



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 réfé-
rence du médecin.
Pallia-Vie 450 431-3331
Accompagnement aux personnes atteintes de cancer
et à leurs proches. Répit aux parents d'enfants ma-
lades.
Société canadienne du cancer
Ligne d'information: 1 888 939-3333

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
Armée du Salut 450 432-9191
Magasin d'occasion et repas offerts aux personnes
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
Écoute et accompagnement au milieu agricole
Basses-Laurentides: 514 929 2476
Hautes-Laurentides: 438 389-2476

BUDGET/ DROITS/ AIDE

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 h par jour, 7 jours par semaine

N. B. Ce dépliant est mis à jour annuellement. Si la version que vous avez entre les mains est antérieure à plus de deux (2) ans, veuillez en aviser votre intervenant(e) afin d'obtenir une version récente de celui-ci.

Le lien de la rue—Travail de rue à Mirabel
Gabriel: 438 520-8124
Jérémy: 579 368-1376
Martine: 514 926-5493
Centre de services scolaires RDN 450 438-3131
Centre d'intégration en emploi (CIE)
Laurentides 450 431-0028
Clientèle immigrante, travailleurs expérimentés, Ma-
place au soleil.
Coïn Alpha 450 436-2099 Alphabétisation populaire.
Eclipse (atelier-ressourçerie) 450 436-7111
Entreprise d'insertion.
Écluse des Laurentides - Travail de rue
Jean: 450 569-7194
Laurie: 450 530-5747
Le lien de la rue—Travail de rue à Mirabel
Gabriel: 438 520-8124
Jérémy: 579 368-1376
Martine: 514 926-5493
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 Aide à l'emploi
Mirabel: 450 435-3667 | Saint-Jérôme: 450 569-3075

Alcooliques anonymes www.aa-quebec.org
Cocainomanes Anonymes www.caquebec.org
Nacotiques Anonymes www.naquebec.org
CISSS des Laurentides 8-1-1
Services de réadaptation en dépendance.
Ressources d'hébergement en désintoxication
Contacter le 8-1-1 pour obtenir leurs coordonnées.

DÉPENDANCES

DÉFICIENCE PHYSIQUE, INTELLEC- TUELLE ET TROUBLE DU SPECTRE DE L'AUTISME

Acco Loisirs 450 433-5559 Accompagnement et répit
avec soutien pour les jeunes et les adultes ayant une
DI, un handicap et/ou un trouble de santé mentale.
Autisme Laurentides 450 569-1794
CISSS des Laurentides 8-1-1
Services de réadaptation en déficience physique, intel-
lectuelle et trouble du spectre de l'autisme.
Mouvement personne d'abord de Saint-Jérôme
450 438-6256 Sensibilisation et activités par et pour
les personnes vivant avec une DI.
Parrainage civique des Basses-Laurentides
450 430-8177 Jumelage et activités.

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)
Drogue: aide et référence 1 800 265-2626
Écoute-Entraide 1 855 EN LIGNE (365-4463)
Interligne (diversité sexuelle) 514 866-6788
Jeu: aide et référence 1 800 461-0140
Jeunesse J'écoute 1 800 668-6868 Texto:686868
La Ligne parents 1 800 361-5085
Ligne info DPCP violence conjugale et sexuelle
1 877 547-DPCP (3727)
Service de relation d'aide Laval-Laurentides
(SRALL) 514 990-2619
Signalement à la Protection de la jeunesse
1 800 036-8665 (Urgence sociale)
SOS Violence conjugale 1 800 363-6010
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 1 888 633-6007



Centre d'action bénévole Saint-Jérôme
Accompagnement/transfert offerts aux personnes at-
teintes ou en perte d'autonomie pour des rendez-vous
médicaux, commissions ou autres activités.
450 432-3200
Régrouperment 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
**EXO (opère par l'Agence métropolitaine de trans-
port)**
Transport collectif: 1 833 ALLO-EXO
Transport adapté: 1 877 433-4004
Transport adapté et collectif MRC Rivière-du-Nord
Transport pour les résidents de Prévost, Saint-Colomban,
Saint-Hippolyte et Sainte-Sophie. 450 224-8800



TRANSPORT

Centre d'action bénévole Saint-Jérôme
Accompagnement/transfert offerts aux personnes at-
teintes ou en perte d'autonomie pour des rendez-vous
médicaux, commissions ou autres activités.
450 432-3200
Régrouperment 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
**EXO (opère par l'Agence métropolitaine de trans-
port)**
Transport collectif: 1 833 ALLO-EXO
Transport adapté: 1 877 433-4004
Transport adapté et collectif MRC Rivière-du-Nord
Transport pour les résidents de Prévost, Saint-Colomban,
Saint-Hippolyte et Sainte-Sophie. 450 224-8800

PERSONNES EN DIFFICULTÉ / VIOLENCE /

SANTÉ ET SERVICES SOCIAUX



Association de la Fibromyalgie des Laurentides 450 569-7766
Association des personnes avec problèmes auditifs des Laurentides (APPAL)
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 (AQEPA) (5 régions) 514 842-3926
Association régionale de loisirs pour personnes handicapées des Laurentides (ARLPHL)
450 431-3388
Centre d'Aide Personnes Traumatisées Crâniennes et Handicapées Physiques Laurentides (CAPTCHPL) 450 431-3437
CLSC de Mirabel 450 475-7938
CLSC du Centre-ville-de-Saint-Jérôme
♦ Programme jeunesse : 8-1-1
♦ Bilan de santé aux réfugiés: 8-1-1
CLSC Lafontaine
♦ Ma grossesse : 1-833-732-8706
♦ 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 (GRPAAL)
450 974-1888 / 1 866 974-1888
Hôpital de Saint-Jérôme 450 432-2777
Parkinson Québec 1 800 720-1307
Soutien moral et information sur la maladie.
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 / 1 866 590-4469

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

JEUNES ET FAMILLES



Alloprof www.alloprof.qc.ca

Aide aux devoirs pour les élèves du primaire et du secondaire.
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-Jeunes (L') 450 436-1547

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

Maison de jeunes de Mirabel | Coop d'initiation à l'entrepreneuriat collectif 450 412-1144

Milieu de vie, projets et activités pour les 12-17 ans.

Avenue 12-17 ans (maison des jeunes de Bellefeuille) 450 438-2691

Milieu de vie, animation, information et référence pour les 12-17 ans.

Balle de laine (La) (voir Facebook)

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

Trait d'union jeunesse | Café de rue \$O\$ 450 431-0002

Intégration des jeunes de 17 à 30 ans en difficulté.

Centre de la famille du Grand Saint-Jérôme 450 431-1239

Bottin des ressources, 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

Accompagnement et hébergement court terme pour les 17-35 ans en situation d'itinérance. Service de travail de rue, en collaboration avec le Lien de la rue.

Centre Marie Eve 450 438-1484 poste 7

Services offerts à la femme pendant la grossesse et au cours des deux premières années suivant la naissance.

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 (CIEC) Saint-Jérôme 450 820-5515

Coopérative de jeunes entrepreneurs offrant des services de menus travaux à la population pendant la période estivale.

Grands Frères Grandes Sœurs de la Porte du Nord (Les) 450 565-4562

Mentorat permettant à des jeunes de vivre une relation de confiance avec un adulte bénévole. Mentorat pour les 16-21 ans ayant vécu un placement ou 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. Projet intergénérationnel dans les écoles.

Halte-garderie La Petite Source 1 866 436-2763

Service de halte-garderie communautaire pour les enfants âgés entre 18 mois et 12 ans. Plages horaires disponibles du lundi au samedi, sur réservation.

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 450 436-2573

Milieu de vie, animation, information et référence pour les 12-17 ans.

Maison des Jeunes Le Local de Prévost (voir Facebook)

Milieu de vie, animation, information et référence pour les 12-17 ans de Prévost.

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

Répits, ateliers de jour pour les 21 ans et +, camps de jour estivaux, services pour l'entourage.

Maison des parents du Québec 450 438-7708

Aide offerte aux 0-14 ans en situation de vulnérabilité et à leur famille.

Maison Oxygène Laurentides 579 887-8843

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

Maison Pause-Parent 450 565-0015

Aide aux familles des 0-12 ans, cuisine collective et familiale, déjeuners-rencontres, halte-garderie, etc.

Ma place au soleil (service du CIE Laurentides) 450 431-0028

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 1 866 436-2763

Soutien téléphonique à l'allaitement par des mairaines, ateliers, halte-allaitement et ateliers de portage.

Panda TDB et des Laurentides (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. 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

Ligne d'écoute et groupes d'entraide pour les adolescents souffrant de troubles anxieux.

Place 0-5 (La) 1 844 270-5055 www.laplace0-5.com

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

Projet Prométhée 450 436-4330 poste 5039

Mentorat pour soutenir la persévérance scolaire

Régime québécois d'assurance parentale (RQPA) 1 888 610-7727, option 4

Prestations financières pour les nouveaux parents ayant cotisé au RQPA.

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

Services, soutien à la coparentalité, ateliers divers et camp de jour.

\$O\$ Jeunesse 450 473-5014

Supervision des visites parentales et des échanges de garde d'enfants.

*** POUR TOUS ***

Service d'aide à la recherche de logement (SARL) 450 990-4277

Service d'accompagnement qui informe et oriente les personnes vivant une situation d'instabilité résidentielle.

ADULTES

4 Korners 450-974-3940

Soutien à la communauté anglophone par différents services.

Action Source de vie 450 504-8775

Magasin d'entraide, dépannage alimentaire, 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 Notre-Dame. Cuisines collectives pour les résidents de la MRC Rivière-du-Nord.

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 d'information juridique, soutien et orientation, 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 sociale 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 poste 1

Centre d'hébergement offrant de la réinsertion sociale pour des femmes avec ou sans enfants en situation d'itinérance ou à risque de l'être.

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 (Le) 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, de 18 ans et plus, 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 (ligne d'écoute) ou le 450-922-5964 (bureau)

Groupes de soutien. 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 de crise en services spécialisés en santé mentale, psychothérapie et de soutien en appartements supervisés.

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.

AQDR Laval-Laurentides—Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées 450 978-0807/1 844 978-0807

Défense des droits collectifs, conférences sur les droits et la prévention de la fraude.

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 papperasse et au déménagement, service d'aide en impôt, etc.

FADOQ - Région des Laurentides 819 429-5858 ou 1 800 828-3344

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

Grands-Parents Tendresse 450 436-6664

Causeries, repas communautaires et marrainage à domicile pour poupon.

Maison Aloïs Alzheimer des Laurentides 450 660-6225

Centre de répit de jour pour les personnes atteintes d'Alzheimer et d'autres troubles neurocognitifs majeurs.

Mouvement d'entraide de Bellefeuille 450 431-5757

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

Petits Frères (Les) 438 392 8225

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

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 formes de répit, conférences, formations, etc.

Vigil'Ange 450 275-5131

Réseau pour guider les aînés et les proches aidants.

