

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
450 657-5005

Aux Couleurs de la Vie Lanaudière
Accompagnement en période de deuil et de fin de vie
450 752-4436

Centre d'abandon du tabac
450 755-2111

Au Cœur de l'il
Centre d'aide pour hommes (CAHo)
450 756-4934

Briser l'isolement et socialiser

La Rescousse Montcalm
Groupe d'entraide en santé mentale
450 839-7050

Centre de Femmes Montcalm
450 439-6446

FADOQ
Personnes âgées de 50 ans et plus
450 752-7422

Groupes d'entraide et d'amitié
Entraide pour les aînés dans les différentes municipalités
450 839-3118

Parrainage civique Lanaudière
Service de jumelage entre une personne bénévole et une personne vivant avec une problématique de santé mentale
450 834-1728

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
450 755-6655

Le Réseau
Prévention de la toxicomanie auprès de diverses clientèles, réinsertion sociale, prévention de la rechute auprès de la clientèle adulte
450 759-4545

AA (alcooliques anonymes)
450 759-6000

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

Répertoire des ressources psychosociales dans la communauté

NUMÉROS DE TÉLÉPHONE UTILES

MRC de Montcalm

Autres ressources

CALACS
Centre d'aide et de lutte contre les agressions à caractère sexuel, pour femmes de 12 ans et plus
450 756-4999

MITAS
Aide pour enfants, adolescents ou hommes victimes d'agression sexuelle ou ayant des comportements sexuels problématiques. Thérapie pour adolescents et adultes agresseurs
450 755-6755

Maison La Traverse
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
450 759-5882

CAVAC
Centre d'aide aux victimes d'actes criminels
450 755-6127
ou le 1 866 LE CAVAC

Avoir du soutien d'un groupe pour l'anxiété

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

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

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

Centre d'action bénévole de Montcalm
450 839-3118

*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

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

8 1 1

Se loger

Chaumière Jeunesse Rawdon

Adultes âgés de 18 à 30 ans

450 834-2517

Hébergement d'urgence Lanaudière

Joliette **450 753-7735**

Terrebonne **450 471-4664**

Maison d'hébergement jeunesse Roland Gauvreau

Adultes âgés de 18 à 30 ans

450 759-2114

Maison La Traverse

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

450 759-5882

Maison Pauline Bonin

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

450 752-6730

Propulsion Lanaudière

Recherche de logement, appartements supervisés et soutien aux personnes ayant des problèmes de santé mentale à demeurer dans leur logement

450 752-6570

Maison Oxygène

Hébergement temporaire et accompagnement psychosocial **pour les pères** et leurs enfants

450 499-2617

Avoir de l'aide domestique

Services à la communauté du Rousseau

Ménage hebdomadaire, grand ménage, courses, préparation de repas, etc.

450 834-1160

Se nourrir et se vêtir

Aide alimentaire

Saint-Alexis **450 839-2133**

Saint-Calixte (Les Ailes de l'Espoir)

450 222-3923

Saint-Jacques **450 839-9132**

450 839-3434

Sainte-Julienne et Saint-Esprit

450 831-8207

Saint-Liguori **450 753-3470**

Saint-Lin-Laurentides (Service d'entraide)

450 439-2218

Saint-Roch **450 588-2800**

450 588-5978

Comptoirs vestimentaires

Coopérative de Services Multiples de Lanaudière

450 831-3333

Saint-Calixte (Les ailes de l'espoir)

450 222-3923

Saint-Liguori (Centre de partage)

450 753-3470

Saint-Lin-Laurentides (Service d'entraide)

450 439-2218

Saint-Jacques **450 839-9132**

450 839-3434

Sainte-Julienne (Saint-Vincent-de-Paul)

450 831-8207

Saint-Roch (Comptoir Mini-Budget)

450 588-3715

Comptoir Saint-Roch **450 588-2800**

450 588-5978

Cuisines collectives

Centre de Femmes Montcalm

450 439-6446

Les Ailes de l'Espoir (Saint-Calixte)

450 222-3923

Service d'entraide Saint-Lin-Laurentides

450 439-2218

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

450 755-3855

Carrefour jeunesse emploi (CJE)

Jeunes adultes âgés de 15 à 35 ans

450 831-3930

Centre Lanaudière d'Emploi pour femmes (CLEF)

450 755-3244

Perspectives Nouvelles

Adultes 35 ans et plus et immigrants

450 755-3244

Campus Emploi (programme Virage)

Hommes de 35 ans et plus

450 398-0687

1 855 398-0687

Buffet Accès-Emploi

Entreprise d'insertion socioprofessionnelle qui offre une formation en cuisine

450 439-3465

ou

1 877 439-3465

Se déplacer

Centre d'action bénévole de Montcalm

Transport et accompagnement médical

450 839-3118

Transport collectif

450 831-2182

1 800 690-2688

Défendre ses droits

Pleins Droits Lanaudière

Soutien pour les personnes vivant avec un problème de santé mentale

450 394-0779

ACEF

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

450 756-1333

Groupe d'information et de défense des droits sociaux (GIDDS)

450 831-4825

Action logement Lanaudière (ALL)

Défense des droits des locataires

450 394-1778

Équijustice Lanaudière Nord

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

450 755-3815

Aide et répit pour les membres de l'entourage

Aux Couleurs de la Vie

Accompagnement en période de deuil et de fin de vie

450 752-4436

Carrefour pour souffler à tête reposée

Centre d'informations sur toutes les formes de répit pour les proches

1 877 374-8783

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

450 752-4544

1 800 465-4544

L'APPUI aux proches aidants d'âinés

1 855 5LAPPUI