

## Toxicomanie, alcoolisme et jeu

### Uniatox

Prévention de la toxicomanie auprès de diverses clientèles, réinsertion sociale, prévention de la rechute auprès de la clientèle adulte  
450 968-0363

### Al-Anon

1 888 425-2666

### Alcooliques anonymes (AA)

450 629 6635

### Centre d'abandon du tabac

CLSC Lamater  
450 471-2881 poste 4152

### Centre de réadaptation en dépendance (CRD)

450 492-7444

### 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 (NA)

1 855 544-6362

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

### Centre d'action bénévole Des Moulins

450 964-9898  
cabdesmoulins.org/occasions-de-bénévolat

\*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

### Café de rue Solidaire de Terrebonne

Jeunes âgés de 16 à 30 ans  
450 964-3104

### Travail de rue Le TRAJET Terrebonne

Services d'écoute, de soutien, d'information, de références, de prévention et d'accompagnement  
514 430-0362

### Albatros Lanaudière

Accompagnement auprès des personnes atteintes de maladies mortelles, suivi des personnes atteintes et support à la famille  
450 966-9508

### Au Cœur de l'il

Hommes en difficultés relationnelles et personnes auteurs de comportements violents  
1 800 567-8759

### 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

450 759-6116 | 1 866 277-3553

### Services de crise de Lanaudière

1 800 436-0966

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

450 961-1241

## 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  
Mascouche (Club optimiste de Mascouche)  
450 966-1718

### Thérapeutes en relation d'aide de Lanaudière

Services thérapeutiques individuels, relationnels, de couple, pour enfants et adolescents  
450 581-2159

## Briser l'isolement et socialiser

### Centre FAM (centre de femmes)

450 964-5827

### Le Vaisseau d'or

Groupe d'entraide en santé mentale  
450 964-2418

### Visites et téléphones d'amitié

CAB Des Moulins  
450 964-9898

### FADOQ

Personnes âgées de 50 ans et plus  
450 759-7422

### Parrainage civique Lanaudière

Service de jumelage entre une personne bénévole et une personne vivant avec une problématique de santé mentale  
450 417-0922

## Violence, abus et agression

### CALACS La Chrysalide

Centre d'aide et de lutte contre les agressions à caractère sexuel, pour femmes de 14 ans et plus  
1 866 964-7888

### CAVAC

Centre d'aide aux victimes d'actes criminels  
450 755-6127 | 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

### Regroup\*elles

Maison d'hébergement pour femmes victimes de violence conjugale et leurs enfants  
450 964-4404

### SOS Violence conjugale

24/7  
1 800 363-9010

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 des Moulins

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



811

## Portail moulinois solidaire

Accueil référencement et accompagnement pour  
les citoyens de Mascouche et Terrebonne gratuit

450 914-0003

## Service d'info-référence



Répertoire en ligne  
[211qc.ca](http://211qc.ca)

## Se loger

### [La HUTTE hébergement d'urgence](#)

Terrebonne : **450 471-4664**

---

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

(Adultes santé mentale)

**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

Joliette : **450 753-7735**

### [Maison Oxygène Joliette-Lanaudière](#)

Hébergement temporaire et accompagnement psychosocial pour les pères et leurs enfants

**450 499-2617 | 450 591-2617**

### [Maison Pauline Bonin](#)

Femmes monoparentales effectuant un retour aux études ou sur le marché du travail

**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**

## Aide domestique

### [Coopérative en soutien à domicile de la MRC Les moulins](#)

Ménage hebdomadaire, grand ménage, courses, préparation de repas, etc.

**450 966-4446**

## Se nourrir et se vêtir

### [Centre d'entraide de Mascouche](#)

**450 474-6588**

### [Comité d'aide aux Lachenois \(Lachenaie\)](#)

Vêtements et aide alimentaire

**450 964-0360**

### [Comité d'aide aux Plainois \(La Plaine\)](#)

**450 477-8761**

### [Comptoir d'entraide de Terrebonne](#)

**450 471-1067**

### [Comptoir familial Terrebonne](#)

Vêtements, meubles, déménagement, prix modique

**450 471-0017**

### [Groupe ressources Des Moulins](#)

(À Mascouche)

**450 477-8522**

### [Les œuvres de Galilée \(Terrebonne centre\)](#)

Banque alimentaire et meubles

**450 492-9442**

### [Organisme SEDAI TSS](#)

Terrebonne Ouest (meubles, vêtements)

**450 433-0888**

### [Popote roulante des Moulins](#)

**450 824-1240**

---

### [Fin à la faim](#)

Aide alimentaire

**450 654-3871**

## Employabilité et insertion sociale

### [Carrefour jeunesse-emploi \(CJE\)](#)

Jeunes adultes 15-35 ans

**450 492-0088**

---

### [Action RH](#)

Services spécialisés pour accompagner les individus dans leur démarches de recherche d'emploi ainsi que dans leur développement professionnel

**450 492-4104**

### [Le Campus Emploi](#)

Hommes de 35 ans et plus

**1 855 398-0687**

### [Centre d'intégration professionnelle de Lanaudière](#)

(CIPL) Pour femmes

**450 582-6561**

### [Perspectives Nouvelles](#)

Adultes de 35 ans et plus et personnes immigrantes (service Globe)

**450 755-3244**

### [SARCA](#)

Services d'accueil, de référence, de conseil et d'accompagnement pour les 16 ans et plus. Orientation, reconnaissance des acquis, analyse du dossier scolaire, etc.

**450 492-3734**

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

Services spécialisés pour l'intégration au travail d'une personne vivant avec une déficience intellectuelle, une déficience physique ou un problème de santé mentale

**450 722-3516**

## Aide pour les membres de l'entourage

### [L'APPUI aux proches aidants d'ainés](#)

**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**

## Défense des droits et justice

### [Action populaire des Moulins](#)

Aide pour les personnes qui reçoivent de l'aide sociale

**450 477-8985**

### [AQDR Des Moulins](#)

(Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées)

**450 918-0800**

**1459**

---

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

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

**1 866 414-1333**

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

Défense des droits des locataires

**450 394-1778**

### [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, etc.

**450 581-1459**

### [Pleins droits de Lanaudière](#)

Soutien pour les personnes vivant avec un problème de santé mentale

**1 855 394-0779**

## Transport et accompagnement

### [Centre d'action bénévole Des Moulins](#)

Transport accompagnement-bénévole

**450 964-9898**

### [EXO](#)

Transport en commun

**450 492-6111 | 1 877 492-6111**

### [Transport adapté](#)

**450 964-1098**