

## Se loger

**Chaumière Jeunesse Rawdon**  
Adultes âgés de 18 à 30 ans  
450 834-2517

### Centre d'hébergement du Vaisseau d'or

Hébergement temporaire pour adultes vivant avec problème de 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.  
450 474-4938

### Hébergement d'urgence Lanaudière

Joliette : 450 753-7735  
Terrebonne : 450 471-4664

### Maison d'hébergement jeunesse Roland Gauvreau

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

### Maison Oxygène Joliette-Lanaudière

Hébergement temporaire et accompagnement psychosocial pour les pères et leurs enfants  
450 499-2617

### Maison Pauline Bonin

Femmes monoparentales effectuant un retour aux études ou sur le marché du travail  
450 752-6730

### Propulsion Lanaudière

Recherche de logement, appartements supervisés et soutien aux personnes ayant des problèmes de santé mentale à demeurer dans leur logement  
450 752-6570

## Avoir de l'aide domestique

### Services d'aide à domicile du Rousseau

Ménage régulier, grand ménage, courses, préparation de repas  
450 834-1160

## Toxicomanie, alcoolisme et jeu

### Le Réseau communautaire d'aide aux alcooliques et autres toxicomanes

Prévention de la toxicomanie auprès de diverses clientèles, réinsertion sociale, prévention de la rechute auprès de la clientèle adulte  
450 759-4545

### Al-Anon

1 888 425-2666

### AA (alcooliques anonymes)

450 759-6000

### Centre d'abandon du tabac

CLSC Meilleur  
450 654-7229 p. 63383

### Centre de réadaptation en dépendance (CRD)

450 755-6655

### DAA (dépendants affectifs anonymes)

514 990-4744

### Droque | aide et référence

Écoute, information, référence  
Service téléphonique 24 heures/24, 7 jours/7, bilingue  
514 527-2626 | 1 800 265-2626

### Jeu | aide et référence

Écoute, information, référence  
Service téléphonique 24 heures/24, 7 jours/7, bilingue  
514 527-0140 | 1 800 461-0140

### NA (narcotiques anonymes)

1 855 544-6362

## Violence, abus et agression

### CALACS Coup de cœur

Centre d'aide et de lutte contre les agressions à caractère sexuel.  
Pour femmes de 12 ans et plus  
450 756-4999

### CAVAC

Centre d'aide aux victimes d'actes criminels  
450 755-6127 | 1 866 755-6127

### Maison La Traverse

Maison d'hébergement pour femmes victimes de violence conjugale et leurs enfants  
450 759-5882

### MITAS

Aide pour enfants, adolescents ou hommes victimes d'agression sexuelle ou ayant des comportements sexuels problématiques.  
Thérapie pour adolescents et adultes agresseurs  
450 755-6755

### L'Ombre-Elle (Sainte-Agathe-des-Monts)

819 326-1321

Regard en Elle Maison d'aide et d'hébergement pour femmes violentées et leurs enfants  
450 582-6000

## Employabilité et insertion sociale

### Carrefour jeunesse-emploi Matawinie

Jeunes adultes 16-35 ans  
St-Jean-de-Matha : 450 886-9220  
Rawdon : 450 834-1527

### Action RH

Services spécialisés pour accompagner les individus dans leurs 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)

Ressource spécialisée dans le développement de la main-d'œuvre féminine. Pour femmes en recherche d'emploi ou en retour aux études.  
450 528-6561

### Centre Lanaudière d'Emploi pour femmes (CLEF)

450 755-3244

### Perspectives Nouvelles

Aide à la recherche d'emploi ou au retour aux études — Adultes de 35 ans et plus.  
**Service Globe** : s'adresse aux personnes immigrantes de 18 ans et plus. Information sur le marché du travail, aide à la recherche d'emploi, stages pratiques première expérience québécoise.  
450 755-3244 | 1 855-755-3244

### SARCA

Services d'accueil, de référence, de conseils et d'accompagnement. Personne de 16 ans ou 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  
450 755-3855

## Soutien d'un groupe pour l'anxiété

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

Groupe d'entraide pour un Mieux Être basé sur le partage  
Lundi soir à Repentigny  
Mercredi soir à Mascouche  
450 332-4463 | 1 866 443-4363

### Phobies-Zéro

Service d'écoute  
9 h à 21 h du lundi au vendredi  
Groupe d'entraide à Repentigny les lundis 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 Matawinie

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



811

## Répertoires en ligne

Ressources en santé et services sociaux du Ministère

211qc.ca

## Défense des droits et justice

### [Action Dignité Lanaudière](#)

Aide pour les personnes qui reçoivent de l'aide sociale  
**450 756-1155**

### [AQDR Brandon](#)

(Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées)  
**450 835-4707 poste 343499**

### [Association des travailleurs et travailleuses accidentés de Joli-Mont \(ATTAJ\)](#)

**450 834-1220**

**Association des travailleurs et travailleuses accidentés du Matawin (ATTAM)**  
**450 833-1507**

### [Équijustice Lanaudière Nord](#)

Médiation citoyenne soutien gestion de la colère, intimidation, justice alternative pour adolescents, etc.  
**450 755-3815**

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

Consultations budgétaires, entente de paiement avec Hydro-Québec ou compagnies de cellulaires, informations et formation diverses  
**450 756-1333**

### [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**

### [Pleins droits de Lanaudière](#)

Aide et accompagnement en défense des droits pour les personnes vivant ou ayant vécu un problème de santé mentale  
**450 394-0779**

## Transport et accompagnement

### [Centre d'action bénévole communautaire Matawinie](#)

**Transport-accompagnement médical, juridique ou emplettes**

**1 888 882-1086**

### [Service de transport adapté MRC Matawinie](#)

**450 386-1160 | 1 877 305-1160**

### [Transport collectif](#)

**Circuit 32 (Route 131 Saint-Michel-des-Saints/Joliette)**

**Circuit 125 (Saint-Donat/Rawdon/Montréal)**

**Circuit 34 (Joliette/Rawdon)**

**450 756-2785**

www.jembarque.com

### **Transport médical bénévole pour 50 ans et plus**

Sainte-Émilie-de-l'Énergie

**450 886-2509**

Saint-Zénon et Saint-Michel-des-Saints

**450 833-6040**

## Se vêtir

### **Comptoirs vestimentaires**

[Saint-Alphonse-Rodriguez](#)

**450 803-8899**

Saint-Félix-de-Valois

**450 889-2667**

Saint-Jean-de-Matha

**450 756-7136**

Sainte-Marcelline-de-Kildare

**450 883-8254**

Saint-Michel-des-Saints

**450 833-1297**

## Briser l'isolement et socialiser

### [Centre Arc-en-ci-elle \(centre de femmes\)](#)

Saint-Michel-des-Saints

**450 833-5282**

### [Centre au cœur des femmes \(centre de femmes\)](#)

Saint-Jean-de-Matha

**450 886-9171**

### [Centre communautaire bénévole Matawinie](#)

**1 888 882-1086**

### [Maison des aînés de Chertsey](#)

**450 882-1688**

### [Rescousse amicale \(Rawdon\)](#)

**450 834-3151**

### [FADOQ](#)

Personnes âgées de 50 ans et plus.

**450 752-7422**

### [Parrainage civique Lanaudière](#)

Service de jumelage entre une personne bénévole et une personne vivant avec une problématique de santé mentale

**450 834-1728**

## Autres

### [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

Rawdon (APH Matawinie) : **514 303-4315**

Saint-Côme (Les amis de Marie) : **450 883-2600**

Saint-Félix-de-Valois (La croisée) **450 889-5908**

Saint-Zénon (Centre d'entraide et de dépannage de Saint-Zénon) **450 884-0000**

### [Centre communautaire bénévole Matawinie](#)

**1 888 882-1086**

### [Thérapeutes en relation d'aide de Lanaudière](#)

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

**450 581-2159**

## Se nourrir

### [Chertsey—Groupe Des Montagnards de Chertsey](#)

**450 882-1863**

### [Comptoir alimentaire Haute-Matawinie](#)

Saint-Michel-des-Saints | Saint-Zénon

**450 833-2174**

### [Cuisines collectives de Matha](#)

**450 886-1944**

### [Entrelacs—Groupe populaire d'Entrelacs](#)

**450 228-4100**

### [Notre-Dame-de-la-Merci—La petite mission](#)

**819 424-7855**

### [Rawdon—Provision compassion](#)

**450 834-4958**

### [Rawdon—Solidarité sociale Rawdon](#)

**450 834-4911**

### [Rawdon—Société St-Vincent-de-Paul](#)

**450 755-7753**

### [Saint-Alphonse-Rodriguez—Entraide et amitié](#)

**450 365-7016**

### [Denrées Matha et ses voisins](#)

**450 886-0222**

### [Saint-Côme—Les amis de Marie](#)

**450 883-2600**

### [Saint-Damien—La Ruche](#)

**450 835-9228**

### [Saint-Donat—L'Arche du Nord](#)

**819 424-4471**

### [Sainte-Émilie-de-l'Énergie—Les Amis d'Émilie](#)

**450 886-9009**

### [Saint-Félix-de-Valois—Comptoir vestimentaire](#)

**450 889-2667**

### [Saint-Jean-de-Matha—Denrées Matha et ses voisins](#)

**450 886-0222**

### [Sainte-Marcelline—Service de dépannage](#)

**450 883-8890**

## Soutien et écoute en période de crise

### [Albatros Lanaudière](#)

Accompagnement en période de deuil et de fin de vie  
**450 966-9508**

### [Au Cœur de l'il](#)

Centre d'Aide pour Homme (CAHo)

**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 le suicide

**1 866 277-3553 | 1 866 APPELLE**

### [Services de crise de Lanaudière](#)

Services aux adultes qui sont aux prises avec une situation difficile provoquant la crise

**450 657-5005 | 1 800 436-0966**

## Aide pour les membres de l'entourage

### [Aide à domicile D'Autray \(ADDA\)](#)

Saint-Damien

Services d'assistance et répit

**450 404-2219**

### [Réseau des aidants naturels d'Autray](#)

Accompagnement, support individuel et de groupe, informations, conférences, formations, activités sociales

**450 835-0711**

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

**1 855 5LAPPUI**

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

Centre d'informations sur toutes les formes de répit pour les proches

**450 836-2020**

### [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**