

MRC de Deux-Montagnes  
y vivre, y travailler

# Guide du nouvel arrivant



Avec la participation financière de :

Québec 

  
ACCES ACCUEIL ACTION  
Basses-Laurentides pour l'immigration



## MRC de Deux Montagnes y vivre, y travailler



Tourisme Basses-Laurentides- Saint-Eustache

# TABLE DES MATIÈRES

BIENVENUE DANS LA MRC DE DEUX MONTAGNES	4
.....	.....
PORTRAIT DU TERRITOIRE	4
.....	.....
DÉCOUVREZ NOTRE DÉCLARATION POUR LE VIVRE ENSEMBLE	6
.....	.....
ACCUEIL DES NOUVEAUX ARRIVANTS ET DES PERSONNES	7
.....	.....
ISSUES DE LA DIVERSITÉ	.....
.....	.....
ÉTUDES	8
.....	.....
EMPLOI ET INSERTION PROFESSIONNELLE	9
.....	.....
PROJETS D'AFFAIRES	11
.....	.....
LOGEMENT	15
.....	.....
LOISIRS, ACTIVITÉS ET CULTURE	15
.....	.....
BÉNÉVOLAT	19
.....	.....
ORGANISMES GOUVERNEMENTAUX	20
.....	.....
TRANSPORT	20
.....	.....
SERVICE DE GARDE	21
.....	.....
SANTÉ ET SERVICES SOCIAUX	21
.....	.....
AIDE, ÉCOUTE ET RÉFÉRENCES	22



Tourisme Basses-Laurentides  
Sainte-Marthe-sur-le-Lac



## Bienvenue dans la MRC de Deux-Montagnes

Ce guide s'adresse à vous, nouveaux arrivants, afin de faciliter votre découverte et votre établissement sur le territoire. Vous y trouverez de l'information utile sur l'offre de formations et services éducatifs, la recherche d'emploi, les projets d'affaires, les attraits, l'accès au service de garde, de santé et des organismes sociocommunautaires de la région. En parcourant ce guide, vous constaterez la richesse de notre collectivité et la qualité de vie qui y règne. Au plaisir de vous rencontrer et de vous accompagner dans la découverte de notre belle région.

Le conseil des maires de la MRC, l'équipe du développement économique de la MRC de Deux-Montagnes et l'équipe d'ABL Immigration

## Portrait du territoire

Située dans la région des Basses-Laurentides et plus spécifiquement dans la couronne Nord de Montréal, la MRC de Deux-Montagnes compte près de 107 500 personnes qui vivent dans les municipalités de Saint-Eustache, Deux-Montagnes, Sainte-Marthe-sur-le-Lac, Saint-Joseph-du-Lac, Pointe-Calumet, Saint-Placide et Oka incluant le territoire autochtone de Kanesatake.

Lieu de choix pour y élever une famille et y travailler, la MRC est reconnue pour son accueil chaleureux, sa qualité de vie, ses espaces naturels, la richesse de son histoire et de son patrimoine ainsi que le dynamisme de sa communauté. Selon la banque de registre des entreprises, de Statistique Canada, en 2021, on dénombrait sur le

territoire 2 738 entreprises. Il s'agit de la 3<sup>e</sup> plus grande concentration d'entreprises dans la région des Laurentides. Selon le rapport du Consortium de la communauté métropolitaine de Montréal (CMM), l'emploi local dans la région métropolitaine dans la MRC de Deux-Montagnes, en 2023, on dénombrait plus de 31 600 emplois.

### MRC de Deux-Montagnes

450-491-1818

[www.mrc2m.qc.ca](http://www.mrc2m.qc.ca)

### Oka

450-479-8333

<https://municipalite.oka.qc.ca/>

### Sainte-Marthe-sur-le-Lac

450-472-7310

<https://vsmsll.ca/>

### Saint-Joseph-du-Lac

450-623-1072

[www.sjdl.qc.ca](http://www.sjdl.qc.ca)

### Deux-Montagnes

450-473-2796

[www.ville.deux-montagnes.qc.ca](http://www.ville.deux-montagnes.qc.ca)

### Pointe-Calumet

450-473-5930

[www.pointe-calumet.ca](http://www.pointe-calumet.ca)

### Saint-Eustache

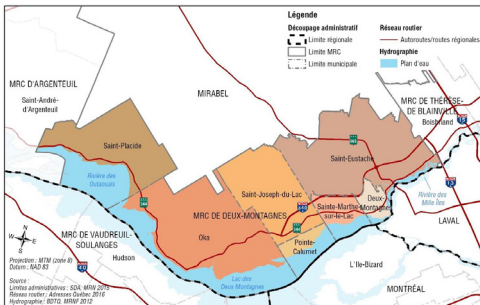
450-974-5000

[www.saint-eustache.ca](http://www.saint-eustache.ca)

### Saint-Placide

450-258-178

<https://saintplacide.ca/>



## Découvrez notre déclaration pour le Vivre-Ensemble

### La Déclaration pour le Vivre- Ensemble

- Une place pour tous dans la MRC de Deux-Montagnes résulte d'une démarche collective qui traduit la volonté du milieu de favoriser le respect de l'identité du territoire, l'inclusion sociale et économique, l'ouverture à l'autre et l'appréciation mutuelle des apports de chacun.

Face à l'évolution démographique de son territoire, la MRC de Deux-Montagnes :

Juge important de préserver le patrimoine, l'histoire et la mémoire collective de nos racines, tout en reconnaissant l'apport de la diversité ethnoculturelle au développement du territoire;

Se positionne favorablement à titre de terre d'accueil de nouvelles populations, dont, parmi elles, de plus en plus de personnes immigrantes;

Considère important de prendre en compte la diversité culturelle dans le dynamisme et la vitalité de notre collectivité;

Souhaite favoriser l'essor d'une collectivité accueillante, apprenante, solidaire et entreprenante;

A à cœur la mise en place de conditions favorables à la création d'occasions d'échanges et à l'éclosion de projets collectifs;

Est convaincue qu'un Vivre-Ensemble inclusif repose sur la collaboration et l'implication des élus, des décideurs, des employeurs, des intervenants, des nouveaux arrivants et de tous les citoyens.

Pour appuyer la déclaration : [www.uneplacepourtous.ca](http://www.uneplacepourtous.ca)

**UNE  
PLACE  
POUR  
TOUS**







Parc National d'Oka, Activité ABL

## Accueil des nouveaux arrivants et des personnes issues de la diversité

Vous êtes un nouvel arrivant ou une personne issue de la diversité qui demeure ou qui désire s'établir dans la MRC de Deux-Montagnes? L'équipe d'ABL Immigration est là pour vous guider! Nous vous accompagnons à chaque étape de votre installation, en vous aidant à accéder aux services essentiels et à vous intégrer pleinement à la communauté.

### **ABL Immigration**

514-570-3313

[info@abl-immigration.org](mailto:info@abl-immigration.org)

[www.abl-immigration.org](http://www.abl-immigration.org)

### **Accompagnement Québec**

1 877 864-9191

[www.quebec.ca/immigration/service-integration-personnes-immigrantes](http://www.quebec.ca/immigration/service-integration-personnes-immigrantes)

### **Caisse Desjardins**

Saint-Eustache-Deux-Montagnes (Saint-Eustache, Deux-Montagnes et Sainte-Marthe-sur-le-Lac):

450 473-6875

Lac des Deux-Montagnes (Oka, Point-Calumet, Saint-Joseph-du-Lac et Saint-Placide):

450 472-5200

[www.desjardins.com/qc/fr/offres/nouveaux-arrivants-canada.html](http://www.desjardins.com/qc/fr/offres/nouveaux-arrivants-canada.html)

**Collège des consultants en immigration et en citoyenneté**

1 877 836-7543

[www.iccrc-crcic.ca](http://www.iccrc-crcic.ca)**Centre de soutien · Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada**

1 888 242-2100

[www.cic.gc.ca](http://www.cic.gc.ca)**La Porte de l'Emploi**

Accompagnement personnalisé pour les personnes sans emploi ou éloignées du marché du travail.

50-435-4565

[www.laportedelemploi.com](http://www.laportedelemploi.com)**Ministère de l'Immigration, de la Francisation et de l'Intégration**

1 877 864-9191

[www.immigration-quebec.gouv.qc.ca](http://www.immigration-quebec.gouv.qc.ca)

## Études

Que ce soit pour inscrire vos enfants à l'école ou pour acquérir des compétences professionnelles, la MRC de Deux-Montagnes offre des formations et des services éducatifs de qualité.

**Centre de service scolaire des Mille-Îles (CSSMI)**

Formations préscolaire, primaire, secondaire, professionnelle et éducation des adultes.

450-974-7000

[www.cssmi.qc.ca](http://www.cssmi.qc.ca)**Commission scolaire Sir-Wilfrid-Laurier (anglophone)**

Formation préscolaire, primaire, secondaire, professionnelle et éducation des adultes.

450-621-5600

[www.swlauriersb.qc.ca](http://www.swlauriersb.qc.ca)



### **Centre de formation continue des Patriotes**

Formations générales aux adultes, intégration socioprofessionnelle et francisation.

450-491-4488

<https://cfcp.cssmi.qc.ca/>

### **Centre de formation Construc-Plus Vocational Centre**

Programmes de formation professionnelle de type DEP, ASP ou AEP.

450-491-8416

<https://construcplus.cssmi.qc.ca/>

### **Centre de formation professionnelle l'Émergence**

Programmes de formation professionnelle de type DEP, ASP ou AEP.

450-623-3079

<https://www.lemergence.qc.ca/>

### **Collège Lionel-Groulx**

Programmes préuniversitaires et techniques (DEC), AEC et formation continue

450-430-3120

<https://clg.qc.ca/>

## Emploi et insertion professionnelle

Trouver un emploi ou acquérir de nouvelles compétences est une étape importante de votre intégration. Voici quelques organismes qui peuvent vous soutenir dans votre démarche :



### **Au Grenier Populaire**

Accompagner et former les individus en vue de les intégrer vers le marché du travail tout en offrant à une clientèle variée des biens de seconde main à juste prix.

450-623-5891

[www.grenierpopulaire.com](http://www.grenierpopulaire.com)

### **Carrefour jeunesse-emploi de la MRC Deux-Montagnes**

Accompagner et supporter professionnellement les jeunes de 16 à 35 ans en matière d'orientation professionnelle ou scolaire, de persévérance scolaire, de projets d'entrepreneuriat, de bénévolat et de volontariat, d'éducation financière, ainsi que de développement de l'autonomie personnelle et sociale.

450-974-1635

[www.cjedm.qc.ca](http://www.cjedm.qc.ca)

### **Centre d'intégration en emploi Laurentides (CIE)**

Services d'employabilité pour les personnes immigrantes et résidents de plus de 16 ans : accompagnement personnalisé, CV, bilan de compétences, soutien au placement et suivi en emploi.

450-974-1635

[www.cjedm.qc.ca](http://www.cjedm.qc.ca)

### **Cible-Emploi**

Accompagnement dans la transition de carrière, bilan de compétences, retour en formation et recherche d'emploi.

450-473-1842

<https://cible-emploi.qc.ca/>

### **Intégration-Travail Laurentides**

Service spécialisé de main-d'œuvre (SSMO) partenaire de Services Québec. Accompagne les personnes ayant des limitations à intégrer et maintenir un emploi ou à faire un retour en formation.

450-623-0398

<https://i-tl.org/>

### **Jeunesse atout**

Offre une première expérience d'emploi aux jeunes.

450 473-0606

<https://jatout.wixsite.com/jeunesseatout>

### **La Porte de l'Emploi**

Accompagnement personnalisé pour les personnes sans emploi ou éloignées du marché du travail.

450-435-4565

[www.laportedelemploi.com](http://www.laportedelemploi.com)



## Projets d'affaires

Vous souhaitez contribuer au développement économique de la région? Que vous ayez un projet de création, de croissance ou de reprise d'entreprise, des ressources sont là pour vous soutenir.

### Service de développement économique de la MRC de Deux-Montagnes

Soutien au développement économique. Aide au démarrage et à l'expansion d'entreprises : ateliers de formation, séances d'information, aide à la rédaction d'un plan d'affaires, soutien à la relève entrepreneuriale. Financement de projet. Mentorat d'affaires.

450-491-1818

<https://mrc2m.qc.ca/nos-services/developpement-economique>

### Association pour le développement de la recherche et de l'innovation du Québec (ADRIQ)

Anime un écosystème d'entreprises et d'institutions vouées à la recherche et à l'innovation au Québec. Il s'agit d'un groupement unique et influent qui favorise les partenariats et les collaborations afin d'accélérer la commercialisation.

(514) 337-3001

[www.adriq.com](http://www.adriq.com)

### Afro-entrepreneurs

Le Fonds Afro-Entrepreneurs a pour objectif premier de favoriser la croissance d'entreprises dans tous les secteurs d'activité au sein des communautés noires du Québec. Dans cette optique, il vous offre l'accès à du financement adapté à votre réalité. Il intervient sous forme de prêts directs.

1 (888) 525-2075

[www.afro-entrepreneurs.com](http://www.afro-entrepreneurs.com)

### **Centre de formation des Nouvelles-Technologies**

Propose 9 programmes d'études : comptabilité, dessin de bâtiment, décoration intérieure et présentation visuelle, retraitement des dispositifs médicaux, secrétariat, soutien informatique, vente-conseil et lancement d'une entreprise et représentation.

450 433-5480

[www.cfnt.qc.ca](http://www.cfnt.qc.ca)

### **Chambre de commerce et d'industrie de la MRC de Deux-Montagnes**

Regroupement de gens d'affaires qui répond aux besoins de ses membres et qui voit à leurs intérêts. Visibilité, engagement et implication, accompagnement, valorisation.

450-491-1991

[www.chambrecommerce.com](http://www.chambrecommerce.com)

### **Connexion Laurentides**

Soutenu par plusieurs acteurs, dont le ministère de l'Économie et de l'Innovation, le Ministère des Affaires municipales, Desjardins Entreprises, ainsi que les sept MRC de la région et la Ville de Mirabel, Connexion Laurentides est l'Espace d'accélération et de croissance des Laurentides.

1 844 466-6838

[www.connexionlaurentides.com](http://www.connexionlaurentides.com)

### **École des entrepreneurs du Québec**

L'ÉEQ aide les entrepreneur(e)s de tous les horizons à développer leurs compétences, attitudes et aptitudes dans une formule flexible, accessible et à l'écoute des défis distincts de tout un chacun.

(514) 398-9083

[www.eequbec.com](http://www.eequbec.com)

### **Économie sociale Laurentides**

Soutien au développement des entreprises d'économie sociale des Laurentides en participant à la création des conditions favorables à ce modèle entrepreneurial.

514-972-9294

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



Tourisme Basses-Laurentides, La Maison Lavande, Saint-Eustache



Tourisme Basses-Laurentides- Abbaye d'Oka

### Entreprendre ici

Entreprendre ici est une organisation qui a pour objectif de faire croître le nombre d'entrepreneurs de la diversité ethnoculturelle pour qu'ils contribuent au développement et à la croissance économique du Québec.

1(888) 975-1420

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

### Evol

Œuvrant dans les 17 régions du Québec, Evol est une organisation qui soutient les entreprises à propriété diversifiée et inclusive qui génèrent des impacts positifs alignés sur les objectifs de développement durable de l'ONU (ODD).

1 844 523-7767

<https://www.evol.ca/>

### Fondation Lise Watier

La mission de la Fondation est de soutenir et d'encourager l'épanouissement professionnel et l'indépendance financière des femmes d'ici en leur fournissant les moyens de réaliser leur plein potentiel.

(514) 507-6881

[www.fondationlisewatier.com](http://www.fondationlisewatier.com)

### Futurpreneur

Depuis 1996, Futurpreneur a encouragé les passions entrepreneuriales des fondateurs d'entreprises en démarrage du Canada, âgés de 18 à 39 ans.

(514) 225-7035

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

### Groupe 3737

Sa mission est de créer et développer plus d'entreprises, d'organisations, d'emplois et de richesse au Canada par l'entremise de projets d'individus issus de la diversité ethnoculturelle en mettant en commun les expertises professionnelles et celles des partenaires afin d'avoir un impact économique et social significatif.

+1 877-476-3737

[www.groupe3737.com](http://www.groupe3737.com)

### **Innovation Développement Économique Saint-Eustache**

Soutien aux entreprises de Saint-Eustache dans leur vision d'investissement et leurs relations avec les services municipaux. Planification et gestion des pôles économiques de Saint-Eustache, animation économique et réseautage d'affaires.

450-974-5000

<https://www.saint-eustache.ca/affaires/ide-saint-eustache>

### **La Ruche Laurentides**

La Ruche accompagne les entrepreneur-e-s, les organisations et les citoyen-ne-s d'ici à propulser des projets porteurs qui stimulent l'économie et la vitalité du Québec et de ses régions grâce au financement participatif, aussi appelé sociofinancement.

418-286-0373

[www.laruchequebec.com](http://www.laruchequebec.com)

### **Laurentides International**

Laurentides International est un organisme régional à but non lucratif, membre de Commerce International Québec. Désignée comme porte d'entrée régionale pour les services gouvernementaux en exportation, nous offrons des services-conseils, de la formation et des activités afin de préparer et faire croître les PME des Laurentides à l'exportation.

(450) 434-7858

[www.laurentidesinternational.com](http://www.laurentidesinternational.com)

### **MicroEntreprendre Basses-Laurentides**

A pour mission d'aider les personnes exclues des milieux conventionnels de financement ou qui ont un accès limité dans leur démarche entrepreneuriale. L'organisme offre du soutien, des conseils et du financement sous forme de micro-crédit pour le démarrage de projet d'entreprise.

450-818-4830

[www.microentreprendebasseslaurentides.quebec](http://www.microentreprendebasseslaurentides.quebec)

### **Persévérance entrepreneuriale**

Soutenir les entrepreneur.e.s québécois en difficulté, via le coaching, de la formation et des ressources professionnelles concrètes.

1 833-333-7294

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

### **Service de développement économique et entrepreneuriat (SDEE)**

Soutien aux entreprises en démarrage et en croissance, accompagner et financer.

450-621-5546

[www.mrc-tdb.org](http://www.mrc-tdb.org)

### **Synergie économique Laurentides**

OBNL qui propose à sa clientèle d'affaires, institutionnelle et municipale de la grande région des Laurentides des solutions axées sur les principes de l'économie circulaire dans une perspective de développement durable.

<https://synergielaurentides.ca/>





## Logements

Vous avez des questions concernant le logement dans la MRC, les ressources suivantes peuvent vous aider!

### **Association de promotion et d'éducation en logement (APEL)**

Soutien et information aux personnes défavorisées en matière de logement.

450-413-2949

[www.apel-logement.org](http://www.apel-logement.org)

### **Office régional d'habitation du Lac des Deux-Montagnes**

HLM et logements abordables.

450-473-1280

### **Société d'habitation du Québec / Programme Allocation- logement**

1-800-463-4315

[www.habitation.gouv.qc.ca](http://www.habitation.gouv.qc.ca)

## Loisirs, Activités et Culture

Que vous souhaitiez découvrir les saveurs locales, vous détendre, pratiquer une activité en famille, explorer le patrimoine historique ou profiter des parcs avec vos enfants, la MRC de Deux-Montagnes a tant à offrir! Vous pourrez également participer à une grande variété d'activités sportives et culturelles proposées par les municipalités. Une multitude d'occasions pour vous sentir rapidement chez vous!

### **Tourisme Basses-Laurentides**

Bureau d'information touristique. Promotion et développement touristique.

450-491-4444

[www.basseslaurentides.com](http://www.basseslaurentides.com)

**Chemin du Terroir**

450-224-7007 / 1-800-561-6673

[www.laurentides.com/fr/chemin-du-terroir](http://www.laurentides.com/fr/chemin-du-terroir)**Parc national d'Oka**

(450) 479-8365

[www.sepaq.com](http://www.sepaq.com)**PAR VILLE****Deux-Montagnes****Bibliothèque de Deux-Montagnes**

450-473-2702

**Maison des jeunes de Deux-Montagnes**

450-491-3958

[www.mdjdm.net](http://www.mdjdm.net)**Services des loisirs et développement communautaire / Aréna Olympia**

Informations sur le programme d'activités sportives et culturelles offert par la municipalité de Deux-Montagnes.

450-473-4700

[www.ville.deux-montagnes.qc.ca](http://www.ville.deux-montagnes.qc.ca)**Oka****Maison des Jeunes d'Oka**

450-479-9994

**Récréoka**

Association récréative, communautaire et culturelle d'Oka. Festival en musique d'Oka, club de marche et ateliers artistiques.

450-479-1165



Centre d'Interprétation de la Courge, Saint-Joseph-du-lac,  
Activité ABL

### Services des loisirs et de la culture / Bibliothèque

Informations sur le programme d'activités sportives et culturelles offert par la municipalité d'Oka.

450-479-8333

[www.municipalite.oka.qc.ca](http://www.municipalite.oka.qc.ca)

### Pointe-Calumet

#### Bibliothèque Claude-Jasmin

450-473-5918, poste 266

#### Maison des jeunes de Pointe-Calumet

514-893-7566

### Services des loisirs et développement communautaire

Informations sur le programme d'activités sportives et culturelles offert par la municipalité de Pointe-Calumet

450-473-5930

[www.pointe-calumet.ca](http://www.pointe-calumet.ca)

### Sainte-Marthe-sur-le-Lac

#### Maison des jeunes de Sainte-Marthe-sur-le-Lac

450-820-7919

#### Plage municipale de la Sablière

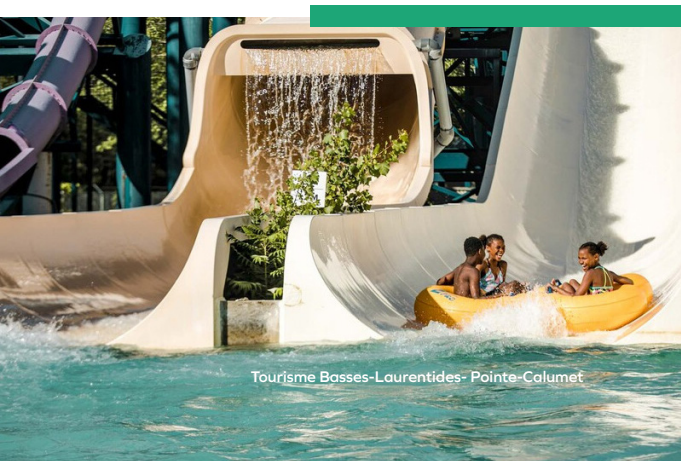
450-491-1817

### Services des loisirs et vie communautaire / Bibliothèque Laurent-Savage

Informations sur le programme d'activités sportives et culturelles offert par la municipalité de Sainte-Marthe-sur-le-Lac.

450-472-7310

<https://vsmsll.ca/loisirs-et-culture/culture-et-communaute/bibliotheque-laurent-savage>





Saint-Eustache, Activité ABL

## Saint-Eustache

### Bibliothèque Guy-Bélisle

450-974-5035

### La petite église

Salle de spectacles pouvant accueillir près de 200 personnes.

Programmation variée : blues, jazz, musique classique, humour, théâtre, chanson

et théâtre jeune public.

450-974-2787

[www.lapetiteeglise.com](http://www.lapetiteeglise.com)

### Maison des jeunes de Saint-Eustache

450-598-6333 / 450-983-4990

### Saint-Eustache Multiservice / Arts et culture / Vie communautaire

Informations sur le programme d'activités sportives et culturelles offert par la municipalité de Saint-Eustache.

450-974-5000

[www.saint-eustache.ca](http://www.saint-eustache.ca)

### Service du sport et du plein air

Renseignements sur les arénas du Complexe Walter-Buswell et sur le Complexe aquatique.

450-974-5111

## Saint-Joseph-du-Lac

### Service des loisirs, de la culture et du tourisme / Bibliothèque municipale

Informations sur le programme d'activités sportives et culturelles offert par la municipalité de Saint-Joseph-du-Lac.

450-623-1072

[www.sjdl.qc.ca](http://www.sjdl.qc.ca)

## Saint-Placide

### Bibliothèque municipale de Saint-Placide

450-258-1780

### Services de Loisir, Culture et Communication

Informations sur le programme d'activités sportives et culturelles offert par la municipalité de Saint-Placide.

450-258-2305

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

### Société Arts et Culture de Saint-Placide

Programmation d'activités culturelles et patrimoniales. Spectacles au bord du Lac des Deux-Montagnes, à l'église ou à la Maison de la culture.

450-258-4150

[www.artsetculturestplacide.com](http://www.artsetculturestplacide.com)

## 8-BÉNÉVOLAT

Avez-vous du temps à offrir et l'envie de faire une différence? Le Centre d'action bénévole Les Artisans de l'Aide pourra vous guider dans votre choix d'activités de bénévolat.

### Centre d'action bénévole Les Artisans de l'Aide

450-472-9540

<https://cabartisans.org/>



Tourisme Basses-Laurentides- Saint-Placide



## 9-ORGANISMES GOUVERNEMENTAUX

### Services Québec

Renseignements sur les programmes et les services gouvernementaux. Services d'aide à l'emploi et aux entreprises. Service de solidarité sociale. Changement d'adresse.

450-472-2311

[www.quebec.ca/services-quebec](http://www.quebec.ca/services-quebec)

### Service Canada

Demande de numéro d'assurance sociale. Demande de passeport. Information sur le marché du travail. Guichet emplois. Orientation relative aux titres de compétences étrangers. Assurance-emploi et prestations régulières. Programme de protection des salariés. Obtention et renouvellement d'une carte de résident permanent. Demande de citoyenneté. Changement d'adresse.

1-800-622-6232

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

## Transport

À proximité de Montréal et de Laval, la MRC de Deux- Montagnes est accessible par l'autobus.

### Autobus Secteur Laurentides

1-833-255-6396

[www.exo.quebec/fr](http://www.exo.quebec/fr)

### Service de taxi collectif

Offre une desserte plus large que l'autobus, sur réservation.

514-285-5284

[www.exo.quebec/fr](http://www.exo.quebec/fr)

### L'arrivée du REM : Une nouvelle ère de transport

Le Réseau Express Métropolitain (REM) est en construction et comprendra 26 stations sur 67 km, entièrement électrique et automatisé. Il sera ouvert 20 heures par jour, 7 jours sur 7. Deux stations seront sur notre territoire : Grand Moulin et Deux-Montagnes, cette dernière étant un point de terminus, apportant une dynamique économique aux alentours. Une révolution attendue pour des trajets plus rapides et une meilleure connectivité !

1-833-736-4636

<https://rem.info/fr/se-deplacer/stations-du-reseau/deux-montagnes>



## Service de garderie

Vous avez besoin d'un service de garde pour vos enfants âgés entre 0-5 ans. Vous pouvez contacter le 211 – Répertoire des organismes, mais voici des ressources qui pourront vous guider dans votre choix!

### La Place 0-5

Guichet unique d'accès au service de garde. Inscription en ligne pour trouver un service de garde : Centre de la Petite Enfance, garderie en milieu familial subventionnée ou non subventionnée.

<https://www.laplace0-5.com/>

### Carrefour péri-naissance et familial

Halte-garderie pour les enfants de 0 à 5 ans.

450-472-2555

<https://www.carrefourperinaissance.org/>

### Bureau de coordonnateur de Deux-Montagnes:

134 Rue Saint-Laurent

Saint-Eustache, QC J7P 5G1

450-472-2355.

## Santé et services sociaux

Pour avoir accès aux services de santé sur le territoire, contactez le Centre local de services communautaires ou le centre hospitalier.

### Centre intégré de santé et de services sociaux des Laurentides Centre local de services communautaires Jean-Olivier-Chénier (CLSC)

Demande pour un médecin de famille. Accueil psychosocial.

450-491-1233

[www.santelaurentides.gouv.qc.ca](http://www.santelaurentides.gouv.qc.ca)

### CISSS des Laurentides (Centre intégré de santé et de services sociaux des Laurentides)

Organisation regroupant tous les centres locaux de santé et de services sociaux, les centres de prélèvement, les lieux de vaccination, les centres de réadaptation, centres hospitaliers de longue durée et le centre hospitalier des Laurentides

[www.santelaurentides.gouv.qc.ca/](http://www.santelaurentides.gouv.qc.ca/)

### Hôpital de Saint-Eustache

450-473-6811



## Aide, Écoute et Références

Vous avez besoin d'aide? Adressez-vous à ces organismes.

### **211 Grand Montréal**

Aide les personnes à trouver des ressources socio-communautaires de proximité. Accessible en composant le 2-1-1.

Disponible 7 jours par semaine de 8 h à 18 h.

[www.211qc.ca](http://www.211qc.ca)

### **4Korners**

Organisme qui a comme mission renforcer la vitalité communautaire des Laurentides en offrant une variété de programmes et d'activités. Ces initiatives visent à avoir un impact collectif en répondant aux besoins de la population anglophone, tout en mettant l'accent sur l'accessibilité aux services de santé et sociaux.

450-974-3940

<https://4korners.org/>

### **Association coopérative d'économie familiale des Basses-Laurentides**

Organisme d'aide, de protection, de représentation et de défense des droits des consommateurs. Service gratuit. Consultation budgétaire, cours sur le budget, ateliers éducatifs et causeries.

450-430-2228

<https://acefbl.org/>

### **Café Parenthèse**

Offre un espace d'accueil et de soutien pour les personnes vivant des situations d'exclusion sociale, d'isolement, de pauvreté, de marginalisation ou de détresse. Services variés : accompagnement dans les démarches administratives, ateliers et cours d'arts, repas communautaires, projet santé et bien-être des hommes, et bien plus.

450-413-1913

<https://cafeparenthese.wordpress.com/>

### **Carrefour péri-naissance et familial**

Ateliers et services pour les futurs parents et les familles ayant des enfants de 0 à 6 ans. Halte-garderie. Bazar.

450-472-2555

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

### **Centre communautaire juridique Laurentides-Lanaudière**

Services juridiques en matière familiale, civile, administrative et de logement. Pour les personnes à faible revenu qui ont besoin d'un avocat.

(450) 472-0134

[www.ccjll.qc.ca](http://www.ccjll.qc.ca)

### **Centre d'action bénévole Les Artisans de l'Aide**

Pour les adultes en perte d'autonomie. Service d'écoute pour les aînés. Visite d'amitié, popote roulante et dîner communautaire.

450-472-9540

<https://cabartisans.org/>

### **Centre d'entraide Racine-Lavoie**

Accompagnement en cas de difficultés financière ou sociales (écoute et référence, distribution alimentaire, clinique d'impôt, etc.) Activités d'entraide (boîte à lunch et cuisine collective). Services à la communauté. Bénévolat.

450-623-6030

<https://entraideracinelavoie.org/>

### **Centre Marie Eve**

Accompagne les femmes enceintes en difficulté et les mères ayant des enfants de moins de 2 ans. Friperie la Boutik et comptoir familial mobile.

450-491-1494 poste 5

<https://centremarieeve.ca/>

### **Droit et recours Laurentides**

Offre un soutien aux personnes ou groupes ayant vécu des problèmes de santé mentale, en défendant leurs droits et en sensibilisant la communauté aux enjeux spécifiques liés à leur situation.

450-436-4633

<https://droitsetrecourslaurentides.org/>

### **Grenier populaire**

Vente de meubles, vêtements, accessoires domestiques et jouets à prix modiques.

450-623-5891

[www.grenierpopulaire.com](http://www.grenierpopulaire.com)

### **La Mouvance, Centre de femmes**

Accueil, écoute et références aux femmes. Support et prévention aux femmes en situation financière précaire. Ateliers de développement personnel. Support aux femmes victimes de violence. Clinique juridique et notariale. Halte-garderie. Ateliers éducatifs.

450-472-7245

<https://lamouvance.ca/>

### **La Petite Maison de Pointe-Calumet**

Pour les personnes et les familles de Pointe-Calumet et les environs. Accueil, écoute et référence. Matinées mères-enfants. Cuisine collective. Conférence.

450-974-7556

### **Moisson Laurentides**

Banque alimentaire

450 434-0790

<https://moissonlaurentides.org/>



  
MRC  
Deux-Montagnes

  
ACCES ACCUEIL ACTION  
Basses-Laurentides pour l'immigration

Avec la participation financière de :

Québec 

**2025**

