

## AUTRES SERVICES

### Budgétisation

ACEF, coop d'économie familiale.....450-430-2228

### Club aînés

FADOQ Laurentides.....800-828-3344

### Défense des droits

AQDR (droits des retraités).....877-935-1551

CAAP Laurentides (services de santé).....877-767-2227

### Impôts

Entraide bénévole des PDH.....450-229-9020

### Médiation

Mesures alternatives Vallées du Nord.....450-436-6749

Médiation et résolution de conflit..... 514-476 7261

### Services adaptés (Bell)

Malentendant.....800-268-9242

Malvoyant.....800-268-9243

Sourd-muet.....800-855-0511

## TABLE DES AÎNÉS DES PDH

Coordination pour les aînés.....450-340-0520

## LOGEMENTS ABORDABLES

Appartements Glen Morin-Heights.....450-226-1555

Habitat Saint-Sauveur.....450-227-5837

Habitations du Mont-du-Rocher.....450-229-4249

Habitation St-Adolphe-d'Howard.....514-830-8495

Office Municipal d'habitation  
des Pays-d'en-Haut.....450-229-2264

## MUNICIPALITÉS

Estérel.....450-228-3232

Lac-des-Seize-Îles.....450-226-3117

Morin-Heights.....450-226-3232

Piedmont.....450-227-1888

Sainte-Adèle.....450-229-2921

Saint-Adolphe-d'Howard.....819-327-2044

Sainte-Anne-des-Lacs.....450-224-2675

Ste-Marguerite-du-Lac-Masson.....450-228-2543

Saint-Sauveur.....450-227-4633

Wentworth-Nord.....450-226-2416

## URGENCE

Ambulance et urgence.....9-1-1

Centre Antipoison.....800-463-5060

Sûreté du Québec.....310-4141

## LIGNES D'ÉCOUTE

Abus aînés.....514-353-2463

Alcooliques anonymes.....819-429-7416

Cancer j'écoute.....888-939-3333

Info-Aidant.....855 852-7784

SOS suicide.....800-595-5580

Tel-Aînés.....514-353-2463

## TRANSPORT

Autobus Galland.....877-806-8666

Entraide bénévole des PDH.....450-229-9020

Taxibus & Transport intermunicipal....877-604-3377

Taxis - des Laurentides.....450-227-1212

- des Pays-d'en-Haut.....450-229-3535

- Saint-Sauveur 227.....450-227-6868

Train de St-Jérôme.....888-702-8726

Transport adapté des Laurentides.....800-717-9737

Nouvelle  
Édition

Table des aînés  
de la MRC des Pays-d'en-Haut

# BOTTIN

Services pour aînés  
MRC Pays-d'en-Haut

# 2018



**Desjardins**  
Caisse de la Vallée  
des Pays-d'en-Haut

Geng

## SANTÉ ET MAINTIEN À DOMICILE

Info-Santé et Info-Social.....8-1-1

### CISSS des Laurentides, point de service PDH

CLSC: Sainte-Adèle.....450-229-6601

CLSC: Saint-Sauveur.....450-227-3447

CLSC: Piedmont.....450-227-1571

Centre hébergement des Hauteurs.....450-229-6601

Centre de services externes.....450-229-6601

Commissaire aux plaintes.....866-822-0549

Centre de réadaptation en dépendance

(jeu, alcool, drogue).....888-345-1395

Centre de réadaptation Le Bouclier.....800-263-0115

(déficience physique, visuelle, auditive)

Centre du Flores (déficience intellectuelle)..877-569-2970

## CENTRES HOSPITALIERS

Hôpital de Sainte-Agathe.....855-766-6387

Hôpital de Saint-Jérôme.....866-963-2777

## RESSOURCES EN SANTÉ

Association de fibromyalgie.....877-705-7766

Association du diabète.....450-686-0330

Centre prévention du suicide.....866-277-3553

Centre Sida Amitié.....450-431-7432

Fondation maladie du cœur/AVC.....800-567-8563

Groupe relève personnes aphasiques..866-974-1888

Parkinson Qc. - Coeur des Laurentides....450-630-4122

PALLIACO.....855-717-9646

Société canadienne du cancer.....888-939-3333

Société Alzheimer Laurentides.....800-978-7881

Société de l'arthrite.....800-321-1433

### SERVICES COMMUNAUTAIRES - Alimentation

Café communautaire l'Entre-Gens.....450-229-2211

Entraide bénévole des PDH.....450-229-9020

Garde-Manger des PDH.....450-229-2011

La Rencontre Ste-Marguerite.....450-228-8606

Ressources communautaires Sophie....450-226-1304

Soupe et Compagnie des PDH.....450-744-0207

## SERVICES COMMUNAUTAIRES (suite)

Repas communautaire de St-Adolphe..514-952-4501

### Aide à domicile

Coopérative Marteau et Plumeau.....450-229-6677

### Entraide - références

4 Korner (population anglophone).....888-974-3940

Entraide bénévole des PDH.....450-229-9020

L'Écluse Laurentides (travail de rue).....450-744-1393

Zoothérapie communautaire.....450-240-0371

### Maltraitance

CALACS (agressions sexuelles).....866-915-8484

CAVAC (victimes d'actes criminels).....800-492-2822

L'Ombre-elle (femmes violentées).....819-326-1321

Prévoyance envers les aînés.....844-551-6032

### Proches-Aidants

Coop Sore (répit, soutien).....450-224-2657

L'Antr'Aidant (soutien psychosocial).....579-888-0211

### Santé mentale

Échelon des PDH.....450-745-0133

## SERVICES GOUVERNEMENTAUX CANADA

Assurance emploi.....800-808-6352

Passeport Canada.....800-567-6868

Pension, sécurité, vieillesse.....800-277-9915

Services Canada.....800-622-6232

## SERVICES GOUVERNEMENTAUX QUÉBEC

Aide juridique.....450-436-5712

Assistance emploi (aide sociale).....450-229-6560

Chambre des notaires.....800-263-1793

Commission droits de la personne...450-569-3219

Curateur public.....877-221-7043

Directeur de l'état civil.....514-644-4545

Régie de l'assurance maladie.....800-561-9749

Régie des rentes.....800-463-5185

Régie du logement.....800-683-2245

Services Québec.....877-644-4545

Société assurance automobile.....800-361-7620

Société d'habitation (SHQ).....800-463-4315