

SERVICES

aux personnes
aînées



- **BOTTIN** -
MRC DES LAURENTIDES

Ce bottin est une initiative de :
**CONCERT ACTION SOUTIEN
AUTONOMIE DES LAURENTIDES**

câsa
LAURENTIDES

URGENCES 911

INFO-SANTÉ & INFO-SOCIAL 811

**CENTRE ANTIPOISON
DU QUÉBEC 1 800 463-5060**

**PROGRAMME PAIR
1 844 551-6032**

PRÉVOYANCE ENVERS LES AÎNÉS DES LAURENTIDES
Service d'appels automatisés quotidiens afin d'assurer
la sécurité. Gratuit.



AIDE DOMESTIQUE

COOPÉRATIVE DE SOLIDARITÉ CHIFFON MAGIQUE

819 425-7484 ou 1 877 611-7484

Aide domestique (entretien ménager, préparation de repas, courses) et services de soins à la personne.



ALIMENTATION / DÉPANNAGE

BOUFFE LAURENTIENNE

819 430-6083

CAFÉ COMMUNAUTAIRE COUP DE CŒUR SAINTE-AGATHE

819 217-5728

CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE LAURENTIDES

819 326-0819 ou 819 425-8433

Repas santé surgelés, popotes roulantes et dîners communautaires.

BANQUES ALIMENTAIRES

BOUFFE-DÉPANNAGE SAINTE-AGATHE

819 326-1324

COMPTOIR ALIMENTAIRE SAINTE-LUCIE

819 324-5674

COMPTOIR ALIMENTAIRE VAL-DAVID

514 616-6457

COMPTOIR COUP DE POUCE ALIMENTAIRE

VAL-DES-LACS (et Lantier)

819 326-5624 poste 3622

COMPTOIR D'ENTRAIDE DE LABELLE (et La Minerve)

819 686-1878

HALTE ALIMENTAIRE DE VAL-MORIN

819 774-8570

LA SAMARITAINE DE MONT-TREMBLANT

(et Amherst, Arundel, Barkmere, Brébeuf, Huberdeau, La Conception, Lac-Supérieur, Montcalm, St-Faustin-Lac-Carré).

819 429-5938





DROITS

AIDE JURIDIQUE

1 800 842-2213

ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DES DROITS DES RETRAITÉS (AODR)

1 877 935-1551

**COMMISSION DES DROITS DE LA PERSONNE ET DES
DROITS DE LA JEUNESSE**

1 800 361-6477

FADOQ - RÉGION DES LAURENTIDES

1 877 429-5858 ou 819 429-5858

Défense des droits collectifs



ÉCOUTE / INFORMATION / RÉFÉRENCE

4 KORNERS

1 888 974-3940

Assister les individus de tous les âges à avoir accès à de l'information, des ressources et des services en anglais.

CENTRE D'ÉCOUTE DE LAVAL

450 664-2787 ou

1 888 664 1558

INFO-AIDANT (L'APPUI)

1 855 852-7784

INFO DIABÈTE

1 800 361-3504

LIGNE AIDE ABUS AÎNÉS

1 888 489-2287

LIGNE D'ÉCOUTE

1 888 LE DEUIL (533-3845)

LIGNE INFO-CANCER

1 800 363-0063



HABITATION / LOGEMENT

OFFICE MUNICIPAL D'HABITATION DES LAURENTIDES (OMH)

819 425-7255

Logements destinés aux personnes à faible revenu.

Logement social et communautaire :

Voir liste des organismes sur le site :

mrclaurentides.qc.ca/vivre-ici/



IMPLICATION BÉNÉVOLE

CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE LAURENTIDES

819 326-0819 ou 819 425-8433

www.jebenevole.ca

Offres et demandes de bénévolat.





MALTRAITANCE / ABUS / VIOLENCE

CALACS - L'ÉLAN

1 866 915-8484

Services d'aide et de soutien aux femmes et adolescentes ayant subi des agressions à caractère sexuel.

CAVAC DES LAURENTIDES

1 800 492-2822

Centre d'aide aux victimes d'actes criminels. Service gratuit et confidentiel.

L'OMBRE-ELLE

819 326-1321

Pour les femmes victimes de violence conjugale, avec ou sans enfant; hébergement, groupe de soutien, suivi externe. Gratuit et confidentiel.

PAIX

819 326-1400 ou 1 800 267-3919

Aide aux personnes responsables de comportements de violence (conjugale et familiale).

PRÉVOYANCE ENVERS LES AÎNÉS DES LAURENTIDES

1 844 551-6032

Écoute, soutien, réconfort et accompagnement lors de situations de vulnérabilité.

LIGNE AIDE ABUS AÎNÉS
1 888 489-ABUS (2287)



ORGANISMES GOUVERNEMENTAUX

CURATEUR PUBLIC

1 800 363-9020

RÉGIE DE L'ASSURANCE MALADIE DU QUÉBEC (RAMQ)

1 800 561-9749

RÉGIE DU LOGEMENT

1 800 683-2245

RÉGIME DES RENTES DU QUÉBEC

1 800 463-5185

PENSION ET SÉCURITÉ DE LA VIEILLESSE

1 800 277-9915



SANTÉ ET SERVICES SOCIAUX

Centre intégré de santé et de services sociaux
des Laurentides (CISSS)

INFO-SANTÉ ET INFO-SOCIAL

811

GUICHET D'ACCÈS POUR LES SERVICES DE SOUTIEN À L'AUTONOMIE DES PERSONNES ÂGÉES

1 833 217-5362

Services à domicile si admissible (soins infirmiers, ergothérapie, physiothérapie, aide à domicile, soutien psychosocial, soins palliatifs, répit, etc.).

Centre de services externes (exercices adaptés, groupe de stimulation cognitive, etc.).

SERVICES DE SANTÉ COURANTS

1 866 225-0104

La personne doit se déplacer au CLSC.

COMMISSAIRE AUX PLAINTES ET À LA QUALITÉ DES SERVICES

1 866 822-0549

HÔPITAL LAURENTIEN
CHSLD
CLSC
COMITÉ DES USAGERS

1 855 766-6387
poste 0



SANTÉ MENTALE

CENTRE PRÉVENTION SUICIDE FAUBOURG

1 866 APPELLE (277-3553)

Services aux personnes suicidaires, à leurs proches et aux personnes endeuillées à la suite d'un suicide.

L'ENVOLÉE

819 326-5778

Ressource alternative en santé mentale.

LA HALTE DES PROCHES

1 800 663-0659

Service d'aide et de soutien aux proches de personnes atteintes d'une maladie mentale.



SANTÉ ORGANISMES RELIÉS

CAPTCHPL 1 888 431-3437

Centre d'Aide Personnes Traumatisées Crâniennes et Handicapées Physiques des Laurentides.

GROUPE RELÈVE POUR PERSONNES APHASIQUES / AVC LAURENTIDES 1 866 974-1888

PALLIACCO

819 717-9646 ou 1 855 717-9646

Services de soutien, d'accompagnement et de répit à domicile pour les personnes atteintes de cancer, pour les malades en fin de vie et les personnes en deuil.

PARKINSON QUÉBEC CŒUR DES LAURENTIDES 450 630-4122

SOCIÉTÉ ALZHEIMER DES LAURENTIDES

819 326-7136 ou 1 800 978-7881

Soutien et accompagnement pour personnes atteintes de maladies neurodégénératives et leurs familles.



SOUTIEN PROCHES AIDANTS

BALUCHON ALZHEIMER

1 855 762-2930

Répit pour proches aidants d'une personne atteinte de la maladie d'Alzheimer.

CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE LAURENTIDES

819 326-0819 ou 819 425-8433

Accompagnement psychosocial, ateliers d'art-thérapie, clinique d'information fiscale, formations.

CISSS DES LAURENTIDES

1 833 217-5362

Groupe pour les proches aidants, soutien psychosocial, répit, hébergement temporaire.

FADOQ - RÉGION DES LAURENTIDES

819 429-5858 ou 1 877 429-5858

Différentes activités de ressourcement et d'information.

PALLIACCO

819 717-9646 ou 1 855 717-9646

Soutien psychosocial, répit à domicile et formation.

SOCIÉTÉ ALZHEIMER DES LAURENTIDES

819 326-7136 ou 1 800 978-7881

Écoute téléphonique, groupe de soutien, rencontres individuelles et familiales, répit-accompagnement-stimulation à domicile, ateliers-formations.



TRANSPORT

CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE LAURENTIDES

819 326-0819 ou 819 425-8433

Accompagnement-transport : visites médicales, épicerie, magasinage.

L'INTER DES LAURENTIDES

1 877 604-3377

Transport collectif (autobus, taxibus) entre Rivière-Rouge et Saint-Jérôme (30 municipalités).

TRANSPORT ADAPTÉ DES LAURENTIDES

1 800 717-9737

Transport pour personnes présentant un handicap permanent, en mode collectif et porte-à-porte.

TRANSPORT EN COMMUN DE MONT-TREMBLANT

819 425-8614, poste 2609

Service de transport en commun gratuit pour tous, en tout temps.





AUTRES SERVICES

ASSOCIATION ALPHA-LAURENTIDES

1 866 887-7335

Lire et écrire, c'est la liberté et ça s'apprend.

ASSOCIATION DES PERSONNES HANDICAPÉES

CLAIR SOLEIL

819 425-7447

ASSOCIATION DES PERSONNES HANDICAPÉES INTELLECTUELLES DES LAURENTIDES (APHIL)

819 326-5202

CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE LAURENTIDES

819 326-0819 ou 819 425-8433

Cliniques d'impôts – aide aux formulaires.

CENTRE D'ASSISTANCE ET D'ACCOMPAGNEMENT AUX PLAINTES DES LAURENTIDES (CAAP)

450 565-9111

FADOQ – RÉGION DES LAURENTIDES

819 429-5858 ou 1 877 429-5858

Programmes, services, activités et événements pour les personnes de 50 ans et plus.

LA COLOMBE

819 326-4779

Centre de jour pour femmes visant à briser l'isolement. Ateliers de groupe, suivis individuels, éducation populaire.

UNIVERSITÉ DU TROISIÈME ÂGE

Antenne des Laurentides

450 224-4266

Antenne région de Mont-Tremblant

819 425-5427

Pour avoir des informations
supplémentaires sur les organismes,
consultez le site web
de la MRC des Laurentides :
section S'ÉTABLIR ICI VIVRE ICI / Aînés
mrclaurentides.qc.ca/vivre-ici

URGENCES
EMERGENCIAS

911

SÛRETÉ DU QUÉBEC
310-4141

Poste MRC des Laurentides
819 326-3131

SERVICE DE POLICE DE LA VILLE
DE MONT-TREMBLANT
819 425-2723

MRC DES LAURENTIDES
819 425-5555
ou **819 326-0666**

MUNICIPALITÉS ET VILLES / MUNICIPALITIES AND CITIES

AMHERST
819 681-3372

ARUNDEL
819 681-3390

BARKMERE
819 681-3374

BRÉBEUF
819 425-9833

HUBERDEAU
819 681-3377

IVRY-SUR-LE-LAC
819 321-2332

LABELLE
819 681-3371

LA CONCEPTION
819 681-3016

LAC-SUPÉRIEUR
819 681-3370

LAC-TREMBLANT-NORD
819 425-8154

LA MINERVE
819 681-3380

LANTIER
819 326-2674

MONTCALM
819 681-3383

MONT-TREMBLANT
819 425-8614

SAINTE-AGATHE-DES-MONTS
819 326-4595

SAINTE-LUCIE-DES-LAURENTIDES
819 326-3198

SAINST-FAUSTIN-LAC-CARRÉ
819 688-2161

VAL-DAVID
819 324-5678

VAL-DES-LACS
819 326-5624

VAL-MORIN
819 324-5670

MERCI AUX PARTENAIRES FINANCIERS

NOTRE TERRITOIRE
NOTRE AVENIR
MRC DES
LAURENTIDES



Québec 

WE WOULD LIKE TO THANK OUR FINANCIAL PARTNERS