

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) 844-978-0807

CAAP Laurentides

(services de santé et service sociaux) 877-767-2227

APEL

(promotion et éducation en logement)..... 450-413-2949

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 d'accessibilité (Bell)

Par téléphone..... 866-310-2355

Par téléscripteur 800-268-9242

LOGEMENTS ABORDABLES

Appartements Glen Morin-Heights 450-226-1555

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

Habitations du Mont-du-Rocher 514-592-7199

Habitation St-Adolphe-d'Howard 819-216-5052

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

MUNICIPALITÉS / VILLES

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



**MRC des
Pays-d'en-Haut**

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 (L'Appui)..... 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

Services pour aînés MRC Pays-d'en-Haut

BOTTIN 2022



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



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
CHSLD des Hauteurs	450-229-6601
CHSLD de Sainte-Adèle.....	450-229-8516
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 (déficience physique, visuelle, auditive)	800-263-0115
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 la fibromyalgie	450-569-7766
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 Québec.....	800-720-1307
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
Ressources communautaires Saint-Adolphe..	819-327-5021

SERVICES COMMUNAUTAIRES (suite)

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

Maltraitance

CALACS (agressions sexuelles)	866-915-8484
CAVAC (victimes d'actes criminels)	800-492-2822
L'Ombre-elle (femmes violentées).....	819-326-1321
PAIX (conjugale et familiale)	800-267-3919
Prévoyance envers les aînés.....	844-551-6032

Proches-Aidants

L'Antr'Aidant (soutien psychosocial)	579-888-0211
Répit, Bien-être (répit, soutien)	450-224-2657
Maison Aloïs Alzheimer.....	450-660-6225

Santé mentale

Échelon des PDH	450-745-0133
Halte des proches.....	800-663-0659

SERVICES GOUVERNEMENTAUX

Canada

Assurance emploi	800-808-6352
Passeport Canada	800-567-6868
Pension, sécurité, vieillesse	800-277-9915
Services Canada	800-622-6232

Québec

Aide juridique	450-436-5712
Bureau d'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
Tribunal administratif du logement	800-683-2245
Services Québec	877-644-4545
Société assurance automobile	800-361-7620
Société d'habitation (SHQ)	800-463-4315