



**Association des parents et amis de
la personne atteinte de maladie
mentale Rive-Sud (APAMM-RS)**

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

450.766.0524

450.465.1976 fax

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

Mise à jour le 20 juin 2018

Table des matières

C'EST URGENT	3
J'AI BESOIN D'AIDE POUR MA DÉPENDANCE	4
J'AI BESOIN DE PARTAGER	5
Personnes atteintes	5
Femmes	7
J'AI BESOIN D'AIDE	8
THÉRAPEUTIQUE/PSYCHOLOGIQUE	8
Soutien dans le processus de deuil	9
J'AI BESOIN DE SERVICES POUR MES ENFANTS	10
J'AI BESOIN D'UN(E) PSYCHOLOGUE	11
J'AI BESOIN D'AIDE POUR DE L'HÉBERGEMENT	12
J'AI BESOIN D'AIDE ALIMENTAIRE	14
J'AI BESOIN DE VÊTEMENTS / MEUBLES	15
JE DÉSIRES RÉINTÉGRER LE MILIEU SOCIAL ET PROFESSIONNEL	16
J'AI BESOIN D'AIDE AU NIVEAU JURIDIQUE	18
J'AI BESOIN D'AIDE AU NIVEAU FINANCIER	20
Déclaration d'impôt	20
J'AI BESOIN D'AIDE À DOMICILE	21
J'AI BESOIN DE ME DIVERTIR	21
(Pour personnes atteintes)	21
J'AI BESOIN DE RÉPIT* (pour la famille)	22
SERVICE DE POLICE (pour de l'information)	22
SERVICE DE SÉCURITÉ INCENDIE	22
LISTE DES ASSOCIATIONS-FAMILLES AU QUÉBEC	23

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 hospitalier Charles-LeMoyne (450) 466-5000 (général)

(www.santemonteregie.qc.ca/champlaincharleslemoyne/index.fr.html)

(450) 466-5050 (urgence)

(450) 466-5020 (psychiatrie)

Centre hospitalier Pierre-Boucher

(www.santemonteregie.qc.ca/cssspierreboucher/index.fr.html)

(450) 468-8111 (général)

(450) 468-8144 (urgence)

(450) 468-8401 (psychiatrie)

Prévenir le suicide

1-866-APPELLE

Ligne d'intervention

(1-866-277-3553)

Soutien téléphonique 24/7 partout au Québec.

SOS violence conjugale (www.sosviolenceconjugale.ca) 1-800-363-9010

24/7, références maisons d'hébergement, soutien.

Tel-Aide (www.telaide.org)

(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

Carrefour Le Point Tournant

(450) 651-0418 (Longueuil)

(*www.carrefourlepointtournant.com*)

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

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.

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

Désintoxication et soutien aux proches, 24/7.

Maison de l'Épervier (*www.maisonlepervier.com*)

1-877-883-6964

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

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.

Centre de réadaptation en dépendance Le Virage

(www.levirage.qc.ca)

accueil centralisé

(450) 443-4413 (St-Hubert)

(450) 651-3113 (Longueuil)

volet anglophone

(514) 486-1304

Thérapie externe individuelle ou de groupe.

Stage intensif à l'interne possible. Problèmes d'alcool, toxicomanie, cyberdépendance et jeu excessif. Désintoxication.

Macadam sud (macadamsud.org)

Volet travail de rue, soutien,

Accompagnement, info, référence,

Distribution matériels, consommation sécuritaire.

(450) 677-9021

poste 237

J'AI BESOIN DE PARTAGER

Personnes atteintes

Alternative Centregens (www.centregens.ca)

Activités pour personnes atteintes.

(450) 651-0651 (Longueuil)

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

Groupe d'entraide pour Anxiété, Dépression,

Trouble bipolaire, TAC, TOC – pers. atteinte et famille

(514) 486-1448 (Montréal)

ANEB (www.anebquebec.com)

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

1-800-630-0907 (Montréal)

L’Arc-en-ciel des Seigneuries**(450) 985-0522** (Vareennes)*(www.arcenciel-des-seigneuries.net)*

Différentes activités pour personnes atteintes de troubles de santé mentale.

Carrefour TPL**info@carrefourtpl.com**

À Laval. Association québécoise du TPL.

Entraide, forum et références.

Centre d’études sur les troubles obsessionnels-compulsifs et les Tics du Centre de recherche de l’Institut universitaire en santé mentale de Montréal *(www.iusmm.ca/cetoc.html)* **(514) 251-4015 poste 3585**

Groupe mensuel TIC TAC TOC

Entraide pour hommes de la Vallée-du Richelieu**(450) 672-6461** (G-Park)*(www.entraidepourhommes.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.**Carrefour le Moutier** (*www.carrefourmoutier.org*)**(450) 679-7111**

Service d'accueil, d'écoute et de référence pour

Personnes vivant des difficultés, préoccupation ou isolement.

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).

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
Adultes. Hôpital Douglas (Verdun, Montréal).
Référence d'un psychiatre; service bilingue; jusqu'à 3 mois.

Clinique TPL externe Louis H. Lafontaine (514) 251-4000

Clinique TDAH Montérégie (450) 845-4859 (St-Lambert)
(www.tdahmonteregie.com)
16 ans et +, privé \$\$, thérapie et services pour TDAH à l'âge adulte.

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

Centre de crise l'ACCÈS (450) 679-8689 (Longueuil)

Services psychosociaux pour endeuillés par suicide.

Suicide Action Montréal (suicideactionmontreal.org) **(514) 723-4000** (Montréal)
Groupe de soutien pour endeuillés par suicide.

J'AI BESOIN DE SERVICES POUR MES ENFANTS

APED (www.aped.org) **(450) 679-9310** (Longueuil)
Services pour enfants atteints (autisme, TED, TDAH)
et pour la famille.

Autisme-Montérégie (www.autismemonteregie.org) **(450) 646-2742** (Longueuil)
Services de soutien et information pour **1-888-424-1212**
enfants/ado/adultes atteints d'un TED, ainsi qu'à leur famille.

Clinique TDAH Montérégie (www.tdahmonteregie.com) **(450) 845-4859**
Neurologie et psychologie
Enfants et adolescents, privé \$\$, thérapie et services.

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

La Maison de Jonathan (www.lamaisondejonathan.ca) **(450) 670-4099** (Longueuil)
Activités et entraide pour jeunes (12-17 ans) en
difficulté personnelles, familiales, scolaires ou sociales.

Le Petit Pont (www.petitpont.org) **(450) 448-3732** (Longueuil)
Visites supervisées, échanges de garde partagée.

Protection de la Jeunesse (DPJ) (www.cdpdj.qc.ca)

1-800-361-5310

J'AI BESOIN D'UN(E) PSYCHOLOGUE

Centre de crise l'Accès	(450) 679-8689
Centre de services psychologiques de l'UQAM Tarifs réduits, doctorants en stage d'intervention.	(514) 987-0253 (Montréal)
Clinique universitaire de psychologie de l'UdM Tarifs réduits, doctorants en stage d'intervention.	(514) 343-7725 (Montréal)
Concordia applied psychology center (Montréal) Tarifs réduits, doctorants en stage d'intervention.	(514) 848-2424 poste 7550
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 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.

Bureau de consultation jeunesse (450) 463-3530
(bureaudeconsultationjeunesse.org)
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.

Chez Lise (450) 677-5201 (Longueuil)
Chambres pour personnes en difficulté. Aussi pension. (\$)

- Fédération des coopératives d'habitation montréalaises** (*www.cooperativehabitation.coop/monteregie*) (450) 651-5520
Logements dans une coopérative d'habitation.
- Fédération régionale des OSBL d'habitation de la Montérégie et de l'Estrie** (*www.frohme.rqoh.com*) (450) 201-0786
Logements en OSBL d'habitation.
- 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)
(*www.omhm.qc.ca*) (450) 649-4580 (Ste-Julie)
Logements à prix modique et abordable (450) 649-7979 (St-Amable)
(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** (*www.la-casa-bernard-hubert.org*) (450) 443-6695 (St-Hubert)
Hommes adultes (avec ou sans enfants) en difficulté et sans abri. Maximum 30 mois.

Réseau d'Habitation Chez Soi (*reseaudhabitationschezsoi.org*) **(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 (<i>www.actionnouvellevie.com</i>)	(450) 646-5015 (Longueuil)
Alternative Centregens	(450) 651-0651 (Longueuil)
Bouffe pour tous (<i>www.bouffepourtous.org</i>)	(450) 670-5449 (Longueuil)
Centre d'action bénévole de Boucherville	(450) 655-9081
Comité d'action populaire	(450) 486-1400
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 (<i>www.lacroiseedelongueuil.qc.ca</i>)	(450) 677-8918
Entraide Chez Nous (<i>entraidecheznous.org</i>)	(450) 468-1726 (Longueuil)
L'Envolée (<i>www.lenvolee.org</i>)	(450) 649-8874 (Ste-Julie)
Les Greniers de Joseph (<i>www.greniersdejoseph.com</i>)	(450) 445-3511 (St-Hubert)
Greenfield Park Christmas Basket Association	(450) 656-4361
Hope	(450) 671-0416
Maison de l'entraide (<i>www.maisondelentraide.com</i>)	(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 (<i>www.maisontremplin.com</i>)	(450) 442-4019
Mission Nouvelle Génération	(450)-486-7667 (Brossard)
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 (<i>armedusalut.ca</i>)	(450) 462-9185 (Brossard)
Aubaines et grenier de ma ville	(450) 655-6944 (Boucherville)
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 (<i>www.centredesgenerations.org</i>)	(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 la vie	(450) 674-6656 (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)
Maison Tremplin	(450) 442-4019 (Longueuil)
Meubles Écono (www.meublesecono.com)	(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
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.

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.

Carrefour Jeunesse Emploi (www.rcjeq.org)
18-35 ans, aide à la recherche d'emploi réinsertion **(450)449-9541**(Boucherville)
(450) 926-2200 (Lapinière)
(450) 671-8949 (Lemoyne)
(450) 678-7644 (St-Hubert)

Centre d'Intégration Jeunesse-Adulte **(450) 671-8949** (LeMoyne)
(www.cjad-cjelaporte.org)
Aide à la recherche d'emploi. Information et orientation scolaire.

COFFRE (<i>www.coffre.ca</i>) Pour femmes.	(450) 678-3838 (St-Hubert)
De Soi à l'emploi (<i>www.soi-emploi.qc.ca</i>) Pour femmes.	(450) 465-4078
D'un Couvert à l'Autre (<i>www.duncouvertalautre.org</i>) Réinsertion socio-professionnelle pour personnes atteintes de schizophrénie, imprimerie.	(450) 928-9898
Place à l'emploi (<i>placeaemploi.ca</i>)	(450) 646-1030
Projet CAPAB (<i>www.macadamsud.org</i>) 16-24 ans	(450) 677-9021
Service d'intégration au marché du travail de la Montérégie (<i>www.imtm.ca</i>) 16 ans et +.	(450) 679-7311
SDEM – Serv. Développement employabilité (<i>www.sdem-semo.org</i>) Formation préparatoire à l'emploi et stage en entreprise. Suivi.	(450) 674-1812 (Longueuil)
SEMO Service de placement pour personnes atteintes de problèmes de santé mentale.	(450) 646-1595
Représent'ACTION (<i>www.representationmonteregie.com</i>) Santé mentale Montérégie Information, écoute, représentation	(450) 674-2410 poste 227

J'AI BESOIN D'AIDE AU NIVEAU JURIDIQUE

ACEF Rive-Sud (*www.acefrsm.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 (*www.caapmonteregie.ca*)

(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.

- 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.
- Curateur public du Québec** (www.curateur.gouv.qc.ca) (514) 873-4074 (Montréal)
 Protection des personnes inaptes.
- Inform'Elle** (www.informelle.osbl.ca) (450) 443-3442 (St-Hubert)
 Pour les femmes. Information juridique. secrétariat
 Service de médiation familiale. (450) 443-8221 (Ligne juridique)
- Le protecteur du citoyen** (protecteurducitoyen.qc.ca) 1-800-463-5070 (Montréal)
 Traitement de plaintes pour services reçus dans un établissement de santé ou de services sociaux.
- Organisation Populaire des droits Sociaux** 514-527-0700 (Montréal)
 Organisation de défense des droits des personnes
 À l'aide sociale.

J'AI BESOIN D'AIDE AU NIVEAU FINANCIER

ACEF Rive-Sud (*www.acefrsm.com*) **(450) 677-6394**

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

Allocation logement (Revenu Québec) **(514) 864-6299**

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

Déclaration d'impôt

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

Possibilité hors période, 7\$, accepte les années précédentes

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

De février à avril

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

J'AI BESOIN D'AIDE À DOMICILE

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.

J'AI BESOIN DE ME DIVERTIR

(Pour personnes atteintes)

Alternative Centregens (450) 651-0651 (Longueuil)
Activités cuisine, cours, sorties, ateliers, etc.

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

Le Trait d'Union (www.cctu.ca)

(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

(450) 466-8444 (St-Hubert)

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

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)
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.levaisseaudor.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) 524-7131 (Centre-ville)
APSM (aidemaladiementale.com)	(514) 744-5218 (Saint-Laurent)
La Parentrie (www.laparentrie.org)	(514) 385-6786 (Montréal-Nord)

Laval

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

Laurentides

La halte des proches (www.lahalte.ca)	(450) 438-4291 (Saint-Jérôme)
La maison de Clothilde (www.maisonclothilde.org)	(819) 623-3843 (Mont-Laurier)

Mauricie/Centre-du-Québec

APPAMM-Drummond (www.appamm-drummond.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)	(819) 693-2841 (Trois-Rivières)
La Passerelle (www.lapasserellebny.org)	(819) 233-9143 (Bécancour)
Le Périscope (www.leperiscope.org)	(819) 729-1434 (Shawinigan)
	(819) 534-2333 (Sainte-Thècle)

Estrie

APPAMM – Estrie (www.appamme.org)	(819) 563-1363 (Sherbrooke)
Oasis santé mentale (www.oasissantementale.org)	(450) 777-7131 (Granby)

Capitale-Nationale

L'Arc-en-Ciel (www.larcencielportneuf.org)	(418) 285-3847 (Donnacoona)
La Boussole (www.laboussole.ca)	(418) 523-1502 (Québec)
Cercle Polaire (www.cerclepolaire.com)	(418) 623-4636 (Québec)
La Marée (www.lamaree.ca)	(418) 665-0050 (La Malbaie)

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)	(418) 275-0033 (Roberval)
Le Maillon (www.lemaillon.com)	(418) 543-3463 (Chicoutimi)

Outaouais

L'Apogée (www.lapogee.ca)	(819) 771-6488 (Gatineau)
---	----------------------------------

Abitibi-Témiscamingue

La Bouée d'Espoir

(819) 333-1184 (La Sarre)

La Rescousse

(819) 727-4567 (Amos)

Le Portail (www.leportailrn.ca)

(819) 764-4445 (Rouyn-Noranda)

Le Résilient (www.leresilient.ca)

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

Chaudière-Appalaches

L'Ancre (www.lancre.org)

(418) 248-0068 (Montmagny)

Le Contrevent (www.contrevent.org)

(418) 835-1967 (Lévis)

La Croisée (www.lacroisee.info)

(418) 335-1184 (Thetford Mines)

Le Sillon (www.lesillon.com)

(418) 227-6464 (Saint-Georges)

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 (www.eclaircie.ca) **(418) 986-6456** (Îles-de-la-Mad.)

Nouveau Regard (www.nouveauregard.qc.ca)

(418) 392-6414 (New Richmond)

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