des infractions à caractère sexuel \(casuffit.info\)](http://casuffit.info)



RETOUR À LA TABLE DES MATIÈRES

LANAUDIÈRE



RESSOURCES D'URGENCE

Sûreté du Québec 819 770-9111

[Nous joindre - Sûreté du Québec \(gouv.qc.ca\)](http://gouv.qc.ca)

Centre Antipoison 1 800 463-5060

Le Centre antipoison du Québec répond à la population et aux professionnels de la santé qui font face à une situation urgente d'empoisonnement.

[Centre antipoison du Québec | CIUSSSCN \(gouv.qc.ca\)](http://gouv.qc.ca)

Centre d'aide 24/7 1 866 595-9990

Le centre d'aide 24/7 est accessible aux personnes souffrant de troubles psycho-traumatiques, de troubles psychopathologiques (anxiété, dépression, perte de suivi, etc.) et psychosociales (deuil, victime de violence, toxicomanie, etc.).

[Centre d'Aide 24/7 | Crise Suicidaire \(centredaide247.com\)](http://centredaide247.com)

Info-Santé et Info-Social 811

Le 811 est le numéro de téléphone unique de ce service. Composer le 811 permet de joindre rapidement une infirmière en cas de problème de santé **non urgent**.

Toutefois, en cas de problème grave ou de besoin urgent, il est important de composer le 9-1-1 ou de se rendre à l'urgence.

[Info-Santé 811 | Gouvernement du Québec \(quebec.ca\)](http://quebec.ca)

Prévention du suicide 1 866 277-3553

Un professionnel de la santé ou des services sociaux pourra vous écouter, évaluer vos besoins et vous proposer des options adaptées à ceux-ci.

[Prévenir le suicide | Gouvernement du Québec \(quebec.ca\)](http://quebec.ca)

SOS Violence conjugale 1 800 363-9010

La mission de SOS violence conjugale est de contribuer à la sécurité des victimes de violence conjugale et à la réduction de la violence conjugale et de ses conséquences en offrant des services aux victimes, à la population et à toutes les personnes touchées par la violence conjugale.

[SOS violence conjugale](http://sosviolenceconjugale.com)

Tel-Aide 514 935-1101

Un accueil inconditionnel qui vous permet de réfléchir tout haut, de mieux vous comprendre, de voir plus clair, sans crainte d'être jugé, blâmé ou rejeté.

[Tel-Aide Québec | Centre d'écoute téléphonique Gratuit » \(telaide.qc.ca\)](http://telaide.qc.ca)

Toxicomanie et alcoolisme 1 800 265-2626

Situation difficile, envie de consommer, risque de rechute... Nos intervenant.es écoutent attentivement et avec empathie pour vous offrir un appui immédiat.

[Accueil - Drogue : Aide et référence \(aidedroque.ca\)](http://aidedroque.ca)

Urgence 911

Si vous êtes témoin ou victime d'une situation d'urgence qui menace votre sécurité, celle des autres, vos biens ou l'environnement, vous devez composer le 9-1-1.

[Urgence 9-1-1 | Gouvernement du Québec \(quebec.ca\)](http://quebec.ca)

Ligne aide abus Aînés 1 888 489-2287

[La Ligne Aide Abus Aînés | Ligne téléphonique provinciale d'écoute et de référence spécialisée en matière de maltraitance envers les aînés. \(aideabusaines.ca\)](http://aideabusaines.ca)

Interligne/Gai écoute 1 888 505-1010

Avec son service d'écoute disponible 24 heures sur 24 par téléphone, texto, courriel et clavardage. Interligne offre du soutien aux personnes concernées par la diversité sexuelle et/ou la pluralité des genres.

[Interligne.co - Votre espace pour LGBTQ+](http://interligne.co)

CALACS Ressources pour personnes ayant vécu des agressions à caractère sexuel

Joliette : 450 756-4999

Lachenaie : 450 964-7888

[CALACS Centre d'aide et de lutte contre les agressions à caractère sexuel \(calacsca.qc.ca\)](http://calacsca.qc.ca)

Service 211

Le service 211 réfère les citoyens vers les ressources communautaires, publiques et parapubliques proches de chez eux.

- Le service 211 permet de combattre la pauvreté et l'exclusion sociale, en permettant aux gens aux prises avec des besoins sociaux non urgents d'être informés rapidement sur les ressources sociocommunautaires de proximité qui leur viendront en aide, et donc de pouvoir trouver les solutions pour se sortir d'une situation précaire.
- Le 211 est un service gratuit et grandement accessible notamment pour les personnes démunies, aînées et les nouveaux arrivants.
- Le 211 est un éclaireur auprès des gouvernements et décideurs, qui par l'analyse des statistiques d'appels et de fréquentation du site Web, permet de suivre l'évolution des besoins sociaux et de déterminer les ressources manquantes pour y répondre.

<https://www.211quebecregions.ca/>

Santé Québec

Rendez-vous santé Québec est un service gouvernemental harmonisé, convivial et gratuit permettant la prise de rendez-vous en ligne en médecine de famille. Il a pour objectif premier de faciliter l'accès à un professionnel de la santé offrant des services en médecine de famille pour tous les Québécois.

Les professionnelles du service Info-Social 811 prodiguent des conseils et peuvent répondre aux questions d'ordre psychosocial. Ils peuvent aussi, au besoin, te référer vers une ressource appropriée dans le réseau de la santé et des services sociaux ou une ressource communautaire.

Service gratuit, confidentiel et disponible 24/7. Compose le 811 et sélectionne l'option 2.

[Rendez-vous santé Québec \(gouv.qc.ca\)](http://gouv.qc.ca)

[Info Social](#)



RETOUR À LA TABLE DES MATIÈRES

HÔPITAUX ET CLSC

CLSC Lamater

1317 Boulevard des Seigneurs Terrebonne 450 471-2881

Hôpital Pierre-Le Gardeur

911, Montée des Pionniers, Terrebonne 450 654-7525

CLSC de Joliette

380 Boulevard Base de Roc Joliette 450 755-2111

Centre Hospitalier Régional de Lanaudière

Saint-Charles-Borromée 450 759-8222

Centre de santé et de services sociaux du Nord de Lanaudière

110, Saint Isidore Saint-Esprit 450 839-3676

CLSC Meilleur

193, boul. Lacombe Repentigny 450 654-9012

AIDE À LA FAMILLE ET AUX PROCHES AIDANTS

La Ruche St-Damien

Venir en aide aux personnes aux prises avec des problèmes reliés à la pauvreté sous toutes ses formes.

7221, chemin Beaulieu, Saint-Damien, J0K 2E0
450 835-9228

<http://laruchestdamien.org/>



Groupe des montagnards de Chertsey

Lutter contre la pauvreté, en regroupant les gens en situation de faible revenu du territoire afin d'améliorer leurs conditions de vie et ce, en organisant la récupération, la transformation, la production et la distribution de nourriture; la récupération et la revente de vêtements et textiles, petits meubles et autres biens; tout en favorisant l'implication de ces personnes au sein de l'organisme.

623, chemin de l'église, C.P. 211, Chertsey, J0K 3K0
450 882-1863

<https://www.facebook.com/MontagnardsChertsey>



Maison Parent-Aise

Développer et maintenir les compétences parentales. Soutenir les parents dans l'exercice de leur rôle.

98, rue Saint-Pierre Sud, Joliette, J6E 5Y6
450 752-0582

<https://maisonparentaise.com/>



 **RETOUR À LA TABLE DES MATIÈRES**

Association de parents d'enfants trisomiques 21

Promouvoir les intérêts des personnes présentant une trisomie 21 et offrir des services aux familles et aux personnes trisomiques 21, afin d'apporter une solution adéquate et personnalisée aux différents besoins de ces dernières.

245, chemin des Anglais, Mascouche, J7L 3P3

450 477-4116

[Accueil \(yapla.com\)](http://yapla.com)



Carrefour familial des moulins

Le Carrefour familial des Moulins est un organisme communautaire qui offre des outils, des ateliers, des services et des ressources pour soutenir les familles et les personnes de la MRC Les Moulins dans les différentes transitions et adaptations vécues à chacune des étapes de leur vie. Le Carrefour familial des Moulins est également voué au développement de la solidarité entre les organismes du milieu. Plusieurs services sont offerts : halte-garderie, rencontres prénatales et postnatales, ateliers parentaux, clinique d'impôts, etc.

427, rue Léveillé, Terrebonne, J6W 1Z7

450 492-1257

info@carrefourfamilialdesmoulins.com

www.carrefourfamilialdesmoulins.com



Défi-famille Matawinie

Accompagner les familles de Matawinie dans le développement de leur pouvoir d'agir en offrant diverses opportunités permettant de briser leur isolement et d'enrichir les expériences parentales.

244, rue Sainte-Louise, Saint-Jean-de-Matha, J0K 2S0

450 886-0458

<https://fqocf.org/organismes/defi-famille-matawinie/>



Aux trouvailles de Mandeville

Briser l'isolement, combattre l'appauvrissement, améliorer les conditions de vie des familles, favoriser l'apprentissage, l'épanouissement et stimuler leur prise en charge.

80, rue Saint-Charles-Borromée, Mandeville, J0K 110

450 835-7207

<https://www.repertoirelanaudiere.qc.ca/organisme/aux-trouvailles-de-mandeville>



Regroupement des aidants naturels du comté de l'Assomption (RANCA)

Informé, soutenir et défendre le droit des aidants naturels du comté de l'Assomption dans la société civile et auprès des instances gouvernementales.

50, rue Thouin, local 231, Repentigny, J6A 4J4

450 657-0514

<https://www.aidantslassomption.org/>



 **RETOUR À LA TABLE DES MATIÈRES**

L'Appui Lanaudière

L'Appui Lanaudière est une instance de développement régional dédiée à l'amélioration de la qualité de vie des proches aidants de personnes âgées. Il a pour mission de contribuer à la reconnaissance et au soutien des proches aidants qui fournissent, sans rémunération, des soins et du soutien régulier à domicile à des personnes âgées ayant une incapacité significative ou persistante susceptible de compromettre leur maintien à domicile. Par le service direct de la ligne info-aidant; un service téléphonique d'écoute, d'information et de référence pour les proches aidants. Un service professionnel d'accompagnement personnalisé tout au long de votre parcours de proche aidant!

190, rue Montcalm, Joliette, J6E 5HG4

450 394-4111

www.lappuilanaudiere.org

La lueur du Phare

Regroupe les membres de l'entourage qui ont un proche qui présente des manifestations cliniques reliées à un trouble majeur de santé mentale, afin de les aider à améliorer leur qualité de vie (intervention, information, répit, café-échanges, prêt de documents, possibilité d'allocations financière.

676 boul. Manseau, Joliette, J6E 3E6

450 752-4544

1 800 465-4544

www.lueurduphare.org

Les Répits de Gaby

Ressource pouvant accueillir les personnes avec trouble du spectre autistique (TSA) dans la région de Lanaudière. Support pour les familles afin de maintenir le plus longtemps possible les enfants dans leur milieu naturel. Les familles de ces enfants doivent obligatoirement être des résidents permanents de la région de Lanaudière, et membre des RDG. Nous possédons trois points de service en répits de jour soit Terrebonne, Repentigny, Joliette et un point de service en répits de fin de semaine, à Crabtree.

<http://repitsdegaby.com/>



RETOUR À LA TABLE DES MATIÈRES

AIDE ALIMENTAIRE ET COMPTOIR DÉPANNAGE

Fin à la faim...

Notre mission principale est de répondre aux besoins alimentaires de base de ces familles de la région de Lanaudière.

Notre mandat est aussi de sensibiliser au phénomène de la pauvreté par des témoignages, des parrainages et une expérience de bénévolat avec l'équipe. Nous désirons être un outil de transformation sociale dans notre milieu. Nous priorisons également l'éducation par des ateliers et des formations, afin d'augmenter les chances des membres à redevenir autonome.

165 Sainte-Marie, Charlemagne, J5Z 1W8

450 654-3871

<https://www.facebook.com/OrgFinALaFaim>

<https://www.finalafaim.org/>

Comptoir alimentaire Haute Matawinie

Offrir de l'aide alimentaire et outiller les membres pour leur permettre de maximiser leurs aliments.

230, rue Saint-Michel, Saint-Michel-des-Saints, J0K 3B0

450 833-2174

<https://www.repertoirelanaudiere.qc.ca/organisme/comptoir-alimentaire-de-la-haute-matawinie>



Moisson Lanaudière

Améliorer la qualité de vie des personnes qui vivent des conditions socio-économiques difficiles. Combattre l'insécurité alimentaire dans Lanaudière.

Moisson Lanaudière, la seule banque alimentaire de la région de Lanaudière, a pour mission de recueillir des denrées alimentaires et de les redistribuer gratuitement aux organismes d'aide alimentaire de la région de Lanaudière.

Ce sont plus de 1,4 million de kilos de denrées recueillies et redistribuées gratuitement d'une valeur marchande de 8,5 millions de dollars.

1450, rue de Lanaudière, Joliette, J6E 3P2

450 755-6049

info@moissonlanaudiere.org

<https://www.moissonlanaudiere.org/>



 **RETOUR À LA TABLE DES MATIÈRES**

Action familles de La Plaine

Action Familles de La Plaine est un organisme offrant une cuisine collective avec dépannage alimentaire. La cuisine collective étant impossible au plus fort de la pandémie l'organisme répond à la forte demande de sécurité alimentaire de sa collectivité.

5900, rue Rodrigue, La Plaine, J7M 2C1

514 550-8191

jojocucue@outlook.com

<https://www.arrondissement.com/bottin/actionfamilledelaplane>



Les Œuvres de Galilée

Les Oeuvres de Galilée est un organisme en soutien alimentaire de Terrebonne. Il vient en aide aux personnes ayant des problèmes financiers. Leurs activités se concentrent principalement au niveau du dépannage alimentaire (dépannage bi-mensuel, paniers de Noël, urgence alimentaire), de l'éducation alimentaire (cuisines collectives, jardins, etc.) et de la réinsertion sociale (intégration d'élèves en difficulté, travaux communautaires, etc.).

766, rue Léopold Lachapelle, Terrebonne, J6W 2T9

450 492-9442

lesoeuvresdegalilee@videotron.ca

www.galileeterrebonne.com/



Source de vie St-Gabriel

Offrir un service de dépannage alimentaire temporaire aux plus démunis.

147, rue Beausoleil, Saint-Gabriel-de-Brandon, J0K 2N0

450 835-1837

<https://www.sourcedeviestgab.com/>



La Soupière

Soutenir les personnes aux prises avec des difficultés diverses affectant leur qualité de vie, et ce, sans discrimination. Offrir un service de dépannage alimentaire sous forme de repas préparés et de denrées. Lieu d'éducation et de promotion à la saine alimentation, favorisant la réinsertion sociale et la prise en charge personnelle des individus par l'implication de ceux-ci à l'amélioration de leurs conditions de vie.

712, rue de Lanaudière, Joliette, J6E 3N1

450 755-6616

<https://www.lasoupiere.org/>



Café Partage Argenteuil

Ressource offerte aux personnes en situation de précarité humaine, sociale et économique qui favorise l'accessibilité à une alimentation saine et à bas prix et leur offre des outils pour mieux se nourrir et économiser.

232, avenue Béthany – C.P. 201, Lachute, J8H 3X3

450 562-0987

[Café Partage D'Argenteuil | Québec | Sécurité alimentaire \(cafepartage.com\)](http://cafepartage.com)



RETOUR À LA TABLE DES MATIÈRES

Comité d'aide Lachenois

Service gratuit de dépannage alimentaire, plus de 180 personnes par mois bénéficient de ce service. Comptoir vestimentaire gratuit. Nous desservons environ 500 personnes par mois.

1345 Grande Allée, suite 104, Lachenaie, J6W 4K6

450 964-0360

<https://www.arrondissement.com/bottin/comitedaidelachenois?subject=1&division=46>

Popote roulante La Plaine

La Popote roulante La Plaine offre des repas chauds et congelés aux personnes en perte d'autonomie.

4400, rue Angora, Terrebonne, J6X 0A4, C.P. 500

450 824-1240

<https://www.arrondissement.com/bottin/popoteroulantelaplaine?subject=1&division=46>

Comptoir d'entraide de Terrebonne

Le Comptoir d'entraide de Terrebonne, un service de Centraide Laurentides, vient en aide aux personnes et aux familles à faible revenu par la vente à prix modiques de vêtements et de meubles en bon état, ainsi que d'articles réutilisables, donnés par la population. Le Comptoir réalise des dépannages auprès de familles en situation d'urgence, en offrant des vêtements, des meubles ou des appareils électroménagers. Opéré par une équipe réduite de permanents, le comptoir accueille des bénévoles qui, en donnant quelques heures par semaine, contribuent à son bon fonctionnement. Le comptoir offre également un milieu d'insertion et d'intégration aux personnes en stage ou en réinsertion sociale.

421, rue Léveillé, Terrebonne, J6W 1Z7

450 471-1067

jcote@centraidelaurentides.org

www.centraidelaurentides.org/comptoir-centraide-terrebonne



 [RETOUR À LA TABLE DES MATIÈRES](#)

AIDE BUDGÉTAIRE

ACEF

Aide et conseils sur la gestion du budget, les retards de paiement, les solutions à l'endettement ainsi que sur la Loi de la protection du consommateur. Elle propose plusieurs activités d'éducation dont des cours sur le budget. L'ACEF veille également à la protection, à la défense et à la représentation des consommateurs et consommatrices quant à leurs droits.

ACEF Lanaudière

200, de Salaberry, local 124, Joliette, J6E 4G1

450 756-1333

<https://aceflanaudiere.ca>



RETOUR À LA TABLE DES MATIÈRES

ALCOOLISME, TOXICOMANIE ET AUTRES DÉPENDANCES

Unité Point de Départ

Prévenir l'alcoolisme par tous les moyens possibles et encourager la réintégration sociale de l'ex-alcoolique par le travail.

220, rue Lajoie Sud, Joliette, J6E 5L2

450 759-6848



<https://www.repertoirelanaudiere.qc.ca/organisme/unite-point-de-depart-centre-de-therapie>

Alcooliques Anonymes

Association d'hommes et de femmes qui partagent entre eux• leur expérience, leur force et leur espoir dans le but de résoudre leur problème commun et d'aider d'autres alcooliques à se rétablir.

Plusieurs points de services [AA Québec \(aa-quebec.org\)](http://aa-quebec.org)

Association des intervenants en toxicomanie du Québec

Ressources pour les intervenants professionnels et bénévoles œuvrant dans le domaine de la toxicomanie et du jeu excessif.

505 rue Ste-Hélène, 2e étage, Longueuil, J4K 3R5

<http://aidq.org/>

Uniatox

Clientèle mixte de tous âge ayant des problèmes de toxicomanie.

185 chemin des Anglais, Terrebonne, J7L 3N8

450 968-0363

[Uniatox | Uniatox](#)

Cocainomanes Anonymes

Association d'hommes et de femmes qui partagent entre eux leur expérience, leur force et leur espoir dans le but de résoudre leur problème commun et d'en aider d'autres à se rétablir de la cocaïnomanie.

1 877 806-0581

www.cocainomanes-anonymes.org

Le CLIP (Centre lanaudois d'information sur les psychotropes)

Redirige vers les maisons de désintoxication, prévention de la• rechute et ateliers pour les parents d'adolescents.

50 rue Thouin, local 114, Repentigny

450 582-2983

[CENTRE LANAUDOIS D'INFORMATION SUR LES PSYCHOTROPES | Répertoire Lanaudière \(repertoirelanaudiere.qc.ca\)](http://www.repertoirelanaudiere.qc.ca)



[RETOUR À LA TABLE DES MATIÈRES](#)

Le Tremplin

Offre des thérapies internes et externes, selon l'approche biopsychosociale
Confidentielle.

Saint-Charles-Borromée: 450 755-6655

Terrebonne: 450 492-7444

Repentigny: 450 657-0071

[Réseau d'aide le Tremplin - organisme communautaire de soutien \(tremplin.org\)](http://tremplin.org)

L'Entretemps

Maison de traitement des dépendances. La durée du traitement est de minimum 24 semaines.

1011, rue Chantal Paulin, Ste-Béatrix, J0K 1Y0

450 883-6949

[Pavillon L'Entre-Temps - RÉHAB \(rehabqc.com\)](http://rehabqc.com)

Centre de réadaptation en dépendance de Terrebonne

Ce centre est gratuit. Services interne et services individuel externe. Carte assurance maladie.

Intervenants spécialisés dans le domaine des jeux compulsifs.

1045, chemin du Coteau, Terrebonne, J6W 5Y8

450 492-7444

1 800 966-9705

[CLSC ET CENTRE DE RÉADAPTATION EN DÉPENDANCE DE TERREBONNE -
VOLET CLSC - CLINIQUE DES JEUNES - Trouver une ressource - Répertoire des
ressources en santé et services sociaux \(gouv.qc.ca\)](http://gouv.qc.ca)

Pavillon du Nouveau Point de Vue (Thérapie)

Maison de thérapie et service de désintox.

Organisme sans but lucratif fondé en 1978, l'établissement se donne la mission d'aider les personnes alcooliques et/ou toxicomanes à se rétablir, à vivre sans assuétude aux psychotropes incluant la pharmacodépendance et à entreprendre une réintégration dans leur milieu familial, social et professionnel, ceci dans le respect de leur dignité. Les Pavillons du Nouveau Point de Vue offrent aussi un service d'aide à la famille ainsi qu'aux employeurs.

356, rue Notre-Dame Lanoraie, J0K 1E0

450 887-2392

1 888 411-3330

<http://www.nouveaupointdevue.com/>

La Villa de la Paix

Programmes de thérapie pour hommes et femmes de 18 ans et plus. Thérapie et programmes de traitement des dépendances. Aucun traitement de désintoxication.

1601, rue Rochon, Chertsey, J0K 3K0

1 855 880-4848

<https://villadelapaix.ca/>

 [RETOUR À LA TABLE DES MATIÈRES](#)

Maison de l'Épervier

Ressource privée, la Maison propose une unité de soutien à la désintoxication. Plusieurs types de sevrage sont offerts et la durée varie selon le cas : sevrage de médicaments, sevrage d'alcool et sevrage de drogues.

820 rue Luc, St-Alphonse de Rodriguez, J0K 1W0

450 883-6964

www.maisonlepervier.com

Outre mangeur anonyme

Outre mangeur anonyme (OA) est une communauté de personnes qui se soutiennent mutuellement afin de se remettre de comportements et problèmes alimentaires compulsifs. Nous accueillons tous ceux qui sentent qu'ils ont un problème avec la nourriture.

<https://oa.org/>

Pavillon Louis-Cyr

Alcool et drogues, Hommes (18 ans et plus) Minnesota (12 étapes)

122, rue Saint-Jacques, Saint-Jacques de Montcalm

450 839-2555

www.pavillonlouiscyr.com

Maison Face à l'avenir

Alcool et drogues, Hommes (18 ans et plus), Cognitivo-comportementale

132, rue Saint-Jean-Baptiste, L'Assomption

450 589-6611

www.maisonfacealavenir.com

Dianova Canada

Alcool et drogues, Hommes et femmes (18 ans et plus), Motivationnelle et cognitivo-comportementale en communauté thérapeutique.

1600, côte de Terrebonne, Terrebonne

450 964-6566

www.dianova.ca

Centre Nouveau Regard

Alcool et drogues, Hommes (18 ans et plus), Éclectique à prédominance humaniste.

4921, rang Sainte-Rose, Notre-Dame-de-Lourdes

450 755-2121

www.centrenouveauregard.com

Maison La Bouée – Centre de rétablissement externe multi dépendances

La Maison La Bouée est un organisme à but non lucratif qui a pour raison d'être de venir en aide aux personnes souffrant de tous types de dépendance (alcool, drogue, affective, sexuelle, cyberdépendance) afin de traiter les conséquences. Des rencontres peuvent être faites en visioconférence.

438 520-4660

<https://www.maisonlabouee.com/>



RETOUR À LA TABLE DES MATIÈRES

ALLOCATION – LOGEMENT

Aide financière pour les ménages à faible revenu consacrant une part importante de leur budget à se loger. Vérifiez votre admissibilité et demandez un formulaire.

1 855 291-6467, option 3

[Programme allocation-logement : Étapes à suivre | Revenu Québec \(revenuquebec.ca\)](http://revenuquebec.ca)

Action-Logement Lanaudière

Défense collective et individuelle des droits pour les utilisateurs de logements locatifs du secteur privé en communiquant de l'information sur les droits, démarches et ressources, en offrant de la formation et des activités d'éducation populaire et en faisant de la représentation auprès de diverses instances à l'échelle locale, régionale et nationale.

144, rue Saint-Joseph local 213, Joliette, J6E 5C4

450 394-1778

<http://logementlanaudiere.org/>

La Hutte – Hébergement d'urgence sans abri ou itinérance

La HUTTE offre un continuum de services de l'hébergement d'urgence au logement autonome tout en offrant de l'accompagnement dans les milieux de vie pour les personnes sans abri ou itinérantes qui vivent des situations de crise ou de rupture sociale, et ce, en complémentarité avec les ressources du milieu.

1284, boulevard des Seigneurs, C.P. 94043, Terrebonne, J6W 5V4

450 471-4664

hulterrebonne@hotmail.com

www.lahutte.ca



Hébergement d'urgence Lanaudière

Offrir aux personnes en situation d'itinérance un gîte temporaire et de l'accompagnement dans leurs démarches tout en favorisant l'intégration sociale ainsi qu'une meilleure stabilité en logement.

864, boulevard Manseau, Joliette, J6E 3G3

450 753-7735

<https://www.repertoirelanaudiere.qc.ca/organisme/hebergement-d-urgence-lanaudiere>



 [RETOUR À LA TABLE DES MATIÈRES](#)

DÉFENSE DES DROITS

Association des travailleurs et travailleuses accidentés de Joli-Mont

Organisme de défense des droits des victimes d'accidents du travail et de maladies professionnelles.

4046, rue Queen, Rawdon, J0K 1S0

450 834-1220

<https://attaj.ca/>



Groupe d'information et de défense des droits sociaux de Sainte-Julienne

Promouvoir et défendre collectivement et individuellement, les droits et les intérêts des personnes en situation de pauvreté et à faible revenu.

2546, rue Eugène-Marsan, 2e étage Sainte-Julienne, J0K 2T0

450 831-4825

<https://qidds.org/>



Aide juridique

450 759-2500

[Centre Communautaire Juridique Laurentides-Lanaudière Accueil - Centre Communautaire Juridique Laurentides-Lanaudière \(ccjll.qc.ca\)](http://Centre-Communautaire-Juridique-Laurentides-Lanaudière-Accueil-Centre-Communautaire-Juridique-Laurentides-Lanaudière-(ccjll.qc.ca))

Au couleur de la vie

De l'écoute empathique, offre des groupes de soutiens en ce qui concerne la traverse consciente du deuil (perte d'un être cher, perte d'emploi, proche aidant, accompagnement).

450 750-9684

<https://acdlvdéie.com/>

 **RETOUR À LA TABLE DES MATIÈRES**

PRÉVENTION SUICIDE

Pour les résidents du Québec, composez le 1-866-APPELLE (1-866-277-3553)

Un service national, disponible au niveau régional.

Réseau national de services de ligne de détresse, de crise et de prévention du suicide qui mobilise ses membres depuis 2002. Au cours des dernières années, le réseau a officialisé sa structure et se concentre maintenant sur le renforcement de la prestation de services régionaux et sur la garantie de combler les trous dans le service à l'échelle nationale.



[RETOUR À LA TABLE DES MATIÈRES](#)

RESSOURCES POUR FEMMES

SOS-info

SOS violence conjugale est un organisme communautaire sans but lucratif qui a pour mission de contribuer à assurer la sécurité et le rétablissement des victimes de violence conjugale de l'ensemble du Québec, en offrant un service d'accueil, d'évaluation et de référence gratuite, bilingue, anonyme et confidentiel. C'est une ressource disponible 24 heures sur 24 et sept jours sur sept, que la population du Québec peut rejoindre autant en situation de crise que pour obtenir de l'information, du soutien ou de l'hébergement. Contacter SOS violence conjugale, c'est trouver des ressources partout au Québec pour nous écouter, pour nous défendre, pour nous protéger et pour comprendre notre réalité particulière. Que l'on vienne d'ici ou d'ailleurs, peu importe le sexe, l'âge, l'orientation sexuelle ou la condition physique, les intervenantes de SOS violence conjugale sont outillées pour trouver réponse aux différents besoins.

Téléphone: 1 800 363-9010

Texto: 438 601-1211

www.sosviolenceconjugale.ca

La traverse

Nous offrons une place sécuritaire, des services d'aide et d'hébergement confidentiels et gratuits pour les femmes et les enfants victimes de violence conjugale. Nous sommes également là pour les femmes homosexuelles. Nous aidons les femmes à reprendre le pouvoir sur leur vie. Nous travaillons à l'amélioration des conditions de vie des femmes, sensibilisons, mettons en place des groupes de discussions et accompagnons les femmes et leurs enfants victimes de violence conjugale dans leurs démarches.

Joliette

450 759 5882

<http://www.maisonlatraverse.org/index.html>

Regard en elle

Regard en Elle est une maison d'aide et d'hébergement pour femmes violentées dans un contexte conjugal accompagnées ou non d'enfants. Services divers gratuits et confidentiels.

C.P. 147, Repentigny, J6A 5H7

450 582-6000

1 888 582-6005

<https://www.regardenelle.org/ree/accueil.html>



RETOUR À LA TABLE DES MATIÈRES

Centre Arc-En-Cielle

Centre de femmes avec trois volets d'intervention : services (écoute, accueil, accompagnement, références, entraide), éducation (cafés-rencontres, ateliers, causeries), action collective. Objectifs : briser l'isolement des femmes et favoriser l'autonomie financière et affective des femmes.

450 833-5282

<https://smds.quebec/citoyens/organismes/centre-arc-en-cielle/>

Centre de femmes Marie-Dupuis

241, boul. Antonio-Barrette, Notre-Dame-des-Prairies

450 752-5005

<https://www.cdfmariedupuis.com/>

Inter-Femmes

Inter-Femmes est principalement un milieu de vie, un lieu d'appartenance pour les femmes de la MRC de L'Assomption qui vivent une difficulté (précarité économique et sociale, violence, intégration ou autres) en vue d'améliorer leurs conditions de vie. Un lieu de solidarité, de respect et de soutien. C'est une alternative à l'isolement et un lieu d'éducation et d'action. Toutes les femmes sont les bienvenues, qu'elles vivent une période difficile ou non.

21 rue Alain, Repentigny, J6A 5C9

450 654-9621

info@interfemmes.ca

<https://www.interfemmes.ca/mission-objectifs>

Avec des elles Inc.

À partir d'une approche féministe et sur la base des principes d'éducation populaire, répondre aux besoins des femmes en difficulté, les accompagner dans leur démarche d'autonomie personnelle et financière; briser l'isolement, lutter contre la pauvreté et l'appauvrissement des femmes; combattre les préjugés.

158, rue Marcel, Saint-Gabriel-de-Brandon, J0K 2N0

450 835-3393

[Avec des Elles inc. | Des ressources pour les proches aidants | L'APPUI \(lappui.org\)](#)

Centre de femmes Montcalm

Le Centre de Femmes Montcalm est un lieu de rencontre, de partage, de solidarité, de défense de droits; un lieu d'appartenance. On y retrouve accueil, écoute, références, des ateliers favorisant la croissance personnelle et l'autonomie ainsi que des actions collectives. C'est donc une place qui permet aux femmes de s'exprimer en parole, en création et en actions solidaires avec d'autres femmes.

605, Saint-Isidore, Saint-Lin-Laurentides, J5M 2V1

450 439-6446

[CENTRE DE FEMMES MONTCALM | Répertoire Lanaudière \(repertoirelanaudiere.qc.ca\)](#)

 [RETOUR À LA TABLE DES MATIÈRES](#)

La C.L.E.F. Centre Lanaudière d'emploi pour femmes

La C.L.E.F., Centre Lanaudière d'emploi pour femmes, a pour mission d'aider les femmes de la région de Lanaudière à intégrer le marché du travail, peu importe leur âge ou leur statut.

10, rue Notre-Dame, Repentigny, J6A 2N9

[Perspectives nouvelles | La CLEF | Centre Lanaudière d'emploi pour femmes \(laclef-perspectives.com\)](http://laclef-perspectives.com)

Maison Pauline Bonin

Accompagner et supporter des femmes monoparentales dans leurs démarches pour qu'elles et leurs enfants sortent de la pauvreté.

360, Rue Saint-Louis, Joliette, J6E 2Y5

450 752-6730

[Maison Pauline Bonin : Répertoire des organismes \(arrondissement.com\)](http://Maison Pauline Bonin : Répertoire des organismes (arrondissement.com))

Maison d'aide et d'hébergement Regroup'Elles

Nous offrons différents services aux femmes qui veulent entamer des démarches pour se sortir du cycle de la violence conjugale, tels que: écoute téléphonique 24 / 7; suivi individuel (femme et enfant); soutien, information ou références; support ou accompagnement dans les démarches (administrative, juridique,...); rencontre de groupe; hébergement, si besoin.

Terrebonne

Maison : 450 964-4404

Services externes : 450 964-4404

information@regroupelles.org

<http://www.regroupelles.org/>



RETOUR À LA TABLE DES MATIÈRES

RESSOURCES POUR HOMMES

Centre d'aide pour hommes de Lanaudière

Organisme communautaire autonome qui propose un service• d'aide, de soutien et d'intervention confidentiel aux personnes de la région de Lanaudière aux prises avec des comportements violents sous toutes formes (physique, psychologique, économique, sexuelle, jalousie, contrôle, manipulation, etc.) envers leur conjointe et/ou leurs enfants.

450 756-4934

1 800 567-8759

www.caho.ca

Centre de ressources pour hommes du sud de Lanaudière

C'est avec plaisir que nous vous annonçons le début du nouveau groupe de soutien pour hommes vivant une rupture de couple. Après avoir constaté un volume important de demandes d'aide en lien avec une rupture, nous avons décidé de mettre sur pied un groupe où ces hommes pourraient se rencontrer, à raison d'une fois par semaine, pour obtenir du support et discuter des difficultés entourant la séparation. Nous aborderons divers thèmes tout au long des rencontres, tels que les étapes du deuil, les saines habitudes de vie, les relations de couple saines, prendre soin de soi, le rôle de père, la coparentalité, etc.

2500, boulevard Mascouche, Mascouche, J7K 0H5

450 961-1241

www.aidehomme.com

Au cœur de l'il

Organisme communautaire autonome ayant pour mission de promouvoir la santé et le mieux-être de la population lanaudoise. L'organisme vise le développement de relations respectueuses et égalitaires principalement par l'accompagnement des hommes dans un processus de responsabilisation et de prévention face à l'utilisation de comportements violents.

Au cœur de l'il, centre d'accompagnement lanaudois pour des relations respectueuses et égalitaires accueille et accompagne des hommes en difficulté et des personnes (hommes et femmes) auteurs de comportements violents, particulièrement en contexte conjugal et familial.

Joliette / Mascouche / Repentigny

450 756-4934

1 800 567-8759

<http://www.aucoeurdelil.org/>

Aidehomme.com

Organisme d'aide et de référence dont la mission est d'accueillir et d'outiller les hommes adultes qui vivent des difficultés de toute sortes en répondant à leurs besoins. Ligne d'écoute active. Évaluations accompagnement et référencement via la ligne d'écoute. Service de thérapie en complémentarité avec les ressources du milieu et services de coach de vie.

50, Rue Thouin, Repentigny, J6A 4J4

500, Boul. Mascouche, Mascouche, J7K 0H5

<http://www.aidehomme.com/organisme.html>  **RETOUR À LA TABLE DES MATIÈRES**

SANTÉ MENTALE

Karine Couture – Thérapeute en relation d'aide / coach de vie diplômée PNL

Professionnelle en relation d'aide, coach de vie en PNL, naturothérapeute, coach en approche psychologique positive, intervenante d'impact en gestion émotionnelle
Mascouche

514-795-5715

<https://www.karinecouture.com/>

Parrainage civique Lanaudière

Favoriser la participation sociale des personnes vivant avec une incapacité physique, intellectuelle, psychologique, sensorielle ainsi que les personnes âgées en perte d'autonomie, et ce, en créant une relation d'amitié avec une personne bénévole.

688, boulevard Manseau, Joliette, J6E 3E6

450 398-0696

<https://parrainageciviquelanaudiere.ca/>



Groupe d'entraide en santé mentale Berthier/Lavaltrie : L'envol

Regrouper des personnes aux prises avec des problèmes de santé mentale afin de favoriser la prise en charge, l'entraide mutuelle et l'intégration sociale

588, rue Montcalm, local 305, Berthierville, J0K 1A0

450 836-4999

<http://envol-entraide.ca/>

AIDE AUX PERSONNES AVEC UN HANDICAP

Association Handami pour personnes handicapées

Offrir des services aux personnes handicapées intellectuelles, physiques et sensorielles ainsi qu'à leur famille et favoriser l'intégration du milieu au niveau du travail, du logement, du transport et de l'éducation

460, rue du Parc, Saint-Lin Laurentides, J5M 3A2

450 439-2077

<https://handami.com/>



Association des personnes handicapées Les Moulins – La Rose Bleue

Favoriser le mieux-être et l'intégration des personnes handicapées et défendre leurs intérêts.

2904, rue Dupras, Mascouche, J7K 1T2

450 474-7007

<http://associationlarosebleue.com/>



Association des personnes handicapées de Brandon

Promouvoir et faciliter l'intégration des personnes handicapées à la société. Offrir un service d'écoute, de dépannage, de référence et d'accompagnement afin de répondre aux besoins des personnes handicapées. Concertation et collaboration avec le milieu

1111, Chemin du Mont Lanaudière, St-Gabriel de Brandon, J0K 2N0

450 835-9313

<https://tcrapl.org/membre/association-des-personnes-handicapees-de-brandon-aphb/>



RETOUR À LA TABLE DES MATIÈRES

Association des sourds de Lanaudière

Améliorer la qualité de vie des personnes sourdes et malentendantes de la région de Lanaudière.

200, rue de Salaberry, local 312, Joliette, J6E 4G1
450 752-1426

<https://asljoliette.org/>



Association des devenus sourds et des malentendants

Défendre les droits des malentendants et devenus sourds du Québec et de faciliter leur intégration dans la société.

50, rue Thouin, bureau 232, Repentigny, J6A 4J4
450 657-8500

<http://www.adsmqam.org/>



Les amis de la déficience intellectuelle Rive-Nord

Favoriser l'intégration des personnes qui présentent une déficience intellectuelle par le biais d'activités valorisantes. Informations et services dédiés aux parents et proches aidants.

50, rue Thouin, local 225, Repentigny, J6A 4J4
450 585-3632

<https://www.lesamisdelaadi.org/>



Association des personnes handicapées Matawinie

Promouvoir et défendre les droits des personnes handicapées. Favoriser la réadaptation et l'intégration des personnes dans leur milieu. Promouvoir l'information et l'éducation populaire des membres. Favoriser la prise en charge et l'autonomie des personnes handicapées.

4046, rue Queen, Rawdon, J0K 1S0
450 834-5434

<https://aphm.org/>



 **RETOUR À LA TABLE DES MATIÈRES**