

## ORGANISMES DE DROITS ET JURIDIQUES

AIDE JURIDIQUE 450 472-0134

IVAC • Indemnisation des victimes d'actes criminels  
1 800 561-4822

AQDR Laval-Laurentides  
Association québécoise de la défense des droits des retraités  
1 844 978-0807  
450 978-0807

RUTADP • Regroupement des usagers du transport adapté des Patriotes  
438 938-7882

AQRP • Association québécoise des retraité(e)s des secteurs public et parapublic  
1 866 497-1548

Comité des usagers du Lac-des-Deux-Montagnes  
450 472-0013  
poste 46351

## VILLES ET MUNICIPALITÉS (loisirs, récréatifs et autres)

Deux-Montagnes 450 473-4700

Mirabel (sud) 450 475-8653

Oka 450 479-8333

Pointe-Calumet 450 473-5918

Saint-Eustache 450 974-5000

Saint-Joseph-du-Lac 450 623-1072

Saint-Placide 450 258-2305

Sainte-Marthe-sur-le-Lac 450 472-7310

EXO Secteur Laurentides  
Transport en commun 450 433-7873  
Transport adapté 1 877 433-4004

Réseau FADOQ Laurentides 1 877 429-5858

## ÉDUCATION

Antenne universitaire du 3<sup>e</sup> Âge 579 633-1010

CIBLE-EMPLOI 450 473-1842  
(programme pour les 45 ans et plus)

Votre  
**QUALITÉ DE VIE**  
peut aussi passer  
par votre  
**TÉLÉPHONE**



### PROJET DE LA TABLE DE CONCERTATION DES AÎNÉS DE LA MRC DEUX-MONTAGNES

Pour plus d'information, contactez le Guichet d'accès  
1 833 217-5362 poste 48419

CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE  
LES ARTISANS DE L'AIDE  
450 472-9540

[www.mareference.org](http://www.mareference.org)

Édition 2021

LA PERSONNE AÎNÉE  
Au **COEUR** de  
nos PRÉOCCUPATIONS

BOTTIN DES  
RESSOURCES  
POUR AÎNÉS

LA PERSONNE AÎNÉE  
au **COEUR**  
de nos  
**PRÉOCCUPATIONS**



## SANTÉ, SERVICES SOCIAUX ET COMMUNAUTAIRES

<b>APEL</b> (promotion et éducation en logement)	<b>450 413-2949</b>
<b>APPUI Laurentides</b> (pour les proches aidants d'aînés • SERVICE INFO-AIDANT)	<b>1 855 852-7784</b>
<b>Atelier Ensemble on se tient</b> (Soutien en santé mentale)	<b>450 623-1561</b>
<b>CAP-Emmaüs</b>	<b>450 475-7822</b>
<b>Centre d'action bénévole Les Artisans de l'Aide</b> (services de soutien à domicile, personnes en perte d'autonomie)	<b>450 472-9540</b>
<b>Centre d'entraide Racine-Lavoie</b> (aide alimentaire, budgétaire, impôts pour personnes à faible revenu)	<b>450 623-6030</b>
<b>Centre de prévention du suicide Le Faubourg</b>	<b>1 866 227-3553</b>
<b>Centre de réadaptation en dépendance des Laurentides</b>	<b>1 888 345-1395</b>
<b>Centre de santé de Kanesatake</b> (services aux usagers du JON 1E0)	<b>450 479-6000</b>
<b>COOP Aide Chez Soi</b> (entretien ménager, répit et autres services)	<b>450 979-2372</b>
<b>Groupe d'entraide St-Jérôme</b> Soutien aux personnes atteintes de douleur chronique et leurs proches	<b>1 855 230-4198</b>
<b>GRPAAL</b> (Groupe relève pour personnes aphasiques et AVC Laurentides)	<b>450 974-1888</b>
<b>4 Korner</b>	<b>450 974-3940</b>
<b>La Mouvance Centre de femmes</b>	<b>450 472-7245</b>
<b>La Petite Maison de Pointe-Calumet</b>	<b>450 974-7556</b>
<b>Ligne Aide Abus Aînés</b>	<b>1 888 489-2287</b>
<b>Ma référence 50+</b> (références pour les 50 ans et plus)	<b>450 974-5001</b> poste <b>5625</b>
<b>Les Petits Frères des Basses Laurentides</b> (accompagnement pour personnes seules, isolées ou vulnérables)	<b>450 598-1888</b>
<b>Logement pour personnes âgées, OBNL</b> (voir votre municipalité)	
<b>Office régional d'habitation du Lac-des-Deux-Montagnes</b>	<b>450 473-1280</b>
<b>Sercan</b> (soutien pour personnes atteintes de cancer et maison de soins palliatifs)	<b>450 491-1912</b>
<b>Société Alzheimer des Laurentides</b>	<b>1 800 978-7881</b>
<b>SRALL</b> (Service de Relation d'Aide Laval-Laurentides, soutien psychosocial)	<b>514 990-2619</b>

## ORGANISMES GOUVERNEMENTAUX

<b>Allocation-logement</b>	<b>1 877 644-4545</b>
<b>Assistance et accompagnement aux plaintes</b>	<b>1 877 767-2227</b>
<b>Centre de services adaptés Bell</b>	<b>1 800 268-9243</b>
<b>Curateur public région Laurentides</b> (régime de protection)	<b>1 877 221-7043</b>
<b>Bureaux et services gouvernementaux :</b>	
Député provincial (Deux-Montagnes)	<b>450 623-4963</b>
Députée provinciale (Mirabel)	<b>450 623-8376</b>
Député fédéral (Rivière-des-Mille-Îles)	<b>450 623-3335</b>
Député fédéral (Mirabel)	<b>450 430-5535</b>
<b>Pension et sécurité de vieillesse</b>	<b>1 800 277-9915</b>
<b>Régie de l'assurance maladie du Québec</b>	<b>1 800 561-9749</b>
<b>Régie des rentes du Québec</b>	<b>1 800 463-5185</b>
<b>SAAQ</b> (Société de l'assurance automobile du Québec)	<b>1 800 361-7620</b>
<b>Services Québec</b>	<b>1 877 644-4545</b>
<b>Service Canada</b>	<b>1 800 622-6232</b>

## CENTRE INTÉGRÉ DE SANTÉ ET DE SERVICES SOCIAUX DES LAURENTIDES

<b>Allocation-logement</b>	<b>1 877 644-4545</b>
<b>Hôpital de Saint-Eustache</b>	<b>450 473-6811</b>
<b>CLSC Jean-Olivier-Chénier</b>	<b>450 491-1233</b>
<b>CLSC Mirabel</b>	<b>450 475-7938</b>
<b>Centres d'hébergement :</b>	
de Saint-Eustache	<b>450 472-0013</b>
de Saint-Benoît	<b>450 258-2481</b>
<b>Centre de jour du Lac-des-Deux-Montagne</b> (activités socio-récréatives, répit et réadaptation)	<b>450 472-0015</b> poste <b>46221</b>
<b>Clinique externe de psychiatrie</b> (adultes)	<b>450 473-1720</b>
<b>Information pour hébergement public et privé par le CLSC</b>	<b>450 491-1233</b>

<b>AMBULANCE, URGENCE, POLICE ET POMPIER</b>	<b>911</b>
<b>INFO-SANTÉ</b> (24 heures sur 24, 7 jours sur 7)	<b>811</b>
<b>INFO-SOCIAL</b> (24 heures sur 24, 7 jours sur 7)	<b>811</b>