

## TRANSPORT



### Centre d'action bénévole Saint-Jérôme

Accompagnement médical, accompagnement-transport, accompagnement aux commissions par des bénévoles.

450 432-3200

### Regroupement des usagers du transport adapté et collectif de la MRC Rivière-du-Nord

Information, sensibilisation, promotion et défense de droits des usagers du transport. 450 592-1383

### Réseau de transport métropolitain (RTM) «EXO»

Transport collectif: 450 433-7873

Transport adapté: 450 433-4004

### Transport adapté et collectif MRC Rivière-du-Nord

Transport pour les résidents de Prévost, Saint-Colomban, Saint-Hippolyte et Sainte-Sophie. 450 224-8800

## VIOLENCE / PERSONNES EN DIFFICULTÉ

### ACCROC 450 569-9966

Intervention auprès des conjoints violents, et des adolescents et adolescentes ayant des comportements violents.

**CALACS L'Ancrage 450 565-6231** Centre d'aide et de lutte contre les agressions à caractère sexuel.

### CAVAC Laurentides 450 569-0332

Centre d'aide aux victimes d'actes criminels.

### CETAS 450 431-6400

Centre d'entraide et de traitement des agressions sexuelles.

### CRIPHASE 514 529-5567

Centre de ressources et d'intervention pour hommes abusés sexuellement dans leur enfance.

### Maison d'Ariane (La) 450 432-9355

Soutien et hébergement pour les femmes en situation de violence (et leurs enfants).

### Phare des AffranchiEs 450 990-9595

Sensibilisation, prévention et intervention concernant la traite de personnes.

### Service d'aide aux conjoints (SAC) 514 384-6296

Suivi pour les hommes victimes de violence.

## SANTÉ ET SERVICES SOCIAUX



**Association de la Fibromyalgie des Laurentides 450 569-7766**

**Association des personnes avec problèmes auditifs des Laurentides 450 434-2135** ATS + voix

**Association des personnes handicapées visuelles et aveugles des Laurentides (APHVAL) 514 237-6389**

**Association pour les enfants avec problèmes auditifs (5 régions) 514 842-3926**

**Association régionale de loisirs pour personnes handicapées des Laurentides 450 431-3388**

**Centre d'aide pour personnes traumatisées crâniennes et handicapées physiques des Laurentides (CAPTCHPL) 450 431-3437**

**CLSC de Mirabel 450 475-7938**

**CLSC du Centre-ville-de-Saint-Jérôme 8-1-1**  
Programme jeunesse et bilan de santé aux réfugiés

### CLSC Lafontaine

Santé mentale, dépendances et services

psychosociaux: 8-1-1

Soutien à l'autonomie des personnes âgées

1 833 217-5362

**Dysphasie Laurentides 450 951-8520** Soutien aux jeunes ayant un trouble développemental du langage.

**Groupe Relève pour personnes Aphasiques AVC Laurentides 450 974-1888 / 1 866 974-1888**

**Hôpital de Saint-Jérôme 450 432-2777**

**Parkinson Québec - Laurentides 450 630-4122**

**Service d'interprétation visuelle et tactile (SIVET) 514 285-8877** Service d'interprétation offert à la clientèle sourde, malentendante et sourde-aveugle.

**Société canadienne de la sclérose en plaques Laurentides 450 436-4469**

#### NOTE :

Pour obtenir les coordonnées des différents spécialistes en santé, consultez leur ordre professionnel respectif.

Pour information sur ce dépliant: 450 433-2777, poste 65141

## DÉPENDANCES

**Alcooliques anonymes** [www.aa-quebec.org](http://www.aa-quebec.org)

**Cocainomanes Anonymes** [www.caquebec.org](http://www.caquebec.org)

**Nacotiques Anonymes** [www.naquebec.org](http://www.naquebec.org)

### CISSS des Laurentides 8-1-1

Services de réadaptation en dépendance

### Ressources d'hébergement en désintoxication

Contactez le 8-1-1 pour obtenir leurs coordonnées.

## ÉDUCATION / EMPLOI INTÉGRATION SOCIALE

### CAP Emploi 450 565-4707

Aide et accompagnement vers l'emploi.

### Carrefour d'actions populaires 450 432-8696

Défense des droits des locataires et des assistés sociaux.

### Carrefour Jeunesse-Emploi Pour les 16-35 ans.

Mirabel: 450 420-6262/ Riv.-du-Nord: 450 431-5253

### Centre de services scolaire RDN 450 438-3131

### Centre d'intégration en emploi (CIE)

Laurentides 450 431-0028

### Coin Alpha 450 436-2099

Alphabétisation populaire.

### Éclipse (atelier-ressourcerie)- Entreprise d'insertion 450 436-7111

### Écluse des Laurentides - Travail de rue

450 569-7194, 450 530-5747 ou 514 882-1965

### Intégration-Travail Laurentides 450 436-4024

Services pour les 15 ans et plus qui sont en situation d'handicap et/ou ont des limitations importantes.

### Ligne Info Apprendre 1 888 488-3888

Infos pour l'éducation des adultes et la formation continue.

### Revenu Québec 1 800 267-6299

Prime au travail: crédit d'impôt remboursable pour les travailleurs à faible revenu.

### Services Québec Soutien à l'employabilité

Pour Mirabel: 450 435-3667/ Saint-Jérôme: 450 569-3075

## DÉFICIENCE PHYSIQUE, INTELLECTUELLE ET TROUBLE DU SPECTRE DE L'AUTISME

### Acco-Loisirs 450 433-5559

Accompagnement et répit avec soutien particulier pour les jeunes et les adultes vivant avec un handicap.

### CISSS des Laurentides 8-1-1

Services de réadaptation en déficience physique, intellectuelle et trouble du spectre de l'autisme.

### Mouvement personne d'abord de Saint-Jérôme

450 438-6256 Sensibilisation, formation, activités, etc.

### Parrainage civique des Basses-Laurentides

450 430-8177 Jumelage et activités.

### Société de l'Autisme des Laurentides 450 569-1794

## LIGNES D'AIDE / RELATION D'AIDE

### ANEB (troubles alimentaires) 1 800 630-0907

### Centre ANTIPOISON 1 800 463-5060

**Centre de prévention du suicide Le Faubourg 1 866 APPELLE (277-3553) / 450 569-0101**

### Drogue: aide et référence 1 800 265-2626

### Écoute-Entraide 1 855 365-4463

### Interligne (diversité sexuelle) 1 888 505-1010

### Jeu: aide et référence 1 800 461-0140

### Jeunesse J'écoute 1 800 668-6868

### La Ligne parents 1 800 361-5085

**Service de relation d'aide Laval-Laurentides (SRALL) 514 990-2619**

**Signalement à la Protection de la jeunesse 1 800 361-8665** (Urgence sociale)

### SOS Violence conjugale 1 800 363-9010

**Tél-Aide 514 935-1101 Tél-aînés 514 353-2463**

**Tél-jeunes 1 800 263-2266**

**Traite des personnes: 1-833-900-1010**

**Violence sexuelle 1 888 933-9007**



## CANCER

### Laurentian Region Cancer Support Group

450 226-3641 Services en anglais.

### Maison des soins palliatifs de la Rivière-du-Nord

450 431-0488 Hébergement en fin de vie, sur référence du médecin.

### Pallia-Vie 450 431-3331

Accompagnement aux personnes atteintes de cancer et à leurs proches. Répit aux parents d'enfants malades.

### Société canadienne du cancer

Ligne d'information: 1 888 939-3333



## BUDGET/ DROITS/ AIDE ...

### ACEF Basses-Laurentides 450 430-2228

Aide pour les finances et les droits en consommation.

**Aide alimentaire et vestimentaire** Contactez le 8-1-1 pour obtenir une référence vers une ressource.

### Aide juridique 450 436-5712

### Ami-e du Quartier (L') 450 431-1424

Dépannage, repas communautaire, cuisine collective, etc.

### Armée du Salut 450 432-9191

Magasin d'occasion et repas offerts aux pers. dans le besoin.

**Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées 450-978-0807**

**Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes—Laurentides 450 565-9111**

### Centre de jour St-Jérôme 450 675-2412

Aide alimentaire et soutien aux personnes.

### Écoute agricole des Laurentides

Mirabel: 514 929 2476 / Rivière-du-Nord: 438 389-2476

Écoute et accompagnement au milieu agricole.

### Maison d'entraide de Prévost 450 224-2507

### Mesures Alternatives des Vallées du Nord (MAVN)

450 436-6749 Médiation-conciliation de quartier, mesures et sanctions judiciaires alternatives pour les 12-17 ans, soutien des locataires de logements sociaux, etc.

### Revenu Québec 1 855 291-6467

Allocation-logement, crédit d'impôt pour la solidarité.

### Services Québec 450 569-7575

Aide sociale

### Tribunal administratif du logement (Régie)

1 800 683 2245

## DES SERVICES À VOTRE PORTÉE

Pour les citoyens de la MRC Rivière-du-Nord et la partie nord de Mirabel.



- ◆ Associations
- ◆ Établissements publics
- ◆ Lignes d'aide
- ◆ Organismes communautaires



INFO-SANTÉ ET INFO-SOCIAL  
24 heures par jour, 7 jours par semaine

## JEUNES ET FAMILLES



### **Allo-Prof [www.alloprof.qc.ca](http://www.alloprof.qc.ca)**

Aide aux devoirs pour les élèves du primaire et du secondaire, et conseils pour les parents.

### **Ami-e du Quartier (L') 450 431-1424**

Intervention, aide aux devoirs et activités pour les jeunes du quartier Notre-Dame.

### **Antre-Jeune (L') 450 436-1547**

Activités touchant les habilités relationnelles et la confiance en soi des 10-17 ans.

### **Association des maisons de jeunes de Mirabel 450-412-0799**

Lieu de rencontre, d'animation, d'information et de référence pour les 12-17 ans.

### **Avenue 12-17 ans - Maison des jeunes de Bellefeuille 450 438-2691**

Lieu de rencontre, d'animation, d'information et de référence pour les 10-17 ans

### **Balle de laine (La) [www.facebook.com/laballedelaine](http://www.facebook.com/laballedelaine)**

Groupe de soutien mensuel pour les parents et proches vivant un deuil périnatal.

### **Café de rue SOS / Trait d'union jeunesse 450 431-0002**

Intégration des jeunes de 18 à 30 ans en difficulté.

### **Centre de la famille du Grand St-Jérôme 450 431-1239**

Gestion du Programme *Centraide pour l'enfance*, interventions, soutien et accompagnement.

### **Centre de pédiatrie sociale en communauté *Au coin de ma rue* 450 438-5959**

### **Centre de périnatalité Le Bourgeon 450 327-5569**

### **Centre d'hébergement multiservice Mirabel (CHMM) 450 951-5551**

Hébergement temporaire pour les jeunes adultes en situation d'itinérance.

### **Centre Marie Eve 450 438-1484 poste 7**

Services offerts à la femme enceinte, puis à la nouvelle mère et son bébé (-de 2 ans).

### **CISSS des Laurentides 8-1-1**

Programme jeunesse, DPJ, services aux contrevenants, ressources d'hébergement, réadaptation, recherches d'antécédents, retrouvailles, adoption.

### **Coopérative d'initiation à l'entrepreneuriat collectif St-Jérôme**

**450 820-5515** Coopérative de jeunes entrepreneurs offrant des services de menus travaux à la population pendant la période estivale.

### **Grands Frères Grandes Soeurs de la Porte du Nord (Les) 450 565-4562**

Jumelage permettant à des jeunes de vivre une relation de qualité avec un adulte bénévole de confiance. Mentorat pour les 16-21 ans recevant des services de la DPJ.

### **Grands-Parents Tendresse 450 436-6664**

Marrainage par des aînées auprès de familles ayant un poupon âgé de 0 à 12 mois.

### **Maison de la famille de Mirabel 450 414-2121**

Halte-garderie, ateliers et activités pour enfants et/ou parents.

### **Maison de naissance du Boisé-de-Blainville 450 431-8623**

### **Maison des jeunes de la Rivière-du-Nord 450 431-0002**

Lieu de rencontre, d'animation, d'information et de référence pour les 12-17 ans.

### **Maison des parents d'enfants handicapés des Laurentides 450 431-7428**

Répits, ateliers de jour pour les 21 ans et plus, camps de jour estivaux, etc.

### **Maison des parents du Québec 450 438-7708**

Aide aux 0-14 ans en situation de vulnérabilité.

### **Maison Oxygène Laurentides 579 887-8843**

Hébergement, soutien et ateliers pour les pères et leurs enfants.

### **Maison Pause-Parent 450 565-0015**

Aide à la famille et aux enfants, cuisine collective et familiale, déjeuners-rencontres, halte-garderie, etc.

### **Maison Phelan de Saint-Colomban 450 436-1453, poste 6318**

Activités pour les jeunes à l'Espace libre 1217 (anciennement maison des jeunes).

### **Ma place au soleil (service du CIE Laurentides) 450 569-3075**

Soutien académique, accompagnement psychosocial et soutien financier favorisant le retour aux études et l'obtention d'un emploi pour les parents ayant moins de 25 ans.

### **Nourri-Source Laurentides 450 990-1031**

Soutien téléphonique à l'allaitement par des marraines, ateliers et halte-allaitement.

### **Panda (Association) 450 979-7263**

Soutien aux personnes atteintes de TDA/H et aux proches.

### **Parenthèse (La) - Maison d'hébergement jeunesse 450 565-0958**

Hébergement temporaire ou d'urgence, et répit offert pour les 12-17 ans.

### **Passe-Partout 450 438-3131, poste 2016**

Programme de préparation à l'école offert par le réseau scolaire pour les 4 ans.

### **Phobies-Zéro 1 866 922-0002**

Écoute et groupe d'entraide pour les adolescents souffrant de troubles anxieux.

### **Place 0-5 (La) 1 844 270-5055 [www.laplace0-5.com](http://www.laplace0-5.com)**

Guichet unique d'accès aux services de garde du Québec.

### **Régime québécois d'assurance parentale 1 888 610-7727, option 4**

Prestations financières pour les nouveaux parents.

### **Regroupement des familles monoparentales et recomposées de Laval 450 622-0524**

Services et ateliers divers pour les parents et les enfants.

## ADULTES

### **4 Korers 450-974-3940**

Soutien à la communauté anglophone par différents services.

### **Action Source de vie 450 504-8775**

Magasin d'entraide, aide au déménagement, cueillette de meubles usagés, etc.

### **Ami-e du Quartier (L') 450 431-1424**

Accompagnement, interventions et activités pour les citoyens du quartier et de la MRC RDN.

### **Centre de femmes Liber'Elle (Mirabel) 450 594-0556**

Accueil, référence, relation d'aide, cafés-rencontres, ateliers et conférences.

### **Centre de jour St-Jérôme 450 675-2412**

Aide alimentaire et soutien aux personnes.

### **Centre de justice de proximité Laval-Laurentides-Lanaudière 450 990-8071**

Service de soutien juridique, notamment en cas de séparation et pour les petites créances.

### **Centre de la famille du grand Saint-Jérôme 450 431-1239**

Centre de jour, d'accueil et de références, interventions, accompagnement, insertion sociales et ateliers divers.

### **Centre des femmes Les Unes et les Autres (St-Jérôme) 450 432-5642**

Accueil, référence, relation d'aide, cafés-rencontres, ateliers, conférences, etc.

### **Centre Le Phénix 450 848-4816**

Hébergement d'urgence pour les hommes adultes aux prises avec une ou des problématiques diagnostiquées et liées à la santé mentale.

### **COFFRET 450 565-2998**

Intégration et soutien aux réfugiés et aux nouveaux arrivants.

### **Collectif des Laurentides en santé mentale 450 229-8440**

Prise de parole publique autour des besoins et intérêts des personnes.

### **Dispensaire (Le) 450 431-7432**

Dépistage et prévention VIH, hépatite C et ITSS. Soutien pour les personnes séropositives et LGBTQIA2S+, distribution gratuite de matériel de consommation ou de prévention concernant les activités sexuelles à risque.

### **Droits et recours Laurentides 450 436-4633**

Promotion et défense de droits pour les personnes ayant ou ayant eu des problèmes en santé mentale: information, aide et accompagnement.

### **Groupe Harfang des neiges 450 565-1161**

Services pour les personnes ayant une problématique en santé mentale: groupe de soutien et d'entraide, suivi communautaire individualisé, milieu de jour, information.

### **Halte des proches (La) 450 438-4291**

Association laurentienne des proches de la personne atteinte de maladie mentale : accompagnement, écoute, groupes d'entraide, intervention, documentation, etc.

### **Hutte (La) (St-Jérôme) 579 634-4664**

Hébergement d'urgence qui accueille des hommes et des femmes en situation d'itinérance en favorisant un retour à l'autonomie et à la réinsertion sociale.

### **Montagne d'espoir 450 436-4747**

Aide aux familles en difficulté de Sainte-Sophie.

### **Phobies-Zéro 1 866 922-0002**

Groupes de soutien et ligne d'écoute pour les personnes souffrant de troubles anxieux.

### **Serres de Clara - Jardin Collectif de Saint-Jérôme 450 565-2998**

Jardins collectifs et communautaires, cuisines collectives et aide alimentaire.

### **Service Travail-Maison 450 436-6425**

Entretien ménager, préparation de repas, lessive, approvisionnement et gardiennage simple.

### **Soleil Levant (Le)\***

Centre d'intervention de crise en hébergement: réinsertion sociale (appartements autonomes et supervisés), hébergement de crise et psychothérapie.

### **Maison Pour une pause\***

Ressource d'hébergement pour adultes en situation de détresse psychologique ou état de crise pouvant présenter un risque suicidaire.

\*Contactez Info-Social au 8-1-1 pour être référé vers ces deux hébergements.

## AÎNÉS / PERSONNES EN PERTE D'AUTONOMIE

### **Abus-Aînés 514 489-2287 ou 1 888 489-2287**

Ligne d'info: écoute, information et référence.

### **Antr'Aidant (L') 579 888-0211**

Soutien, répit, accompagnement pour les proches aidants des aînés.

### **APPUI (L') 1 855 852-7784**

Ligne d'écoute et de référence pour les proches aidants d'aînés.

### **Atelier des aînés 450 569-8313**

Couture, cours divers et activités de loisirs pour les 50 ans et plus. Service d'altération.

### **Centre d'action bénévole Saint-Jérôme 450 432-3200**

Accompagnement transport, dîners communautaires, popote roulante, appels et visites d'amitié, aide à la papiersse et au déménagement, travaux manuels, service d'aide en impôt, etc.

### **Grands-Parents Tendresse 450 436-6664**

Causeries, repas communautaires et marrainage à domicile en soutien aux familles ayant un jeune poupon.

### **Maison Aloïs Alzheimer des Laurentides 450 660-6225**

Centre de répit de jour pour les personnes atteintes de troubles cognitifs.

### **Mouvement d'entraide de Bellefeuille 450 431-5757**

Services pour les résidents de Bellefeuille : activités sociales, repas collectifs, popote santé.

### **Petits Frères (Les) 438 392 8225**

Jumelage, visites d'amitié pour les 75 ans et plus.

### **Réseau FADOQ des Laurentides 819 429-5858 ou 1 800 828-3344**

Regroupement de clubs offrant des services aux personnes de «50 ans et mieux».

### **Service Travail-Maison 450 436-6425**

Entretien ménager, préparation de repas, lessive, approvisionnement et gardiennage simple.

### **Société Alzheimer des Laurentides 819 326-7136 ou 1 800 978-7881**

Groupes de soutien, diverses forme de répit, conférences, formations, etc.

### **Vigil'Ange 450 275-5131**

Réseau pour guider les aînés et les proches aidants.

