

## TRANSPORT



### Centre d'action bénévole Saint-Jérôme

Accompagnement/transport offerts aux personnes âgées ou en perte d'autonomie pour des rendez-vous médicaux, commissions ou autres activités.  
**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**

**EXO (opéré par l'Agence métropolitaine de transport)**

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**

## VIOLENCE /

### PERSONNES EN DIFFICULTÉ

**ACCROC 450 569-9966**

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

**CALACS L'Ancre 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.

**Curateur public 1 877 221-7043**

Protection des personnes incapables—Intervention, information, enquête.

**Indemnisation des victimes d'actes criminels (IVAC) 1 800 561-4822**

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

Soutien et hébergement pour les femmes et enfants victimes de violence conjugale.

**Phare des AffranchiEs 450 990-9595**

Sensibilisation, prévention et intervention concernant la traite de personnes.

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

Pour les hommes vivant des difficultés conjugales dans une perspective d'intervention, de sensibilisation, de responsabilisation et de prévention de la violence conjugale.

## 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.

## DÉPENDANCES

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

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

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

## 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 prestataires de l'aide sociale.

**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**

Clientèle immigrante, travailleurs expérimentés, Ma place au soleil.

**Coin Alpha 450 436-2099** Alphabétisation populaire.

**Éclipse (atelier-ressourcerie) 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

## DÉFICIENCE PHYSIQUE, INTELLECTUELLE 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, intellectuelle 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 1 800 361-8665** (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. Répît 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**

**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

**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** Aide sociale

St-Jérôme: 450 569-3075 | Mirabel: 450 435-3667

**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

*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.*

## JEUNES ET FAMILLES



### Alloprof [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-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, activités et projets 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 50\$ 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 Soeurs 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 marraines, ateliers et halte-allaitement, ateliers de portage.

### Panda TDB et des Laurentides (Association) 450 979-7263

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

### Parentèse (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

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](http://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.

### 50\$ 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

Pour information sur ce dépliant : 450 433-2777, poste 65289

## 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 spécialisé 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 forme de répit, conférences, formations, etc.

**Vigil'Ange 450 275-5131** Réseau pour guider les aînés et les proches aidants.

