

# GUIDE D'ACCÈS SANTÉ ET SERVICES SOCIAUX 2013



**CSSS**  
du SUD de LANAUDIÈRE

Le Centre de santé et de services sociaux (CSSS) du Sud de Lanaudière a pour mission d'améliorer l'état de santé et le bien-être de la population des MRC Les Moulins et de L'Assomption en collaboration avec les ressources du milieu.

Il regroupe les installations suivantes :

<b>Hôpital Pierre-Le Gardeur</b>	<b>450 654-7525 ou 1 888 654-7525</b>
<b>Pavillon Desrosiers-Langlois</b>	<b>450 470-2670</b>
<b>CLSC Lamater</b>	<b>450 471-2881</b>
<b>CLSC Meilleur</b>	<b>450 654-9012</b>
<b>Centre d'hébergement des Deux-Rives</b>	<b>450 585-4884</b>
<b>Centre d'hébergement de L'Assomption</b>	<b>450 589-2101</b>
<b>Centre Alexandre-Archambault</b>	<b>450 582-8705</b>
<b>Centre multivocationnel Claude-David</b>	<b>450 654-7229</b>

Votre *Guide d'accès santé* présente les principaux services sociaux et de santé offerts dans la région et la façon d'y accéder.

**Conservez-le !**

[www.csss.sudlanaudiere.ca](http://www.csss.sudlanaudiere.ca)

[www.facebook.com/CSSSudLanaudiere](https://www.facebook.com/CSSSudLanaudiere)

**NUMÉRO SANS FRAIS**  
**CSSS DU SUD DE LANAUDIÈRE**  
**1 888 654-7525**

Centre de santé et de services sociaux  
 du Sud de Lanaudière

*Le Guide d'accès santé est une réalisation du Service des communications du CSSS du Sud de Lanaudière en collaboration avec les directions.*

*© Centre de santé et de services sociaux du Sud de Lanaudière*

*Photos : Shutterstock*

*Le masculin est utilisé sans préjudice dans le seul but d'alléger la lecture.*

*Le Guide est disponible au [www.csss.sudlanaudiere.ca](http://www.csss.sudlanaudiere.ca).*

*Les données de ce guide, qui étaient valides au moment de sa production, en juin 2013, sont sujettes à changement.*

*Conception graphique : Urbain communications, [www.urbaincom.com](http://www.urbaincom.com)*

# TABLE DES MATIÈRES

Centres de prélèvement	4
Centrales de rendez-vous	4
Vaccination contre la grippe	4
Carte d'assurance maladie	4
Enfants, jeunes et familles	6
Pour tous	10
Cliniques médicales de la MRC de L'Assomption	13
Liste des installations du CSSS	14-15
Cliniques médicales de la MRC Les Moulins	16
Aînés et personnes en perte d'autonomie	18
Votre satisfaction	21
Être bénévole	22
Une fondation pour aider	23
Numéros utiles	24
Recherche d'un médecin de famille	28

# OÙ ALLER

## **CENTRES DE PRÉLÈVEMENTS SANS RENDEZ-VOUS**

Du lundi au vendredi de 6 h 15 à 9 h 45.  
Fermés les jours fériés.

**3195, boul. de la Pinière, Terrebonne**  
**450 471-2881**

**1124, boul. Iberville, bureau 200, Repentigny**  
**450 654-1023, composez le 1**

## **CENTRALES DE RENDEZ-VOUS**

Si vous devez prendre rendez-vous pour un service dans l'une de nos installations, voici les coordonnées de nos centrales de rendez-vous :

**CLSC Lamater : 450 471-2883**

**CLSC Meilleur : 450 654-3879**

**Hôpital Pierre-Le Gardeur : 450 581-3020**

## **VACCINATION CONTRE LA GRIPPE**

La vaccination est un bon moyen de se prémunir contre la grippe et le pneumocoque. Chaque automne, le vaccin est offert gratuitement à la clientèle à risque.

Surveillez les annonces dans votre journal local ou visitez le [www.csss.sudlanaudiere.ca](http://www.csss.sudlanaudiere.ca).

## **RENOUVELLEMENT D'UNE CARTE D'ASSURANCE MALADIE**

Dans le cas où le renouvellement de votre carte d'assurance maladie n'est pas jumelé avec celui d'un permis de conduire, vous pouvez faire authentifier votre carte en vous présentant à l'accueil de votre CLSC. Assurez-vous d'avoir tous les documents requis.

- 193, boul. Lacombe, Repentigny (secteur Le Gardeur)
- 1317, boul. des Seigneurs, Terrebonne

**Régie de l'assurance maladie du Québec :**  
**514 864-3411 ou [www.ramq.gouv.qc.ca](http://www.ramq.gouv.qc.ca)**



# ENFANTS, JEUNES ET FAMILLES

Enfants, adolescents ou parents, vous êtes accueillis par des professionnels désireux de vous apporter aide, soins, écoute et vous diriger, au besoin, vers la ressource la plus appropriée.

*Important : Le Code civil précise que les jeunes de 14 ans et plus peuvent obtenir, en toute confidentialité, des services de santé. L'autorisation des parents n'est pas requise.*

## RENCONTRES PRÉNATALES

Offertes par des organismes du milieu, les rencontres prénatales préparent les parents à bien vivre la période de la grossesse et de la naissance ainsi que les premiers jours de la vie de leur enfant. Des frais d'inscription sont demandés.

### MRC Les Moulins

**Carrefour familial des Moulins : 450 492-1257**

### MRC de L'Assomption

**Centre RE-Naissance : 450 474-1164**

Il est possible de visiter le secteur de la natalité de l'hôpital Pierre-Le Gardeur avant l'accouchement. Cette visite est prévue dans le programme des rencontres prénatales. Si vous n'y êtes pas inscrit, il est tout de même possible d'effectuer la visite. Pour obtenir un rendez-vous : **450 654-7525, poste 12156**

## CARNET DE GROSSESSE

Au cours de la première visite de la future maman chez le médecin accoucheur, celui-ci lui remet un carnet de grossesse et un questionnaire qui permet de mieux cibler les besoins et les attentes de la famille. Ayez-le à chacune de vos visites !

## PROGRAMME DE SUPPLÉMENT OLO

Le programme OLO (œuf + lait + orange) vise à favoriser la naissance de bébés en santé en aidant les femmes enceintes à faible revenu à bien s'alimenter. Pour en savoir davantage, communiquez avec votre CLSC.

**CLSC Lamater : 450 471-2881, poste 4064**

**CLSC Meilleur : 450 654-7229, poste 61210**

## VISITES POSTNATALES

Tous les nouveaux parents du territoire reçoivent la visite d'une infirmière dans les 24 h à 72 h suivant le retour à domicile pour s'assurer que tout se déroule bien, apporter du soutien à l'allaitement et répondre aux questions.

## VACCINATION

Le CLSC offre les vaccins inscrits au calendrier de vaccination préventive de votre enfant. Pour les 0-4 ans, vous devez prendre rendez-vous :

**CLSC Lamater : 450 471-2883**

**CLSC Meilleur : 450 654-3498**

La vaccination des enfants des niveaux primaire et secondaire est effectuée en CLSC ou, pour les programmes provinciaux, par l'équipe d'infirmières en milieu scolaire.

## SERVICES POUR NOURRISSONS ET JEUNES ENFANTS

Si vous êtes parent d'un nouveau-né ou d'un jeune enfant, votre CLSC peut vous aider durant cette période d'adaptation en vous offrant :

- suivi personnalisé aux parents en situation difficile;
- services de consultation en psychologie, nutrition, orthophonie, psychoéducation, travail social, soins infirmiers et éducation spécialisée.

## DÉVELOPPEMENT DE L'ENFANT

- Vous êtes inquiet du développement de votre enfant (motricité, communication, socialisation) ? Votre CLSC peut vous aider en offrant des services d'orthophonie, d'ergothérapie ou de psychoéducation.
- La clinique régionale d'évaluation du développement de l'enfant de Lanaudière (CRÉDEL) a pour mission d'offrir des services d'évaluation diagnostique pour la clientèle des 0-5 ans. Informez-vous auprès de votre médecin ou de votre CLSC.

# ENFANTS, JEUNES ET FAMILLES

## DEUIL PÉRINATAL

À la suite d'une grossesse interrompue, vous avez de la difficulté à surmonter votre peine et reprendre vos activités? Un service adapté à vos besoins est offert.

**CLSC Lamater : 450 471-2881, poste 4249**

**CLSC Meilleur : 450 654-9012**

## SERVICES PSYCHOSOCIAUX ET SANTÉ MENTALE

Les services psychosociaux du CLSC peuvent vous accompagner si vous éprouvez des difficultés sur le plan familial : relations parents-enfants, relations parents-adolescents, problèmes de comportement ou d'adaptation sociale de l'enfant.

Si la problématique est associée à un trouble de santé mentale qui nuit au fonctionnement de votre enfant au quotidien, une équipe multidisciplinaire vous apportera conseils, soutien ou vous dirigera vers la ressource adéquate.

**Accès-Liaison-Jeunesse**  
**450 471-2951**

## DÉFICIENCE PHYSIQUE, INTELLECTUELLE ET TROUBLES ENVAHISSANTS DU DÉVELOPPEMENT

Des services pour vous et votre proche sont offerts par le CLSC : évaluation globale de vos besoins, soutien psychosocial, aide à la recherche de ressources de répit ou d'hébergement, référence.

## SERVICES INTÉGRÉS EN PÉRINATALITÉ ET PETITE ENFANCE (SIPPE)

Ces services s'adressent aux futurs parents et aux familles :

- Dont la femme enceinte ou la mère a moins de 20 ans, n'a pas terminé son secondaire 5 OU ayant un faible revenu;
- Dont la femme enceinte ou la mère a plus de 20 ans, n'a pas terminé son secondaire 5 ET ayant un faible revenu.

Un suivi est offert aux parents et aux enfants selon les besoins exprimés. L'équipe est composée de différents professionnels de la santé qui travaillent en partenariat avec les organismes communautaires et les services de garde de la communauté.

**CLSC Lamater : 450 471-2881, poste 4064**

**CLSC Meilleur : 450 654-7229, poste 61210**

## SERVICES EN MILIEU SCOLAIRE

Une gamme variée de services est offerte par les CLSC en collaboration avec le milieu scolaire.

**Au primaire :** services psychosociaux, vaccination 4<sup>e</sup> année, activités de groupe sur les saines habitudes de vie, sexualité et sécurité, vaccination préscolaire en CLSC, services d'hygiénistes dentaires, dépistage des jeunes à risque de carie et pose de scellant.

**Au secondaire :** vaccination 3<sup>e</sup> secondaire, dépistage d'infections transmissibles sexuellement et par le sang (ITSS), pilule du lendemain, test de grossesse, contraception, prévention/cessation du tabagisme et services psychosociaux.

## CLINIQUES DES JEUNES DE 12-21 ANS

La clinique des jeunes offre des services de soins infirmiers, médicaux et psychosociaux gratuits et confidentiels : contraception et test de grossesse, pilule du lendemain, interruption volontaire de grossesse (information et référence), test de dépistage d'ITSS (traitement et suivi), vaccination, problèmes personnels (écoute, suivi et référence).

Les consultations en soins infirmiers et psychosociales se tiennent avec ou sans rendez-vous.

Les consultations médicales nécessitent un rendez-vous.

Pour connaître les heures d'ouverture :

**Clinique des jeunes du CLSC Lamater**  
**1273, boul. des Seigneurs, Terrebonne**  
**450 471-2885**

**Clinique des jeunes du CLSC Meilleur**  
**1124, boul. Iberville, Repentigny**  
**450 654-1023**

## SERVICES AUX VICTIMES D'ABUS SEXUEL

Le CSSS du Sud de Lanaudière est le centre désigné régionalement pour offrir des services de suivi médical et de soutien psychosocial aux victimes d'abus sexuels de 0-17 ans et leur famille. L'équipe est composée d'un médecin, d'une infirmière et d'un travailleur social.

**450 654-1023, poste 257 ou 1 866 423-2287**

# POUR TOUS

Le personnel du CSSS du Sud de Lanaudière a le souci de vous offrir son expertise pour établir un diagnostic, donner des soins ou un soutien psychosocial.

## HÔPITAL PIERRE-LE GARDEUR

L'hôpital offre des services médicaux d'urgence, des soins en santé physique pour adultes et enfants, une gamme variée d'examen diagnostiques, de la chirurgie générale et spécialisée, de la psychiatrie ainsi que des services de réadaptation.

### Hôpital Pierre-Le Gardeur

**911, montée des Pionniers  
Terrebonne (secteur Lachenaie)**

**450 654-7525  
1 888 654-7525**

Stationnement payant.

## HORAIRE DES VISITES

L'horaire des visites aux patients, en vigueur pour la majorité des secteurs de l'hôpital, est le suivant :

tous les jours de 11 h à 20 h 30, sauf dans les secteurs : soins critiques, unité de chirurgie et chirurgie d'un jour, natalité, pédiatrie, soins palliatifs. Il est préférable de se renseigner avant de se déplacer :

**www.csss.sudlanaudiere.ca (section hospitalisation)**

**1 888 654-7525**

Les visiteurs doivent être âgés de 14 ans et plus.

## CLINIQUES SPÉCIALISÉES - HÔPITAL

- Centre d'oncologie adulte : traitements de chimiothérapie.
- Suppléance rénale : services de dialyse traditionnelle et semi-autonome et cliniques de prévention de l'insuffisance rénale.
- Clinique du diabète : traitement de la maladie et enseignement.
- Clinique MPOC : enseignement et conseils sur la maladie pulmonaire obstructive chronique.
- Cliniques spécialisées en pédiatrie – Pavillon Desrosiers-Langlois **450-470-2670 ou 1 888 654-7525**

## CLINIQUES SPÉCIALISÉES - CLSC

- Centre d'abandon du tabagisme : aide et soutien pour cesser de fumer  
**CLSC Lamater : 450 471-2881, poste 4311  
CLSC Meilleur : 450 654-9012, poste 344**
- Centre d'enseignement de l'asthme : pour mieux maîtriser la maladie  
**CLSC Lamater : 450 471-2881, poste 4152  
CLSC Meilleur : 450 654-9012, poste 344**
- Interruption volontaire de grossesse : accueil, information et référence
- Dépistage des infections transmissibles sexuellement ou par le sang (ITSS) :
  - **1317, boul. des Seigneurs, Terrebonne  
Mardi de 17 h à 20 h**
  - **193, boul. Lacombe, Repentigny (secteur Le Gardeur)  
Sur rendez-vous : 450 654-3879**

## SERVICES AUX VICTIMES D'AGRESSION SEXUELLE

Des infirmières et des travailleurs sociaux de l'hôpital Pierre-Le Gardeur sont formés pour accueillir et accompagner les victimes d'agression sexuelle et procéder aux prélèvements requis avec respect et en toute confidentialité. Les victimes sont ensuite dirigées vers les ressources appropriées.

Services d'aide spécialisés aux victimes d'abus sexuel, âgées de 0 à 17 ans, ainsi qu'à leur famille : voir page 9.

**450 654-1023, poste 257 ou 1 866 423-2287**

## MAISON DE SOINS PALLIATIFS

La Maison Adhémar-Dion, centre de soins palliatifs, a pour mission d'offrir gratuitement des services à la personne adulte en fin de vie de façon qu'elle puisse terminer ses jours paisiblement, soutenue par une équipe soignante et entourée de ses proches dans un environnement calme et chaleureux.

**4500, montée Saint-Charles, Terrebonne (secteur Lachenaie)  
450 932-0870**

# POUR TOUS

## SERVICES PSYCHOSOCIAUX ET SANTÉ MENTALE

Si vous vivez une situation difficile provoquée par une séparation, un conflit familial, un deuil ou si vous avez des pensées suicidaires, adressez-vous à votre CLSC. Selon votre situation, un intervenant vous conseillera, vous donnera de l'information ou vous dirigera vers la ressource la plus appropriée. Un soutien par des professionnels est offert si vous-même ou l'un de vos proches est touché par la maladie mentale.

**CLSC Lamater : 450 471-2881**

**CLSC Meilleur : 450 654-9012**

**En dehors des heures d'ouverture : Info-Santé 811**

Votre médecin peut vous référer au guichet d'accès aux services de santé mentale.

Pour tous services en santé mentale, votre médecin peut vous référer au **guichet d'accès en santé mentale** en télécopiant une demande de consultation au **450 471-2154**.

## ORGANISATION COMMUNAUTAIRE

Les professionnels de l'organisation communautaire interviennent dans des domaines liés à la santé ou aux services sociaux afin de :

- permettre à des groupes de citoyens ayant une problématique commune de s'organiser;
- fournir de l'aide pour la mise en place de nouvelles ressources;
- soutenir les organismes à but non lucratif existants;
- contribuer à la concertation des ressources du milieu.

**CLSC Lamater : 450 471-2881**

**CLSC Meilleur : 450 654-9012**

# CLINIQUES MÉDICALES MRC DE L'ASSOMPTION

## UNITÉ DE MÉDECINE FAMILIALE (UMF) DU CSSS DU SUD DE LANAUDIÈRE

135, boul. Claude-David  
Repentigny  
**450 654-2911**

## GMF VALMONT-BOISÉ-LANAUDIÈRE (CENTRE DE SANTÉ LANAUDIÈRE)

288, boul. Larochelle, bur. 210  
Repentigny  
**450 581-2120**

## GMF SAINT-PAUL

447, rue Saint-Paul, bur. 200  
Repentigny  
**450 585-3232**

## CLINIQUE MÉDICALE DE REPENTIGNY

520, rue Notre-Dame  
Repentigny  
**450 585-1620**

## GMF VALMONT-BOISÉ-LANAUDIÈRE (CLINIQUE MÉDICALE DU BOISÉ)

275-A, rue Paradis, porte 6  
Repentigny  
**450 470-1300**

## GMF DE L'ASSOMPTION CONSEILS, PRÉVENTION ET VACCINATION

**Téléphonez avant de vous déplacer afin de connaître les modalités de consultation sans rendez-vous.**

## GMF LE GARDEUR (CLINIQUE MÉDICALE LE GARDEUROIS)

155, boul. Lacombe, bur.130  
Repentigny, secteur Le Gardeur  
**450 582-5551**

## GMF VALMONT-BOISÉ-LANAUDIÈRE (CLINIQUE MÉDICALE VALMONT)

783, rue Notre-Dame, bur. 101  
Repentigny  
**450 582-1260**

## GMF DE L'ASSOMPTION (CLINIQUE MÉDICALE DE L'ASSOMPTION)

814, boul. L'Ange-Gardien  
bur. 201, L'Assomption  
**450 589-5778**

## CLINIQUE MÉDICALE DE L'ÉTOILE

16, rue Leblanc, bur. 103  
L'Épiphanie  
**450 588-7588**

## CLINIQUE SANTÉ-VOYAGE

504, rue Notre-Dame, bur. 220  
Repentigny  
**450 582-2066**

## CENTRE RÉGIONAL DE PRÉVENTION VOYAGE

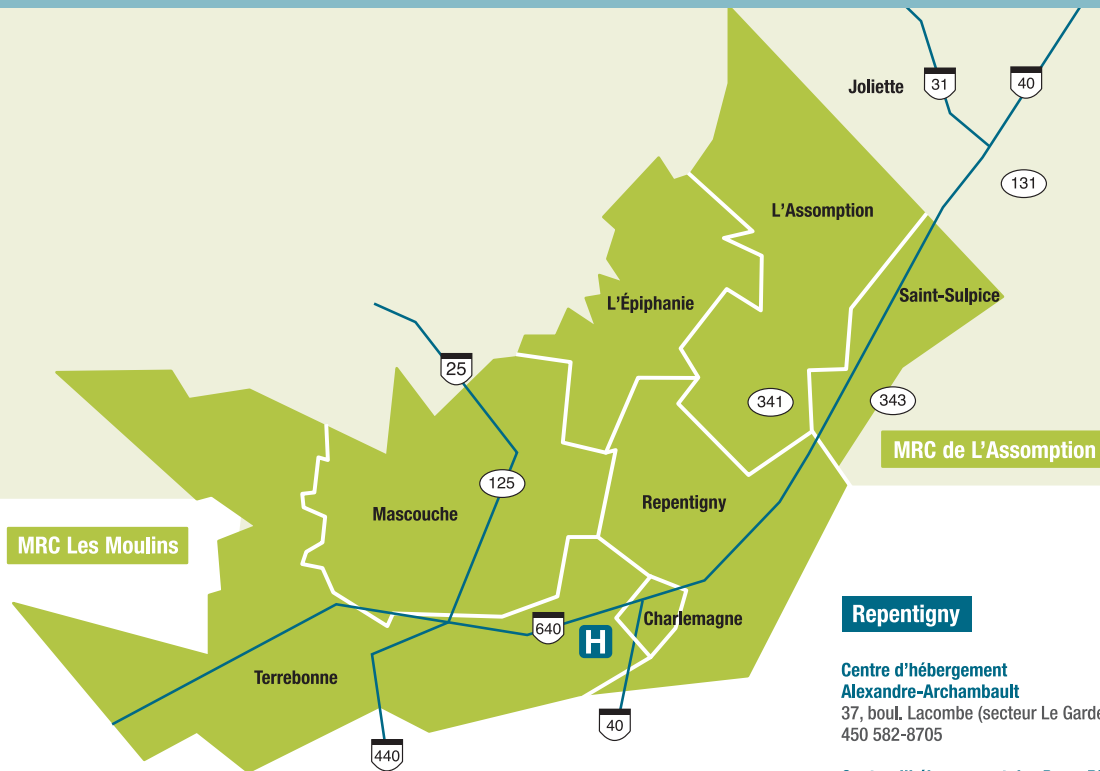
**450 721-2121**

- **CLINIQUE MÉDICALE DU BOISÉ**

275-A, rue Paradis, porte 6  
Repentigny

- **GMF DE L'ASSOMPTION**

814, boul. L'Ange-Gardien  
L'Assomption



## Terrebonne

### CLSC Lamater

Site - 1317, boul. des Seigneurs  
450 471-2881

### CLSC Lamater

Site - 2099, boul. des Seigneurs  
450 471-2881

### CLSC Lamater

Site - 2075, boul. des Seigneurs  
450 471-2881

### CLSC Lamater

Site - 1273, boul. des Seigneurs  
450 471-2885

### Clinique externe Les Moulins

1355, boul. Grande-Allée, bureau 101  
450 964-6418

### Hôpital de jour du CSSS du Sud de Lanaudière

1355, boul. Grande-Allée, bureau 101  
450 964-6418

### Soutien d'intervention variable

1355, boul. Grande-Allée, bureau 101  
450 585-9010

### Hôpital Pierre-Le Gardeur

911, montée des Pionniers  
450 654-7525 • 1 888 654-7525

### CSSS du Sud de Lanaudière

#### Centre administratif

911, montée des Pionniers  
450 654-7525 • 1 888 654-7525

### Centre de prélèvements

3195, boul. de la Pinière  
450 471-2881

### Pavillon Desrosiers-Langlois

821, rue de la Sœur-Marie-Rose  
450 470-2670

## MRC Les Moulins

## Charlemagne

### Clinique externe de Charlemagne

100, rue Grenier, bureau 203  
450 585-9010

### SIME

100, rue Grenier, bureau 103  
450 585-9083

### Soutien d'intervention variable

100, rue Grenier, bureau 203  
450 585-9010

## L'Épiphanie

### CLSC Meilleur

Site - 16, rue Leblanc, bureau 200  
450 588-7231

## L'Assomption

### Centre d'hébergement de L'Assomption

410, boul. L'Ange-Gardien  
450 589-2101

### Centre de jour L'Escale

(point de service de L'Assomption)  
410, boul. L'Ange-Gardien  
450 589-2101

## Repentigny

### Centre d'hébergement Alexandre-Archambault

37, boul. Lacombe (secteur Le Gardeur)  
450 582-8705

### Centre d'hébergement des Deux-Rives

250, boul. Brien  
450 585-4884

### Centre multivocational Claude-David

135, boul. Claude-David  
450 654-7229

### Centre de jour L'Escale (point de service Repentigny)

250, boul. Brien  
450 585-4884

### CLSC Meilleur

Centre de prélèvements  
Site - 1124, boul. Iberville, bureau 200  
450 654-1023

### CLSC Meilleur

Site - 193, boul. Lacombe (secteur Le Gardeur)  
450 654-9012

### Unité de médecine familiale

### Centre multivocational Claude-David

135, boul. Claude-David  
450 654-2911

# CLINIQUES MÉDICALES MRC LES MOULINS

## **CENTRE MÉDICAL LAURIER**

5661, boul. Laurier  
Terrebonne, secteur La Plaine  
**450 477-5364**

## **CLINIQUE MÉDICALE DU VIEUX TERREBONNE**

883, rue Saint-Pierre  
Terrebonne  
**450 964-9111**

## **CENTRE MÉDICAL SAINT-LOUIS**

900, boul. Moody, bur. 100  
Terrebonne  
**450 471-1212**

## **CLSC LAMATER**

1317, boul. des Seigneurs  
Terrebonne  
**450 471-2915**

## **CENTRE MÉDICAL SAINT-CHARLES**

1740, boul. Saint-Charles, bur. 102  
Terrebonne, secteur Lachenaie  
**450 492-2277**

## **GMF POLYCLINIQUE MÉDICALE PIERRE-LE GARDEUR CLINIQUE RÉSEAU**

1000, montée des Pionniers,  
bur. 300  
Terrebonne, secteur Lachenaie  
**450 657-1313**

## **GMF DES SEIGNEURS POLYCLINIQUE MÉDI- CALE DE TERREBONNE**

901, boul. des Seigneurs,  
bur. 201  
Terrebonne  
**450 471-2252 ou  
450 471-1117**

## **VIVACITÉ**

1419, boul. Grande-Allée  
Terrebonne, secteur Lachenaie  
**450 471-7066**

## **CENTRE MÉDICAL LA PINIÈRE**

3395, boul. de la Pinière,  
bur. 100,  
Terrebonne  
**450 477-2683**

## **CLINIQUE MÉDICALE DE HAUTEVILLE**

4435, boul. de Hauteville  
Terrebonne  
**450 492-3153**

## **GMF CLINIQUE MÉDICALE MASCOCHE**

1025, montée Masson, bur. 100  
Mascouche  
**450 474-6000**

## **GMF MÉDI-CENTRE MASCOCHE**

880, montée Masson, bur. 100  
Mascouche  
**450 474-2493**

## **CLINIQUE SANTÉ VOYAGE HORIZON**

2225, chemin Gascon  
Terrebonne, secteur Lachenaie  
**450 471-1047**

## **CENTRE RÉGIONAL DE PRÉVENTION VOYAGE**

1000, montée des Pionniers  
bur. 310  
Terrebonne, secteur Lachenaie

## **CLINIQUES DU VOYAGEUR**

## **CONSEILS, PRÉVENTION ET VACCINATION**

Téléphonez avant de vous  
déplacer afin de connaître  
les modalités de consultation  
sans rendez-vous.



# AÎNÉS ET PERSONNES EN PERTE D'AUTONOMIE

Qu'il s'agisse d'une perte d'autonomie temporaire ou permanente, une évaluation de vos besoins permettra de trouver les services adaptés à votre situation.

## SOUTIEN À DOMICILE

Les services de soutien à domicile sont offerts aux personnes vivant dans leur milieu naturel qui présentent des incapacités temporaires ou permanentes : soins infirmiers et médicaux, réadaptation, nutrition, inhalothérapie, consultation psychosociale, prévention des chutes, soins d'hygiène, aide aux repas, prêt d'équipement, etc.

La demande de services de soutien à domicile doit être adressée au guichet d'accès SAD par vous-même, votre médecin de famille ou l'hôpital.

### Guichet d'accès soutien à domicile (SAD)

**450 654-CLSC (2572)**

**1 855 692-CLSC (2572)**

## CENTRE DE JOUR

Le centre de jour offre des services de réadaptation, de répit et de maintien des acquis : traitements individuels de physiothérapie et d'ergothérapie, activités de groupe tels que des ateliers de mémorisation, d'exercices physiques ou de relaxation, ou s'adressant à des clientèles particulières (Parkinson, arthrite-arthrose, diabète).

La demande d'évaluation pour obtenir des services en centre de jour doit être adressée au guichet d'accès SAD.

## RÉPIT AUX PROCHES AIDANTS

Les ressources de répit aux proches aidants sont offertes en semaine, de jour et de soir, ainsi que le samedi. Elles s'adressent aux proches d'une clientèle de tous âges présentant des incapacités temporaires ou permanentes.

Le répit peut être offert sous diverses formes : hébergement temporaire de la personne en perte d'autonomie, octroi d'une subvention de répit-gardiennage, services d'aide à domicile, activités en centre de jour.

Information : guichet d'accès SAD - voir p.18

## AIDE DOMESTIQUE

Des entreprises d'économie sociale de la région offrent des services d'aide domestique comprenant l'entretien ménager léger ou lourd (grand ménage), la lessive, la préparation de repas ainsi que les courses. Selon votre situation, vous pourriez bénéficier d'une exonération financière vous permettant d'obtenir ces services à moindre coût.

Information : guichet d'accès SAD - voir p.18

## HÉBERGEMENT

Les ressources d'hébergement offrent un milieu de vie aux personnes adultes ou âgées qui, en raison d'une perte d'autonomie, ne peuvent plus demeurer à domicile malgré le soutien de leur entourage. Selon les besoins de la personne, il peut s'agir :

- d'un centre d'hébergement dans le cas d'une perte sévère d'autonomie;
- d'une ressource intermédiaire ou de type familial dans le cas d'une perte d'autonomie légère ou moyenne.

La demande d'évaluation pour obtenir des services en ressources d'hébergement doit être adressée au guichet d'accès SAD. Voir page 18.



# VOTRE SATISFACTION EST IMPORTANTE

Le CSSS du Sud de Lanaudière met tout en œuvre pour offrir des soins et des services de qualité à sa clientèle. Dans l'éventualité où vous seriez insatisfait d'un service, vous pouvez, dans un premier temps, faire part de vos commentaires et réflexions à la personne responsable du service concerné.

Si vous n'obtenez pas satisfaction, communiquez avec le commissaire local aux plaintes et à la qualité.

Le commissaire lui-même ou les organismes suivants peuvent vous aider à formuler votre plainte.

## COMMISSAIRE LOCAL AUX PLAINTES ET À LA QUALITÉ

CSSS du Sud de Lanaudière  
911, montée des Pionniers  
Terrebonne (Québec) J6V 2H2

**450 654-7525, poste 23666**

**1 888 654-7525**

**commissaire@cssssl.ca**

**Télécopieur : 450 654-8656**

## ORGANISMES D'ACCOMPAGNEMENT

Comité des usagers du CSSS du Sud de Lanaudière  
(ou le comité des résidents s'il s'agit d'une plainte en lien avec l'hébergement)

**450 654-7229, poste 61010**

**[www.cdulanaudieresud.ca](http://www.cdulanaudieresud.ca)**

Centre d'assistance et d'accompagnement  
(CAAP Lanaudière)

**1 800 882-5622**

# ÊTRE BÉNÉVOLE

## UNE PRÉSENCE INESTIMABLE

Le CSSS du Sud de Lanaudière est fier de pouvoir compter sur une équipe de 400 bénévoles; des gens de cœur animés du désir de rendre service par diverses actions dont l'accompagnement, les visites d'amitié, l'aide aux activités de loisirs, la décoration, la pastorale et plusieurs autres. Vous disposez de quelques heures et possédez une bonne capacité d'écoute? Votre présence comme bénévole en ressources d'hébergement, en centre de jour ou à l'hôpital serait grandement appréciée.

# Merci!

450 654-7525, poste 10138

# PARTICIPEZ À L'EFFET PAPILLON!

La mission de la Fondation du CSSS du Sud de Lanaudière est de recueillir des dons pour l'achat d'équipements médicaux et la réalisation de projets rassembleurs qui permettront d'améliorer l'offre de service et l'état de santé des résidents desservis par le CSSS du Sud de Lanaudière. Nous oeuvrons de façon complémentaire au financement public.

La Fondation a été créée en 1989 et a amassé près de 24 M\$ à ce jour.



**Fondation**

du CSSS du Sud de Lanaudière  
■ Hôpital Pierre-Le Gardeur

## FONDATION DU CSSS DU SUD DE LANAUDIÈRE

911, montée des Pionniers, local B1-024  
Terrebonne (secteur Lachenaie)

450 654-7525, poste 21115

Télec. : 450 657-9974

[www.effetpapillon.ca](http://www.effetpapillon.ca)

[fondation@csss.ca](mailto:fondation@csss.ca)

# NUMÉROS UTILES

## ÉDUCATION COUP-DE-FIL

Service téléphonique de consultation professionnelle pour tous les membres de la famille et l'entourage des jeunes

514 525-2573 ou 1 866 329-4223

## LIGNE PARENTS

Service téléphonique spécialisé dans les relations parents-enfants  
Pour les parents seulement

514 288-5555 ou 1 800 361-5085

## PROTECTION DE LA JEUNESSE

Pour tout signalement au Directeur de la protection de la jeunesse (DPJ) ou pour un soutien en cas de crise familiale

1 800 665-1414

## CENTRES JEUNESSE DE LANAUDIÈRE

Services spécialisés visant à assurer la protection de l'enfant, permettre sa réadaptation ou favoriser sa responsabilisation

450 756-4555 ou 1 800 229-1152

## HÔPITAL SAINTE-JUSTINE

514 345-4931

[www.chu-sainte-justine.org](http://www.chu-sainte-justine.org)

## HÔPITAL DE MONTRÉAL POUR ENFANTS

514 412-4400 / [www.hopitalpourenfants.com](http://www.hopitalpourenfants.com)

## TEL-JEUNES

Service d'écoute, d'orientation et de référence accessible en tout temps

514 288-2266 ou 1 800 263-2266 / [www.teljeunes.com](http://www.teljeunes.com)

## SERVICES DE CRISE DE LANAUDIÈRE

Pour adultes vivant une situation de détresse psychologique

1 800 436-0966

## TEL-AIDE

Service d'écoute gratuit et confidentiel pour personnes en détresse, disponible 24/7

514 935-1101

## ALCOCHOIX +

Programme de prévention pour adultes préoccupés par leur consommation d'alcool

CLSC Meilleur : 450 654-9012\*

CLSC Lamater : 450 471-2881\*

\*demandez l'aide psychosocial

## ALCOOLIQUE ANONYMES

450 560-3902

[www.aa90.org](http://www.aa90.org)

## CENTRE DE RÉADAPTATION EN DÉPENDANCE DE LANAUDIÈRE

Centre de réadaptation en toxicomanie

Terrebonne : 450 492-7444

Repentigny : 450 657-0071

## LE BOUCLIER

Adaptation et réadaptation en déficience physique

1 800 363-2783

## LA MYRIADE

Adaptation et réadaptation en déficience intellectuelle et troubles envahissants du développement

1 877 753-9622

## GROSSESSE SECOURS

Service de soutien et d'information aux femmes enceintes et aux nouvelles mamans

514 271-0554

## SOS VIOLENCE CONJUGALE

1 800 363-9010

## CENTRE DE PRÉVENTION DU SUICIDE DE LANAUDIÈRE

24/7

1 866 APPELLE (ligne d'intervention partout au Québec)

## LIGNE AIDE ABUS AÎNÉS

1 888 489-ABUS

## TEL-AÎNÉS

Service d'écoute, de référence et de prévention à l'intention des aînés et de leurs proches

514 353-2463

## LA LIGNE J'ARRÊTE

1 866 527-7383

[www.jarrete.qc.ca](http://www.jarrete.qc.ca) / [www.defitabac.qc.ca](http://www.defitabac.qc.ca)

Une liste des organismes communautaires œuvrant dans le secteur de la santé et des services sociaux de la région est disponible dans la section « Organisation communautaire » du site : [www.csss.sudlanaudiere.ca](http://www.csss.sudlanaudiere.ca). Votre CLSC peut également vous renseigner.

# Optez pour de saines habitudes DE VIE



L'adoption de saines habitudes de vie contribue à une meilleure santé physique et psychologique. Bouger, manger mieux et éliminer le tabac et la fumée secondaire... De bonnes habitudes à adopter!



# Tout neuf, tout beau... et tout près!

Un environnement jeune où l'on valorise une approche humaine.

Le CSSS du Sud de Lanaudière regroupe 19 installations dont l'hôpital Pierre-Le Gardeur, le plus récent au Québec, le nouveau Pavillon Desrosiers-Langlois, plusieurs CLSC enracinés dans la communauté, des centres d'hébergement nouvellement construits ou réaménagés.

## POSTES DISPONIBLES POUR :

- » personnel en soins infirmiers
- » professionnels de la santé
- » personnel administratif

## POSTULEZ EN LIGNE!

[www.csss.sudlanaudiere.ca](http://www.csss.sudlanaudiere.ca) – section carrières  
ou par courriel : [recrutement@cssssl.ca](mailto:recrutement@cssssl.ca)

 [www.facebook.com/CSSSSudLanaudiere](https://www.facebook.com/CSSSSudLanaudiere)



Photo : Jean-Guy Paradis

# BESOIN D'AIDE ?

Vous êtes inquiet de votre santé ou de celle d'un proche ?

## INFO SANTÉ 811

24 heures sur 24, 7 jours sur 7  
La ligne Info-Santé peut vous aider.  
Une infirmière répondra à vos questions.  
Des intervenants sociaux sont également disponibles.

## CLINIQUES MÉDICALES

Vous souhaitez voir un médecin ?

Les cliniques médicales et les groupes de médecine de famille (GMF) peuvent vous accueillir.  
Consultez la liste des cliniques aux pages 13 et 16.  
Avant de vous présenter, téléphonez pour vérifier les modalités de consultation sans rendez-vous.

## URGENCE

Si l'infirmière d'Info-Santé vous recommande de vous présenter à l'urgence ou si vous jugez que votre état de santé requiert des soins d'urgence, présentez-vous à l'hôpital Pierre-Le Gardeur au 911, montée des Pionniers à Terrebonne (secteur Lachenaie).

Votre état de santé sera évalué, et on vous attribuera un code de priorité selon la gravité de votre cas.

Pour toute autre urgence, composez le 911.

## RECHERCHE D'UN MÉDECIN DE FAMILLE

GUICHET D'ACCÈS

Formulaire en ligne : [www.csss.sudlanaudiere.ca](http://www.csss.sudlanaudiere.ca)  
ou 450 654-9012, poste 690

*L'accès à un médecin de famille tient compte de critères de vulnérabilité et de la disponibilité des médecins.*

