

CISSS de Lanaudière – Guichet d'accès centralisé : Déficience intellectuelle, trouble du spectre de l'autisme et déficience physique.
1 877 322-2898

Entraide pour la déficience intellectuelle du Joliette métropolitain : St-Alexis, St-Esprit, St-Jacques, St-Liguori, Ste-Marie-Salomé.
450 759-9621

Les maisons d'à côté Lanaudière : Hébergement (deux résidences adaptées), soutien à domicile et services aux personnes handicapées.
438 863-9323

Office des personnes handicapées du Québec : Aide aux personnes handicapées, à leur famille et à leurs proches dans chacune des étapes de leurs démarches d'accès aux services.
1 800 567-1465

Santé mentale

La lueur du phare de Lanaudière : Services pour les membres de l'entourage des personnes vivant avec un problème de santé mentale.
450 752-4544 / 1 800 465-4544

La rescousse Montcalm : Groupe d'entraide pour les personnes vivant ou ayant vécu avec un problème de santé mentale.
450 839-7050

Les services de crise de Lanaudière : Services aux adultes qui sont aux prises avec une situation difficile provoquant la crise.
1 800 436-0966

Phobies-zéro : Anxiété, troubles obsessionnels.
514 276-3105 / 1 866 922-0002

Propulsion Lanaudière : Aide à la réinsertion sociale et résidentielle des personnes vivant avec des difficultés en santé mentale.
450 752-6570 / 1 877 752-6570

RELIEF : Anxiété, dépression et bipolarité.
1 866 738-4873

Maladies spécifiques

Association de la fibromyalgie et de douleurs chroniques de Lanaudière :
450 755-1184 / 1 888 223-0227

Association pulmonaire du Québec :
514 287-7400 / 1 888 768-6669

Association sclérose en plaques de Lanaudière :
450 753-5545

Cancer-aide Lanaudière :
450 756-0869

Diabétiques de Lanaudière :
450 752-5233

Société alzheimer de Lanaudière :
450 759-3057 / 1 877 759-3077

Un coeur pour tous Lanaudière :
450 760-3039

Défense des droits

Action-logement Lanaudière : Défense des droits des locataires.
450 394-1778 / 1 855 394-1778

AQDR de la Ouareau : Défense des droits des personnes préretraitées et retraitées.
450 898-2241

Association des devenus sourds et des malentendants du Québec :
450 657-8500

Association des travailleurs et travailleuses accidentés de Joli-Mont : Défense individuelle et collective des droits des victimes d'accident du travail et de maladies professionnelles dans Lanaudière.
450 834-1220

CAAP Lanaudière : Assistance et accompagnement pour une démarche de plainte dans le système de santé et des services sociaux, et auprès de locataires de résidences pour aînés ayant des problèmes avec leur bail.
450 759-7700 / 1 800 882-5622

Comité des usagers du CISSS du Nord de Lanaudière : Information sur vos droits et accompagnement dans une situation problématique en lien avec les soins et les services reçus du réseau public de la santé et des services sociaux.
450 759-8222, poste 2557 / 1 833-649-5733

Groupe d'information et de défense des droits sociaux : Des personnes à faible revenus ou en situation de pauvreté.
450 831-4825

Pleins droits Lanaudière : Informations sur les droits et les recours en santé mentale.
450 394-0779 / 1 855 394-0779

Services généraux

ACEF Lanaudière : Aide à la gestion des finances personnelles.
450 756-1333 / 1 866 414-1333

Coopérative de services multiples de Lanaudière : Accompagnement pour remplir un formulaire.
450 831-3333

La Maison Adhémard Dion : Services d'accompagnement pour les endeuillés et les proches aidants de Lanaudière dans un contexte de soins palliatifs et de fin de vie : intervention individuelle, de groupe, ateliers d'information et d'échanges.
450 932-0870

Office d'habitation Lanaudière Nord : Offre de loyers à prix modique et service d'aide à la recherche de logement.
450 313-0480 / 1 888 313-6746

Notes



Merci à la MRC de Montcalm
pour le soutien financier de cette nouvelle édition !



Merci au Centre d'action bénévole de Montcalm
pour la réalisation ! Pour commander des dépliants :
450 839-3118 / 1 888 839-3440
lequipe@cabmontcalm.com

Carnet des ressources en soutien à domicile MRC de Montcalm



Table de concertation en soutien à domicile de Montcalm

Édition 2025

Le Carnet des ressources en soutien à domicile est un outil vous permettant de **trouver rapidement les ressources adéquates**, selon vos besoins, sur le territoire de la **MRC de Montcalm**.

Pour les personnes :

- **Aînées**
- Ayant une problématique de **santé mentale**
- **Proches aidantes**
- Vivant avec une **déficiences physique ou intellectuelle**

Territoires desservis :

- Saint-Alexis
- Saint-Calixte
- Saint-Esprit
- Saint-Jacques
- Saint-Liguori
- Saint-Lin-Laurentides
- Sainte-Julienne
- Sainte-Marie-Salomé
- Saint-Roch-Ouest
- Saint-Roch-de-l'Achigan

Urgence

Ambulance – police – pompiers :
9-1-1

Sûreté du Québec :
310-4141

Services de santé et services sociaux

CISSS de Lanaudière :
CLSC de St-Esprit : Services généraux.
450 839-3676 / 1 800 363-1723

Guichet d'accès centralisé : Services d'aide à domicile.
1 866 757-2572

Info-santé / Info-social : Lorsque vous vivez de l'inquiétude face à un problème de santé, communiquez avec ce service en fonction 24h/7j.
8-1-1

Aide à la vie domestique

Aux bonheurs des aînées Lanaudière : Service de menus travaux pour les citoyens de St-Liguori et Ste-Marie-Salomé.
450 754-2348

Centre d'action bénévole de Montcalm :
Popote congelée : Repas individuels. Livraison sous certaines conditions.
SécuriCAB : Service d'appels automatisés et quotidiens de sécurité.
Service d'emplettes : Une fois par semaine ou aux deux semaines. Livraison gratuite à votre domicile.
450 839-3118 / 1 888 839-3440

Service d'aide à domicile du Rousseau : Entretien ménager léger ou lourd, préparation des repas, courses, aide à la vie quotidienne, répit et gardiennage.
450 834-1160 / 1 888 834-1160

Aide alimentaire et vestimentaire

Les ailes de l'espoir :
St-Calixte
450 222-3923

Comptoir mini-budget :
St-Roch-de-l'Achigan
514 236-4479

Société Saint-Vincent-de-Paul :
St-Alexis, St-Esprit et Ste-Julienne
450 831-8207

Service d'entraide :
St-Lin-Laurentides
450 439-2218

Transport

Aux bonheurs des aînées Lanaudière : Transport-accompagnement pour tous les motifs pour les 55 ans et plus de St-Liguori et Ste-Marie-Salomé.
450 754-2348

Centre d'action bénévole de Montcalm :
Accompagnement transport-bénévole offert pour les rendez-vous médicaux et légaux.
450 839-3118 / 1 888 839-3440

Groupe d'entraide et d'amitié de Ste-Julienne :
Transport offert pour les citoyens de Ste-Julienne.
450 831-4938

Transport MRC de Montcalm : Transport adapté, collectif ou régional.
450 831-2182 / 1 888 242-2412, composez le 1

Écoute et soutien

Aux couleurs de la vie Lanaudière :
Accompagnement dans la maladie, la perte, la mort et le deuil, offert à tous incluant les proches aidants.
450 752-4436

CAVAC Lanaudière : Aide aux victimes et témoins à surmonter les conséquences d'un acte criminel ou de maltraitance.
1 888 755-6127 / 450 755-6127

Centre de femmes Montcalm : Pour briser l'isolement des femmes et favoriser leur autonomie, leur confiance en soi et leurs compétences.
450 439-6446

Centre de prévention du suicide de Lanaudière : Aide pour les personnes suicidaires, l'entourage et les endeuillés.
450 759-6116 / 1 866 277-3553

Info-aidant : Pour proches aidants et leur entourage, intervenants et professionnels de la santé.
1 855 852-7784

Le néo : Soutien aux personnes liées à la diversité sexuelle et de genre (orientation sexuelle/identité de genre et leurs proches), aux infections transmissibles sexuellement et transmissibles par le sang (ITSS), aux professionnel.le.s et services liés à la santé sexuelle et affective des personnes aînées.
450 964-1860 / 1 800 964-1860

Ligne aide maltraitance adultes aînés :
1 888 489-2287

SOS violence conjugale :
1 800 363-9010 / 450 759-5882

TEL-écoute – Ligne le deuil :
1 888 533-3845

TEL-aînés : Pour les 60 ans et plus.
514 353-2463 / 1 877 353-2460

TEL-écoute : Pour les 18 à 59 ans.
450 759-6111 / 514 493-4484

Isolement et solitude

Aux bonheurs des aînées Lanaudière : Activités de socialisation et visites d'amitié pour les résidents de 55 ans et plus de St-Liguori et Ste-Marie-Salomé.
450 754-2348

Centre d'action bénévole de Montcalm :
Travail de milieu auprès des aînées en situation de vulnérabilité (ITMAV) : Accompagnement dans vos démarches et référence vers les ressources.
Proches aidants : Soutien individuel et activités, pour tous types de proches aidants.
Programme de socialisation : Activités hebdomadaires pour socialiser et maintenir l'autonomie physique et motrice, et les facultés cognitives.
Groupes entraide et amitié : Activités mensuelles dans les municipalités pour les aînées.
Services d'amitié : Jumelage entre une personne aînée et un bénévole, pour des appels ou visites d'amitié.
450 839-3118 / 1 888 839-3440

FADOQ – Région Lanaudière : Loisirs, sports, activités sociales et culturelles, défense des droits des aînées.
450 759-7422

Groupe d'entraide et d'amitié Ste-Julienne : Activités aux aînées et aux personnes en perte d'autonomie. Transport fourni.
450 831-4938

Les petits frères du sud de Lanaudière : Contrer l'isolement des aînées jusqu'à la fin de leur vie.
514 248-3384

Parrainage civique Lanaudière : Programme de jumelage entre une personne vivant avec un handicap ou une perte d'autonomie et un bénévole accompagnateur, dans l'optique d'intégration sociale.
450 834-1728

Répit et gardiennage

Carrefour pour souffler à tête reposée : Service de répit et gardiennage pour les familles de Lanaudière vivant avec une personne handicapée.
450 836-2020 / 1 877 374-8783

La maison Clémentine : Service de répit et gardiennage pour les familles de Lanaudière vivant avec une personne ayant une déficiences intellectuelle et/ou physique, ou un trouble du spectre de l'autisme.
450 755-2591

Les répits de Gaby : Répit aux familles de Lanaudière vivant avec une personne présentant un trouble du spectre de l'autisme.
450 754-2782 / 1 866 753-3914

Société alzheimer de Lanaudière : Répit-Accompagnement-Stimulation à domicile.
450 759-3057 / 1 877 759-3077

Déficiences physique ou intellectuelle

Association des personnes handicapées de la Matawinie : St-Calixte et Ste-Julienne. Pour la déficiences physique et intellectuelle.
450 834-5434 / 1 877 834-5434

Association des personnes handicapées physiques et sensorielles du secteur Joliette :
St-Alexis, St-Esprit, St-Jacques, St-Liguori, Ste-Marie-Salomé. Trois groupes sont parrainés par l'APHSSJ et offerts pour tout le territoire de Lanaudière : T.C.C. (traumatisme craniocérébral ou AVC), Parkinson et Aphasie.
450 759-3322 / 1 888 756-3322

Association des personnes handicapées visuelles de Lanaudière :
450 474-8268 / 1 888 477-8174

Association des sourds de Lanaudière Inc. :
450 752-1426 / TEXTO 450 917-4214

Association Handami pour personnes handicapées et leur famille : Aide pour la déficiences physique et intellectuelle.
450 439-2077

Audition Québec : La santé auditive.
438 806-9011 / 1 888 665-1050