



**Association des parents et amis de
la personne atteinte de maladie
mentale Rive-Sud**

10 boulevard Churchill, suite 206
Greenfield Park (Québec) J4V 2L7

450.766.0524

Site web : www.apammrs.org

Courriel : info@apammrs.org

 Suivez-nous sur Facebook

BOTTIN DES RESSOURCES

POUR LES FAMILLES ET LES PERSONNES ATTEINTES

D'UN TROUBLE DE SANTÉ MENTALE

Mis à jour le 16 juillet 2015

Table des matières

C'EST URGENT	3
J'AI BESOIN D'AIDE POUR MA DÉPENDANCE	4
J'AI BESOIN DE PARTAGER	6
Personnes atteintes	6
Jeunes	8
Femmes	8
Personnes âgées	9
Autres	9
J'AI BESOIN D'AIDE THÉRAPEUTIQUE/PSYCHOLOGIQUE	10
Soutien dans le processus de deuil	12
J'AI BESOIN DE SERVICES POUR MES ENFANTS	13
J'AI BESOIN D'UN(E) PSYCHOLOGUE	15
J'AI BESOIN D'AIDE POUR DE L'HÉBERGEMENT	16
J'AI BESOIN D'AIDE ALIMENTAIRE	18
J'AI BESOIN DE VÊTEMENTS / MEUBLES	20
JE DÉSIRE RÉINTÉGRER LE MILIEU SOCIAL ET PROFESSIONNEL	21
J'AI BESOIN D'AIDE AU NIVEAU JURIDIQUE	23
J'AI BESOIN D'AIDE AU NIVEAU FINANCIER	25
Déclaration d'impôt	26
J'AI BESOIN D'AIDE À DOMICILE	26
J'AI BESOIN DE ME DIVERTIR	27
(Pour personnes atteintes)	27
J'AI BESOIN DE RÉPIT* (pour la famille)	27
AIDE POUR LES AÎNÉS	28
SERVICE DE POLICE (pour de l'information)	28
SERVICE DE SÉCURITÉ INCENDIE	28
LISTE DES ASSOCIATIONS-FAMILLES AU QUÉBEC	29

C'EST URGENT

- Centre de crise l'Accès** (450) 679-8689 (Longueuil)
Aide psychologique en temps de crise. Intervention téléphonique.
Évaluation, références, hébergement. 24 heures, 7 jours.
- Centre de crise Tracom** (514) 483-3033 (Montréal)
Soutien crise suicidaire.
- Centre hospitalier Charles-LeMoine** (450) 466-5000 (général)
(www.santemonteregie.qc.ca/hclm/) (450) 466-5050 (urgence)
(450) 466-5020 (psychiatrie)
- Centre hospitalier Pierre-Boucher** (450) 468-8111 (général)
(www.santemonteregie.qc.ca/cssspierreboucher/) (450) 468-8144 (urgence)
(450) 468-8401 (psychiatrie)
- Prévenir le suicide** (www.prevenirlesuicide.com) 1-866-APPELLE
Soutien téléphonique 24/7 partout au Québec.
- SOS violence conjugale** (www.sosviolenceconjugale.ca) 1-800-363-9010
24/7, références maisons d'hébergement, soutien.
- Suicide Action Montréal** (www.suicideactionmontreal.org) 1-866-277-3553
Soutien téléphonique 24/7.
- Tel-Aide** (514) 935-1101
Écoute et soutien téléphonique.

J'AI BESOIN D'AIDE POUR MA DÉPENDANCE

Al-Anon / Al-Ateen (www.al-anon-montreal.org)

(514) 866-9803

Soutien aux familles d'alcooliques.

Alcooliques Anonymes (www.aa-quebec.org)

(450) 670-9480

Centre téléphonique.

(450) 923-7131 (sans frais)

Cactus Montréal (www.cactusmontreal.org)

(514) 847-0067

Distribution et récupération de matériel d'injection, d'inhalation et de prévention. Intervenants sur place. Écoute et soutien.

Carrefour Le Point tournant

(450) 651-0418 (Longueuil)

Hommes seulement. Maison de réhabilitation dépendances jeu, alcool ou drogue.

Centre ASPA (www.centreaspa.com)

(514) 529-0641 (Montréal)

Approche sécurisante des polytoxicomanes anonymes.

Centre de réadaptation en dépendance de Montréal **(514) 385-1232** (Montréal)

Anciennement le Centre Dollard-Cormier

(514) 288-1232 (24/7 urgence)

(www.dependancemontreal.ca)

Désintoxication pour personnes atteintes.

Centre téléphonique des Alcooliques Anonymes

(450) 670-9480

(www.aa-quebec.org)

Clinique Nouveau Départ (www.cliniquenouveaudepart.com) **1-888-488-2611** (Montréal)

Centre de désintoxication privé (\$\$).

Cocainomanes Anonymes

(514) 527-9999 (Montréal)

(www.cocainomanes-anonymes.org) Centre téléphonique.

Drogue – Aide et références (www.drogue-aidereference.qc.ca) **1-800-265-2626**

Désintoxication et soutien aux proches, 24/7.

Gamblers Anonymes (www.gaquebec.org) **1-866-484-6664**

Jeu : aide et référence (www.jeu-aidereference.qc.ca) **(514) 527-0140**

Ligne d'aide, d'information et de référence.

Maison de l'Épervier (www.maisonlepervier.com) **1-877-883-6964**

St-Alphonse-de-Rodriguez. Désintoxication privé (\$\$),
volet pour personnes TPL.

Narcotiques Anonymes (www.naquebec.org) **1-855-544-6362** (Montréal)

Pavillon l'Essence Ciel (www.lesseenceciel.org) **(450) 672-0926** (St-Hubert)

Désintoxication pour hommes de 18 ans et plus.

Pavillon Foster (anglophone) **(450) 659-8911** interne

(www.crdfoster.org) **(450) 678-2426** clin. externe (Brossard)

Service anglophone. Thérapie externe individuelle ou de groupe. Stage intensif à l'interne possible. Problèmes d'alcool, toxicomanie et/ou jeu excessif.

Villa de la Paix (www.villadelapaix.ca) **(450) 882-4848** (Chertsey)

Désintoxication alcool et drogues certifié MSSS. **1-855-880-4848** (sans frais)

Le Virage (CRD) **(450) 443-2100** (St-Hubert)

(www.levirage.qc.ca) **(450) 651-3113** (Longueuil)

Thérapie externe individuelle ou de groupe.

Stage intensif à l'interne possible. Problèmes d'alcool,

toxicomanie et/ou jeu excessif. Désintoxication.

J'AI BESOIN DE PARTAGER

Personnes atteintes

À Deux mains (www.headandhands.ca/fr)

(514) 481-0277 (Montréal)

12-25 ans.

Alternative Centregens (www.centregens.ca)

(450) 651-0651 (Longueuil)

Activités pour personnes atteintes.

(450) 445-5427 (Brossard)

AMI-QUEBEC (anglophone) (www.amiquebec.org)

(514) 486-1448 (Montréal)

Groupe d'entraide pour Anxiété, Dépression,
Trouble bipolaire, TAC, TOC – pers. atteinte et famille

ANEB (www.anebquebec.com)

1-800-630-0907 (Montréal)

Troubles alimentaires, ligne d'écoute, groupe de
soutien et soutien à la famille.

L'Arc-en-ciel des Seigneuries

(450) 985-0522 (Varenes)

(www.arcenciel-des-seigneuries.net)

Différentes activités pour personnes atteintes de troubles de santé mentale.

Carrefour TPL (www.carrefourtpl.com)

info@carrefourtpl.com

À Laval. Association québécoise du TPL.

Entraide, forum et références.

Centre d'études sur les troubles obsessionnels-

(514) 251-4015 poste 3585

**compulsifs et les Tics du Centre de recherche de l'Institut universitaire en santé
mentale de Montréal** (<http://www.iusmm.ca/cetoc.html>)

Groupe mensuelles TIC TAC TOC

Déprimés Anonymes (www.deprimesanonymes.org) **(514) 278-2130** (Montréal)
Écoute, groupes d'entraide.

Entraide pour hommes de la Vallée-du Richelieu **(450) 672-6461** (G-Park)
(www.ehvr.org)

Soutien et aide thérapeutique pour hommes violents ou atteints/en difficulté.

G.E.M.E. (www.geme.qc.ca) **(450) 332-4463**
Réunions d'entraide, ateliers et conférences pour personnes souffrant d'anxiété, phobie, panique, dépression, stress.

Les Impatients (www.impatients.ca) **(514) 842-1043** (Montréal)
Ateliers art-thérapie et musicothérapie pour personnes atteintes.

Macadam Sud (www.macadamsud.org) **(450) 677-9021** (Longueuil)
Intervention psychosociale, travailleur de rue, accompagnement, information et référence. Adolescents et adultes.

Phobies-Zéro (www.phobies-zero.qc.ca) **(450) 922-5964**
Réunions d'entraide, ateliers, écoute pour personnes souffrant de troubles anxieux.
Écoute et soutien **1-866-922-0002**

Revivre (www.revivre.org) **1-866-738-4873** (Montréal)
Association québécoise de soutien aux personnes souffrant de troubles anxieux, dépressifs ou bipolaires. Entraide, écoute, conférences, aide.

Second Lieu (www.secondlieu.org) (450) 672-8725 (St-Hubert)
Groupes d'entraide et activités pour personnes vivant des troubles de santé mentale.

Service d'intervention en santé mentale Espoir (450) 672-4597 (Longueuil)
(www.serviceespoir.com)
Centre de jour pour personnes atteintes de 18 à 45 ans.

Société Québécoise de schizophrénie 1-866-888-2323 (Montréal)
(www.schizophrenie.qc.ca)
Ateliers, soutien, conférences pour personnes atteintes et leurs familles.

Jeunes

Maison de jeunes de Longueuil (450) 468-5907
Référence et activités pour ado.

Maison de jeunes Kekpart (www.kekpart.com) (450) 677-3821 (Longueuil)
Écoute, accompagnement, référence et activités.

Maison de jeunes Sac-Ado (www.mdjsacado.ca) (450) 677-7254 (Longueuil)
Écoute, accompagnement, aide aux devoirs, référence et activités.

Sortie de Secours (514) 236-0754 (Montréal)
Accompagnement jeunes à risque, impliqués ou en périphérie d'un groupe criminel ou délinquant.

Femmes

Com'Femme (www.comfemme.org) (450) 676-7719 (Brossard)
Centre de femmes (soutien, écoute, accompagnement).

Entre Ailes (www.entreailes.org) (450) 649-0658 (Ste-Julie)
Centre de femmes (soutien, écoute, accompagnement).

Centre de femmes de Longueuil (450) 670-0002 (Longueuil)
(www.centrefemmeslongueuil.org)
Centre de femmes (soutien, écoute, accompagnement).

Personnes âgées

Association l'aide aux vieux amis (450) 679-5003 (Longueuil)
Activités et soutien pour personnes du 3^e âge isolés.

Autres

Carrefour le Moutier (www.carrefourmoutier.org) (450) 679-7111
Service d'accueil, d'écoute et de référence
pour personnes vivant difficulté, préoccupation ou isolement.

Centre de ressources pour familles de militaires (450) 358-4099

**Enfants-adultes issus de familles dysfonctionnelles
et alcooliques** (514) 990-0901

Gai Écoute (www.gaiecoute.org) 1-888-505-1010

Maison de la famille Brossard (www.mfdebrossard.org) (450) 678-5222

Maison de la famille LeMoyne (450) 465-3571
(www.maisondelafamillelemoyne.org)

Maison de la famille Joli-Cœur (450) 587-2965 (Contrecoeur)
(www.maisondelafamillejolicoeur.com)

Maison de la famille La Parentr'Aide (450) 923-9333 (St-Hubert)
(www.laparentraide.ca)

Maison La Virevolte (450) 651-1901 (Longueuil)
Services aux familles

Maison Tremplin (www.maisontremplin.com) (450) 442-4019 (Longueuil)
Services aux familles

Rezo (www.rezosante.org) (514) 521-7778 (Montréal)
Ateliers de groupe, soutien individuel ou de couple
pour hommes gais et bisexuels

Le Trait d'union (www.cctu.ca) (450) 647-1107 (Longueuil)
Centre communautaire.

J'AI BESOIN D'AIDE

THÉRAPEUTIQUE/PSYCHOLOGIQUE

Clinique de la personnalité du CUSM (MUHC) (514) 934-1934 poste 35317
Programme de 12 semaines, à l'hôpital Royal Victoria,
à raison d'une rencontre de groupe et d'une thérapie individuelle par semaine.

Clinique du trouble de la personnalité limite (514) 769-8502 poste 4604
Adultes. Hôpital Douglas (Verdun, Montréal).
Référence d'un psychiatre; service bilingue; jusqu'à 3 mois.

Clinique du trouble de la personnalité limite (514) 761-6131 poste 2055
Adolescents (13-17 ans). Hôpital Douglas (Verdun, Montréal).

Clinique TDAH Montérégie (450) 466-9409 (St-Lambert)
(www.tdahmonteregie.com)

16 ans et +, privé \$\$, thérapie et services pour TDAH à l'âge adulte.

Clinique TDAH Montréal (514) 800-8324 (Montréal)

16 ans et plus, privé (\$\$), thérapie pour personnes adultes ayant un TDAH.

Entraide pour hommes de la Vallée-du-Richelieu (450) 672-6461 (G-Park)

(www.ehvr.org)

Pour hommes violents ou vivant des difficultés.

Groupes thérapeutiques et suivi psychosocial.

L'Entre-Deux (www.cooptel.qc.ca/~entre2/) (450) 651-0715 (Longueuil)

Maison de thérapie intensive avec hébergement pour femmes vivant une dépression ou un TPL. 15 semaines. Coût peu élevé.

Institut Victoria (www.institut-victoria.ca) (514) 954-1848 (Montréal)

Pour personnes atteintes du TPL.

Environ 90\$/rencontre (individuelle et de groupe). Font aussi de l'évaluation.

Maison Jacques-Ferron (www.mj-f.org) (450) 646-5381 (Longueuil)

Hébergement thérapeutique long terme pour personnes vivant des difficultés en santé mentale.

Maison St-Jacques (www.maisonstjacques.com) (514) 526-4132 (Montréal)

Ressource communautaire de psychothérapie de groupe pour adultes de 18 à 50 ans; services gratuits pour personnes à faible revenu. Aussi groupe spécial pour mères âgées entre 18 et 45 ans.

Maison Vivre (www.maisonvivre.org) (450) 465-0264 (St-Hubert)

Thérapie intensive de jour (environ 6 mois) pour adultes
18-45 ans vivant des périodes de vie difficile (dépression, TP, etc.).

La Traversée (www.latraversee.qc.ca) (450) 465-5263 (St-Lambert)
Centre d'aide aux femmes et enfants de la Rive-Sud victimes
d'agressions sexuelles

Soutien dans le processus de deuil

Les amis du crépuscule (450) 252-2737 (St-Hyacinthe)
Groupe de soutien, rencontres individuelles.

Angèle Valiquette (514) 774-8634 (Longueuil)
Accompagnement au deuil, rencontres mensuelles.

Centre d'action bénévole de Boucherville (450) 655-9081 poste 228
Demander Katie Inisan, agente de milieu.
Groupe de soutien deuil (incluant suicide).

Centre de crise l'ACCÈS (450) 679-8689 (Longueuil)
Services psychosociaux pour endeuillés par suicide.

Centre de prévention du suicide (CPS) (450) 375-4252 (Granby)
Groupe de soutien.

Deuil-Secours (514) 389-1784 (Montréal)
Écoute, rencontres mensuelles et groupes d'entraide.

Entraide Chez Nous (450) 468-1726 (Longueuil)
Deuil mort naturelle.

Maison Montbourquette

Ligne d'écoute, groupes de soutien, rencontres individuelles, musicothérapie, art-thérapie.

1-888-553-3845 (Montréal)

Maison sous les arbres

Groupes de soutien.

(450) 699-5935 (Châteauguay)

Parent-Étoile

Services pour enfants endeuillés.

(514) 947-0606 (Montréal)

Suicide Action Montréal

Groupe de soutien pour endeuillés par suicide.

(514) 723-4000 (Montréal)

J'AI BESOIN DE SERVICES POUR MES ENFANTS

APED (*www.aped.org*)

Services pour enfants atteints (autisme, TED, TDAH) et pour la famille.

(450) 679-9310 (Longueuil)

AQETA (*www.aqeta.qc.ca*)

Services pour les personnes ayant un trouble d'apprentissage, ainsi qu'à leur famille.

1-877-847-1324 (Montréal)

ARATED-Montérégie (*www.arated-m.org*)

Services de soutien et information pour enfants/ado/adultes atteints d'un TED, ainsi qu'à leur famille.

(450) 646-2742 (Longueuil)

1-888-424-1212

Barbaparents (*www.barbaparents.org*)

Activités, halte-garderie, répit, camps de jour, etc.

(450) 448-3454 (Longueuil)

Centre Ado-Famille-Enfant (CAFE) (450) 443-7400
 CSSS. Intervention 2 hrs après l'appel, 7/7, service (450) 445-4452
 en soirée, enfants et ado (5 à 17 ans) en crise ou trouble du comportement.

Clinique TDAH Montérégie (www.tdahmonteregie.com) (514) 998-3592
 Enfants et adolescents, privé \$\$, thérapie et services.

L'Envol (www.lenvol.org) (450) 465-2584
 Programme d'aide aux jeunes mamans de moins de 25 ans;
 enfants 0-5 ans.

Fondation Jasmin Roy (www.fondationjasminroy.com) (514) 393-8772 (Montréal)
 Intimidation.

Hyper-Lune (www.hyper-lune.org) (450) 678-8434 (St-Hubert)
 Activités et entraide pour enfants/ado/adultes
 atteints du TDAH.

LigneParents (www.ligneparents.com) 1-800-361-5085
 Parent d'enfants 0-20 ans. Ligne d'intervention
 et d'aide sur éducation et comportements de l'enfant.

La Maison de Jonathan (www.lamaisondejonathan.ca) (450) 670-4099 (Longueuil)
 Activités et entraide pour jeunes (9-17 ans) en
 difficulté personnelles, familiales, scolaires ou sociales.

PETALE Québec (www.petalesquebec.org) (514) 326-4154 (Montréal)
 Soutien et entraide aux parents d'enfants ayant
 des troubles de l'attachement

Le Petit Pont (www.petitpont.org) (450) 448-3732 (Longueuil)

Visites supervisées, échanges de garde partagée.

Première Ressource, aide aux parents (514) 525-2573 (Montréal)

Anciennement Éducation Coup-de-Fil 1-866-329-4223

Consultation professionnelle pour les relations parents-enfants.

Protection de la Jeunesse (DPJ) 1-800-361-5310

J'AI BESOIN D'UN(E) PSYCHOLOGUE

Centre de crise l'Accès (450) 679-8689

Centre de psychologie familiale (450) 461-0769 (St-Bruno)

Psychothérapie à tarifs réduits.

Centre de services psychologiques de l'UQAM (514) 987-0253 (Montréal)

Tarifs réduits, doctorants en stage d'intervention.

Clinique BACA (www.cliniquebaca.com) (514) 544-2323 (Montréal)

Clinique des troubles alimentaires privé (\$\$).

Services en français et en anglais.

Clinique universitaire de psychologie de l'UdM (514) 343-7725 (Montréal)

Tarifs réduits, doctorants en stage d'intervention.

Corcordia applied psychology center (514) 848-2424 (Montréal)

Tarifs réduits, doctorants en stage d'intervention.

Centre Pierre-Boucher (centre de jour) (450) 468-8088

CLSC Longueuil-Ouest (450) 651-9830

CLSC des Patriotes (St-Bruno-de-Montarville)	(450) 461-1012
CLSC Samuel-de-Champlain	(450) 445-4452 poste 8
CLSC Simone-Monet-Chartrand	(450) 463-2850 poste 1
CLSC des Seigneuries de Boucherville	(450) 468-3530
CLSC des Seigneuries de Sainte-Julie	(450) 468-3670
CLSC des Seigneuries de Saint-Amable	(450) 468-8413
CLSC des Seigneuries de Varennes	(450) 677-2917
CLSC des Seigneuries de Verchères	(450) 448-3700
CLSC St-Hubert	(450) 443-7400

J'AI BESOIN D'AIDE POUR DE **L'HÉBERGEMENT**

Conseil : s'informer auprès du travailleur social affecté dans le dossier de l'hôpital ou CLSC.

Abri de la Rive-Sud/Maison Élisabeth-Bergeron (450) 646-7809 hommes
(www.abri-rive-sud.org) (450) 651-3591 femmes
Gîte de nuit (court terme) pour personnes sans hébergement.

L'Antre-Temps (www.antre-temps.org) (450) 651-0125
Hébergement et logements supervisés 16-21 ans pour
jeunes en difficulté; entraide pour parents.

Appart-tiens (450) 674-5665
Logements supervisés, 18-25 ans.

Bureau de consultation jeunesse (450) 463-3530
Appartements supervisés pour jeunes en difficulté
(17-22 ans).

- Carrefour pour elle** (www.carrefourpourelle.org) (450) 651-5800
Maison d'aide et d'hébergement pour femmes victimes de violence ou vivant d'autres difficultés.
- La Chaumière** (www.maisondelapaix.org/chaumiere) (450) 674-9190
Logements sociaux supervisés, meublés avec suivis psychosociaux pour femmes vivant différentes difficultés.
- Centre de femmes Entre Ailes** (450) 649-0658 (Ste-Julie)
Pour femmes vivant de la violence.
- Chez Lise** (450) 677-5201 (Longueuil)
Chambres pour personnes en difficulté. Aussi pension. (\$)
- Le Halo** (www.maisondelapaix.org/halo) (450) 674-0059
Hommes 18-35 ans, raccrocheurs scolaires.
- Hébergement La Casa Bernard-Hubert** (450) 442-4777
(www.la-casa-bernard-hubert.org)
Hébergement (moyen terme) pour hommes en difficulté.
- Maison de la Paix** (www.maisondelapaix.org) (450) 674-0059
Jeunes en difficulté 14-17 ans.
- Office municipal d'habitation** (450) 670-2733 (Longueuil)
Logements à prix modique et abordable
(450) 649-4580 (Ste-Julie)
(450) 649-7979 (St-Amable)
(450) 652-9888 (Varenes)
(450) 583-3563 (Verchères)
- Our Harbour/Le Havre à nous** (www.ourharbour.org) (450) 671-9160 (St-Lambert)

Hébergement avec services anglophones.

Pavillon Marguerite-de-Champlain

(450) 656-1946

(www.pavillonmarguerite.com)

Centre d'hébergement pour les femmes victimes de violence conjugale et leurs enfants. Aussi pour femmes en difficulté. 24 heures. 7 jours.

Le Relais

(450) 443-6695 (St-Hubert)

Hommes adultes (avec ou sans enfants) en difficulté et sans abri. Maximum 30 mois.

Réseau d'Habitation Chez Soi

(450) 676-8940

Accompagnement dans la recherche et l'organisation d'un logement. Offert aux personnes vivant des troubles de santé mentale.

Service d'intervention en santé mentale Espoir

(450) 672-4597

(www.serviceespoir.com)

Logements supervisés.

J'AI BESOIN D'AIDE ALIMENTAIRE

Action bénévole de Varennes

(450) 652-5256 (Varennes)

Action Nouvelle Vie (www.actionnouvellevie.com)

(450) 646-5015 (Longueuil)

Alternative Centregens

(450) 651-1082 (Longueuil)

(450) 445-5427 (Brossard)

Bouffe du Carrefour (www.labouffeducarrefour.org)

(450) 926-2386 (St-Hubert)

Bouffe pour tous (www.bouffepourtous.org)

(450) 443-3777 (Brossard)

Centre d'action bénévole de Boucherville

(450) 655-9081

Comité d'action populaire

(450) 923-1033

Centre d'entraide bénévole de Saint-Amable

(450) 649-0604 (St-Amable)

Centre d'action bénévole Les P'tits Bonheurs	(450)441-0807 (St-Bruno)
Comité d'entraide de Brossard	(450) 445-7124
Comité d'entraide (Verchères et Calixa-Lavallée)	(450) 583-5888
La Croisée de Longueuil	(450) 677-8918
Église Saint-Jean-de-Lalande	(450) 676-1337 (St-Hubert)
Entraide Chez Nous	(450) 468-1726 (Longueuil)
L'Envolée (<i>www.lenvolee.org</i>)	(450)649-8874 (Ste-Julie)
Les Greniers de Joseph	(450) 445-3511 (St-Hubert)
Greenfield Park Christmas Basket Association	(450) 656-4361 ou (450) 463-7100 poste 2327
Hope	(450) 671-0416
Maison de l'entraide	(450) 649-4569 (Ste-Julie)
Maison d'entraide St-Alphonse	(450) 676-3712 (Brossard)
Maisons familiales par amour	(450) 646-3803 (Longueuil)
Maison Tremplin de Longueuil	(450) 442-4019
Meals on wheels (popotte roulante)	(450) 678-8755
La Mosaïque (<i>www.lamosaique.org</i>)	(450) 465-1803
Paroisse Jean XXIII	(450)676-7906 (St-Hubert)
Paroisse Marie-Rose-Durocher	(450) 466-1506 (Lemoyne)
Paroisse Saint-Hubert-Comm.Immaculée-Conception	(450) 676-2661 (St-Hubert)
Paroisse Saint-Hubert-Comm. Saint-Hubert	(450) 445-3418 (St-Hubert)
Paroisse Sainte-Marguerite-Bourgeois	(450) 676-3434 (St-Hubert)
Partage St-Robert	(450) 679-2600
Partajoie	(514) 240-4743 (Ste-Julie)
Le Repas du Passant	(450) 679-5114
Service Adventiste Communautaire	(450) 676-2446 (St-Hubert)
Société St-Vincent de Paul	(450) 646-8807

J'AI BESOIN DE VÊTEMENTS / MEUBLES

Armée du salut	(450) 468-7194 (Longueuil)
	(450) 462-9185 (Brossard)
Aubaines et grenier de ma ville	(450) 655-6944 (Boucherville)
Aux milles trouvailles	(450) 442-4019 (Longueuil)
Bonhomme à lunettes (<i>www.bonhommealunettes.org</i>)	(514) 303-4315
Montures et verres à coût très abordable	
Centre d'entraide bénévole de Saint-Amable	(450) 649-0604 (St-Amable)
Centre d'action bénévole de Saint-Hubert	(450) 656-9110 (St-Hubert)
Le Centre des générations	(450) 655-6944 (Boucherville)
Comptoir familial de Brossard	(450) 445-7124
Comptoir familial des Filles d'Isabelle	(450) 641-0902 (Boucherville)
La Croisée de Longueuil	(450) 677-8918
Entraide Chez Nous	(450) 468-1726
L'Étincelle de vie	(450) 677-2184 (Longueuil)
Friperie des Terrasses	(450) 678-7279 (St-Hubert)
Joujouthèque (jouets usagés)	(450) 678-6038 (St-Hubert)
Maison de l'entraide	(450) 649-4569 (Ste-Julie)
Maison d'entraide St-Alphonse	(450) 676-3712 (Brossard)
Les maisons familiales Par Amour	(450) 646-3803 (Longueuil)
Meubles Écono (<i>www.meublesecono.com</i>)	(450) 448-2434
La Mosaïque	(450) 465-1803
La Petite Caisse	(450) 812-9486 (St-Hubert)
L'Ouvroir Sainte-Marguerite-d'Youville de Varennes	(450) 652-9130
Récup-Aide	(450) 332-8800
Société St-Vincent de Paul	(450) 646-8808

JE DÉSIRES RÉINTÉGRER LE MILIEU SOCIAL ET PROFESSIONNEL

S'informer auprès des Centres locaux d'emploi de votre région.

- Accès-cible** (www.acces-cible-smt.qc.ca) (514) 525-8888 (Montréal)
Réinsertion à l'emploi. Bilan professionnel. Stage.
Recherche d'emploi.
- Action Nouvelle Vie** (www.actionnouvellevie.com) (450) 646-5815 (Longueuil)
Formation et réinsertion socio-professionnelle.
- Atelier d'artisanat** (www.atelierdartisanat.org) (514) 844-6458 (Montréal)
Apprentissage des métiers d'art. Club de recherche d'emploi.
Pendant 37 semaines. Temps plein.
- Batifolerie** (www.batifolerie.qc.ca) (450) 674-4101 (Longueuil)
Adultes 18-35 ans. Formation pour apprendre à travailler avec les machines à coudre. 6 mois maximum.
- CAP – Centre d'apprentissages parallèles** (514) 843-5658 (Montréal)
(www.ateliersducap.org)
Club de recherche d'emploi. Apprentissage de l'art.
- Carrefour Jeunesse Emploi** (www.rcjeq.org) (450) 449-9541 (Boucherville)
18-35 ans, aide à la recherche d'emploi, (450) 587-7008 poste 2236 (Contrecoeur)
réinsertion. (450) 926-2200 (Brossard)
(450) 671-8949 (Lemoyne)
(450) 646-1030 (Longueuil)
(450) 678-7644 (St-Hubert)
(450) 649-1155 poste 7006353 (Ste-Julie)
(450) 449-9541 (Varenes)

- Carrefour Le Moutier** (*www.carrefourlemoutier.org*) **(450) 679-7111** (Longueuil)
Formation et soutien pour les nouveaux arrivants.
- Centre d'intégration jeunesse-adulte** **(450) 671-8949** (LeMoyne)
(*www.cjad-cjelaporte.org*)
Aide à la recherche d'emploi. Information et orientation scolaire.
- COFFRE** (*www.coffre.ca*) **(450) 678-3838** (St-Hubert)
Pour femmes.
- De Soi à l'emploi** **(450) 465-4078**
Pour femmes.
- D'un Couvert à l'Autre** (*www.duncouvertalautre.net*) **(450) 928-9898**
Réinsertion socio-professionnelle pour personnes atteintes de schizophrénie, imprimerie.
- Groupe PART** (*www.groupepart.ca*) **(514) 526-7278 poste 2886**
Formation, soutien et suivi pour emplois (Montréal)
reliés à cuisine et restauration
- Maison Internationale de la Rive-Sud** (*www.mirs.qc.ca*) **(450) 445-8777**
Formation et soutien aux personnes immigrantes
- Maison Tremplin** (*www.maisontremplin.com*) **(450) 442-4019**
Projet V.I.S.A, 16-30 ans
- Place Rive-Sud** (*www.placerivesud.qc.ca*) **(450) 646-1030**
- Projet CAPAB** (*www.macadamsud.org*) **(450) 677-9021**
16-24 ans

**Service d'intégration au marché du travail
de la Montérégie** (450) 679-7311
16 ans et +.

SDEM – Serv. Développement employabilité (450) 674-1812 (Longueuil)
(www.sdem-semo.org)
Formation préparatoire à l'emploi et stage en entreprise. Suivi.

SEMO (450) 646-1595
Service de placement pour personnes atteintes de
problèmes de santé mentale.

J'AI BESOIN D'AIDE AU NIVEAU JURIDIQUE

ACEF Rive-Sud (www.acefrsq.com) (450) 677-6394
Défense de droits collectifs des consommateurs.
Information, ateliers sur le budget.

Association des locataires des HLM de Bienville (450) 677-5608
Défense des droits, référence, écoute et activités.

Le Barreau de Longueuil (www.barreaudelongueuil.qc.ca) (450) 468-2609

CAVAC (www.cavac.qc.ca) (450) 670-3400
Centre d'aide aux victimes d'actes criminels.
Personnes victimes d'un acte criminel et des proches. Consultation, support et
réconfort moral. Information et accompagnement dans tout le processus judiciaire.

CAAP (450) 928-3223
Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes

dans le réseau de la santé.

Centre communautaire juridique de la Rive-Sud (450) 928-7655

Service gratuit d'un avocat ou de conseils juridiques.

Faible coût en fonction du revenu.

CIVAS (www.civas.ca) (450) 656-6524 (St-Hubert)

Centre intervention en violence et agressions sexuelles.

Services thérapeutiques, groupe de soutien.

Clinique juridique mobile pour aîné(e)s (438) 938-6306 (Montréal)

Information et références juridiques gratuites

pour personnes âgées à faible revenu issues de l'immigration.

Collectif de défense des droits de la Montérégie (450) 674-2410

(www.cddm.qc.ca)

Accompagnement, information, références et formation sur les droits en santé mentale.

Comité logement Montérégie (450) 670-5080

Défense des droits des locataires.

Comité logement Rive-Sud (450) 812-8228

Logement social, défense des droits des locataires.

Cour des petites créances (450) 646-4067

Service judiciaire gratuit; cause 7000\$ et moins.

Curateur public du Québec (450) 928-8800

Protection des personnes inaptes.

Inform'Elle (www.informelle.osbl.ca)

Pour les femmes. Information juridique.
Service de médiation familiale.

(450) 443-3442 (St-Hubert)

secrétariat

(450) 443-8221 (Ligne juridique)**Médiation Citoyenne**

Accompagnement par médiateurs bénévoles

(450) 647-9024 poste 230**Le protecteur du citoyen**

Traitement de plaintes pour services reçus dans
un établissement de santé ou de services sociaux.

1-800-463-5070 (Montréal)**Y des femmes de Montréal –****Clinique d'information juridique**

Information légale sur rendez-vous, 30 min/10\$

(514) 866-9941 poste 293**J'AI BESOIN D'AIDE AU NIVEAU FINANCIER****ACEF Rive-Sud** (www.acefrsq.com)

Défense de droits collectifs des consommateurs.
Information. Ateliers sur le budget.

(450) 677-6394**Allocation logement**

Aide au logement, 55 ans et plus et familles à faible revenu.

(514) 864-6299**Entraide chez nous**

Aide à la préparation d'un budget.

(450) 468-1726**Petit Cochon Rose**

Consolidation de dettes

(450) 876-1253

Déclaration d'impôt

Centre d'action bénévole de la rive-sud (450) 677-5281

Possibilité hors période, 3\$, accepte les années précédentes

Centre d'action bénévole de St-Hubert (450) 656-9110 (St-Hubert)

De février à avril, 5\$

Maison internationale de la rive-sud (450) 445-8777

De février à avril, personnes à faible revenu

La Mosaïque (450) 465-1803

À l'année, personnes à faible revenu, 5\$

J'AI BESOIN D'AIDE À DOMICILE

Action – Services aux proches aidants de Longueuil (450) 928-0776 (Longueuil)

Services aux proches aidants.

Amelys (www.amelys.ca) (450) 466-8444 (St-Hubert)

Services d'entretien ménager ou d'assistance à la personne.

Coop Aide Rive-Sud (www.cooprivesud.com) (450) 679-2433

Entretien domestique, commission, etc.

La Relève (450) 670-4212

Pour personnes en perte d'autonomie :
repas, ménage, hygiène, commission, etc.

J'AI BESOIN DE ME DIVERTIR

(Pour personnes atteintes)

Alternative Centregens (www.centregens.ca) (450) 651-1082 (Longueuil)
 Activités cuisine, cours, sorties, ateliers, etc. (450) 445-5427 (Brossard)

Carrefour Mousseau (www.carrefourmousseau.org) (450) 468-4926 (Longueuil)
 Activités peinture, cours, ateliers, etc.

Les Impatients (www.impatients.ca) (514) 842-1043 (Montréal)
 Ateliers d'art-thérapie et de musicothérapie.
 Galerie d'exposition.

Le Repas du Passant (www.lerepasdupassant.org) (450) 679-5114 (Longueuil)
 Diverses activités quotidiennes.

Second Lieu (www.secondlieu.org) (450) 672-8725 (St-Hubert)
 Activités et sorties pour personnes vivant des troubles de santé mentale.

Le Trait d'Union (www.cctu.ca/2007/) (450) 647-1107 (Longueuil)
 Diverses activités de loisirs.

J'AI BESOIN DE RÉPIT* (pour la famille)

*pour toute demande de répit, veuillez-vous adresser à Madame Patricia Arnaud ou votre intervenante psychosociale, qui se feront un plaisir d'explorer les possibilités qui s'offrent à vous et comment l'APAMM-RS peut vous aider.

Amelys (www.amelys.ca) (450) 466-8444 (St-Hubert)
 Services d'entretien ménager ou d'assistance à la personne.

AIDE POUR LES AÎNÉS

Action – service aux proches aidants

(450) 928-0776

Sorties, entraide, information et référence

Centre d'action bénévole de Boucherville

(450) 655-9081 (Boucherville)

Centre d'action bénévole de Contrecoeur

(450) 587-8227 (Contrecoeur)

Centre d'action bénévole de Saint-Amable

(450) 649-0604 (St-Amable)

Centre d'action bénévole de Saint-Bruno

(450) 441-0807 (St-Bruno)

Centre d'action bénévole de St-Hubert

(450) 656-9110 (St-Hubert)

Centre d'action bénévole de Ste-Julie

(450) 649-8874 (Ste-Julie)

Centre d'action bénévole de Varennes

(450) 652-5256 (Varennes)

Centre d'action bénévole de Verchères

(438) 868-8329 (Verchères)

Centre de bénévolat de la Rive-Sud

(450) 679-5916 (Longueuil)

SERVICE DE POLICE (pour de l'information)

Police division sud

(450) 463-7011

(Brossard, Greenfield Park, St-Bruno-de-Montarville, Saint-Hubert)

Police division nord

(Boucherville, Saint-Lambert et Vieux-Longueuil)

(450) 463-7011

Police Richelieu Saint-Laurent

(Calixa-Lavallée, Contrecoeur, St-Amable, Ste-Julie, Varennes, Verchères)

(450) 536-3333 ou

1.888.678.7000

SERVICE DE SÉCURITÉ INCENDIE

Bureau de prévention

(450) 467-2835 poste 2886

LISTE DES ASSOCIATIONS-FAMILLES AU QUÉBEC

Montérégie

L'Accolade santé mentale (www.accoladesantementale.org)	(450) 699-7059 (Châteauguay)
APAMM-RS (www.apammrs.org)	(450) 766-0524 (Longueuil)
Éclusier du Haut-Richelieu (www.eclusierhr.ca/)	(450) 346-5252 (St-Jean-Rich)
Oasis santé mentale (www.oasissantementale.org)	(450) 777-7131 (Granby)
Le Phare (www.lephare-apamm.ca)	(450) 773-7202 (St-Hyacinthe)
Le Pont du Suroît (www.lepont.com)	(450) 377-3126 (Valleyfield)
Le Vaisseau d'Or (www.levaisseau dor.org)	(450) 743-2300 (Sorel-Tracy)

Montréal

AMI-Québec (www.amiquebec.org)	(514) 486-1448 (anglophone)
Les amis de la santé mentale (www.asmfmh.org)	(514) 636-6885 (Dorval)
APABEMSOM (www.apabemso.org)	(514) 368-4824 (Verdun)
AQPAMM (www.aqpamm.ca)	(514) 524-8812 (Centre-ville)
La Parentrie (www.laparentrie.org)	(514) 385-6786 (Montréal-Nord)

Laval

ALPABEM (www.alpabem.qc.ca)	(450) 688-0541 (Laval)
--	------------------------

Mauricie/Centre-du-Québec

APAME Centre-du-Québec (www.apamedrummondville.org)	(819) 478-1216 (Drummondville)
Association Le PAS (www.lepas.ca)	(819) 751-2842 (Victoriaville)
Le Gyroscope (www.legyroscope.org)	(819) 228-2858 (Louiseville)

La Lanterne (www.lalanterne.org)

La Passerelle (www.lapasserellebny.org)

Le Périscope (www.leperiscope.org)

(819) 693-2841 (Trois-Rivières)

(819) 233-9143 (Bécancour)

(819) 729-1434 (Grand-Mère)

Bas-Saint-Laurent

La lueur de l'espoir du Bas-Saint-Laurent
(www.lueurespoirbsl.org)

(418) 725-2544 (Rimouski)

Saguenay/Lac-Saint-Jean

Centre Nelligan (www.centrenelligan.com)

Le Maillon (www.lemaillon.com)

(418) 275-0033 (Roberval)

(418) 543-3463 (Chicoutimi)

Capitale-Nationale

L'Arc-en-Ciel (www.larcencielportneuf.org)

La Boussole (www.laboussole.ca)

Cercle Polaire (www.cerclepolaire.com)

La Marée (www.lamaree.ca)

(418) 285-3847 (Donnacoona)

(418) 523-8343 (Québec)

(418) 623-4636 (Québec)

(418) 665-0050 (La Malbaie)

Estrie

APAMM – Estrie (www.appamme.org)

(819) 563-1363 (Sherbrooke)

Outaouais

L'Apogée (www.lapogee.ca)

(819) 771-6488 (Gatineau)

Abitibi-Témiscamingue

La Bouée d'Espoir

La Rescousse

(819) 333-1184 (La Sarre)

(819) 727-4567 (Amos)

Le Portail (www.leportailrn.ca)

(819) 764-4445 (Rouyn-Noranda)

VALPABEM

(819) 874-0257 (Val d'Or)

Côte-Nord

APAME de l'Est de la Côte-Nord (www.apame.net) **(418) 968-0448** (Sept-Îles)

APAME Baie-Comeau

(418) 295-2090 (Baie-Comeau)

Gaspésie/Îles-de-la-Madeleine

Centre communautaire l'Éclaircie

(418) 986-6456 (Îles-de-la-Madeleine)

(www.eclaircie.ca)

Chaudière-Appalaches

L'Ancre

(418) 248-0068 (Montmagny)

Le Contrevent (www.contrevent.org)

(418) 835-1967 (Lévis)

La Croisée

(418) 335-1184 (Thetford Mines)

Le Sillon (www.lesillon.com)

(418) 227-6464 (Saint-Georges)

Lanaudière

La lueur du phare de Lanaudière

(450) 752-4544 (Joliette)

(www.lueurduphare.org)

**Si vous connaissez d'autres ressources ou organismes qui ne sont pas cités dans notre Bottin de ressources, veuillez svp nous en faire part. Merci de votre collaboration!*

Depuis 1981, ***l'Association des parents et amis de la personne atteinte de maladie mentale Rive-Sud (APAMM-RS)*** a pour mission de regrouper les membres de l'entourage d'une personne qui présente des manifestations cliniques reliées à un trouble majeur de santé mentale, de leur offrir une gamme de services de soutien et ce, afin de leur permettre d'actualiser leur potentiel.

Les services :

- Interventions psychosociales
- Activités d'information, conférences, site internet, bulletin Échos, infolettre, Facebook, documentation
- Groupes de soutien et d'entraide
- Activités de formation
- Activités de sensibilisation
- Mesure de répit-dépannage

Territoire desservi :

- L'Agglomération de Longueuil
- La MRC Marguerite-D'Youville

Principales problématiques :

La schizophrénie, les troubles bipolaires, la dépression, les troubles obsessionnels-compulsifs, les troubles de personnalité limite, etc.

Services en : français - anglais - espagnol