

Avoir du soutien en lien avec l'alcoolisme et la toxicomanie

Centre de réadaptation en dépendance de Lanaudière

Services de réadaptation pour les problèmes d'abus ou de dépendance à l'alcool, aux drogues, aux médicaments ou au jeu de hasard et d'argent

450 492-7444

Uniatox

Prévention de la toxicomanie auprès de diverses clientèles, réinsertion sociale, prévention de la rechute auprès de la clientèle adulte

450 968-0363

Drogue : Aide et référence

514 527-2626
1 800 265-2626

Jeu : Aide et référence

Service téléphonique 24 heures/24, 7 jours/7, bilingue. Écoute, information, référence

514 527-0140
1 800 461-0140

AA (alcooliques anonymes)

450 581-4011

NA (narcotiques anonymes)

1 855 544-6362

DAA (Dépendants affectifs anonymes)

514 990-4744

Avoir du soutien et de l'écoute en période de crise

Centre de prévention du suicide de Lanaudière

1 866 APPELLE

Services de crise de Lanaudière

1 800 436-0966

Albatros 14

Accompagnement auprès des personnes atteintes de maladies mortelles, suivi des personnes atteintes et support à la famille

450 966-9508

Centre de ressources pour hommes du sud de Lanaudière

450 961-1241

Au cœur de l'il

Centre d'aide pour hommes (CAHo)

1 800 567-8759

Travail de rue Le TRAJET Terrebonne

514 430-0362

Café de rue Solidaire de Terrebonne

Jeunes âgés de 16 à 30 ans

450 964-3104

Participer à la société, s'impliquer et faire du bénévolat

Centre d'action bénévole Des Moulins

450 964-9898

www.cabdesmoulins.org/occasions-de-benevolat

*Il est possible de faire du bénévolat dans la majorité des organismes communautaires du milieu, il suffit généralement de proposer ses services à la coordination du groupe

Briser l'isolement et socialiser

Le Vaisseau d'or

Groupe d'entraide en santé mentale

450 964-2418

Centre FAM (centre de femmes)

450 964-5827

Parrainage civique Lanaudière

Service de jumelage entre une personne bénévole et une personne vivant avec une problématique de santé mentale

450 417-0922

FADOQ

Personnes âgées de 50 ans et plus

450 752-7422

Visites et téléphones d'amitié

CAB Des Moulins

450 964-9898

Autres ressources

CALACS La Chrysalide

Centre d'aide et de lutte contre les agressions à caractère sexuel, pour femmes de 12 ans et plus

450 964-7888

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

Regroup'elles

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

450 964-4404

CAVAC

Centre d'aide aux victimes d'actes criminels

1 866 LE CAVAC

Répertoire des ressources psychosociales dans la communauté

NUMÉROS DE TÉLÉPHONE UTILES

MRC Les Moulins

Info-Social

24 heures/24, 7 jours/7

8 1 1

Service d'info-référence

211

Centre intégré de santé et de services sociaux de Lanaudière

Québec

Mise à jour
Août 2019

Québec

Se loger

Hébergement d'urgence Lanaudière
Joliette : **450 753-7735**

La HUTTE hébergement d'urgence
Terrebonne **450 471-4664**

Regroup'elles
Maison d'hébergement pour femmes victimes de violence conjugale et leurs enfants
450 964-4404

Centre d'hébergement du Vaisseau d'or
(Adultes santé mentale)
450 492-1119

Habitat jeunesse Mascouche
Hébergement jeunes adultes âgés de 18 à 30 ans. Soutien en logement pour adultes
450 474-4938

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

Avoir de l'aide domestique

Coopérative en soutien à domicile de la MRC Les moulins
Ménage hebdomadaire, grand ménage, courses, préparation de repas, etc.
450 966-4446

Se nourrir et se vêtir

Comptoir d'entraide de Terrebonne
450 471-1067

Comptoir familial Terrebonne
Vêtements, meubles, déménagement, prix modique
450 471-0017

Centre d'entraide de Mascouche
450 474-6588

Les œuvres de Galilée (Terrebonne centre)
Banque alimentaire et meubles
450 492-9442

Organisme SEDAI TSS
Terrebonne Ouest (meubles, vêtements)
450 433-0888

Groupe ressources Des Moulins
(À Mascouche)
450 477-8522

Comité d'aide aux Plainois (La Plaine)
450 477-8761

Comité d'aide aux Lachenois (Lachenaie)
Vêtements et aide alimentaire
450 964-0360

Popote roulante Laplaine
450 824-1240

Avoir du soutien d'un groupe pour l'anxiété

Phobies-Zéro
Service d'écoute lundi au vendredi : 9 h à 21 h
Lundi soir (groupe d'entraide à Repentigny)
514 276-3105
1 866 922-0002

Groupe d'entraide G.E.M.E.
Groupe d'entraide pour un mieux-être basé sur le partage
Lundi soir à Repentigny
Mercredi soir à Mascouche
450 332-4463
1 866 443-4363

Travailler

Services spécialisés de main-d'œuvre ESSOR II
Services spécialisés pour l'intégration au travail d'une personne vivant avec une déficience intellectuelle, une déficience physique ou un problème de santé mentale
450 722-3516

Carrefour jeunesse-emploi (CJE)
Jeunes adultes 15-35 ans
450 492-0088

Centre d'intégration professionnelle de Lanaudière (CIPL) Pour femmes
450 582-6561

Action RH
Services spécialisés pour accompagner les individus dans leur démarches de recherche d'emploi ainsi que dans leur développement professionnel
450 492-4104
poste 221

Campus Emploi (programme Virage)
Hommes de 35 ans et plus
1 855 398-0687

Perspectives nouvelles
Adultes de 35 ans et plus et personnes immigrantes (service Globe)
Terrebonne 450 492-4930

Aide et répit pour les membres de l'entourage

La Lueur du Phare de Lanaudière
Soutien aux membres de l'entourage de personnes de 16 ans et plus ayant un trouble de santé mentale
450 704-3450

Carrefour pour souffler à tête reposée
Centre d'information sur toutes les formes de répit pour les proches
1 877 374-8783

L'APPUI aux proches aidants d'âinés
1 855 5LAPPUI

Albatros 14
Accompagnement auprès des personnes atteintes de maladies mortelles, suivi des personnes atteintes et support à la famille
450 966-9508

Défendre ses droits

Pleins Droits Lanaudière
Soutien pour les personnes vivant avec un problème de santé mentale
1 855 394-0779

Action populaire des Moulins
Aide pour les personnes qui reçoivent de l'aide sociale
450 477-8985

ACEF
Consultations budgétaires, entente de paiement avec Hydro-Québec ou compagnies de cellulaires, informations et formation diverses
1 866 414-1333

Action logement Lanaudière (ALL)
Défense des droits des locataires
450 394-1778

AQDR Des Moulins
(Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées)
450 918-0800

Équijustice Lanaudière Sud
Médiation citoyenne soutien gestion de la colère, intimidation, justice alternative, etc.
450 581-1459

Se déplacer

Centre d'action bénévole Des Moulins
Transport accompagnement-bénévole
450 964-9898

RTM, secteur Terrebonne-Mascouche
Transport en commun
450 492-6111
1 877 492-6111

Transport adapté
450 964-1098