

## LISTE DES ORGANISMES REPRÉSENTÉS (SUITE)

Maison Oxygène Laurentides  
Mouvement personne d'abord de Saint-Eustache  
Ouvroir Sainte-Marthe-sur-le-Lac  
Ouvroir Saint-Eustache « Les trouvailles d'Eustache »  
Petite maison de Pointe-Calumet  
Protection de la jeunesse (signalement)  
Regroupement des usagers du transport adapté  
Sercan  
Service Canada (information sur les prestations d'assurance-emploi)  
Service de répit de l'accueil communautaire jeunesse  
SOS violence conjugale  
Tel-Aide  
Tel-Jeunes

ES/ 2021-04-28

**À qui s'adresser  
quand on a  
besoin d'aide ?**

**Table de concertation sur la pauvreté**  
**MRC DE DEUX-MONTAGNES ET SUD DE MIRABEL**  
*Mise à jour : Avril 2021*

## Table des matières

ALPHABÉTISATION	3
AIDE À LA FAMILLE	3
BUDGETS ET DROITS DES CONSOMMATEURS	5
DÉFENSE DES DROITS, JUSTICE	5
ÉCOUTE TÉLÉPHONIQUE	6
NOURRITURE	6
PRÉVENTION SUICIDE	8
EMPLOI ET DROITS DES TRAVAILLEURS	8
RÉPIT	9
HÉBERGEMENT/ITINÉRANCE	9
SANTÉ MENTALE	10
TRANSPORT	11
BIENS MATÉRIEL ET MEUBLES	11
VIOLENCE	12

## LISTE DES ORGANISMES REPRÉSENTÉS

4 Korners Family Resource Center  
 ABL Immigration  
 Au bas de l'échelle  
 ACCROC  
 Accueil communautaire jeunesse  
 ACEF des Basses-Laurentides  
 Aide juridique  
 Appartement supervisé Le Transit  
 Association de promotion et d'éducation en logement (APEL)  
 Carrefour jeunesse emploi de la MRC Deux-Montagnes  
 Carrefour jeunesse emploi de Mirabel  
 Carrefour péri-naissance et familial  
 CAVAC des Laurentides- Centre d'aide aux victimes d'actes criminels  
 Centre d'action bénévole Les Artisans de l'Aide  
 Centre d'aide et de lutte contre les agressions sexuelles (CALACS)  
 Centre d'alphabétisation populaire des Patriotes (CAPP)  
 Centre d'intervention des Basses-Laurentides pour l'emploi (cible-emploi)  
 Centre d'intervention Le Faubourg  
 Centre d'entraide Racine-Lavoie  
 Centre local d'emploi Québec – ministère de la solidarité social (CLE)  
 Centre Marie-Ève  
 CESAME  
 Comité d'action sociale de Pointe-Calumet  
 Comité d'action sociale Saint-Joseph-du-Lac  
 Commission norme du travail  
 Comptoir d'entraide populaire Mirabel  
 Dépannage Saint-Agapit Inc.  
 Droits et recours Laurentides  
 Écoute Agricole  
 Éducation coup de fil  
 Grenier populaire des Basses-Laurentides  
 Groupe d'aide et d'information sur le harcèlement sexuel au travail  
 Groupe jeunesse Église chrétienne évangélique de Saint-Eustache  
 Halte-garderie du Carrefour Péri-naissance et familial  
 Halte-garderie La chanterelle – La mouvance centre des femmes  
 L'atelier « ensemble on se tient »  
 L'Ouvroir Saint-Placide  
 La Boutik par le Centre Marie-Eve  
 La Citadelle de Lachute  
 La Coopérative de solidarité Aide chez soi  
 La halte des proches  
 La ligne Parent  
 La maison du partage  
 La mouvance (Centre notarial de femmes)  
 Maison d'accueil Le Mitan - Sainte-Thérèse  
 Maison d'hébergement Le Préfixe  
 Maison L'Esther-Sainte-Rose

## NOTES

### ALPHABÉTISATION

#### CENTRE D'ALPHABÉTISATION POPULAIRE DES PATRIOTES (CAPP)

Ateliers de français et de mathématique - Pour adultes 16 ans et +  
(450) 473-2277

[www.centrealphapatriotes.ca](http://www.centrealphapatriotes.ca)

### AIDE À LA FAMILLE

#### ABL IMMIGRATION

Soutien et accompagnement aux démarches d'installation et d'intégration  
des personnes et des familles immigrantes.  
(514) 570-3313

[www.abl-immigration.org](http://www.abl-immigration.org)

#### LA LIGNE-PARENT

Aide aux parents  
24/h 7 jours  
1-800-61-5085

#### PROTECTION DE LA JEUNESSE (SIGNALEMENT)

24/h 7 jours  
1-800-361-8665

#### 4 KORERS FAMILY RESOURCE CENTER

Un centre de ressources familiales desservant la population d'expression  
anglaise.  
(450) 974-3940

[www.4kornerscenter.org](http://www.4kornerscenter.org)

#### CARREFOUR PÉRI-NAISSANCE ET FAMILIAL

Ateliers et services pour les futurs parents et les familles ayant des enfants  
entre 0 et 6 ans, halte-garderie communautaire.  
(450) 472-2555

[www.carrefourperinaissance.org](http://www.carrefourperinaissance.org)

#### CENTRE D'ENTRAIDE RACINE-LAVOIE

Écoute et référence, aide pour remplir les formulaires, ateliers de cuisine,  
clinique d'impôt, aide matérielle.  
(450) 623-6030

[www.entraideracinelavoie.org](http://www.entraideracinelavoie.org)

#### CENTRE MARIE-EVE

Soutien personnalisé, écoute empathique, plusieurs ateliers, aide matérielle,  
halte-garderie, déjeuner OLO, répits.  
(450) 491-1494

### AIDE À LA FAMILLE (SUITE)

#### **CESAME (Centre pour l'enfance en santé mentales Deux-Montagnes)**

Ateliers divers, soirées-conférences, activités familiales, services francophones et anglophones.

(450) 472-9523

[www.cesamedeuxmontagnes.com](http://www.cesamedeuxmontagnes.com)

#### **GROUPE JEUNESSE ÉGLISE CHRÉTIENNE ÉVANGÉLIQUE DE SAINT-EUSTACHE**

Rencontres jeunesse 12 à 18 ans

69 Rue Saint-Laurent, Saint-Eustache

(450) 472-9523

#### **MAISON OXYGÈNE LAURETIDES**

Ressource d'hébergement pour pères et leurs enfants. Écoute, aide et références, ateliers thématiques et groupe d'entraide

154 rue de Martigny Ouest, St-Jérôme

(579) 887-8843

#### **PETITE MAISON DE POINTE-CALUMET**

Maison de la famille ouverte à tous. Écoute et accueil, ateliers divers pour les parents, matinée mère-enfant, support et accompagnement, accès internet. 9h à 17h, vendredi variable (sur appel)

(450) 974-7556

#### **LA COOPÉRATIVE DE SOLIDARITÉ AIDE CHEZ SOI**

Entretien ménager léger et lourd, préparation de repas sans diète, répit et surveillance, approvisionnement et autres courses et service assistance personnelle.

(450) 979-2372

[info@acsbl.org](mailto:info@acsbl.org)

#### **SERVICE RELATION D'AIDE LAVAL-LAURETIDES**

SRALL est un organisme à but non lucratif qui œuvre depuis l'an 2000 qui offre des thérapies à prix populaire.

(514) 990-2619

[www.srall.ca](http://www.srall.ca)

### VIOLENCE (SUITE)

#### **LA CITADELLE DE LACHUTE**

Pour femmes en difficulté

Hébergement 24 h/7 jours

Écoute téléphonique pour femmes et enfants victimes de violence conjugale et familiale

(450) 562-7797

#### **MAISON D'ACCUEIL LE MITAN (SAINTE-THÉRÈSE)**

Pour les femmes et leurs enfants victimes de violence conjugale et familiale

Hébergement 24 h/7 jours. Relations d'aide téléphonique

(450) 435-3651

#### **S.O.S. VIOLENCE CONJUGALE**

Service de référence pour écoute ou hébergement

24 h/7 jours

(514) 873-9010 ou 1-800-363-9010

#### **MAISON L'ESTHER (SAINTE-ROSE)**

Pour femmes et enfants qui vivent des problèmes de violence familiale et conjugale

24 h/7 jours

(450) 963-6161

## BIENS MATÉRIEL ET MEUBLES (SUITE)

### LA MAISON DU PARTAGE ( 1<sup>er</sup> et 3<sup>e</sup> samedi du mois )

152, rue Notre-Dame  
(450) 479-6221

### OUVROIR SAINT-EUSTACHE « LES TROUVAILLES D'EUSTACHE »

(450) 473-6124

### OUVROIR SAINTE-MARTHE-SUR-LE-LAC

(450) 473-9877

### COMPTOIR D'ENTRAIDE POPULAIRE MIRABEL

(450) 475-7609

### DÉPANNAGE ST-AGAPIT INC.

(450) 473-7450 ou 450 473-1465

[info@depannage-st-agapit.org](mailto:info@depannage-st-agapit.org)

### L'OUVROIR SAINT-PLACIDE

(450) 258-3534 ou 450 258-2305

### COMITÉ D'ACTION SOCIALE SAINT-JOSEPH-DU-LAC

(450) 473-2440

[comiteaction@outlook.com](mailto:comiteaction@outlook.com)

### LA BOUTIK PAR LE CENTRE MARIE-EVE

(450) 473-1441

## VIOLENCE

### ACCROC

Groupes de thérapie pour conjoints violents et thérapie individuelle pour hommes. Services pour adolescents aux comportements violents de 12 à 18 ans.

(450) 569-9966

[www.accroc.qc.ca](http://www.accroc.qc.ca)

### CAVAC DES LAURENTIDES

Aide aux victimes d'actes criminels, info, droits et recours  
(450) 569-0332

### CENTRE D'AIDE ET DE LUTTE CONTRE LES AGRESSIONS SEXUELLES (CALACS)

Pour femmes et filles de 12 ans et plus et l'entourage  
(450) 491-2975

## BUDGETS ET DROITS DES CONSOMMATEURS

### ACEF DES BASSES-LAURENTIDES

Défense des droits des consommateurs, aide aux finances personnelles  
(budget, solutions aux dettes)

Fermé les vendredis

(450) 430-2228

[www.acefbl.org](http://www.acefbl.org)

### CARREFOUR JEUNESSE-EMPLOI DE LA MRC DEUX-MONTAGNES

Guider et accompagner les 16-35 ans dans leur cheminement vers les études ou le marché du travail.

(450) 974-1635

[www.ciedm.qc.ca](http://www.ciedm.qc.ca)

## DÉFENSE DES DROITS, JUSTICE

### ASSOCIATION DE PROMOTION ET D'ÉDUCATION EN LOGEMENT (APEL)

Soutien et information aux personnes défavorisées en matière de logement.

(450) 413-2949

[www.apel-logement.org](http://www.apel-logement.org)

### AIDE JURIDIQUE

Pour personnes à faible revenu et bénéficiaires de l'aide sociale.

Service d'avocat, infos sur les lois

(450) 472-0134

### CAVAC DES LAURENTIDES (CENTRE D'AIDE AUX VICTIMES D'ACTES CRIMINELS)

Aide aux victimes d'actes criminels, infos, droits, recours.

Lundi au vendredi : de 8 h 00 à 16 h 30

Mardi, jeudi : jusqu'à 20 h 00

Saint-Jérôme: (450) 569-0332 ou 1 800 492-2822

[www.cavac.qc.ca](http://www.cavac.qc.ca)

### LA MOUVANCE (CENTRE NOTARIAL DE FEMMES)

Clinique juridique et notariale pour femmes

(450) 472-7245

[www.lamouvance.ca](http://www.lamouvance.ca)

### MOUVEMENT PERSONNE D'ABORD DE SAINT-EUSTACHE

Défense des droits et des intérêts des adultes vivant avec une déficience intellectuelle, gestion de l'organisme Par et Pour ses membres.

(450) 623-7792

[mpdasteustache@gmail.com](mailto:mpdasteustache@gmail.com)

### REGROUPEMENT DES USAGERS DU TRANSPORT ADAPTÉ

Œuvré avec les partenaires de la région afin d'améliorer le transport adapté aux personnes vivant avec un handicap.

(450) 938-7882

## ÉCOUTE TÉLÉPHONIQUE

### CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE LES ARTISANS DE L'AIDE

Chaîne des aînés : 65 ans et plus et adultes en perte d'autonomie  
Chaîne des aidants : pour les proches aidants d'aînés.  
(450) 472-9540

### CENTRE D'ENTRAIDE RACINE-LAVOIE

Écoute et référence, aide pour remplir les formulaires, ateliers de cuisine,  
clinique d'impôt, aide matérielle.  
(450) 623-6030

[www.entraideracinelavoie.org](http://www.entraideracinelavoie.org)

### TEL-AIDE

Service d'écoute pour tous  
24 h/7 jours  
(514) 935-1101

### TEL-JEUNES

Pour les 5 à 20 ans  
24 h/7 jours  
(514) 288-2266 ou 1 800 263-2266

[www.teljeunes.com](http://www.teljeunes.com)

### ÉDUCATION COUP DE FIL

Service gratuit de consultation professionnelle pour les relations parents-  
enfants.  
(514) 525 2573 ou 1-866-329-4223

### SERVICE RELATION D'AIDE LAVAL-LAURETIDES

SRALL est un organisme à but non lucratif qui œuvre depuis l'an 2000 qui  
offre des thérapies à prix populaire.  
(514) 990-2619

[www.srall.ca](http://www.srall.ca)

## NOURRITURE

### DEUX-MONTAGNES

#### PAROISSE STE-MARIE DU LAC

Mardi : de 11 h 45 à 13 h  
Aide alimentaire , dépannage ainsi que cuisine collective  
1002, chemin Oka  
(450) 473-9877 Poste230

### OKA

#### PAROISSE STE-MARIE-DU-LAC (OKA)

Salle des Loisirs  
135, rue Notre Dame, Oka  
Jeudi : de 9 h à 12 h  
(450) 473-9877

## SANTÉ MENTALE (SUITE)

### DROITS ET RECOURS LAURETIDES

Défense des droits des personnes qui ont ou qui ont eu des problèmes de  
santé mentale.  
(450) 436-4633 ou 1 800 361-4633

[www.droitsetrecourslaurentides.org](http://www.droitsetrecourslaurentides.org)

### ÉCOUTE AGRICOLE

Service de première ligne d'écoute et d'accompagnement aux personnes  
provenant du milieu agricole qui vivent des problématiques psychosociales.  
(514) 929-AGRO (2476)

[www.ecouteagricole.com](http://www.ecouteagricole.com)

### L'ATELIER « ENSEMBLE ON SE TIENT »

Organisme en réinsertion sociale en santé mentale  
(450) 623-1561

[atelierensembleonsetient.wordpress.com](http://atelierensembleonsetient.wordpress.com)

### SERVICE RELATION D'AIDE LAVAL-LAURETIDES

SRALL est un organisme à but non lucratif qui œuvre depuis l'an 2000 qui  
offre des thérapies à prix populaire.  
(514) 990-2619

[www.srall.ca](http://www.srall.ca)

## TRANSPORT

### CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE LES ARTISANS DE L'AIDE

Transport médical, épicerie : 65 ans et plus et adultes en perte d'autonomie  
(450) 472-9540

### SERCAN

Pour personnes atteintes de cancer (services médicaux)  
(450) 491-1912

## BIENS MATÉRIEL ET MEUBLES

### CENTRE D'ENTRAIDE RACINE-LAVOIE

Écoute et référence, aide pour remplir les formulaires, ateliers de cuisine,  
clinique d'impôt, aide matérielle.  
(450) 623-6030

[www.entraideracinelavoie.org](http://www.entraideracinelavoie.org)

### COMITÉ D'ACTION SOCIALE DE POINTE-CALUMET

(450) 473-9877

### GRENIER POPULAIRE DES BASSES-LAURETIDES

Heure d'ouverture: Lundi au Samedi de 9h00 à 17h00  
(450) 623-5891

## HÉBERGEMENT / ITINÉRANCE (SUITE)

### LA CITADELLE DE LACHUTE

Pour femmes en difficulté  
Hébergement 24 h/7 jours  
Écoute téléphonique pour femmes et enfants victimes de violence conjugale.  
1 (450) 562-7797

### MAISON OXYGÈNE LAURENTIDES

Hébergement pour père et enfants vivant en situation de vulnérabilité  
154 rue de Martigny Ouest, St-Jérôme  
(579) 887-8843

### MAISON D'ACCUEIL LE MITAN - SAINTE-THÉRÈSE

Pour femmes et leurs enfants victimes de violence conjugale  
(450) 435-3651

### MAISON D'HÉBERGEMENT LE PRÉFIXE

Pour les 12 à 17 ans - mixte  
(450) 974-2887

### SERVICE DE RÉPIT DE L'ACCUEIL COMMUNAUTAIRE JEUNESSE

Pour les 18 ans et plus - mixte)  
(450) 472-3135

### MAISON L'ESTHER (SAINTE-ROSE)

Pour femmes et enfants qui vivent des problèmes de violent familial et conjugal  
24h/7 jours  
450 963-6161

## SANTÉ MENTALE

### LA HALTE DES PROCHES

(450)438-4291 ou 1 800 663-0659

### CAFÉ PARENTHÈSE

221 rue Hémond, Saint-Eustache, J7P 2C3  
(450) 623-1561

[cafeparenthese.wordpress.com](http://cafeparenthese.wordpress.com)

### CESAME

Centre pour l'enfance en santé mentale de 0-5 ans  
(450) 623-5677

[www.cesamedeuxmontagnes.com](http://www.cesamedeuxmontagnes.com)

## NOURRITURE (SUITE)

### MIRABEL

### COMPTOIR D'ENTRAIDE POPULAIRE (CEP)

Pour les résidents de Saint-Augustin, Ste-Scholastique, Saint-Benoît.  
Distribution le mercredi : de 13 h à 15 h  
8555, rue Saint-Jacques  
(450) 475-7609

### POINTE-CALUMET

### PETITE MAISON DE POINTE-CALUMET

Le Mardi entre 14h et 17h (avec réservation le LUNDI)  
861 boulevard de la chapelle, Pointe-Calumet  
(450) 974-7556

### SAINTE-EUSTACHE

### CENTRE D'ENTRAIDE RACINE-LAVOIE

Pour les résidents de la paroisse Saint-Eustache.  
Distribution le mercredi : 10 h 30 à 11 h 30  
Service le soir le mardi : de 17 h à 18 h 45  
(pour les étudiants et travailleurs à faible revenu non disponibles de jour)  
154, rue Dorion  
(450) 623-6030 [www.entraideracinelavoie.org](http://www.entraideracinelavoie.org)

### PAROISSE SAINT-EUSTACHE

Distribution le jeudi : de 10 h 15 à 11 h 30,  
pour les résidents des secteurs de Saint-Esprit et de Marguerite-Bourgeois  
374, boul. Pie XII,  
Geneviève Pineault  
(450) 473-3200, poste 5

### SAINTE-ROSE

### COMITÉ D'ACTION SOCIALE SAINT-JOSEPH

Mardi de 10 h 30 à 12 h  
1028A, rue Principale  
(450) 473-2440

### MRC DE DEUX-MONTAGNES

### COMITÉ D'AIDE ALIMENTAIRE DES PATRIOTES (CAAP)

Lundi au jeudi : 8 h à 17 h  
Cueillette, tri, transformation, cuisine collective et distribution alimentaire  
1906, Chemin d'Oka, Deux-Montagnes  
(450) 472-9469

## NOURRITURE (SUITE)

### SAINTE-MARTHE-SUR-LE-LAC

#### PAROISSE STE-MARIE DU LAC

Distribution le mardi : de 11 h 30 à 12 h 30  
Aux 2 semaines, au sous-sol de l'église  
3101, rue de l'Église  
(450) 473-9877

### SAINT-PLACIDE

#### COMITÉ D'AIDE ALIMENTAIRE SAINT-PLACIDE

Distribution aux deux semaines. Le jeudi de 11 h 30 à 12 h  
281, montée Saint-Vincent  
(450) 258-2647

## PRÉVENTION-SUICIDE

#### CENTRE D'INTERVENTION LE FAUBOURG

Intervention de crise suicidaire, prévention et aide au deuil 24 h/7jours  
(450) 569-0101 ou 1-866-277-3553 [www.cps-le-faubourg.org](http://www.cps-le-faubourg.org)

#### SERVICE RELATION D'AIDE LAVAL-LAURETIDES

SRALL est un organisme à but non lucratif qui œuvre depuis l'an 2000 qui offre des thérapies à prix populaire.  
(514) 990-2619 [www.srall.ca](http://www.srall.ca)

## EMPLOI ET DROITS DES TRAVAILLEURS

#### AU BAS DE L'ÉCHELLE

(514) 270-7878 [www.aubasdelechelle.ca](http://www.aubasdelechelle.ca)

#### CARREFOUR JEUNESSE-EMPLOI DE LA MRC DEUX-MONTAGNES

Guider et accompagner les 16-35 ans dans leur cheminement vers les études ou le marché du travail.  
(450) 974-1635 [www.cjedm.qc.ca](http://www.cjedm.qc.ca)

#### CARREFOUR JEUNESSE-EMPLOI DE MIRABEL

(450) 420-6262 [www.cjemirabel.ca](http://www.cjemirabel.ca)

#### CENTRE D'INTERVENTION DES BASSES-LAURETIDES POUR L'EMPLOI (CIBLE EMPLOI)

Offre à tout individu des services d'accompagnement, de transition de carrière et d'aide à la recherche d'emploi.  
(450) 473-1842 [www.cible-emploi.qc.ca](http://www.cible-emploi.qc.ca)

#### CENTRE LOCAL D'EMPLOI QUÉBEC

#### MINISTÈRE DE LA SOLIDARITÉ SOCIALE (CLE)

(450) 472-2311 [www.emploi Quebec.net](http://www.emploi Quebec.net)

## EMPLOI ET DROITS DES TRAVAILLEURS (SUITE)

#### COMMISSION DES NORMES DU TRAVAIL

(450) 569-3207 ou 1-888-238-6461 [www.cnt.gouv.qc.ca](http://www.cnt.gouv.qc.ca)

#### GRENIER POPULAIRE DES BASSES-LAURETIDES

Heure d'ouverture: Lundi au Samedi de 9h00 à 17h00  
(450) 623-5891

#### GRUPE D'AIDE ET D'INFORMATION SUR LE HARCÈLEMENT SEXUEL AU TRAVAIL

(514) 526-0789 [www.gaihst.qc.ca](http://www.gaihst.qc.ca)

#### SERVICE CANADA (INFORMATIONS SUR LES PRESTATIONS D'ASSURANCE-EMPLOI)

1-800-808-6352 ou ATS : 1 800 529-3742  
[www.servicecanada.gc.ca](http://www.servicecanada.gc.ca)

## RÉPIT

#### HALTE-GARDERIE – CARREFOUR PÉRI-NAISSANCE ET FAMILIAL

(450) 472-2555 [www.carrefourperinaissance.org](http://www.carrefourperinaissance.org)

#### HALTE-GARDERIE LA CHANTERELLE - LA MOUVANCE CENTRE DE FEMMES

Enfants de 2 à 5 ans  
(450) 472-7245 [www.lamouvance.ca](http://www.lamouvance.ca)

#### LA MAISON DES PARENTS D'ENFANTS HANDICAPÉS DES LAURETIDES

Pour les familles vivant avec un enfant handicapé : atelier de jour pour 21 ans et plus, répit de fin de semaine, camp caméléon, cours de danse et service de surveillance animée.  
(450) 431-7428 [www.lmdp.org](http://www.lmdp.org)

## HÉBERGEMENT / ITINÉRANCE

#### ACCUEIL COMMUNAUTAIRE JEUNESSE

Pour jeunes en difficulté de 16 à 25 ans - mixte  
(450) 473-1600

#### ASSOCIATION DE PROMOTION ET D'ÉDUCATION EN LOGEMENT (APEL)

Soutien et information aux personnes défavorisées en matière de logement.  
(450) 413-2949 [www.apel-logement.org](http://www.apel-logement.org)

#### APPARTEMENT SUPERVISÉ LE TRANSIT

Pour les 16 à 25 ans - mixte  
(450) 472-3135