

# Ressources



**Plusieurs organismes dans la MRC  
Matawinie et dans la région de  
Lanaudière offrent des services :**  
aux aidants naturels  
aux personnes âgées  
aux personnes handicapées  
aux personnes malades,  
en perte d'autonomie ou en fin de vie

## **Les urgences**

**Ambulance - Police - Pompiers**

**9 1 1**

**Sûreté du Québec**

**310-4141**

## **Recevoir des services de santé**

---

### **Info-santé et Info-social**

**8 1 1**

### **Les CLSC de la Matawinie**

Chertsey:

**450 882-2488 ou 1 877 882-2442**

Saint-Donat:

**819 424-1511**

Saint-Jean-de-Matha:

**450 886-3861**

Saint-Michel-des-Saints:

**450 833-6334**

Demande de services à domicile: aide à la personne, soins infirmiers, ergothérapie, service social, prêt d'équipements, réadaptation physique, Centre de jour, etc.

### **Infirmière en milieu rural**

Information, rendez-vous et horaire :

**450 886-3861**

Conseils de santé, injection de médicaments, lavage d'oreilles, suivi de la tension artérielle, prélèvements, etc.

Disponible pour les personnes âgées de 55 ans et plus. Pour les résidents des municipalités de Saint-Côme, Saint-Alphonse-Rodriguez, Sainte-Émélie-de-l'Énergie, Saint-Zénon, Saint-Damien, Sainte-Marcelline-de-Kildare et Sainte-Béatrix.

## **Être écouté**

---

### **Centre de prévention du suicide Lanaudière**

**1 866 277-3553**

Intervention téléphonique. 7jours/7, 24h/24.

### **Ligne Aide Abus Aînés**

**1 888 489-2287**

Service d'écoute, de soutien et d'information  
7jours/7, de 8h à 20h.

### **Info-Aidant - Appui Lanaudière**

**1 855 852-7784**

Service professionnel d'écoute, de soutien, d'information et de référence adapté aux besoins des proches aidants d'aînés et de leur entourage. Du lundi au vendredi, de 8h30 à 17h.

### **Thérapeutes en relation d'aide de Lanaudière**

**450 581-2159**

Services d'aide thérapeutique professionnels et personnalisés. Tarifs adaptés aux revenus.

## Se déplacer

### **Service d'accompagnement-transport bénévole (CCBM)**

**450 882-1089 ou 1 888 882-1086**

Pour les rendez-vous médicaux et autres services essentiels au bien-être des personnes en perte d'autonomie temporaire ou permanente. Service : conditionnel à la disponibilité des bénévoles. Réservation requise. Critères d'admissibilité et carte d'adhésion. Grille tarifaire.

### **Transport en commun adapté Matawinie**

**450 834-5441 ou 1 800 264-5441 #7065**

Pour les personnes handicapées. Processus d'admission obligatoire. Réservation : du lundi au jeudi de 8h30 à 16h30 et vendredi jusqu'à 15h30, 24h à l'avance. Service : 7jours/7, de 7h à 23 h. Grille tarifaire.

### **Transport médical - Mi-Zé-Vie**

**450 833-6040**

Pour Saint-Zénon et Saint-Michel. Réservation : 48h à l'avance minimum. Service : 7jours/7. Critères d'admissibilité. Grille tarifaire, mais gratuit pour les prestataires de l'aide sociale.

### **Transport médical - AQDR Brandon**

**450 886-2509**

Horaire flexible. Réservation requise. 50 ans et plus. Grille tarifaire. Pour Sainte-Émélie.

**Pour les options de transport à partir de  
votre municipalité :**

**[www.transportmatawinie.org](http://www.transportmatawinie.org)**

## Connaître les services disponibles

### **Centre Communautaire Bénévole Matawinie (CCBM)**

**450 882-1089 ou 1 888 882-1086**

Accueil, référence et information sur les différents services offerts à la communauté, travail de milieu, soutien aux proches aidants, groupes de socialisation pour les 50 ans et plus, Programme P. I. E. D., salle multimédia.

### **English Community Organization of Lanaudière (ECOL)**

**450 421-5379**

Information, référence et accompagnement. Soutien à l'accès aux services publics en anglais. Activités communautaires et travail de milieu.

## Se nourrir

---

### **Popote Montcalm Matawinie (CCBM)**

**450 882-1089 ou 1 888 882-1086**

Variété de repas congelés préparés avec des aliments de première qualité à prix abordables. Appelez pour connaître les points de service.

### **Dépannage alimentaire**

Organismes offrant du dépannage alimentaire par municipalité

Chertsey - Les Montagnards

**450 882-1863**

Entrelacs - Groupe populaire d'Entrelacs

**450 228-4100**

Notre-Dame-de-la-Merci - La Petite mission

**819 424-7855**

Rawdon - Provision compassion

**450 834-4958**

Rawdon - Solidarité sociale Rawdon

**450 834-4911**

Rawdon - Société St-Vincent-de-Paul

**450 755-7753**

Saint-Alphonse-Rodriguez - Entraide et amitié

**450 883-6427**

Sainte-Béatrix - Du cœur aux ventres

**450 886-0222**

Saint-Côme - Les Amis de Marie

**450 883-2600**

Saint-Damien - La Ruche

**450 835-9228**

Saint-Donat - L'Arche du Nord

**819 424-2839**

Sainte-Émélie-de-l'Énergie - Les Amis d'Émélie

**450 889-9009**

Saint-Félix-de-Valois - Comptoir vestimentaire

**450 889-2667**

Saint-Jean-de-Matha - Du cœur aux ventres

**450 886-0220**

Sainte-Marcelline - Service de dépannage

**450 883-8890**

Saint-Michel-des-Saints - Comptoir alimentaire  
Haute-Matawinie

**450 833-2174**

Saint-Zénon - Comptoir alimentaire  
Haute-Matawinie

**450 833-2174**



## **Se nourrir (suite)**

**Bonne boîte bonne bouffe—**

**Boîtes d'ici et compagnie**

**450 757-8971 ou 1 855 960-8185**

Fruits et légumes frais aux deux semaines.

Plusieurs points de chute en Matawinie. Grille tarifaire selon la grosseur de la boîte. Pour tous.

**Cuisines collectives? Pour savoir où elles se trouvent en Matawinie :**

**450 882-1089 ou 1 888 882-1086**

## **Obtenir des services en lien avec une maladie spécifique**

Ces organismes offrent une variété de services tels l'écoute, l'information, la référence, le prêt d'équipement, des groupes d'entraide, etc. Veuillez les contacter pour connaître leurs offres spécifiques.

**Association des personnes handicapées  
physiques et sensorielles secteur Joliette**

- Groupe d'entraide des personnes  
traumatisées craniocérébrales de  
Lanaudière
  - Groupe d'entraide Aphasie de Lanaudière
  - Groupe d'entraide Parkinson Lanaudière
- 450 759-3322 ou 1 888 756-3322**

**Association régionale de fibromyalgie  
de Lanaudière**

**450 755-1184**

**Association Sclérose en plaques  
de Lanaudière**

**450 753-5545**

**Association Un cœur pour tous Lanaudière  
(maladie cardiaque)**

**450 760-3039 ou 1 855 844-3039**

**Cancer-Aide Lanaudière**

**450 756-0869**

**Dysphasie Lanaudière**

**1 877 753-9003**

**Diabétiques de Lanaudière inc.**

**450 759-8222 #2231**

**Société Alzheimer de Lanaudière**

**450 759-3057 ou 1 877 759-3077**

**Société canadienne du cancer –  
région Laval/Lanaudière**

**450 752-0905**

**Société canadienne de la sclérose en  
plaques – section Lanaudière**

**450 417-3562**

# **Obtenir des services en lien avec la déficience physique et intellectuelle et le trouble du spectre de l'autisme**

---

## **Association de parents d'enfant trisomique-21 de Lanaudière**

**450 477-4116**

Atelier de stimulation du langage, ergothérapie, soutien aux parents, information et joujou-thèque.

## **Association des Personnes Handicapées Matawinie**

**450 834-5434 ou 1 877 834-5434**

Défense de droits, référence, aide à l'obtention de services, cafés-rencontres, loisirs et intégration sociale.

## **Association des personnes handicapées de Saint-Michel-des-Saints et Saint-Zénon**

**450 833-2727**

Activités et animations quotidiennes et sorties annuelles pour les personnes ayant une déficience intellectuelle.

## **Association des personnes handicapées visuelles de Lanaudière**

**1 888 477-8174**

Information, référence, aide à l'intégration, défendre les droits.

## **Association des Sourds de Lanaudière**

**450 752-1426**

Informations et références. Activités de loisirs. Cours de langue des signes québécoise.

## **Centre de jour Jardin d'Étoiles**

**450 834-3070 #1027**

Activités pour adultes lourdement handicapés : activités ludiques, salle multisensorielle, zoothérapie et musicothérapie.

## **CISSS de Lanaudière - Guichet d'accès centralisé**

**1 877 322-2898**

Déficience intellectuelle, trouble du spectre de l'autisme et déficience physique.

## **Service régional d'interprétariat de Lanaudière**

**1 866 787-9788**

Aide à la communication pour les personnes sourdes.

## **Société de l'autisme région Lanaudière**

**450 759-9788**

Information, écoute, référence, conférences, cafés-rencontres, aide à l'intégration, défense des droits.

## **S'activer et sortir**

---

### **Association des Personnes Handicapées Matawinie**

**450 834-5434 ou 1 877 834-5434**

Activités pour les membres, groupe d'actions citoyennes et bénévolat diversifié à implication flexible et variée.

### **Entraide pour la déficience intellectuelle du Joliette Métropolitain**

**450 759-9621**

Services de jour, activités de soir et de fin de semaine pour les personnes vivant avec une déficience intellectuelle.

### **FADOQ, région de Lanaudière**

**450 759-7422 ou 1 800 828-3344**

Information et programmation d'activités diverses pour les personnes de 50 ans et plus. Défense des droits. À contacter pour connaître les coordonnées du Club de votre municipalité.

### **Maison des aînés de Chertsey**

**450 882-1688**

### **Maison des aînés de Rawdon**

**450 834-2874**

### **Maison des aînés d'Entrelacs**

**579 888-2752**

### **Parrainage civique Lanaudière**

**450 834-1728**

Jumelage entre deux personnes dont une vivant avec une incapacité et une bénévole.

**Plusieurs activités sont offertes en  
Matawinie. Pour les connaître, contactez les  
services de loisirs de votre municipalité ou  
la travailleuse de milieu au CCBM**

**1 888 882-1086**

## **Traverser un deuil**

---

### **Aux couleurs de la vie**

**450 752-4436**

Soutien et réconfort dans la maladie, la perte, la mort et le deuil.

### **Centre de prévention du suicide**

**1 866 277-3553**

Groupe de soutien pour les personnes endeuillées par le suicide.

# Avoir du répit, être hébergé, se loger

---

## **Baluchon Alzheimer**

**514 762-2667**

Répit à domicile pour les aidants des personnes atteintes d'Alzheimer. Gardiennage de 4 à 14 jours. Référence du CLSC demandée.

## **Carrefour Pour souffler à tête reposée**

**450 836-2020 ou 1 877 374-8783**

Carrefour d'information sur les ressources de répit de la région et banque de gardiens formés. Pour les familles vivant avec une personne de 0-65 ans atteint d'un handicap physique ou cognitif.

## **Défis-logis**

**450 394-4497**

Habitation communautaire adaptée et sécuritaire pour adultes ayant une déficience intellectuelle ou un trouble du spectre de l'autisme.

## **Centre de jour l'Alternative-CHSLD Heather**

**450 834-4121**

Programmes d'activités thérapeutiques et préventives pour les personnes âgées. Service de répit pour les familles.

## **La Lueur du phare de Lanaudière**

**450 752-4544 ou 1 800 465-4544**

Services de répit pour les proches de personnes vivant avec un problème de santé mentale. Allocation financière et activités récréatives de répit.

## **La Maison Clémentine**

**450 755-2591**

Services de répit, dépannage et halte-garderie pour les personnes âgées entre 0 et 65 ans vivant avec une déficience intellectuelle ou un déficit sensori-moteur.

## **Les Maisons d'à côté de Lanaudière**

**1 833 863-9323**

Hébergement permanent pour personne vivant avec une déficience physique. Service d'aide à domicile pour adultes de 65 ans et moins ayant des limitations physiques.

## **La Maison mémoire du cœur**

**450 760-3345**

Milieu de vie pour personnes atteintes d'Alzheimer.





## ***Avoir du répit, être hébergé, se loger (suite)***

### **Les répits de Gaby**

**1 866 753-3914**

Répit aux familles d'enfant ayant un trouble du spectre de l'autisme âgé de 5 ans et plus. Adhésion à l'organisme requise.

### **Les Services de crise de Lanaudière**

**1 800 436-0966**

Hébergement d'urgence, intervention téléphonique.

### **Propulsion Lanaudière**

**1 877 752-6570**

Pour les personnes ayant un problème de santé mentale : accompagnement à la recherche de logements, soutien en logement, sensibilisation des propriétaires.

### **Société Alzheimer de Lanaudière**

**450 759-3057 ou 1 877 759-3077**

Service de stimulation offert aux personnes atteintes d'Alzheimer combiné à un répit pour la personne aidante.

## **Entretenir, rénover et adapter son domicile**

---

### **CLSC (voir la rubrique Recevoir des services de santé)**

Programme d'adaptation du domicile : aide financière pour les travaux. Pour les personnes ayant des atteintes fonctionnelles. Critères d'admissibilité. Évaluation requise.

### **MRC Matawinie**

**450 834-5441 ou 1 800 264-5441**

Programme Réno-Région : aide financière pour rénovations majeures pour propriétaire-occupant à revenu modeste. Critères d'admissibilité.

### **Services d'aide à domicile du Rousseau**

**450 834-1160 ou 1 888 834-1160**

Entretien ménager, lessive, courses et préparation des repas. Service de répit et service d'aide à la vie quotidienne. Grille tarifaire. Aide financière possible.

## **Défendre ses droits**

---

### **ACEF Lanaudière**

**450 756-1333 ou 1 866 414-1333**

Aide au budget, solution à l'endettement, protection du consommateur.

### **Action-Logement Lanaudière**

**450 394-1778 ou 1 855 394-1778**

Défense de droits des locataires. Formations.

### **Association québécoise de défense des personnes retraitées, préretraitées (AQDR)**

Brandon (comité Ste-Émélie-de-l'Énergie)

**450 835-4705 #3499**

Chertsey

**450 882-4795**

### **Association des Personnes Handicapées Matawinie**

**450 834-5434 ou 1 877 834-5434**

### **ATTAJ**

**450 834-1220**

Association des travailleurs et travailleuses accidentés de Joli-Mont. Accueil, écoute, référence, soutien dans les démarches auprès de la CNESST.

### **ATTAM**

**450 833-1507**

Associations de travailleurs et travailleuses accidentés du Matawin. Accueil, écoute, référence, soutien dans les démarches auprès de la CNESST.

### **Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes de Lanaudière (CAAP - Lanaudière)**

**450 759-7700 ou 1 800 882-5622**

Assistance et accompagnement des usagers insatisfaits des services offerts par un établissement du réseau de la santé et des services sociaux de Lanaudière.

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

**450 755-6127 ou 1 866 532-2822**

Information sur les droits et recours. Assistance technique, accompagnement et intervention psycho-socio-judiciaire.



## ***Défendre ses droits (suite)***

### **Commissaire aux plaintes et à la qualité des services (CISSS de Lanaudière)**

**450 759-5333 ou 1 800 229-1152 #2133**

Évaluation et traitement des plaintes des usagers du réseau de la santé et des services sociaux (CISSS, organismes communautaires, résidences pour aînés, etc.)

### **Pleins droits Lanaudière**

**450 394-0779 ou 1 855 394-0779**

Information sur les droits et recours en santé mentale et accompagnement.

### **Regroupement des usagers du transport adapté de Lanaudière (RUTAL)**

**450 755-2221 ou 1 866 910-2221**

Information, promotion et défense de droits pour des transports adéquats et sécuritaires.

## **Obtenir des services en lien avec un problème de santé mentale**

### **La Lueur du phare**

**450 752-4544 ou 1 800 465-4544**

Soutien, information et répit pour l'entourage de la personne ayant un problème de santé mentale. 16 ans et plus.

### **La Rescousse amicale**

**450 834-3151**

Entraide et support aux personnes vivant ou ayant vécu des problèmes de santé mentale ou de détresse émotionnelle. Situé à Rawdon.

### **Mi-Zé-Vie**

**450 833-6040**

Groupe d'entraide en santé mentale. Situé à Saint-Michel-des-Saints

## **Se sentir en sécurité**

### **Programme PAIR**

**450 882-1089 ou 1 888 882-1086**

Service d'appels automatisés au quotidien qui joint les aînés pour s'assurer de leur bon état de santé. Sans frais.

---

---

---

## **Merci à nos commanditaires**



Jean-François Lafrance  
Saint-Michel-des-Saints  
450 833-5202

Jean-François Lafrance  
Sainte-Émélie-de-l'Énergie  
450 886-9771

Hélène Bolduc,  
Saint-Côme  
450 883-3883



Comtois, Landry et Ouellet  
Saint-Jean-de-Matha  
450 886-3879



Groupe Santé Arbec  
450 824-1340



Municipalité régionale de comté (MRC)  
Matawinie  
450 834-5441

### **Députés**

Ruth Ellen Brosseau  
députée de Berthier-Maskinongé  
819 228-1210

Gabriel Ste-Marie  
député fédéral de Joliette  
1 800 265-1940

**Centre intégré  
de santé  
et de services sociaux  
de Lanaudière**

**Québec** 

Réalisé et publié par  
**TABLE DE CONCERTATION EN SOUTIEN À  
DOMICILE DE LA MATAWINIE**

Imprimé par  
**CYBER-CIBLE**

**Septembre 2018**