



## J'AI BESOIN D'AIDE...

Présentant des organismes  
communautaires et publics de la région  
de Granby et de Waterloo qui offrent des  
services directs à la population.



Sous l'initiative de la Maison Arc-en-ciel, ce bottin est une réalisation conjointe du Groupe Actions Solutions Pauvreté (GASP) et du Centre d'action bénévole de Granby. Les organismes qui interviennent directement auprès des personnes en difficulté peuvent faire la demande de copies.



**Groupe actions solutions pauvreté  
(GASP)**

170, rue St-Antoine Nord,  
bureau 311

Granby (Qc), J2G 5G8

450 378-0990

gasphauteyamaska@gmail.com



**Centre d'action bénévole  
de Granby**

362, rue Notre-Dame,  
Granby (Qc), J2G 3L3

450 372-5033

info@cabgranby.ca

**Merci à tous les partenaires!**



ORGANISME  
APPUYÉ PAR



François Bonnardel  
Député de Granby



Coopérer pour créer l'avenir



# MESSAGE AUX UTILISATEURS DU BOTTIN

Le Groupe actions solutions pauvreté (GASP) et le Centre d'action bénévole de Granby (CABG) sont heureux de vous offrir cette deuxième édition du bottin des ressources intitulé « J'ai besoin d'aide », projet initié par la Maison Arc-en-ciel.

Ce bottin est un outil d'intervention dans le travail des organismes qui côtoient quotidiennement des personnes en difficulté. Il est structuré en 12 sections qui répondent, chacune d'elles, à autant de thématiques ou de problématiques diverses que peuvent rencontrer les personnes dans la vie courante. Il est conçu pour être expliqué et remis directement, de main à main, aux personnes en besoin et devenir ainsi un élément de plus dans leur démarche de résolution de problèmes.

Le bottin s'adresse principalement aux personnes de 18 ans et plus. Le territoire couvert correspond à celui des municipalités de Granby et Waterloo. Les ressources répertoriées sont des organismes communautaires ou publics qui oeuvrent directement auprès de la population en vue de l'amélioration de la qualité de vie et de l'inclusion sociale des individus.

Le choix des organismes qui y figurent provient de cette approche fondée sur l'identification de douze besoins de base. Avec un nombre limité de pages, il n'était pas possible de présenter l'ensemble des organisations présentes sur le territoire.

Nous espérons que ce bottin pourra contribuer au mieux-être des personnes et permettra d'agir en prévention des difficultés de vie. Nous croyons qu'une bonne connaissance des ressources du milieu permet d'améliorer la santé physique et mentale de la population et accroît l'intégration sociale des personnes. Si, par ce bottin, nous avons pu participer à cette amélioration, nous aurons atteint notre but.

Ce bottin est disponible sur le site du GASP au [www.gasph-y.net](http://www.gasph-y.net) sous l'onglet « Documentation ». Par ailleurs, la majorité des organismes du territoire est répertoriée dans le service 211, géré par le CABG.

**Rien de plus simple, composez le 211 ou visitez [www.211quebecregions.ca](http://www.211quebecregions.ca)**

# TABLE DES MATIÈRES

## C'EST URGENT

7

CENTRE ANTIPOISON DU QUÉBEC	7
CENTRE DE PRÉVENTION DU SUICIDE DE LA HAUTE-YAMASKA	7
INFO-SANTÉ	7
PANNE DE COURANT (HYDRO-QUÉBEC - ÉLECTRICITÉ)	8
SERVICES D'URGENCE	8

## J'AI BESOIN D'ÉCOUTE

9

AZIMUT (PARTAGE NOTRE-DAME)	9
COMITÉ PASTORALE SOCIALE DE GRANBY ET RÉGION	9
DIVERS-GENS	9
ENTR'ELLES	10
ESPACE FAMILLES WATERLOO ET RÉGION	10
GAI ÉCOUTE	10
LA MAISON DES FAMILLES GRANBY ET RÉGION	10
OASIS SANTÉ MENTALE	10
OUTREMANGEURS ANONYMES - GROUPE LIBERTÉ NOUVELLE	11
RESSOURCE POUR HOMMES DE LA HAUTE-YAMASKA	11
SOLIDARITÉ ETHNIQUE RÉGIONALE DE LA YAMASKA (SERY)	11
TRAVAIL DE RUE HAUTE-YAMASKA	11

## J'AI BESOIN D'AIDE PSYCHOLOGIQUE

12

ACCUEIL PSYCHOSOCIAL WATERLOO	12
L'AUTRE VERSANT	12
CENTRE D'AIDE ET DE LUTTE CONTRE LES AGRESSIONS SEXUELLES DE GRANBY (CALACS)	12
CENTRE PROVIDENCE (1 <sup>RE</sup> LIGNE EN SANTÉ MENTALE)	13
CENTRE PROVIDENCE (ACCUEIL PSYCHOSOCIAL)	13
ÉMOTIFS ANONYMES INTERGROUPE MONTÉRÉGIE-EST	13
MAISON ARC-EN-CIEL	13
OASIS SANTÉ MENTALE	14
PHOBIES-ZÉRO	14
RESSOURCE POUR HOMMES DE LA HAUTE-YAMASKA	14

## J'AI BESOIN D'AIDE AU NIVEAU DE MA DÉPENDANCE

15

AL-ANON ET ALATEEN - DISTRICT 52	15
ALCOOLIKES ANONYMES	15
CENTRE D'ENTRAIDE LA BOUSSOLE	16
DROGUES: AIDE ET RÉFÉRENCE	16
L'ENVOIÉE - CENTRE DE TRAITEMENT DE L'ALCOOLISME ET DES TOXICOMANIES	16
LE VIRAGE - CENTRE DE RÉADAPTATION EN DÉPENDANCE	16

**J'AI BESOIN D'AIDE POUR ME LOGER****17**

ASSOCIATION COOPÉRATIVE D'ÉCONOMIE FAMILIALE DE GRANBY (ACEF)	17
AUBERGE SOUS MON TOIT	17
ENTR'ELLES GRANBY	17
MAISON ALICE-DESMARAIS	18
MAISON ARC-EN-CIEL	18
OFFICE MUNICIPAL D'HABITATION DE GRANBY (OMH)	18
OFFICE MUNICIPAL D'HABITATION DE WATERLOO (OMH)	18
LE PASSANT	19
RÉGIE DU LOGEMENT	19
TRANSITION POUR ELLES	19

**J'AI BESOIN D'AIDE ALIMENTAIRE, DE MEUBLES OU DE VÊTEMENTS****20**

CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE DE GRANBY (CABG)	20
CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE DE WATERLOO (CABW)	20
LES CUISINES COLLECTIVES DE LA MONTÉRÉGIE	21
ENTRAIDE ST-EUGÈNE	21
FONDATION GÉRARD-BOSSÉ	21
FONDATION ROGER-TALBOT	21
GROUPE ACTIONS SOLUTIONS PAUVRETÉ (GASP)	22
MAISON DES JEUNES L'EXIT (WATERLOO)	22
PARTAGE NOTRE-DAME	22
SOS DÉPANNAGE GRANBY ET RÉGION	22

**J'AI BESOIN D'AIDE DANS MES FINANCES PERSONNELLES****23**

ASSOCIATION COOPÉRATIVE D'ÉCONOMIE FAMILIALE DE GRANBY (ACEF)	23
ASSURANCE-EMPLOI (SERVICE CANADA)	23
PARTAGE NOTRE-DAME	23
SÉCURITÉ DU REVENU (CENTRE LOCAL D'EMPLOI - AIDE SOCIALE)	24

**J'AI BESOIN D'AIDE À DOMICILE****25**

CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE DE GRANBY (CABG)	25
CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE DE WATERLOO (CABW)	25
CIUSSS DE L'ESTRIE - CHUS - CLSC YVAN DUQUETTE (DÉRAGON)	25
COOP AUTONOMIE CHEZ SOI	26
MAISON SOUTIEN AUX AIDANTS	26

**J'AI BESOIN DE RÉINTÉGRER LE MARCHÉ DU TRAVAIL****27**

ACTION EMPLOI	27
CARREFOUR JEUNESSE EMPLOI DES CANTONS-DE-L'EST	27
CENTRE DE MAIN D'OEUVRE OPEX	28
CENTRE LOCAL D'EMPLOI DE LA HAUTE-YAMASKA	28
GROUPE ACTIONS SOLUTIONS PAUVRETÉ (GASP)	28

OBOULO	29
PASSAGE NON TRADITIONNEL	29
SERVICE DE DÉVELOPPEMENT DE L'EMPLOYABILITÉ DE LA MONTÉRÉGIE (SDEM)	29
SERVICE EXTERNE DE LA MAIN D'OEUVRE DE LA MONTÉRÉGIE (SEMO)	30
SERVICES DE GARDE SUBVENTIONNÉS - LA PLACE 0-5 ANS	30
SOLIDARITÉ ETHNIQUE RÉGIONALE DE LA YAMASKA (SERY)	30
TRANSPORT COLLECTIF EN MILIEU RURAL DE LA MRC DE LA HAUTE-YAMASKA	30

## **J'AI BESOIN DE RETOURNER AUX ÉTUDES 31**

CÉGEP DE GRANBY	31
CENTRE ALPHA HAUTE-YAMASKA	31
CENTRE LOCAL D'EMPLOI DE LA HAUTE-YAMASKA	31
CENTRE RÉGIONAL INTÉGRÉ DE FORMATION (CRIF)	32

## **J'AI BESOIN D'AIDE CONCERNANT MES DROITS 33**

ASSOCIATION COOPÉRATIVE D'ÉCONOMIE FAMILIALE MONTÉRÉGIE-EST (ACEF)	33
ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DE DÉFENSE DES DROITES DES PERSONNES RETRAITÉES ET PRÉRETRAITÉS GRANBY (AQDR)	33
BUREAU D'AIDE JURIDIQUE	33
CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE DE GRANBY (CABG)	
CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE DE WATERLOO (CABW)	34
CENTRE D'ASSISTANCE ET D'ACCOMPAGNEMENT AUX PLAINTES - MONTÉRÉGIE (CAAP)	34
CENTRE DE COLLABORATION ET DE LA RÉINTÉGRATION SOCIALE EN MONTÉRÉGIE	34
COLLECTIF DE DÉFENSE DES DROITS DE LA MONTÉRÉGIE (CDDM)	34
DYNAMIQUE DES HANDICAPÉS GRANBY ET RÉGION	35
JUSTICE ALTERNATIVE ET MÉDIATION	35
MOUVEMENT ACTION CHÔMAGE	35
PARTAGE NOTRE-DAME	35

## **J'AI BESOIN DE LOISIRS, DE M'OCCUPER 36**

3 <sup>E</sup> IMPÉRIAL CENTRE D'ESSAI EN ARTS VISUELS	36
ATELIER 19	36
AZIMUT (PARTAGE NOTRE-DAME)	36
BIBLIOTHÈQUE PAUL-O.-TRÉPANIÉ	37
BIBLIOTHÈQUE PUBLIQUE DE WATERLOO	37
CENTRE D'INTERPRÉTATION DE LA NATURE DU LAC BOVIN	37
CENTRE SPORTIF LÉONARD-GRONDIN	38
LES CERCLES DE FERMIERES DU QUÉBEC	38
ESPACE FAMILLES WATERLOO ET RÉGION	38
LA MAISON DES FAMILLES GRANBY ET RÉGION	39
LA MAISON DES JEUNES DE GRANBY «LA BARAK»	39
PISCINE MINER	39
VIE CULTURELLE ET COMMUNAUTAIRE DE GRANBY	39



## C'EST URGENT

### CENTRE ANTIPOISON DU QUÉBEC

**Services:** Renseigner en cas d'intoxication ou d'empoisonnement

**Heures d'ouverture:** 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7

**Téléphone:** 1 800 463-5060

### CENTRE DE PRÉVENTION DU SUICIDE DE LA HAUTE-YAMASKA

**Services:** Intervention téléphonique, suivi de crise, groupe de soutien pour les personnes endeuillées par le suicide, programmes de promotion, de prévention et postvention visant à aider les personnes suicidaires

**Clientèle:** Personnes suicidaires, leurs proches, les personnes endeuillées à la suite d'un suicide, population en général

**Adresse:** 35, rue Dufferin, bureau 302 (Granby)

**Téléphone du bureau:** 450 375-6949

**Heures d'ouverture:** Lundi au vendredi de 9h à 17h

**Ligne d'intervention:** 450 375-4252

**Ligne sans frais:** 1 866 APPELLE (1 866 277-3553)

**Heures d'ouverture:** 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7

### INFO-SANTÉ

**Services:** Évaluation des problèmes de santé non-urgents et conseils

**C'est urgent:** Dirigez-vous à l'hôpital immédiatement

**Si ce n'est pas urgent:** Dirigez-vous à la clinique médicale durant les heures d'ouverture

**Téléphone:** 811

**Heures d'ouverture:** 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7

## PANNE DE COURANT (HYDRO-QUÉBEC - ÉLECTRICITÉ)

**Services:** Information sur les pannes de courant et les bris de réseau

**Téléphone:** 1 800 790-2424

**Heures d'ouverture:** 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7

**Site internet:** [www.hydroquebec.com](http://www.hydroquebec.com)

## SERVICES D'URGENCE

**Services:** Police, incendie et ambulance

**Téléphone:** 911

**Heures d'ouverture:** 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7

**Adresse du poste de police et de la caserne de pompiers:**

125, rue Simonds Sud (Granby)

**Téléphone:** 450 776-3333

**Adresse de l'hôpital:** 205, boulevard Leclerc Ouest (Granby)

**Téléphone:** 450 375-8000





## J'AI BESOIN D'ÉCOUTE

### AZIMUT (PARTAGE NOTRE-DAME)

**Services:** Accueil, écoute active, interventions individuelles et de groupes, références

**Clientèle:** Personnes de 18 ans et plus vivant de l'isolement social et/ou des difficultés particulières

**Adresse:** 309, rue Racine (Granby)

**Téléphone:** 450 775-9303

**Heures d'ouverture:** Lundi au vendredi de 10h à 14h

**Site internet:** [www.partagenotredame.org/azimut](http://www.partagenotredame.org/azimut)

### COMITÉ PASTORALE SOCIALE DE GRANBY ET RÉGION

**Services:** Activités d'éducation populaire, défense des droits, ateliers d'initiation des communautés paroissiales à l'analyse sociale

**Clientèle:** Pour tous

**Adresse:** 115, rue Principale (Granby)

**Téléphone:** 450 775-2625

**Courriel:** [patrice.perreault4@sympatico.ca](mailto:patrice.perreault4@sympatico.ca)

### DIVERS-GENS

**Services:** Lutte contre l'homophobie, accueil

**Clientèle:** Jeunes de 14 à 25 ans LGBT ou en questionnement sur leur orientation sexuelle

**Adresse:** Centre communautaire Saint-Benoît,  
170, rue Saint-Antoine Nord, local 213 (Granby)

**Téléphone:** 579 488-8004

**Heures d'ouverture:** Sur rendez-vous

**Site internet:** [www.diversgens.org](http://www.diversgens.org)

**Facebook:** [facebook.com/Divers.Gens](https://facebook.com/Divers.Gens)

## ENTR'ELLES

**Services:** Amélioration de la qualité de vie des femmes, accueil, écoute, ateliers de groupe, références

**Clientèle:** Femmes de 18 ans et plus

**Adresse:** Centre communautaire Saint-Benoît,  
170, rue Saint-Antoine Nord, bureau 321 (Granby)

**Téléphone:** 450 375-4042

**Heures d'ouverture:** Lundi au jeudi de 8h30 à 16h30, vendredi de 8h30 à 16h

## ESPACE FAMILLES WATERLOO ET RÉGION

**Services:** Écoute, accompagnement aux familles

**Clientèle:** Enfants de 5 ans et moins accompagnés de leurs parents

**Adresse:** Paroisse Saint-Bernardin, 5005, rue Foster, 2<sup>e</sup> étage (Waterloo)

**Téléphone:** 450 920-0626

**Heures d'ouverture:** Mardi au jeudi de 9h à 16h

## GAI ÉCOUTE

**Services:** Aide, écoute téléphonique, renseignements, aide par courriel, clavardage individuel

**Clientèle:** Personnes intéressées par les questions relatives à l'orientation sexuelle

**Téléphone:** 1 888 505-1010

**Heures d'ouverture (ligne d'écoute):** 7 jours sur 7 de 8h à minuit

**Site internet:** [www.gaiecouste.org](http://www.gaiecouste.org)

## LA MAISON DES FAMILLES DE GRANBY ET RÉGION

**Services:** Aide, écoute, soutien, ateliers d'enrichissement parental, halte-garderie

**Clientèle:** Pour toutes les familles, adultes et enfants

**Adresse:** 62 St-Charles Sud (Granby)

**Téléphone:** 450 776-2232

**Heures d'ouverture:** Lundi au vendredi de 8h30 à 16h30

**Site internet:** [www.mfgr.org](http://www.mfgr.org)

## OASIS SANTÉ MENTALE

**Services:** Activités d'information et formation et de sensibilisation, répit-dépannage

**Clientèle:** Membres de l'entourage d'une personne atteinte d'un trouble de santé mentale

**Adresse:** 18, rue St-Antoine Nord (Granby)

**Téléphone:** 450 777-7131 / 1 855 272-7837

**Heures d'ouverture:** Lundi au vendredi de 8h30 à 16h

**Site internet:** [www.oasissantementale.org](http://www.oasissantementale.org)

## OUTREMANGEURS ANONYMES - GROUPE LIBERTÉ NOUVELLE

**Services:** Offrir du soutien et une écoute active aux personnes vivant avec une obsession de la nourriture et les accompagner dans leur rétablissement

**Clientèle:** Personnes vivant avec une obsession de la nourriture

**Adresse:** Église Notre-Dame, 270, rue Principale, sous-sol (Granby)

**Téléphone:** 450 378-9555 / 1 877 509-1939

**Heures d'ouverture:** Mercredi de 19h15 à 20h30

**Site internet:** [www.outremangeurs.org](http://www.outremangeurs.org)

## RESSOURCE POUR HOMMES DE LA HAUTE-YAMASKA

**Services:** Services téléphoniques et d'orientation, entrevue d'accueil et d'orientation, rencontres individuelles et de groupe

**Clientèle:** Hommes vivant des difficultés telles que conflits de couple, violence conjugale, condition masculine, abus sexuels durant l'enfance, dépression et isolement

**Adresse:** 739, rue Dufferin (Granby)

**Téléphone:** 450 777-6680

**Heures d'ouverture:** Lundi au jeudi de 8h30 à 17h

**Site internet:** [www.rhhy.qc.ca](http://www.rhhy.qc.ca)

## SOLIDARITÉ ETHNIQUE RÉGIONALE DE LA YAMASKA (SERY)

**Services:** Accueil, information, orientation, aide technique, soutien social

**Clientèle:** Personnes et familles immigrantes

**Adresse:** 369, rue St-Jacques (Granby)

**Téléphone:** 450 777-7213

**Heures d'ouverture:** Lundi, mardi, jeudi, vendredi de 8h30 à 16h30, mercredi de 10h30 à 16h30

**Site internet:** [www.sery-granby.org](http://www.sery-granby.org)

## TRAVAIL DE RUE HAUTE-YAMASKA

**Services:** Écoute, relation d'aide, information, dépannage, support, accompagnement dans diverses démarches, références et accompagnement vers d'autres ressources

**Clientèle:** Toute personne en difficulté

**Annick (Waterloo – Maison des jeunes L'Exit):** 450 531-4578

**Karine (Granby – Partage Notre-Dame):** 450 558-5854

**Sarah (Granby – Maison des jeunes La Barak):** 450 204-6646



# J'AI BESOIN D'AIDE PSYCHOLOGIQUE

## ACCUEIL PSYCHOSOCIAL WATERLOO

**Services:** Aide immédiate en situation de crise ou de détresse psychologique (intervenant ou intervenante disponible en tout temps)

**Clientèle:** Pour tous

**Adresse:** 48, rue Young (Waterloo)

**Téléphone:** 450 539-3340

**Heures d'ouverture:** Lundi au vendredi de 8h30 à 16h  
Après 16h et les fins de semaine,  
contactez Info-Santé en composant le 811

**Site internet:** [www.santemonteregie.qc.ca](http://www.santemonteregie.qc.ca)

## L'AUTRE VERSANT

**Services:** Entraide, lieu de rencontre, centre de jour, soutien dans la communauté

**Clientèle:** Adultes de 18 à 64 ans vivant des problèmes transitoires et sévères de santé mentale

**Adresse:** 20, rue Drummond (Granby)

**Téléphone:** 450 777-7611

**Heures d'ouverture:** Lundi, mardi et vendredi de 8h30 à midi et  
de 13h à 16h30,  
mercredi et jeudi de 8h30 à 16h30

**Site internet:** [www.autreversant.com](http://www.autreversant.com)

## CENTRE D'AIDE ET DE LUTTE CONTRE LES AGRESSIONS SEXUELLES DE GRANBY (CALACS)

**Services:** Accueil, écoute et intervention

**Clientèle:** Femmes et adolescentes de 14 ans et plus victimes d'agression à caractère sexuel

**Téléphone:** 450 375-3338 / 1 888 933-9007 (urgence)

**Heures d'ouverture:** Lundi au vendredi de 8h30 à 16h30

**Site internet:** [www.calacs-granby.qc.ca](http://www.calacs-granby.qc.ca)

## CENTRE PROVIDENCE (1<sup>ÈRE</sup> LIGNE EN SANTÉ MENTALE)

**Services:** Consultation en santé mentale (disponible sur rendez-vous seulement)

**Clientèle:** Personnes ayant des problèmes de santé mentale

**Adresse:** 279, rue Providence (Granby)

**Téléphone:** 450 375-1442

**Heures d'ouverture:** Lundi au vendredi de 8h à 17h

**Site internet:** [www.santemonteregie.qc.ca](http://www.santemonteregie.qc.ca)

## CENTRE PROVIDENCE (ACCUEIL PSYCHOSOCIAL)

**Services:** Aide immédiate en situation de crise ou de détresse psychologique (intervenant ou intervenante disponible en tout temps)

**Clientèle:** Pour tous

**Adresse:** 279, rue Providence (Granby)

**Téléphone:** 450 375-1442 et demander l'accueil psychosocial

**Heures d'ouverture:** Lundi au vendredi 8h à 16h  
Après 16h et les fins de semaine,  
contactez Info-Santé en composant le 811

**Site internet:** [www.santemonteregie.qc.ca](http://www.santemonteregie.qc.ca)

## ÉMOTIFS ANONYMES INTERGROUPE MONTÉRÉGIE-EST

**Services:** Rencontres hebdomadaires relatives à l'équilibre émotif

**Clientèle:** Hommes et femmes qui ont des problèmes émotionnels

**Adresse:** Église Unie, 101, rue Principale (Granby), sous-sol  
(Coin Principale et Dufferin)

**Téléphone:** 450 372-3401

**Heures d'ouverture:** Jeudi 19h30

**Site internet:** [www.emotifs-anonymes.org](http://www.emotifs-anonymes.org)

## MAISON ARC-EN-CIEL

**Services:** Milieu-thérapie, réadaptation psychosociale, interventions de groupe et individuelles

**Clientèle:** Personnes de 18 à 55 ans qui vivent des problèmes de santé mentale résidant ou ayant résidé au programme d'hébergement transitoire de la Maison

**Adresse:** 3, rue Cairns (Granby)

**Téléphone:** 450 375-1541

**Heures d'ouverture:** 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7

**Site internet:** [www.maisonarc-en-ciel.ca](http://www.maisonarc-en-ciel.ca)

## OASIS SANTÉ MENTALE

**Services:** Interventions psychosociales, groupes d'entraide

**Clientèle:** Membres de l'entourage d'une personne atteinte d'un trouble de santé mentale

**Adresse:** 18, rue St-Antoine Nord (Granby)

**Téléphone:** 450 777-7131 / 1 855 272-7837

**Heures d'ouverture:** Lundi au vendredi de 8h30 à 16h

**Site internet:** [www.oasissantementale.org](http://www.oasissantementale.org)

## PHOBIES-ZÉRO

**Services:** Groupe de soutien, ligne d'écoute, outils d'aide, conférences

**Clientèle:** Personnes souffrant de troubles anxieux ainsi qu'à leurs familles et proches

**Téléphone pour information, écoute et soutien:** 1 866 922-0002

**Heures d'ouverture:** Lundi au vendredi de 9h à 21h

**Site internet:** [www.phobies-zero.qc.ca](http://www.phobies-zero.qc.ca)

## RESSOURCE POUR HOMMES DE LA HAUTE-YAMASKA

**Services:** Intervention de groupe en violence conjugale, suivi individuel pour les situations de rupture conjugale

**Clientèle:** Hommes vivant des difficultés telles que rupture, divorce, conflits de couple, dépression, isolement, consommation

**Adresse:** 739, rue Dufferin (Granby)

**Téléphone:** 450 777-6680

**Heures d'ouverture:** Lundi au jeudi de 8h30 à 16h30,  
vendredi de 8h30 à midi

**Site internet:** [www.rhhy.qc.ca](http://www.rhhy.qc.ca)



## J'AI BESOIN D'AIDE AU NIVEAU DE MA DÉPENDANCE

### AL-ANON ET ALATEEN - DISTRICT 52

**Services:** Offrir aux familles et ami(e)s des personnes alcooliques, le soutien nécessaire pour se rétablir des conséquences de la consommation d'alcool d'une personne de leur entourage, réunions, service téléphonique, information, soutien moral

**Clientèle:** Familles et amis de personnes alcooliques de 13 ans à 77 ans

**Adresse:** Granby

**Téléphone:** 1 888 425-2666

**Heures d'ouverture:** Mardi 19h - Centre Jean-Paul-Regimbal,  
200, boul. Robert, local St-Joseph (Granby)  
Jeudi 20h - Centre communautaire Saint-Benoît,  
170, rue Saint-Antoine Nord, local 3,  
1ère porte côté droit (Granby)

**Site internet:** [www.al-anon-alateen-qc.ca/index.htm](http://www.al-anon-alateen-qc.ca/index.htm)

### ALCOOLIKES ANONYMES

**Services:** Écoute téléphonique, information publique, réunions régulières de jour et de soir

**Clientèle:** Personnes ayant un problème d'alcool et qui désirent arrêter de consommer

**Adresse:** Granby

**Téléphone:** 450 405-9321 / 1 877 790-2526

**Heures d'ouverture:** 7 jours sur 7 de 8h à 22h

**Site internet:** [www.aa87.org](http://www.aa87.org)

## CENTRE D'ENTRAIDE LA BOUSSOLE

**Services:** Réhabilitation, réinsertion sociale, évaluation, traitement, références pour les troubles de dépendance

**Clientèle:** Contrevenants adultes ayant des problèmes avec l'alcool, la drogue ou les médicaments

**Adresse:** 96, rue Principale, bureau 202 (Granby)

**Téléphone:** 450 378-6116

**Heures d'ouverture:** Lundi au vendredi de 8h30 à 17h

**Site internet:** [www.centrelaboussole.ca](http://www.centrelaboussole.ca)

## DROGUES: AIDE ET RÉFÉRENCE

**Services:** Information sur des ressources disponibles dans notre région, écoute, aide et renseignements sur la dépendance à l'alcool, à la drogue, ou aux médicaments

**Clientèle:** Pour tous

**Téléphone:** 1 800 265-2626

**Heures d'ouverture:** 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7

**Site internet:** [www.drogue-aidereference.qc.ca](http://www.drogue-aidereference.qc.ca)

## L'ENVOLEE - CENTRE DE TRAITEMENT DE L'ALCOOLISME ET DES TOXICOMANIES

**Services:** Traitement de la consommation d'alcool, de drogues, de médicaments et du jeu pathologique

**Clientèle:** Adultes

**Adresse:** 350, chemin Ostiguy (Granby)

**Téléphone:** 1 855 368-5533

**Heures d'ouverture:** Lundi, jeudi, vendredi de 8h30 à midi et de 13h à 16h30, mardi et mercredi de 12h30 à 16h30 et de 17h30 à 21h

**Site internet:** [www.lenvolee.ca](http://www.lenvolee.ca)

## LE VIRAGE - CENTRE DE RÉADAPTATION EN DÉPENDANCE

**Services:** Réadaptation à l'égard de la consommation d'alcool, de drogues, de médicaments et du jeu excessif

**Clientèle:** Adolescents et adultes

**Adresse:** 33, rue Dufferin (Granby)

**Téléphone:** 450 375-0022 / 1 866 964-4413

**Heures d'ouverture:** Lundi, jeudi, vendredi de 8h30 à midi et de 13h à 16h30, mardi et mercredi de 12h30 16h30 et de 17h30 à 21h

**Site internet:** [www.levirage.qc.ca](http://www.levirage.qc.ca)





## J'AI BESOIN D'AIDE POUR ME LOGER

### ASSOCIATION COOPÉRATIVE D'ÉCONOMIE FAMILIALE DE GRANBY (ACEF)

**Services:** Information et sensibilisation en matière de logement, aide à la colocation

**Clientèle:** Population en générale

**Adresse:** 162, rue Saint-Charles Sud, 2e étage (Granby)

**Téléphone:** 450 375-1443

**Heures d'ouverture:** Lundi au jeudi de 8h30 à 16h30,  
vendredi de 8h30 à midi

**Site internet:** [www.acefmonteregie-est.com](http://www.acefmonteregie-est.com)

**Site internet de Partage-Logis (colocation):**  
[www.partage-logishaute-yamaska.org](http://www.partage-logishaute-yamaska.org)

### AUBERGE SOUS MON TOIT

**Services:** Hébergement, relation d'aide et services de réinsertion sociale

**Clientèle:** Hommes, principalement pour les 18-35 ans

**Adresse:** 317, rue Chapais (Granby)

**Téléphone:** 450 378-4269

**Heures d'ouverture:** 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7

**Site internet:** [www.aubergesousmontoit.com](http://www.aubergesousmontoit.com)

### ENTR'ELLES GRANBY

**Services:** Hébergement de crise (Halte crise)

**Clientèle:** Femmes en difficulté âgées de 18 ans et plus

**Adresse:** 436, rue Horner (Granby)

**Téléphone:** 450 375-0487

**Heures d'ouverture:** 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7

## MAISON ALICE-DESMARAIS

**Services:** Hébergement sécuritaire et confidentiel, intervention et support

**Clientèle:** Femmes violentées avec ou sans enfant

**Adresse:** confidentielle (Granby)

**Téléphone:** 450 378-9297

**Heures d'ouverture:** 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7

## MAISON ARC-EN-CIEL

**Services:** Programme d'hébergement transitoire, suivi post-hébergement

**Clientèle:** Personnes de 18 à 55 ans qui vivent des problèmes de santé mentale

**Adresse:** 3, rue Cairns (Granby)

**Téléphone:** 450 375-1541

**Heures d'ouverture:** 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7

**Site internet:** [www.maisonarc-en-ciel.ca](http://www.maisonarc-en-ciel.ca)

## OFFICE MUNICIPAL D'HABITATION DE GRANBY (OMH)

**Services:** Location de logements à prix modique

**Clientèle:** Personnes âgées et familles à faible revenu

**Adresse:** 84, rue Saint-Joseph, bureau 1 (Granby)

**Téléphone:** 450 372-1300

**Heures d'ouverture:**

**Hiver:** Lundi, mardi, jeudi et vendredi de 8h à midi et 13h30 à 16h30, mercredi de 13h30 à 16h30

**Été:** Lundi, mardi, jeudi et vendredi de 8h à midi et 13h à 16h, mercredi de 13h30 à 16h30

**Site internet:** [www.omhgranby.qc.ca](http://www.omhgranby.qc.ca)

## OFFICE MUNICIPAL D'HABITATION DE WATERLOO (OMH)

**Services:** Location de logements à prix modique

**Clientèle:** Personnes âgées, familles, personnes seules à faible revenu

**Adresse:** 24, côte Clark (Waterloo)

**Téléphone:** 450 539-3960

**Heures d'ouverture:** Lundi au vendredi de 8h à 16h

## LE PASSANT

**Services:** Hébergement à court terme

**Clientèle:** Hommes en difficultés de toutes sortes

**Adresse:** 436, rue Horner (Granby)

**Téléphone:** 450 375-4404

**Heures d'ouverture:** 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7

**Site internet:** [www.lepassant.org](http://www.lepassant.org)

## RÉGIE DU LOGEMENT

**Services:** Renseigner sur les droits et obligations résultant du bail d'un logement

**Clientèle:** Locataires et locateurs

**Adresse:** 77, rue Principale, bureau 126 (Granby)

**Téléphone:** 1 800 683-2245

**Heures d'ouverture:** Lundi au vendredi de 8h30 à 16h30

**Site internet:** [www.rdl.gouv.qc.ca](http://www.rdl.gouv.qc.ca)

## TRANSITION POUR ELLES

**Services:** Programme d'hébergement transitoire, suivi post-hébergement

**Clientèle:** Femmes qui ont subi une perte d'emploi, rupture, dépression, problèmes de santé mentale et autres

**Adresse:** 110, rue Dufferin (Granby)

**Téléphone:** 450 777-1565

**Heures d'ouverture:** 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7

**Site internet:** [www.cdchauteyamaska.com/transitionpourelles](http://www.cdchauteyamaska.com/transitionpourelles)



## J'AI BESOIN D'AIDE ALIMENTAIRE, DE MEUBLES OU DE VÊTEMENTS

### CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE DE GRANBY (CABG)

**Services:** Cuisines collectives, maintien à domicile, service d'accompagnement, prêts d'appareils, services aux familles et aux individus, vestiaire du printemps et de la rentrée

**Clientèle:** Personnes dans le besoin

**Adresse:** 362, rue Notre-Dame (Granby)

**Téléphone:** 450 372-5033

**Heures d'ouverture:** Lundi au vendredi de 8h30 à midi et de 13h à 16h30

**Site internet:** [www.cabgranby.ca](http://www.cabgranby.ca)

### CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE DE WATERLOO (CABW)

**Services:** Dépannage alimentaire, La Chaudière du CABW (soupe populaire avec triage de fruits et légumes), Les Jeunes Cuistots, cuisine collective «La Boustifaille», buanderie communautaire «Le Mouscadin» (3 laveuses, 3 sècheuses, Internet et café)

**Clientèle:** Personnes âgées en perte d'autonomie, familles et individus dans le besoin

**Adresse:** 107, rue Lewis Ouest (Waterloo)

**Téléphone:** 450 539-2395

**Heures d'ouverture:** Lundi au vendredi de 8h30 à midi et de 13h à 16h30

**Heures d'ouverture de la buanderie:** Lundi au vendredi de 8h30 à 16h

**Facebook :** [www.facebook.com/cabwaterloo](http://www.facebook.com/cabwaterloo)

## LES CUISINES COLLECTIVES DE LA MONTÉRÉGIE

**Services:** Groupe à budget (30\$/mois), diabétiques, retraités, familiales (service de garde gratuit), travailleurs (fin de semaine), jardin collectif universel, ateliers culinaires, apprentissage de saines habitudes alimentaires

**Clientèle:** Personnes désirant cuisiner en groupe pour se préparer des mets équilibrés et économiques

**Adresse:** Centre communautaire Saint-Benoît,  
170, rue Saint-Antoine Nord, bureau 120 (Granby)

**Téléphone:** 450 776-6616

**Heures d'ouverture:** Lundi au jeudi de 8h30 à 16h30,  
vendredi de 8h30 à midi

**Site internet:** [www.cuisinescollectivesmonteregie.ca](http://www.cuisinescollectivesmonteregie.ca)

## ENTRAIDE ST-EUGÈNE

**Services:** Vente de vêtements usagés

**Clientèle:** Pour tous

**Adresse:** 215, rue Robinson Sud (Granby)

**Téléphone:** 450 777-4233

**Heures d'ouverture:** Lundi au vendredi de 9h à 16h, samedi de 9h à midi

## FONDATION GÉRARD-BOSSÉ

**Services:** Vente de vêtements, de meubles et de divers articles d'occasion à prix modique

**Clientèle:** Pour tous

**Adresse:** 727, rue Cowie (Granby)

**Téléphone:** 450 991-6626

**Heures d'ouverture:** Mardi au vendredi de 10h à 17h, samedi 10h à 15h

## FONDATION ROGER-TALBOT

**Services:** Vestiaire économique

**Clientèle:** Pour tous

**Adresse:** 107, rue Principale (Granby)

**Téléphone:** 450 378-2243 / 450 770-7909

**Heures d'ouverture:** Lundi au vendredi de 9h à 16h

**Friperie:** Mercredi de 13h à 16h, jeudi et vendredi de 9h à 17h,  
samedi de 9h à midi

**Site internet:** [www.fondationrogertalbot.org](http://www.fondationrogertalbot.org)

## GRUPE ACTIONS SOLUTIONS PAUVRETÉ (GASP)

**Services:** Promotion et soutien de Bonne boîte bonne bouffe (fruits et légumes abordables) et du jardinage urbain en Haute-Yamaska

**Clientèle:** Personnes en situation de pauvreté ou d'exclusion sociale

**Adresse:** Centre communautaire Saint-Benoît,  
170, rue St-Antoine Nord, bureau 311 (Granby)

**Téléphone:** 450 378-0990

**Heures d'ouverture:** Lundi au vendredi de 8h30 à 16h30,  
vendredi de 8h30 à 14h30

**Site internet:** [www.gasph-y.net](http://www.gasph-y.net)

## MAISON DES JEUNES L'EXIT (WATERLOO)

**Services:** Repas midi à moindre coût

**Clientèle:** 12 à 17 ans

**Adresse:** 350, rue Waterloo (Waterloo)

**Téléphone:** 450 539-4578

**Heures d'ouverture pour repas du midi:** Lundi au vendredi de 11h15 à 12h15

## PARTAGE NOTRE-DAME

**Services:** Dîner à prix modique, vestiaire économique

**Clientèle:** Personnes assistées sociales, en chômage ou en difficultés occasionnelles, le vestiaire est offert à tous

**Adresse:** 309, rue Racine (Granby)

**Téléphone:** 450 378-1111

**Heures d'ouverture:**

**Repas:** Lundi au vendredi de 11h30 à 12h15

**Vestiaire:** Mardi au vendredi de 12h30 à 16h et  
le 1er samedi du mois de 9h30 à 11h30

**Site internet:** [www.partagenotredame.org](http://www.partagenotredame.org)

## SOS DÉPANNAGE GRANBY ET RÉGION

**Services:** Aide alimentaire d'urgence, vente de meubles et vêtements à prix modique, relation d'aide, évaluation des besoins, références, magasin général, ateliers de cuisine de base, jardins communautaires, banque alimentaire

**Clientèle:** Toute personne vivant une situation économique difficile

**Adresse :** 327, rue Matton (Granby)

**Téléphone :** 450 378-0221

**Heures d'ouverture :** Magasin Lundi au mercredi de 9h à 17h30,  
jeudi et vendredi de 9h à 21h, samedi de 9h à 17h

**Site internet :** [www.sos-depannage.org](http://www.sos-depannage.org)



## J'AI BESOIN D'AIDE DANS MES FINANCES PERSONNELLES

### ASSOCIATION COOPÉRATIVE D'ÉCONOMIE FAMILIALE DE GRANBY (ACEF)

**Services:** Petits prêts de dépannage, consultations budgétaires, cours et aide sur le budget, l'endettement, la consommation et le logement

**Adresse:** 162, rue Saint-Charles Sud (Granby)

**Téléphone:** 450 375-1443

**Heures d'ouverture:** Lundi au jeudi de 8h30 à 16h30,  
vendredi de 8h30 à midi

**Site internet:** [www.acefmonteregion-est.com](http://www.acefmonteregion-est.com)

### ASSURANCE-EMPLOI (SERVICE CANADA)

**Services:** Assistance financière temporaire

**Clientèle:** Personnes ayant perdu leur emploi, disposées à travailler

**Adresse:** 82, rue Robison Sud (Granby)

**Téléphone:** 1 800 808-6352

**Heures d'ouverture:** Lundi au vendredi de 8h30 à 16h

**Site internet:** [www.servicecanada.gc.ca](http://www.servicecanada.gc.ca)

### PARTAGE NOTRE-DAME

**Services:** Soutien au programme d'aide sociale, fiducie volontaire

**Clientèle:** Personnes assistées sociales, en chômage ou en difficultés occasionnelles

**Adresse:** 309, rue Racine (Granby)

**Téléphone:** 450 378-1111, poste 4 (fiducie volontaire) / poste 5  
(programme d'aide sociale)

**Heures d'ouverture:** Lundi au vendredi de 10h à 14h

**Site internet:** [www.partagenotredame.org](http://www.partagenotredame.org)

## SÉCURITÉ DU REVENU (CENTRE LOCAL D'EMPLOI - AIDE SOCIALE)

**Services:** Programme d'aide sociale, programme de solidarité sociale, aide financière

**Clientèle:** Personnes sans revenu n'ayant pas de contrainte ou avec contraintes temporaires à l'emploi; personnes avec contraintes sévères à l'emploi

**Adresse:** 77, rue Principale, local RC 02 (Granby)

**Téléphone:** 450 776-7134

**Heures d'ouverture:** Lundi, mardi, jeudi, vendredi de 8h30 à 16h30,  
mercredi 10h à 16h30

**Site internet:** [www.emploiquebec.net](http://www.emploiquebec.net)





## J'AI BESOIN D'AIDE À DOMICILE

### CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE DE GRANBY (CABG)

**Services:** Service de popote roulante, accompagnement-transport médical, visite d'amitié, prêt d'appareils, etc.

**Clientèle:** Personnes en perte d'autonomie

**Adresse:** 362, rue Notre-Dame (Granby)

**Téléphone:** 450 372-5033

**Heures d'ouverture:** Lundi au vendredi de 8h30 à midi et de 13h à 16h30

**Site internet:** [www.cabgranby.ca](http://www.cabgranby.ca)

### CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE DE WATERLOO (CABW)

**Services:** Service de popote roulante, accompagnement-transport médical, visite d'amitié, prêt d'appareils, etc.

**Clientèle:** Personnes en perte d'autonomie

**Adresse:** 107, rue Lewis Ouest (Waterloo)

**Téléphone:** 450 539-2395

**Heures d'ouverture:** Lundi au vendredi de 8h30 à midi et de 13h à 16h30

**Heures d'ouverture de la buanderie:** Lundi au vendredi de 8h30 à 16h

**Facebook :** [www.facebook.com/cabwaterloo](http://www.facebook.com/cabwaterloo)

### CIUSSS DE L'ESTRIE - CHUS - CLSC YVAN DUQUETTE (DÉRAGON)

**Services:** Présence et surveillance, aide au répit ou dépannage temporaire, aide domestique, aide psychosociale, assistance personnelle, nutrition, soins d'hygiène personnelle, soins infirmiers

**Clientèle:** Personnes en perte d'autonomie ou en convalescence

**Adresse:** 294, rue Déragon (Granby)

**Téléphone:** 450 375-1442

**Heures d'ouverture:** Lundi au vendredi de 8h à 16h

**Site internet:** [www.santemonteregie.qc.ca](http://www.santemonteregie.qc.ca)

## COOP AUTONOMIE CHEZ SOI

**Services:** Préparation de repas, entretien ménager, réparation de vêtements, entretien extérieur, surveillance, commissions, repas pré-cuisinés

**Clientèle:** Personnes en perte d'autonomie, personnes âgées, personnes en convalescence, personnes handicapées et familles monoparentales

**Adresse:** 508, rue Guy (Granby)

**Téléphone:** 450 372-1000 / 1 877 372-1004

**Heures d'ouverture:** Lundi au vendredi de 7h à 19h

**Site internet :** [www.coopautonomie.com](http://www.coopautonomie.com)

## MAISON SOUTIEN AUX AIDANTS

**Services:** Prévention de l'épuisement pour les aidants naturels, soutien aux familles qui s'occupent d'un proche en perte d'autonomie

**Clientèle:** Aidants naturels et personnes en perte d'autonomie

**Adresse:** 197, rue Paré (Granby)

**Téléphone pour le service aux aidants:** 450 375-9115

**Heures d'ouverture:** Lundi au vendredi de 9h à 16h

**Téléphone pour répit:** 450 375-1673

**Heures d'ouverture:** 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7

**Site internet :** [www.servicesauxaidants.com](http://www.servicesauxaidants.com)



## J'AI BESOIN DE RÉINTÉGRER LE MARCHÉ DU TRAVAIL

### ACTION EMPLOI

**Services:** Accueil et évaluation du client à l'employabilité, élaboration d'un plan d'action personnalisé

**Clientèle:** Adulte désirant effectuer un retour vers le marché du travail et ayant besoin d'un accompagnement personnalisé et adapté pour y parvenir

**Adresse:** 25, rue Dufferin, bureau 102 (Granby)

**Téléphone:** 450 777-7771

**Heures d'ouverture:** Lundi au vendredi de 8h30 à 16h30

**Site internet:** [www.action-emploi.ca](http://www.action-emploi.ca)

### CARREFOUR JEUNESSE EMPLOI DES CANTONS-DE-L'EST

**Services:** Aide à la recherche d'emploi, salle multiservices, information scolaire et orientation, école Passage

**Clientèle:** Les personnes âgées entre 16 et 35 ans qui souhaitent intégrer ou retourner sur le marché du travail

#### Point de service Granby

**Adresse:** 425, rue Cabana (Granby)

**Téléphone:** 450 776-7700

**Heures d'ouverture:** Lundi au vendredi de 8h30 à 16h30

#### Point de service Waterloo

**Adresse:** 155 rue Lewis Ouest Waterloo

**Téléphone:** 450 539-0700

**Heures d'ouverture:** Lundi au jeudi de 8h30 à midi et de 13h à 16h30

**Site internet:** [www.passage.qc.ca](http://www.passage.qc.ca)

## CENTRE DE MAIN D'OEUVRE OPEX

**Services:** Counseling d'emploi individuel, formation préparatoire à l'emploi, service de rédaction de curriculum vitae, accès facilité aux services et mesures d'Emploi-Québec, guichets d'emplois, service de placement, soutien et encadrement fournis aux clients ainsi qu'aux employeurs, tests d'orientation

**Clientèle:** Toute personne (homme ou femme) qui a 18 ans ou plus, qui possède un casier judiciaire et qui éprouve des difficultés à obtenir et à conserver un emploi

**Adresse:** 96, rue Principale, bureau 101 (Granby)

**Téléphone:** 450 776-6331

**Heures d'ouverture:** Lundi au vendredi de 8h30 à 16h

**Site internet:** [www.opexemploi.com](http://www.opexemploi.com)

## CENTRE LOCAL D'EMPLOI DE LA HAUTE-YAMASKA

**Services:** Évaluation d'employabilité, orientation, recherche d'emploi sur internet, subventions salariales, divers programmes d'emploi, retour aux études

**Clientèle:** Personnes en recherche d'emploi et de formation pour intégrer le marché de travail; en assurance-emploi; personnes se trouvant dans une situation socioéconomique difficile

**Adresse:** 77, rue Principale, local RC.02 (Granby)

**Téléphone:** 450 776-7134

**Heures d'ouverture:** Lundi, mardi, jeudi, vendredi de 8h30 à 16h30, mercredi 10h à 16h30

**Site internet:** [www.emploi Quebec.net](http://www.emploi Quebec.net)

## GROUPE ACTIONS SOLUTIONS PAUVRETÉ (GASP)

**Services:** Promoteur du journal de rue l'itinéraire

**Clientèle:** Personnes en situation de pauvreté ou d'exclusion sociale

**Adresse:** 170, rue St-Antoine Nord, bureau 311 (Granby)

**Téléphone:** 450 378-0990

**Heures d'ouverture:** Lundi au jeudi de 8h30 à 16h30, vendredi de 8h30 à 14h30

**Site internet:** [www.gasph-y.net](http://www.gasph-y.net)

## OBOULO

**Services:** Aider les chercheurs d'emploi à intégrer le marché du travail

**Clientèle:** Chercheurs d'emploi de 18 ans et plus

**Adresse:** 125, boulevard Lord (Granby)  
5383, rue Foster, local 1 (Waterloo)

**Téléphone:** 450 378-2107 (Granby) / 450 539-2300 (Waterloo)

**Heures d'ouverture:** Lundi au jeudi de 8h45 à 16h et  
vendredi de 8h45 à midi

**Site internet:** [www.oboulo.ca](http://www.oboulo.ca)

## PASSAGE NON TRADITIONNEL

**Services:** Démarche d'orientation, support et accompagnement  
à la recherche d'emploi

**Clientèle:** Femmes qui cherchent un emploi, étudient ou travaillent dans un métier  
traditionnellement masculin

**Adresse:** 425, rue Cabana (Granby)

**Téléphone:** 450 378-2212

**Heures d'ouverture:** Lundi au vendredi de 8h30 à midi, 13h à 16h30

**Site internet:** [www.passage.qc.ca](http://www.passage.qc.ca)

## SERVICE DE DÉVELOPPEMENT DE L'EMPLOYABILITÉ DE LA MONTÉRÉGIE (SDEM)

**Services:** Orientation et évaluation, formations diverses, intégration et maintien en  
emploi, programme de stage en entreprise

**Clientèle:** Personnes de 16 ans et plus handicapées ou présentant une forme de  
limitations fonctionnelles

**Adresse:** 66, rue Court, bureau 206 (Granby)

**Téléphone:** 1 800 646-6096

**Heures d'ouverture:** Lundi au jeudi de 8h30 à 16h30,  
vendredi de 8h30 à midi

**Site internet:** [www.sdem-semb.org](http://www.sdem-semb.org)

## SERVICE EXTERNE DE LA MAIN D'OEUVRE DE LA MONTÉRÉGIE (SEMO)

**Services:** Choix professionnel et orientation, approche individuelle, méthodes de recherche d'emploi, suivi

**Clientèle:** Personnes handicapées de la Montérégie

**Adresse:** 66, rue Court, bureau 206 (Granby)

**Téléphone:** 450 674-2669

**Heures d'ouverture:** Lundi au jeudi de 8h30 à 16h30,  
vendredi de 8h30 à midi

**Site internet:** [www.sdem-semb.org](http://www.sdem-semb.org)

## SERVICES DE GARDE SUBVENTIONNÉS - La place 0-5 ans

**Services:** Guichet d'accès pour le système de gestion provincial des listes d'attente pour les services de garde subventionnés

**Clientèle:** Parents d'enfants de 0 à 5 ans

**Téléphone:** 1 844 270-5055

**Heures d'ouverture:** Lundi au jeudi de 8h30 à 16h30,  
vendredi de 8h30 à midi

**Site internet:** [www.laplace0-5.com](http://www.laplace0-5.com)

## SOLIDARITÉ ETHNIQUE RÉGIONALE DE LA YAMASKA (SERY)

**Services:** Intégration des personnes immigrantes à l'emploi

**Clientèle:** Personnes et familles immigrantes

**Adresse:** 369, rue St-Jacques (Granby)

**Téléphone:** 450 777-7213

**Heures d'ouverture:** Lundi, mardi, jeudi, vendredi de 8h30 à 16h30, mercredi de 10h30 à 16h30

**Site internet:** [www.sery-granby.org/fr/site](http://www.sery-granby.org/fr/site)

## TRANSPORT COLLECTIF EN MILIEU RURAL DE LA MRC DE LA HAUTE-YAMASKA

**Services:** Transport en direction de Granby pour des soins de santé, loisirs, travail et études, en direction de Cowansville pour soins de santé seulement, possibilité d'un transport d'appoint en covoiturage avec les organismes de transport adapté «AMIBUS» et «Transport adapté pour nous inc.», circuits Waterloo-Shefford-Warden-Granby et Roxton Pond-Granby

**Clientèle:** Citoyens de la MRC de La Haute-Yamaska

**Adresse:** Transport adapté pour nous inc  
5401, rue Foster (Waterloo)

**Téléphone:** 450 539-4515 ou sans frais au 1 877 539-4515

**Heures d'ouverture:** Lundi au vendredi de 8h à 16h

**Site internet:** [www.haute-yamaska.ca](http://www.haute-yamaska.ca)

**Courriel:** [tapournous@videotron.ca](mailto:tapournous@videotron.ca)



# J'AI BESOIN DE RETOURNER AUX ÉTUDES

## CÉGEP DE GRANBY

**Services:** Formation générale, technique et continue

**Clientèle:** 16 ans et plus

**Adresse:** 235, rue Saint-Jacques (Granby)

**Téléphone:** 450 372-6614

**Heures d'ouverture (pour information):** Lundi au vendredi de 8h à 16h

**Site internet:** [www.cegepgranby.qc.ca](http://www.cegepgranby.qc.ca)

## CENTRE ALPHA HAUTE-YAMASKA

**Services:** Apprentissage de la lecture, de l'écriture et du calcul

**Clientèle:** Adultes ayant de la difficulté à lire et à écrire

**Adresse:** Église Sainte-Famille, 125-2, rue Principale (Granby)

**Téléphone:** 450 378-9788

**Heures d'ouverture:** Lundi au vendredi de 8h30 à 16h30 et  
de 18h30 à 21h

**Courriel:** [corporationalphahaut@qc.aira.com](mailto:corporationalphahaut@qc.aira.com)

## CENTRE LOCAL D'EMPLOI DE LA HAUTE-YAMASKA

**Services:** Orientation, retour aux études, formation, divers programmes (formation de la main-d'oeuvre, préparation à l'emploi, pacte pour l'emploi et pacte pour l'emploi plus, service d'aide à l'emploi)

**Clientèle:** Personnes désirant retourner aux études

**Adresse:** 77, rue Principale, bureau 02 (Granby)

**Téléphone:** 450 776-7134

**Heures d'ouverture:** Lundi, mardi, jeudi, vendredi 8h30 à 16h30,  
mercredi 10h à 16h30

**Site internet:** [www.emploi Quebec.net](http://www.emploi Quebec.net)

## CENTRE RÉGIONAL INTÉGRÉ DE FORMATION (CRIF)

**Services:** Formation d'études secondaires ou professionnelles

**Clientèle:** Personnes de 16 ans et plus

**Adresse:** 700, rue Denison Ouest (Granby)

**Téléphone:** 450 378-8544

**Heures d'ouverture :** Lundi au mercredi 8h à 21h,  
jeudi et vendredi 8h à 17h

**Site internet :** [www.crif.csvdc.qc.ca](http://www.crif.csvdc.qc.ca)





## J'AI BESOIN D'AIDE CONCERNANT MES DROITS

### ASSOCIATION COOPÉRATIVE D'ÉCONOMIE FAMILIALE MONTÉRÉGIE-EST (ACEF)

**Services:** Défense des droits des consommateurs, aide individuelle et téléphonique concernant le logement, aide au niveau de crédit et de l'endettement

**Adresse:** 162, rue Saint-Charles Sud (Granby)

**Téléphone:** 450 375-1443

**Heures d'ouverture:** Lundi au jeudi de 8h30 à 16h30, vendredi de 8h30 à midi

**Site internet:** [www.acefmonteregie-est.com](http://www.acefmonteregie-est.com)

### ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DE DÉFENSE DES DROITS DES PERSONNES RETRAITÉES ET PRÉRETRAITÉES GRANBY (AQDR)

**Services:** Promotion et défense collective des droits des personnes retraitées et pré-retraitées. Conférences, colloques, ateliers retraite / choix de milieu de vie, opération déchetage pour contrer la fraude et exposition d'œuvre d'artiste aînés

**Clientèle:** Toute personne de 50 ans et plus retraitée ou préretraitée

**Adresse:** 170, rue Saint-Antoine Nord, bureau 306 (Granby)

**Téléphone:** 450 372-3038

**Heures d'ouverture:** Lundi au jeudi de 8h30 à 16h30

**Site internet:** [www.aqdrgranby.org](http://www.aqdrgranby.org)

### BUREAU D'AIDE JURIDIQUE

**Services:** Services d'avocat offerts gratuitement ou moyennant une contribution selon le revenu

**Clientèle:** Personnes à faible revenu

**Adresse:** 55, rue Principale, bureau 210 (Granby)

**Téléphone:** 450 776-7157

**Heures d'ouverture:** Lundi au vendredi de 8h30 à 16h30

## CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE DE GRANBY (CABG)

## CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE DE WATERLOO (CABW)

**Services:** Carrefour d'information pour aînés, soutien dans une démarche gouvernementale et services municipaux, les droits et les recours, information sur l'impôt, les revenus de retraite, droits et recours, la sécurité et les aides financières

**Clientèle:** Toute personne de 50 et plus

**Adresse:** 362, rue Notre-Dame (Granby) - 107, rue Lewis Ouest (Waterloo)

**Téléphone:** 450 372-5033 (Granby) - 450 539-4810 (Waterloo)

**Heures d'ouverture:** 8h30 à 12h - 13h à 16h30 (Granby et Waterloo)

**Site internet:** [www.cabgranby.ca](http://www.cabgranby.ca) - [www.facebook.com/cabwaterloo](https://www.facebook.com/cabwaterloo)

## CENTRE D'ASSISTANCE ET D'ACCOMPAGNEMENT AUX PLAINTES - MONTÉRÉGIE (CAAP)

**Services:** Information relative aux plaintes dans le réseau de la santé et des services sociaux

**Clientèle:** Tous les usagers du réseau de la santé et des services sociaux

**Adresse:** 1255, rue Daniel, bureau 208 (Sherbrooke)

**Téléphone:** 1 877 767-2227

**Heures d'ouverture:** Lundi au vendredi de 8h30 à 16h

**Site internet:** [www.caapestrie.org](http://www.caapestrie.org)

## CENTRE DE COLLABORATION ET DE LA RÉINTÉGRATION SOCIALE EN MONTÉRÉGIE

**Services:** Lutte contre la discrimination raciale dans les entreprises, encadrement des jeunes, entraide pour l'orientation des jeunes dans le milieu culturel, forums et débats, rencontres avec les familles, écoute et soutien, références, ateliers de groupe

**Clientèle:** Personnes immigrantes et personnes âgées

**Adresse:** 8, rue Paré (Granby)

**Téléphone:** 450 777-2459

**Heures d'ouverture:** Lundi au vendredi de 9h30 à 16h30

## COLLECTIF DE DÉFENSE DES DROITS DE LA MONTÉRÉGIE (CDDM)

**Services:** Conférences, colloques, information sur les droits et recours, aide et accompagnement dans les démarches, information et références sur les ressources disponibles, défense des droits individuels et collectifs

**Clientèle:** Personnes de 18 ans et plus ayant ou ayant eu des problèmes de santé mentale ou d'ordre émotionnel

**Adresse:** Centre communautaire Saint-Benoit,  
170, rue Saint-Antoine Nord, bureau 210 (Granby)

**Téléphone:** 450 378-2504 / 1 866 378-2504

**Heures d'ouverture:** Lundi au vendredi de 9h à 16h30

**Site internet:** [www.cddm.qc.ca](http://www.cddm.qc.ca)

## DYNAMIQUE DES HANDICAPÉS GRANBY ET RÉGION

**Services:** Conférences, information sur les droits et recours, support dans les démarches, information et références sur les ressources disponibles, défense des droits individuels et collectifs

**Clientèle:** Personnes de 18 ans et plus ayant une limitation fonctionnelle et les parents des personnes de moins de 18 ans

**Adresse:** 170, rue St-Antoine Nord (Granby), bureau 106

**Téléphone:** 450 777-0270

**Heures d'ouverture:** Lundi au vendredi de 8h30 à 16h30

**Site internet:** [www.dynamiquehandicape.ca](http://www.dynamiquehandicape.ca)

## JUSTICE ALTERNATIVE ET MÉDIATION

**Services:** Information relative aux mesures envers les victimes, mesures de développement des habiletés sociales, médiation, information et sensibilisation

**Clientèle:** Les jeunes contrevenants, leur famille et la communauté

**Adresse:** 400, rue Principale, local 203 (Granby)

**Téléphone:** 450 777-4208

**Heures d'ouverture:** Lundi au vendredi de 8h30 à 17h

**Site internet:** [www.jamed.org](http://www.jamed.org)

## MOUVEMENT ACTION CHÔMAGE

**Services:** Formations, rencontres, thématiques sur différents dossiers sociaux, défense collective des droits, participation dans la communauté

**Clientèle:** Tous les travailleurs avec ou sans emploi

**Adresse:** 1195, rue St-Antoine, bureau 306 (St-Hyacinthe)

**Téléphone:** 1 450 778-6023 (laissez un message)

**Site internet:** [www.lecnc.com/saint-hyacinthe](http://www.lecnc.com/saint-hyacinthe)

## PARTAGE NOTRE-DAME

**Services:** Soutien au programme d'aide sociale

**Clientèle:** Personnes assistées sociales, en chômage ou en difficultés occasionnelles, vestiaire offert à tous

**Adresse:** 309, rue Racine (Granby)

**Téléphone:** 450 378-1111, poste 5

**Heures d'ouverture:** Lundi au vendredi de 10h à 14h

**Site internet:** [www.partagenotredame.org](http://www.partagenotredame.org)



## J'AI BESOIN DE LOISIRS, DE M'OCCUPER

### 3<sup>E</sup> IMPÉRIAL CENTRE D'ESSAI EN ARTS VISUELS

**Services:** Production et diffusion d'art public, programme de résidence d'artistes, publications

**Clientèle:** Amateurs d'arts visuels

**Adresse:** 164, rue Cowie, suite 310 (Granby)

**Téléphone:** 450 372-7261

**Heures d'ouverture:** Mardi au vendredi de 11h à 17h

**Site internet:** [www.3e-imperial.org](http://www.3e-imperial.org)

### ATELIER 19

**Services:** Ateliers d'expression et de création d'oeuvres collectives

**Clientèle:** Pour tous

**Adresse:** Centre culturel France-Arbour,  
279, rue Principale, local 303 (Granby)

**Téléphone:** 450 372-9339

**Heures d'ouverture:** Lundi au jeudi de 9h à 16h30

**Site internet:** [www.atelier19.org](http://www.atelier19.org)

### AZIMUT (PARTAGE NOTRE-DAME)

**Services:** Ateliers de groupe, activités sociales, présentations

**Clientèle:** Toute personne âgée 18 ans et plus vivant de l'isolement social et/ou des difficultés particulières

**Adresse:** 309, rue Racine (Granby)

**Téléphone:** 450 775-9303

**Heures d'ouverture:** Lundi au vendredi de 10h à 14h

**Site internet:** [www.partagenotredame.org/azimut](http://www.partagenotredame.org/azimut)

## BIBLIOTHÈQUE PAUL-O.-TRÉPANIÉ

**Services:** Prêt de livres, de disques compacts et de CD-ROM, activités culturelles diverses, service de carte-loisirs, accès Internet et à des documents de consultation

**Clientèle:** Pour tous

**Adresse:** 11, rue Dufferin (Granby)

**Téléphone:** 450 776-8320

**Heures d'ouverture:** Horaire régulier (de la fête du travail au 31 mai)  
Lundi au mercredi de 12h30 à 20h,  
jeudi et vendredi de 10h à 20h,  
samedi et dimanche de 10h à 16h  
Horaire d'été (du 1er juin à la fête du travail)  
Lundi au mercredi de 12h30 à 20h,  
jeudi et vendredi de 10h à 20h,  
samedi de 10h à 16h

**Site internet:** [www.ville.granby.qc.ca](http://www.ville.granby.qc.ca)

## BIBLIOTHÈQUE PUBLIQUE DE WATERLOO

**Services:** Prêts de livres, références et information, accès Internet, livres et revues en anglais et en français

**Clientèle:** Pour tous

**Adresse:** 650, rue de la Cour (Waterloo)

**Heures d'ouverture:** Lundi et mercredi de 11h à 18h, mardi de midi à 17h, jeudi et vendredi de midi à 20h et samedi 9h à midi

**Téléphone:** 450 539-2268

**Site internet:** [www.cacwaterloo.qc.ca/biblio](http://www.cacwaterloo.qc.ca/biblio)

## CENTRE D'INTERPRÉTATION DE LA NATURE DU LAC BOVIN

**Services:** Sentiers de marche, piste cyclable, expositions, conférences, animations thématiques, visites guidées (pour groupe et sur réservation), camps de jour, classes nature (groupes scolaires), boutique

**Clientèle:** Pour tous

**Adresse:** 700, rue Drummond (Granby)

**Téléphone:** 450 375-3861

**Heures d'ouverture:** Lundi au vendredi de 8h30 à 16h30,  
samedi et dimanche de 9h à 17h

**Site internet:** [www.cinlb.org](http://www.cinlb.org)

## CENTRE SPORTIF LÉONARD-GRONDIN

**Services:** Hockey libre, patinage parent-enfant, patinage public, ligues de hockey et patinage artistique

**Clientèle:** Pour tous

**Adresse:** 601, rue Léon-Harmel (Granby)

**Téléphone (bureau):** 450 776-8350

**Site internet:** [www.ville.granby.qc.ca](http://www.ville.granby.qc.ca)

## LES CERCLES DE FERMÈRES DU QUÉBEC

**Services:** Amélioration des conditions de vie des femmes et de la famille. Transmission du patrimoine culturel et artisanal

**Clientèle:** Femmes et jeunes filles de 14 ans et plus

**Site internet:** [www.cfq.qc.ca](http://www.cfq.qc.ca)

### Le Cercle de Fermières Sainte-Famille

**Adresse:** 125, rue Principale, sous-sol (Granby)

**Téléphone:** 450 991-3443

**Heures d'ouverture:** Lundi au vendredi de 9h à 16h

### Le Cercle de Fermières Sainte-Trinité

**Adresse:** Rencontres et activités chez Les Trinitaires (200, boulevard Robert, à Granby) ou à l'église Immaculée-Conception (437, rue Denison Ouest, à Granby)

**Téléphone:** 450 378-8500

**Heures d'ouverture:** Lundi et mardi

### Le Cercle de Fermières Saint-Eugène

**Adresse:** 95, rue de l'Assomption (Granby)

**Téléphone:** 450 378-6661

## ESPACE FAMILLES WATERLOO ET RÉGION

**Services:** Activités familiales, accompagnement aux familles, stimulation du langage

**Clientèle:** Enfants de 5 ans et moins accompagnés de leurs parents

**Adresse:** Paroisse Saint-Bernardin, 5005, rue Foster, 2e étage (Waterloo)

**Téléphone:** 450 920-0626

**Heures d'ouverture:** Mardi au jeudi de 9h à 16h

## LA MAISON DES FAMILLES DE GRANBY ET RÉGION

**Services:** Parents-réseaux, conférences, activités sociales, ateliers de groupe, bénévolat

**Clientèle:** Pour toutes les familles, adultes et enfants

**Adresse:** 162 St-Charles Sud (Granby)

**Téléphone :** 450 776-2232

**Heures d'ouverture:** Lundi au vendredi de 8h30 à 16h30

**Site internet:** [www.mfgr.org](http://www.mfgr.org)

## LA MAISON DES JEUNES DE GRANBY « LA BARAK »

**Services:** Lieu de rassemblement encadré, activités libres, activités structurées diversifiées, réalisation de projets par et pour les jeunes, écoute, éducation, prévention, références.

**Clientèle:** Pour tous les adolescents (12-17 ans)

**Adresse:** 445 rue Notre-Dame (Granby)

**Téléphone:** 450 372-0448

**Heures d'ouverture:** Mardi, mercredi et jeudi de 18h à 21h,  
vendredi de 18h à 22h30, samedi de 15h à 22h30

**Site internet:** [www.labarak.com](http://www.labarak.com)

## PISCINE MINER

**Services:** Piscine intérieure, natation libre, différents cours offerts, deux bains de vapeur, vestiaire familial pour les parents qui accompagnent leurs enfants

**Clientèle:** Pour tous

**Adresse:** 350, avenue du Parc (Granby)

**Téléphone:** 450 776-8242

**Téléphone pour heures de bain libre:** 450 776-8355

## VIE CULTURELLE ET COMMUNAUTAIRE DE GRANBY

**Services:** Promotion et coordination d'activités culturelles et de loisirs communautaires à Granby, accessibles et inclusives, telles que les jardins collectifs, les activités familiales et culturelles

**Clientèle:** Pour tous

**Adresse:** Centre culturel France-Arbour,  
279, rue Principale, bureau 211 (Granby)

**Téléphone:** 450 361-6081

**Horaire régulier:** Lundi au jeudi de 8h30 à midi et de 13h à 16h30,  
vendredi de 9h30 à midi et de 13h à 16h30

**Horaire d'été:** Lundi, mardi, jeudi et vendredi de 8h à midi  
et de 13h à 16h, mercredi de 8h à 16h sans interruption

**Site internet:** [www.vccgranby.org](http://www.vccgranby.org)



François Bonnardel  
Député de Granby



Conseil central  
de la *Montérégie*

ORGANISME  
APPUYÉ PAR



**Desjardins**  
Caisse de Granby-  
Haute-Yamaska

Coopérer pour créer l'avenir

