

Employabilité et insertion sociale

[ABC des Manoirs](#)
Groupe d'alphabétisation
450 471-6928

[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

[Le Campus Emploi](#)
Hommes de 35 ans et plus
450 398-0687 | 1 855 398-0687

[Centre L'avenir](#)
450 492-3737

[Centre d'intégration professionnelle de Lanaudière](#)
Femmes résidant dans Lanaudière qui ont un projet de retour sur le marché du travail ou aux études
450 582-6561

[Centre Lanaudière d'Emploi pour femmes \(CLEF\)](#)
450 755-3244 | 1 855 755-3244

[Perspectives Nouvelles](#)
Adultes 35 ans et plus et immigrants
450 755-3244 | 1 800 755-3244

Aide psychologique et santé mentale

[Centre de prévention du suicide de Lanaudière](#)
Ligne d'intervention téléphonique, 24 heures/24, 7 jours/7 pour les gens en détresse, leur entourage et les personnes endeuillées par le suicide
1 866 277-3553 | 450 759-6116

[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
1 800 465-4544

[Les Services de crise de Lanaudière](#)
Interventions téléphonique 24 heures/24, 7 jours/7 et séjours de crise pour personnes vivant des situations difficiles
1 800 436-0966

Centre hospitaliers

[Centre hospitalier de Lanaudière \(CHDL\)](#) 450 759-8222

[Centre hospitalier régional de Trois-Rivières](#) 819 697-3333

[Centre hospitalier universitaire \(CHU\) Sainte-Justine](#) 514 345-4931

[Centre hospitalier Pierre-Le Gardeur](#) 450 654-7525

[Centre hospitalier St-Jérôme](#) 450 431-8200

[Centre de services Avellin-Dalcourt](#) (Louiseville) 819 228-2731

[Centre multiservices de santé et de services sociaux de Sainte-Agathe](#) 819 324-4000

Violence, abus et agression

[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

[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 de protection de l'enfance et de la jeunesse de Lanaudière \(CPEJ\)](#)
450 752-6644
Signalement : 1 800 665-1414

[Au Cœur de l'il](#)
Centre d'aide pour hommes (CAHO) de Lanaudière
450 756-4934 | 1 800 567-8759

[Enfance libre Lanaudière](#)
Prévention des agressions sexuelles et de toute violence faites aux enfants
450 760-4848

[Ligne Parents](#)
Interventions téléphoniques pour la prévention des actes de violence
1 800 361-5085

[Maison La Traverse](#) 450 759-5882
[Regard en Elle](#) 450 582-6000
[Regroup'elles](#) 450 964-4404
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

[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

Siège d'auto

CLSC Lamater — CLSC Meilleur
450 654-2307 poste 61269

[CAA Québec](#)
caaquebec.com/fr (vérification siège)

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

Toxicomanie, alcoolisme et jeu

[Uniatox](#)
Prévention de la toxicomanie (diverses clientèles), réinsertion sociale et prévention de la rechute chez les adultes
450 968-0363

[Al-Anon](#)
1 888 425-2666

[Alcooliques Anonymes \(AA\)](#)
Retour d'appel dans les 24 heures
450 629-6635

[Centre d'abandon du tabac](#)
450 450 471-2881 poste 4152

[Centre de réadaptation en dépendance \(CRD\)](#)
450 492-7444 | 1 800 966-9705

[Droque | aide et référence](#)
Service téléphonique bilingue, 24 heures/24, 7 jours/7: écoute, information, références et orientation
514 527-2626 | 1 800 265-2626

[Jeu | aide et référence](#)
Service téléphonique bilingue, 24 heures/24, 7 jours/7: écoute, information, références et orientation
514 527-0140 | 1 800 461-0140

[Narcotiques anonymes \(NA\)](#)
1 855 544-6362 | 1 800 879-0333

Se loger

[Accueil Le Diapason](#)
Hébergement pour les jeunes âgés de 14 à 18 ans
450 477-6201

[Habitations Ciné des Cœur](#)
Logements subventionnés pour jeunes parents et mères seules avec enfants de moins de 5 ans
450 932-3030

[Habitat Jeunesse](#)
Hébergement (18 à 30 ans), soutien et recherche de logement pour les personnes âgées de 18 ans et + vivant avec un problème de santé mentale
450 474-4938

[La Hutte Hébergement d'urgence](#)
450 471-4664

[Maison d'hébergement jeunesse Roland-Gauvreau](#)
Adultes âgés de 18 à 30 ans
450 759-2114

[Maison Oxygène](#)
Hébergement temporaire et accompagnement psychosocial pour les pères et leurs enfants
450 499-2617 | 450 591-2617

[Maison Pauline Bonin](#)
Femmes monoparentales effectuant un retour aux études ou sur le marché du travail
450 752-6730

Centre intégré de santé et
de services sociaux de Lanaudière

Répertoire des ressources pour les jeunes et leur famille

Informations et numéros de téléphone
des organismes qui desservent
la MRC des Moulins

Info-Santé/Info-Social
24 heures/24, 7 jours/7



811

Portail moulinois solidaire

Accueil référencement et accompagnement pour
les citoyens de Mascouche et Terrebonne gratuit

450 914-0003

Service d'info-référence



[Ressources en santé et
services sociaux du Ministère](#)

Famille et 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**
[Parentants de Mascouche](#) : **450 474-6431**
[Maison des Familles plainoises](#) : **514 436-0819**

[Mouvement Organisé des Mères Solidaires](#) (M.O.M.S)
450 961-9107

[La Joujouthèque Farfouille](#)
450 752-2587

Ligne Parents

24 heures/ 24, 7 jours/7
Clavardage : www.ligneparents.com
1 800 361-5085

Défense des droits et justice

Action Logement Lanaudière

Défense des droits des locataires
450 394-1778 | 1 885 394-1778

Action Populaire des Moulins

Éducation populaire et défense collective des droits à l'intention des personnes à faible revenu
450 477-8985

Équijustice Lanaudière Sud

Médiation citoyenne soutien gestion de la colère, intimidation, justice alternative pour adolescents, etc.
450 581-1459

Action Dignité Lanaudière

Accompagnement des personnes à faible revenu (renseignements concernant l'aide sociale, l'assurance-emploi, aide pour remplir un formulaire, apprendre à lire et à écrire)
450 756-1155

Aide juridique de Terrebonne

450 492-1535

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

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
1 800 882-5622

Centre de consultation juridique

1 888 533-7648

Pleins droits de Lanaudière

Promotion et défense de droits en santé mentale
1 855 394-0779

Entraide et répit

Aminate

Accueil et soutien aux nouveaux arrivants
450 492-7989

PANDA MRC Les Moulins

Soutien et entraide concernant les troubles du déficit de l'attention/hyperactivité
450 654-1153

ANEB Québec

Anorexie, boulimie et troubles alimentaires
1 800 630-0907

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

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

C.R.É.D.I.L.

Comité régional d'éducation pour le développement international de Lanaudière. Accueil et soutien aux nouveaux arrivants
450 756-0011

Dysphasie Lanaudière

450 474-8870 | 1 877-753-9003

Groupe d'entraide Gilles la Tourette

514 328-3910 | 1 855 399-3910

La Maison Clémentine

Répit et gardiennage pour les familles lanaudoises vivant avec une personne ayant une déficience intellectuelle et/ou physique et/ou un trouble du spectre de l'autisme et âgées entre 5 et 65 ans.
450 755-2591

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

PETALES Québec

Troubles de l'attachement
1 877 326-4154

Préma-Québec

Information, soutien et entraide pour les parents d'enfants prématurés
1 888 651-4909

Les répits de Gaby

Répit pour familles avec enfant autiste âgé de 5 ans et plus
450 754-2782 | 1 866-753-3914

Société de l'Autisme de Lanaudière

1 888 759-9788

Dépannage alimentaire, cuisines collectives et comptoirs vestimentaire

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**

Pour les jeunes à partir de 12 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 : 450 964-5598

La Barak Mascouche : 450 966-9290

Action Jeunesse Lachenaie : 450 964-1211

Aire Ouverte

Des services rapides et gratuits pour ton avenir, ta santé mentale, émotive ou physique, ta sexualité, tes relations amoureuses ou familiales. Aire ouverte t'offre un accès à une équipe d'intervenants avec ou sans rendez-vous.
Appeler ou texter : 450 271-6382

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

Texte : **1 800 600-1002**

Maternité et allaitement

Alternative Naissance

514 274-1727

Grossesse-Secours

Lundi au vendredi de 9 h à 17 h
514 271-0554

Nourri-Source Lanaudière

Groupe d'entraide à l'allaitement
514 524-9696

Service de sages-femmes de Lanaudière

450 582-5111

Soutien scolaire

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 17 h à 20 h et dimanche 14 h à 17 h
1 855 527-1277

Éducation Coup-de-fil

Consultation professionnelle par téléphone pour les relations parents-enfants
514 525-2573 | 1 866 329-4223

Autres

Centre de FAM des Moulins

450 964-5827

Centre de ressources pour hommes du Sud de Lanaudière

450 961-1241

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

ECOL

Les activités de la petite enfance d'ECOL sont des moyens de soutenir les enfants anglophones de 0 à 5 ans et leurs familles. Aide à l'accessibilité à l'emploi pour les personnes anglophones ainsi qu'une aide légale
450 834-2268

Centre antipoison du Québec

1 800 463-5060

Guide de Services Québec

www.inspq.qc.ca/mieuxvivre
1 514 644-4545

La place 0-5

Guichet unique d'accès aux places en service de garde
1 844 270-5055

Thérapeutes en relation d'aide de Lanaudière

Services thérapeutiques individuels, relationnels, de couple, pour enfants et adolescents
450 581-2159