

## Toxicomanie, alcoolisme et jeux

### Uniatox

Prévention des toxicomanies, repérage/détection, intervention précoce, réinsertion sociale et prévention de la rechute.

**450 968-0363**

### Al-Anon

**1 888 425-2666**

### AA (alcooliques anonymes)

**450 581-4011**

### Centre d'abandon du tabac

**450 759-8222 poste 2525**

### Centre de réadaptation en dépendance (CRD) de Lanaudière

**1 866 657-0071**

### DAA (dépendants affectifs anonymes)

**514 990-4744**

### Droque | aide et référence

Service téléphonique et clavardage 24 heures/24, 7 jours/7, bilingue. Écoute, information, référence

**514 527-2626 | 1 800 265-2626**

### Jeu | aide et référence

Service téléphonique et clavardage 24 heures/24, 7 jours/7, bilingue. Écoute, information, référence

**514 527-0140 | 1 800 461-0140**

### Narcotiques anonymes

Groupe d'entraide pour personne dépendante à la drogue, afin de les soutenir dans leur arrêt de consommation

**1 855 544-6362 | 1 800 879-0333**

## Participer à la société, s'impliquer et faire du bénévolat

### Centre d'action bénévole MRC L'Assomption

**450 581-5033**

\*Il est possible de faire du bénévolat dans la majorité des organismes communautaires du milieu, il suffit généralement de proposer ses services à la coordination du groupe.

## Soutien en période de crise

### Centre de ressources pour hommes du sud de Lanaudière

Services individuels et de groupe. Conférences et ateliers

**450 961-1241**

### Travail de rue Repentigny

Accompagnement des personnes en difficulté ou en rupture sociale

**450 582-1619**

### Albatros Lanaudière

Accompagnement en période de deuil et de fin de vie

**450 966-9508**

### Au Cœur de l'il

Accompagnement des hommes en difficulté et des personnes auteurs de comportements violents particulièrement en contexte conjugal et familial

**450 756-4934**

### Aux Couleurs de la Vie Lanaudière

Accompagnement en période de deuil et de fin de vie

**450 752-4436**

### Centre de prévention du suicide de Lanaudière

Ligne d'intervention 24/7 pour les personnes suicidaires, les personnes qui s'inquiètent d'un proche suicidaire ou endeuillées par suicide

**1 866 APPELLE**

### Services de crise de Lanaudière

Services 24 h/24, 7 jours/7 d'intervention téléphonique et d'hébergement pour la clientèle adulte vivant une situation de crise

**1 800 436-0966**

## Autres ressources

### ACEF de Lanaudière

Consultations budgétaires, entente de paiement avec Hydro-Québec ou compagnies de cellulaires, informations et formation diverses

**450 756-1333**

### Bonhomme à lunettes

Lunettes abordables

**Repentigny (Le Tournesol)**

**450 657-1608**

### Thérapeutes en relation d'aide de Lanaudière

Services thérapeutiques individuels, relationnels, de couple, pour enfants et adolescents

**450 581-2159**

### Carrefour informationnel et social

Accompagnement des personnes ayant des besoins particuliers ou complexes, pour les guider vers les différentes ressources

**450 581-5402**

## Briser l'isolement et socialiser

### Centre d'action bénévole MRC L'Assomption

Visites et téléphones d'amitié, activités et dîners communautaires.

**450 581-5033**

### Centre de femmes Inter-Femmes

Lieu d'appartenance et de soutien pour les femmes.

Accueil, soutien et activités diverses

**450 654-9621**

### Club de l'Âge d'Or Les bons vivants de Le Gardeur

**514 705-2150**

### Club de l'Âge d'Or de Repentigny

**450 582-8458**

### Maison La Trace (L'Assomption)

Lieu d'accueil, café-rencontre

**450 589 6050**

### Services Amitiés L'Assomption

Visites et téléphones d'amitié, pour personnes âgées, personnes isolées. Territoires de L'Assomption, St-Sulpice et L'Épiphanie

**514 793-0840**

### Le Tournesol de la Rive-Nord

Groupe d'entraide en santé mentale

**450 657-1608**

### FADOQ Lanaudière

Activités pour personnes âgées de 50 ans et plus (pour connaître les clubs locaux de la MRC L'Assomption)

**1 800 828-3344**

### Parrainage civique Lanaudière

Service de jumelage entre une personne bénévole et une personne vivant avec une limitation physique, intellectuelle, sensorielle ou psychologique

**450 417-0922**

## Soutien d'un groupe pour l'anxiété

### Groupe d'entraide G.E.M.E.

Groupe d'entraide pour un mieux-être pour les personnes ayant un trouble anxieux. Groupe de soutien en ligne.

**1 866 443-4363**

### Phobies-Zéro

Service d'écoute lundi au vendredi : 9 h à 21 h (groupe d'entraide à Repentigny lundi soir)

**514 276-3105 | 1 866 922-0002**

Centre intégré de santé et de services sociaux de Lanaudière

## Répertoire des ressources psychosociales dans la communauté

Informations et numéros de téléphone des organismes qui desservent la MRC de L'Assomption

**Info-Santé / Info-Social**  
24 heures/24, 7 jours/7



**811**

Service d'info-référence



Répertoire en ligne

Ressources en santé et services sociaux du Ministère

## Se loger

### [Accueil Le Diapason](#)

Hébergement pour les jeunes âgés de 14 à 18 ans et appartements supervisés  
**450 477-6201**

### [Habitations Ciné des Cœurs](#)

Logements subventionnés pour jeunes parents et mères seules avec enfants de moins de 5 ans  
**450 932-3030**

### [Habitat Jeunesse](#)

Hébergement transitoire pour jeunes adultes 18-30 ans  
**450 474-4938**

### [La Hutte– Hébergement d’urgence Terrebonne](#)

Hébergement temporaire pour personnes en situation d’itinérance  
**450 471-4664**

### [Maison Oxygène](#)

Hébergement temporaire et accompagnement psychosocial pour les pères et leurs enfants  
**450 591-2617**

### [Service d’aide à la recherche de logement](#)

Destiné aux citoyens de Charlemagne, L’Assomption, Mascouche, Repentigny et Terrebonne  
**450 471-9424**

### [Centre d’hébergement du Vaisseau d’or](#)

(adultes santé mentale) Hébergement temporaire  
**450 492-1119**

### [Habitat jeunesse Mascouche](#)

Hébergement temporaire pour jeunes adultes âgés de 18 à 30 ans vivant avec un problème de santé mentale. Recherche et suivi léger en appartement  
**450 474-4938**

### [Hébergement d’urgence Lanaudière](#)

Hébergement temporaire pour personnes en situation d’itinérance Joliette  
**450 753-7735**

### [Maison d’hébergement jeunesse Roland-Gauvreau](#)

Adultes âgés de 18 à 30 ans  
**450 759-2114**

### [Maison Pauline Bonin](#)

Accompagnement pour femmes monoparentales effectuant un retour aux études ou sur le marché du travail. Hébergement possible jusqu’à 3 ans  
**450 752-6730**

### [Propulsion Lanaudière](#)

Accompagnement à la recherche et soutien en logement pour les personnes ayant un problème de santé mentale  
**1 877 752-6570**

## Se nourrir et se vêtir

### [Comptoir alimentaire L’Essentiel](#)

Pour la MRC L’Assomption  
**450 582-3388**

### [Comptoir d’entraide St-Vincent-de-Paul](#)

(comptoir vestimentaire et meubles)  
Repentigny : **450 654-9703**  
Charlemagne : **450 582-6611**  
Le Gardeur : **450 585-0319**  
L’Assomption : **450 589-6655**  
St-Gérard : **450 588-7934**  
L’Épiphanie : **450 588-3701**

### [La Joyeuse Marmite](#)

Cuisines collectives: famille, aînés et purée de bébé  
**450 581-0468**

### [Popote du Portage](#)

Livraison à domicile de repas chauds ou congelés pour personnes de 65 ans et plus ayant des besoins particuliers. Secteurs L’Assomption, St-Sulpice, L’Épiphanie  
**450 589-7517**

### [Popote-Roulante Rive Nord](#)

Livraison de repas équilibrés pour personnes âgées et/ou personnes handicapées vivant avec une perte d’autonomie, des limitations fonctionnelles, éprouvant des difficultés économiques et de l’isolement social  
**438 886-4734**

### [Fin à la faim](#)

Aide alimentaire  
**450 654-3871**

## Violence, abus et agression

### [CALACS La Chrysalide](#)

Centre d’aide et de lutte contre les agressions à caractère sexuel. Aide aux adolescentes et aux femmes victimes d’agression sexuelle  
**1 866 964-7888**

### [Centre d’Aide aux Victimes d’Actes Criminels \(Cavac\)](#)

Accompagnement et intervention  
**450 755-6127 1 866 | 1 888 755-6127**

### [Info-aide violence sexuelle](#)

**1 888 933-9007**

### [MITAS](#)

Aide pour enfants, adolescents ou hommes victimes d’agression sexuelle ou ayant des comportements sexuels problématiques. Thérapie pour adolescents et adultes agresseurs  
**1 844 662-6755**

[Regard en Elle](#) Maison d’aide et d’hébergement pour femmes violentées et leurs enfants. Écoute téléphonique 24h/24 pour soutien, informations et références.  
**450 582-6000**

### [SOS Violence conjugale](#)

24/7  
**1 800 363-9010**

## Employabilité et insertion sociale

### [Carrefour Jeunesse-Emploi L’Assomption \(CJE\)](#)

Soutien pour une recherche ou retour à d’emploi, de maintien aux études ou démarrage d’entreprises pour les 16 à 35 ans  
**450 581-3785**

### [Action RH](#)

Services spécialisés pour accompagner les individus dans leurs démarches de recherche d’emploi ainsi que dans leur développement professionnel  
**450 654-9612, poste 221**

### [Le Campus Emploi](#)

Soutien et accompagnement à l’intégration en milieu de travail ou en formation- Hommes de 35 ans et plus  
**1 855 398-0687**

### [Centre d’intégration professionnelle de Lanaudière \(CIPL\)](#)

Ressource spécialisée dans le développement de la main-d’œuvre féminine. Pour femmes en recherche d’emploi ou en retour aux études  
**450 582-6561**

### [Perspectives Nouvelles](#)

Pour adulte de 35 ans et plus en recherche d’emploi, les prestataires de sécurité de revenu et les personnes immigrantes de tout âge  
**450 755-3244 | 1 855 755-3244**

### [SARCA](#)

Les services d’accueil, de référence, de conseil et d’accompagnement visent à soutenir les 16 ans ou plus.  
**450 492-3734**

### [Services spécialisés de main-d’œuvre ESSOR II](#)

Accompagnement pour l’intégration et le maintien au travail des personnes ayant des limitations fonctionnelles  
**1 855 755-3855**

## Avoir de l’aide domestique

### [Coopérative en soutien à domicile de la MRC L’Assomption](#)

Ménage hebdomadaire, grand ménage, courses, préparation de repas, etc.  
**450 581-4621**

## Transport et accompagnement

### [Centre d’action bénévole MRC L’Assomption](#)

**450 581-5033**

### [MRC L’Assomption](#)

[Exo - Secteur L’Assomption](#) : **450 433-7873**

[Exo - Transport adapté](#) : **450 470-8726**

## Défense des droits et justice

### [Action Dignité Lanaudière](#)

Ateliers d’alphabétisation et défense collectives et individuelles des droits des personnes à faible revenu ou peu scolarisées  
**450 756-1155**

### [AQDR \(Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées\) section L’Assomption](#)

Accompagnement et référence, conférences  
**450 704-2776**

### [ACEF Lanaudière \(Association coopérative d’économie familiale\)](#)

Consultations budgétaires, aide aux consommateurs  
**1 866 414-1333**

### [Action logement Lanaudière \(ALL\)](#)

Défense des droits des locataires  
**1 855 394-1778**

### [Centre d’assistance et d’accompagnement aux plaintes \(CAAP\) Lanaudière](#)

Assistance et accompagnement pour le dépôt de plaintes dans le réseau de la santé et des services sociaux  
**1 800 882-5622**

### [Équijustice Lanaudière Sud](#)

Médiation citoyenne soutien gestion de la colère, intimidation, justice alternative pour adolescents, etc.  
**450 581-1459**

### [Pleins droits de Lanaudière](#)

Soutien pour les personnes vivant avec un problème de santé mentale  
**1 855 394-0779**

## Aide pour les membres de l’entourage

### [L’APPUI aux proches aidants d’aînés](#)

**1 855 852-7784**

### [Carrefour pour souffler à tête reposée](#)

Centre d’information sur toutes les formes de répit pour les proches  
**450 836-2020 | 1 877 374-8783**

### [La lueur du phare de Lanaudière](#)

Soutien aux membres de l’entourage de personnes de 16 ans et plus ayant un trouble de santé mentale  
**450 752-4544**