

EMPLOYABILITÉ / INSERTION SOCIALE

Carrefour jeunesse-emploi des Moulins

Information et soutien à une recherche d'emploi, une démarche de retour ou de maintien aux études ou un démarrage d'entreprises pour les jeunes de 15-35 ans

450 492-0088

Services Québec-Centre local d'emploi de Terrebonne

450 471-3666

Centre Lanaudière d'Emploi pour femmes (CLEF)

450 755-3244

1 800 755-3244

ABC des Manoirs

Groupe d'alphabétisation

450 471-6928

SE LOGER

Habitat Jeunesse

Adulte 18-30 ans

450 474-4938

Accueil Le Diapason

Hébergement pour les jeunes âgés de 14 à 18 ans

450 477-6201

La Hutte Hébergement d'urgence

450 471-4664

Regroup'elles

Maison d'hébergement pour femmes victimes de violence conjugale et leurs enfants

450 964-4404

Maison Oxygène

Hébergement temporaire et accompagnement psychosocial pour les pères et leurs enfants

450 499-2617

Maison Pauline Bonin

Femmes monoparentales effectuant un retour aux études ou sur le marché du travail

450 752-6730

Habitations Ciné des Cœur

Logements subventionnés pour jeunes parents et mères seules avec enfants de moins de 5 ans

450 932-3030

TRANSPORT ET ACCOMPAGNEMENT

Centre d'action bénévole des Moulins

450 964-9898

MRC des Moulins

Transport collectif

450 492-6111

1 877 492-6111

Transport adapté

450 964-1098

Centre intégré
de santé
et de services sociaux
de Lanaudière

Québec

Mise à jour
Août 2019

VIOLENCE, ABUS ET AGRESSION

Agressions sexuelles

Ligne téléphonique de soutien

1 888 933-9007

Centre d'aide aux victimes d'actes criminels (CAVAC)

450 755-6127

1 888 755-6127

Centre d'aide et de lutte contre les agressions à caractère sexuel (CALACS) La Chrysalide

Aide aux adolescentes et aux femmes victimes d'agression sexuelle

450 964-7888

Au Cœur de l'il

Centre d'aide pour hommes (CAHO) de Lanaudière

450 756-4934

1 800 567-8759

Centre de protection de l'enfance et de la jeunesse de Lanaudière (CPEJ)

450 752-6644

1 800 665-1414

Signalement

Regroup'elles

Pour les femmes victimes de violence conjugale et leurs enfants: hébergement, écoute individuelle, groupes de soutien, accompagnement et intervention dans le lieu choisi par la femme aidée

450 964-4404

Ligne Parents

Interventions téléphoniques pour la prévention des actes de violence

1 800 361-5085

MITAS

Aide pour enfants, adolescents ou hommes victimes d'agression sexuelle ou ayant des comportements sexuels problématiques. Thérapie pour adolescents et adultes agresseurs

1 844 662-6755

SOS Violence conjugale

Ligne téléphonique pour les femmes victimes de violence conjugale

1 800 363-9010

Enfance libre Lanaudière

Prévention des agressions sexuelles et de toute violence faites aux enfants

450 760-4848

CENTRES HOSPITALIERS

Centre hospitalier Pierre Le Gardeur

450 654-7525

Centre hospitalier De Lanaudière (CHDL)

450 759-8222

Centre hospitalier universitaire (CHU) Sainte-Justine

514 345-4931

Hôpital de la Cité-de-la-santé (Laval)

450 668-1010

450 654-7525

TOXICOMANIE, ALCOOLISME ET JEU

Centre de réadaptation en dépendance (CRD) de Lanaudière

450 492-7444

1 800 966-9705

Drogue: aide et référence

Service téléphonique bilingue, 24 heures, 7 jours: écoute, information, références et orientation

514 527-2626

1 800 265-2626

Jeu: aide et référence

Service téléphonique bilingue, 24 heures, 7 jours: écoute, information, références et orientation

514 527-0140

1 800 461-0140

Uniatox

Prévention de la toxicomanie (diverses clientèles), réinsertion sociale et prévention de la rechute chez les adultes

450 968-0363

Alcooliques Anonymes (AA)

Retour d'appel dans les 24 heures

450 629-6635

Al-Anon et Alateen

514 866-9803

Narcotiques anonymes

1 855 544-6362

1 800 879-0333

AIDE PSYCHOLOGIQUE ET SANTÉ MENTALE

Centre de prévention du suicide de Lanaudière

Ligne d'intervention téléphonique, 24 heures sur 24/7 pour les gens en détresse, leur entourage et les personnes endeuillées par le suicide

1 866 277-3553

La Lueur du phare de Lanaudière

Soutien aux membres de l'entourage de personnes de 16 ans et plus vivant avec une problématique de santé mentale

450 704-3450

1 800 465-4544

Les Services de crise de Lanaudière (Repentigny et Rawdon)

Interventions téléphonique 24/7 et séjours de crise pour personnes vivant des situations difficiles

1 800 436-0966

SERVICES DE GARDE SUBVENTIONNÉS

La place 0-5

Guichet unique d'accès aux places en service de garde

1 844 270-5055

Répertoire des ressources pour les jeunes et leurs familles

NUMÉROS DE TÉLÉPHONE UTILES

MRC Les Moulins

Info-Social

24 heures/24, 7 jours/7

8 1 1

Service d'info-référence

211

Québec

FAMILLE-ENFANCE

Équipe en santé parentale et infantile au CLSC Lamater

OLO (œufs, lait, oranges), SIPPE (services intégrés en périnatalité), ateliers parents-enfants, rencontres prénatales, suivis pré et postnataux, visites à domicile, soutien à l'allaitement, soutien psychosocial, vaccination, etc.

450 471-2881

Maisons de la famille

Rencontres parents, ateliers pour les enfants, comptoir vestimentaire et articles pour bébés

Carrefour Familial des Moulins 450 492-1257
Parenfants de Mascouche 450 474-6431
Maison des Familles plainoises 514 436-0891

Mouvement Organisé des Mères Solidaires (M.O.M.S)

450 961-9107

Ligne Parents

24 heures/ 24, 7 jours/7

Clavardage : www.ligneparents.com

1 800 361-5096

DÉFENSE DES DROITS - JUSTICE

Aide juridique de Terrebonne

450 492-1535

Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes (CAAP) Lanaudière

Assistance et accompagnement pour le dépôt de plaintes dans le réseau de la santé et des services sociaux

1 877 767-2227

Centre de consultation juridique

1 888 533-7648

Pleins droits de Lanaudière

Promotion et défense de droits en santé mentale

1 855 394-0779

Association coopérative d'économie familiale (ACEF)

Consultations budgétaires, entente de paiement avec Hydro-Québec ou compagnies de cellulaires, informations et formations diverses

1 866 414-1333

Équijustice Lanaudière Sud

Médiation citoyenne soutien gestion de la colère, intimidation, justice alternative pour adolescents, etc.

450 581-1459

Action Populaire des Moulins

Éducation populaire et défense collective des droits à l'intention des personnes à faible revenu

450 477-8985

Action Logement Lanaudière

Défense des droits des locataires

450 394-1778

1 885 394-1778

ENTRAIDE ET RÉPIT

Carrefour pour souffler à tête reposée

Information et accès à un ensemble de services de répit disponibles dans Lanaudière

450 836-2020

1 877 374-8783

La Maison Clémentine

Répit et gardiennage pour les personnes vivant avec un handicap intellectuel ou physique, léger ou sévère, et âgées de 0 à 65 ans

450 755-2591

Les répits de Gaby

Répit pour familles avec enfant autiste âgé de 5 ans et plus

450 754-2782

PANDA MRC Les Moulins

Soutien et entraide concernant les troubles du déficit de l'attention/hyperactivité

450 654-1153

Préma-Québec

Information, soutien et entraide pour les parents d'enfants prématurés

1 888 651-4909

Association de Parents d'enfant trisomique 21 de Lanaudière

Information, soutien et entraide pour les parents

450 477-4116

Association de Parents de Jumeaux et de Triplés

Renseignements, soutien, entraide pour les parents d'enfants de naissances multiples

514 990-6165

Aminate

Accueil et soutien aux nouveaux arrivants

450 756-0011

Le Néo

Soutien aux personnes allosexuelles ou préoccupées par leur orientation sexuelle ou leur identité de genre ainsi que leurs proches

450 964-1860

1 800 964-1860

Groupe d'entraide Gilles la Tourette

514 328-3910

1 855 399-3910

ANEB Québec

Anorexie, boulimie et troubles alimentaires

1 800 630-0907

PETALES Québec

Troubles de l'attachement

1 877 326-4154

Dysphasie Lanaudière

450 474-8870

Société de l'Autisme de Lanaudière

1 866 759-9788

DÉPANNAGE ALIMENTAIRE, CUISINES COLLECTIVES ET COMPTOIRS VESTIMENTAIRES

Les œuvres de Galilée

450 492-9442

Comptoir familial de Terrebonne

450 471-0017

Comptoir d'entraide Terrebonne

450 471-1067

Action Famille La Plaine

514 550-8191

Centre d'entraide de Mascouche

450 474-6588

Comité d'aide aux Plainois

450 477-8761

Comité d'aide aux Lachenois

450 964-0360

Le Relais de Mascouche

450 918-9186

Service d'aide SEDAI TSS

450 433-0888

Fin à la faim

450 654-3871

PRENDRE DU TEMPS POUR SOI

Centre de FAM des Moulins

450 964-5827

Centre de ressources pour hommes du Sud de Lanaudière

450 961-1241

POUR LES JEUNES DE 12 À 17 ANS

Maison des jeunes

Lieu de rencontre animé où les jeunes de 12 à 17 ans, au contact d'adultes significatifs, pourront devenir des citoyennes et des citoyens critiques, actifs et responsables. Activités culturelles éducatives et sportives, de sensibilisation, d'information et de promotion de la santé

Zone Ados Terrebonne

450 753-2888

La Barak Mascouche

450 756-4794

Lachenaie Action Jeunesse

450 754-3334

Jeunesse, J'écoute

Clavardage : www.jeunessejecoute.ca

1 800 668-6868

Tel-jeunes

24 heures, 7 jours, pour enfants et jeunes

Clavardage : www.teljeunes.com

1 800 263-2266

Texto

1 800 600-1002

MATERNITÉ ET ALLAITEMENT

Alternative Naissance

514 274-1727

Nourri-Source Lamater

Groupe d'entraide à l'allaitement

450 471-2881

poste 4992

Service de sages-femmes de Lanaudière

450 471-1403

Grossesse-Secours

Lundi au vendredi de 9h00 à 17h00

514 271-0554

SIÈGE D'AUTO

CLSC Lamater

450 471-2881

SAAQ

Informations sur la sécurité

1 800 361-7620

Sûreté du Québec—Mascouche

Information et vérification

450 474-6114

Service de police de Terrebonne

Information et vérification

450 471-4121

SOUTIEN SCOLAIRE

Éducation Coup-de-fil

Consultation professionnelle par téléphone pour les relations parents-enfants

514 525-2573

1 866 329-4223

Allo-Prof

Aide aux devoirs et aux leçons à tous les élèves du primaire, du secondaire et de la formation générale aux adultes, ainsi qu'aux parents d'élèves du Québec

www.alloprof.qc.ca
Du lundi au jeudi de 17h00 à 20h00

514 527-3726

1 888 776-4455

AUTRES

Coop d'aide à domicile Les Moulins

Entretien ménager, aide au repas, aux courses, à la vie quotidienne, assistance surveillance, aide financière disponible

450 966-4446

Centre antipoison du Québec

1 800 463-5060

Guide de Services Québec

www.inspq.qc.ca/mieuxvivre

1 514 644-4545

Pour arrêter de fumer

1 866 JARRÊTE

(527-7383)