

2026 



CHAMBRE DES COMMUNES
HOUSE OF COMMONS
CANADA

Guide des **organismes** **communautaires**

Thérèse-De Blainville



Bureau de circonscription

369 Boul. Adolphe-Chapleau, bureau 203

Bois-des-Filion (Québec) J6Z 1H1

Téléphone : 450 965-2100

Courriel : madeleine.chenette@parl.gc.ca



Madeleine
CHENETTE

Députée de Thérèse-De Blainville

Un message de votre députée

À la suite de nombreux échanges avec des citoyennes et citoyens de la circonscription, je suis très heureuse de vous présenter l'édition 2026 du Guide des organismes communautaires de Thérèse-De Blainville.

Ce guide a été conçu comme un outil pratique pour mieux connaître les ressources disponibles près de chez vous. Vous y trouverez une sélection d'organismes communautaires ainsi que des services gouvernementaux qui jouent un rôle essentiel dans le quotidien de notre communauté. Bien qu'il ne prétende pas être exhaustif, ce répertoire vise à faciliter l'accès à de l'aide, de l'accompagnement et de l'information.

Chaque jour, des personnes engagées travaillent sur le terrain pour soutenir les aînés, accompagner les jeunes, appuyer les familles, favoriser l'intégration, briser l'isolement et offrir du soutien à celles et ceux qui traversent des moments plus difficiles

Leur travail, souvent discret, contribue de façon concrète à la force et à la solidarité de notre circonscription. Je tiens à souligner l'apport inestimable de ces organismes et de leurs équipes. Leur engagement, leur écoute et leur dévouement font une réelle différence dans la vie de nombreuses personnes, ici même, à Thérèse-De Blainville.

Que vous soyez à la recherche de soutien, d'information ou que vous souhaitiez vous impliquer dans votre communauté, je vous invite à consulter ce guide.

Et si vous ne trouvez pas le service qui répond exactement à votre besoin, n'hésitez pas à communiquer avec mon bureau. Mon équipe et moi serons toujours là pour vous orienter et vous accompagner.

À bientôt,

A handwritten signature in dark ink, appearing to read 'M. Chenette'.

Madeleine Chenette, députée de Thérèse-De Blainville et Secrétaire parlementaire du ministre de l'Identité et de la Culture canadiennes et ministre responsable des Langues officielles et du secrétaire d'État (Sports)

Table des matières

Aide et écoute	3
Aînés	4
Besoins alimentaires	5
Bénévolat	6
Culture, sports et loisirs	7
Emplois	8
Entreprenariat	9
Immigration	10
Gouvernement du Canada 	11
Bureau de la députée fédérale de Thérèse-De Blainville 	12

Autisme Laurentides

450 569-1794

<https://autismelaurentides.org/>

Camps, répit, soutien, ateliers, plateaux de travail (TSA). Jeunesse, adultes, famille.

Centre Oméga

450 979-7755

<https://centreomega.org/>

Soutien et écoute pour les jeunes de moins de 18 ans présentant des facteurs de risque pouvant éventuellement les amener à décrocher de l'école.

Centre regain de vie

450 437-3136

<http://www.centreregaindevie.ca/>

Aide alimentaire, haltegarderie, Bonhomme à lunettes, aide à l'emploi et soutien à la précarité.

Groupe marraine tendresse

450 435-6924

<http://www.groupeamarrainetendresse.ca/>

Aide aux nouvelles mères, halte pouponnière, possibilité de dépannage (lait maternisé, couches, produits d'hygiène).

Groupe La Licorne

450 433-9084

<http://groupeallicorne.org/>

Soutien en santé mentale Suivi individuel, groupe d'entraide et activités.

Maison d'hébergement le Mitan

450 435-3651

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

Maison d'hébergement pour les femmes victimes de violence et leurs enfants.

Maison de la famille de Bois-des-Filion

450 965-0666

<https://maisondefamillebdf.com/>

Ateliers parents/enfants, halte-garderie, cuisines collectives, opticien communautaire.

Parrainage Civique Basses-Laurentides

450 430-8177

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

Organisme dont le but est de favoriser, par le jumelage d'un parrain ou d'une marraine bénévole, l'intégration et la participation sociale dans la communauté de personnes vivant avec une déficience intellectuelle.

Acco Loisirs

450 433-5559

info@accoloisirs.com

Accompagnement aux personnes ayant une déficience intellectuelle et/ou un handicap et/ou des troubles de santé mentale

Association de l'Âge d'Or

450 971-2250

<https://www.agedorbdf.com/>

Offre un milieu de vie stimulant, accueillant et enrichissant pour les aînés de Bois-des-Filion.

Centre 50+ Blainville

450 435-1708

president@centre50plusblainville.gc.ca

Offre des services et des activités aux personnes de 50 ans et plus des Basses-Laurentides.

Club Lorr«aînés»

450 965-2247

clublorraines.com

Offre de nombreuses activités pour les aînés de Lorraine.

Club de l'âge d'or Le Blainvillois

514 616-8290

leblainvillois@hotmail.com

Offre des activités (bingo, danses, cartes...) aux personnes de 45 ans et plus dans le but de les divertir et d'éviter l'isolement.

Dîners de l'amitié

514 943-3708

<https://www.lesdab.ca>

Permet créer des liens d'amitié tout en dégustant un bon repas chaud.

Le petit peuple

450 971-2250

<https://lepetitpeuple.org/pp2026/>

Aide-bénévole pour travaux, activités de socialisation.

Les Joyeux aîné(e)s Thérésiens (FADOQ)

450 434-1440, poste 2551

clubstetherese@fadoqlaurentides.org

Offre des activités et des services qui favorisent le bien-être, la convivialité et l'épanouissement des aînés de la région.

Popote à Roland

450 543-9707

<https://www.popotearoland.com>

Brise l'isolement des personnes aînées en leur offrant des repas et des activités adaptées : activité de groupe et repas chauds

Séniors de Blainville (FADOQ)

514 219-5135

<https://www.fadoq.ca/laurentides/>

Offre des activités et des services qui favorisent le bien-être, la convivialité et l'épanouissement des aînés de la région.

Centre d'action bénévole Solange-Beauchamp

450 430-5056

www.cab-solange-beauchamp.com

Popote roulante.

Carrefour alimenter l'espoir de Blainville (CALEB)

438-801-2976

<https://caleblainville.org>

Aide alimentaire pour citoyens de Blainville.

Centre d'entraide Thérèse-De Blainville

450 435-0199

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

Aide alimentaire, cuisines collectives, clinique d'impôts, dîners de l'amitié.

Centre regain de vie

450 437-3136

<http://www.centreregaindevie.ca/>

Aide alimentaire, haltegarderie, Bonhomme à lunettes, aide à l'emploi et soutien à la précarité.

Le petit peuple

450 971-2250

<https://lepetitpeuple.org/pp2026/>

Aide-bénévole pour travaux, activités de socialisation.

Maison de la famille de Bois-des-Filion

450 965-0666

<https://maisondelafamillebdf.com/>

Cuisines collectives.

Resto Pop Thérèse-De Blainville

450 434-0101

www.restopop.org

Insertion sociale, stage, intervention communautaire, popote roulante, table d'hôte, cultive-toit, hébergement d'urgence et sécurité alimentaire.

Service d'aide Saint-Maurice

450 621-5521

<https://www.facebook.com/servicedaidesaintmaurice/>

Aide alimentaire pour citoyens de Bois-des-Filion, Terrebonne-Sud-Ouest, Lorraine et Rosemère.

Le bénévolat, un geste qui change tout

La vaste majorité des organismes présentés dans ce guide fonctionnent grâce à l'engagement de bénévoles. Sans ces femmes et ces hommes qui donnent de leur temps, plusieurs services essentiels ne pourraient tout simplement pas exister.

S'impliquer bénévolement, c'est poser un geste concret pour sa communauté, mais c'est aussi une expérience profondément humaine. Le bénévolat permet de créer des liens, de briser l'isolement, de développer de nouvelles compétences, de redonner un sens à l'entraide.

Que vous ayez quelques heures par mois ou davantage de disponibilité, votre aide peut faire une réelle différence.

Je vous invite à prendre contact avec les organismes qui vous interpellent, à leur passer un coup de fil et à leur demander simplement s'ils ont besoin d'un coup de main. Bien souvent, la porte est grande ouverte.

Merci à toutes les personnes qui s'engagent déjà, et à celles qui envisagent de le faire. Ensemble, nous contribuons à une communauté plus solidaire et plus forte.



Handwritten signature of Madeleine Chenette in black ink.

Madeleine Chenette

Centre d'action bénévole Solange-Beauchamp

450 430-5056

www.cab-solange-beauchamp.com

Offre un soutien aux personnes âgées vulnérables, en mobilisant des bénévoles pour améliorer leurs conditions de vie. Il fournit également un accompagnement aux entreprises et aux individus, en plus de **promouvoir et encadrer l'action bénévole au sein de la communauté.**

Art-Tisanes de Blainville

450 971-5786

christineblondinart@outlook.com

Regroupement de femmes qui socialisent et partagent leurs connaissances du monde de l'artisanat.

Jeux du Canada

613 526-2320

<https://www.canadagames.ca/fr>

Plus grand événement multisports au pays.

Olympique spéciaux Québec

514 843-8778

olympiquesspeciauxquebec.ca

Athlètes qui présentent une déficience intellectuelle et sont encadrés par près de 1500 entraîneurs, professionnels de la santé et accompagnateurs bénévoles.

Parc de la Rivière-des-Mille-Îles

450 622-1020

<https://www.parc-mille-iles.qc.ca/>

Découverte de la faune et des loisirs nautiques.

Théâtre Lionel-Groulx et Cabaret BMO

450 434-4006

<https://odyscene.com/>

Service des loisirs de Blainville

450 434-5275

<https://blainville.ca/evenements>

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

Service des loisirs de Bois-des-Filion

450 621-1460, poste 2101

<https://villebdf.ca/>

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

Service des loisirs de Lorraine

450 621-8550, poste 275

<http://ville.lorraine.qc.ca/loisirs-et-culture/culture-et-evenements>

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

Service des loisirs de Sainte-Thérèse

450 434-1440, poste 2301

www.sainte-therese.ca/services-aux-citoyens/sports-et-loisirs/

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

Service des loisirs de Terrebonne

450 961-2001

<https://terrebonne.ca/programmation-loisirs/>

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

Société blainvilloise d'horticulture

438 773-0128

Info.sbh1998@gmail.com

Propose des conférences au centre communautaire tous les 3e jeudis du mois, de septembre à juin, ainsi que des ateliers et des visites de jardins afin de développer ou d'enrichir vos compétences en horticulture et jardinage. Un club d'échange de végétaux est aussi en place. Des rabais sont accordés aux membres dans plusieurs centres de jardin et pour différentes activités.

Espace Afritude Mam më nnam

450-951-1048

accueil@espaceafritude.ca

OBNL situé à Blainville, qui veut contribuer à : - tisser les liens entre les Québécois ; - favoriser les échanges interculturels (sciences, arts et culture); - offrir des activités : Afro-fitness, cours de danses, Latino-fitness, ateliers de percussion, ateliers culinaires, loisirs scientifiques, camp de jour, spectacles divers, etc.

Cercle de Fermières Blainville

cfqblainville@gmail.com

Organisme à but non lucratif s'adressant aux femmes Blainvilloise de 14 ans et plus.

Par le biais d'ateliers, nous partageons le savoir artisanal dans le but de le transmettre aux générations futures. De plus, notre implication sociale vise l'amélioration des conditions de vie de la femme et de la famille.

Cercle de Fermières Sainte-Thérèse

450-473-4326

presidente.fed16.stetherese@gmail.com

Voué à l'épanouissement des femmes et à la transmission du patrimoine artisanal, notre Cercle est un lieu d'entraide dynamique offrant des cours et des ateliers. Guidées par la solidarité, nous brisons l'isolement tout en soutenant activement de nombreuses causes caritatives locales, régionales et nationales.

Paroisse Sainte-Thérèse-d'Avila

450-435-9515

Pressé par le temps, besoin d'une pause? Venez vous reposer dans l'église, le temps d'un silence, d'un dialogue ou d'une célébration eucharistique avec Jésus, toujours présent.

Société de généalogie de Québec

418 651-9127

Organisme sans but lucratif fondé le 27 octobre 1961, elle vise à regrouper les personnes intéressées à promouvoir les recherches sur les histoires de familles des ancêtres et à répandre les connaissances généalogiques. Elle favorise la conservation des documents relatifs à la généalogie ainsi que celle des fonds privés de ses membres. Elle se veut aussi le lieu de conservation du patrimoine familial.

Carrefour Jeunesse-Emploi Thérèse-De Blainville (CJE)

450 437-1635

<https://cje-tdb.qc.ca/>

Accompagnement des jeunes de 16 à 35 ans en matière d'emploi, d'orientation, de retour aux études et de développement des compétences personnelles et professionnelles.

Centre multiservice de Sainte-Thérèse

450 433-5432

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

Offre des formations générales aux adultes de 16 ans et plus, en présentiel ou à distance, ainsi que des programmes en participation sociale et en intégration socioprofessionnelle.

Cible-Emploi | Groupe Humanova

450 435-5462

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

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

Intégration-Travail Laurentides

450 979-1640

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

Service spécialisé de main-d'œuvre (SSMO) partenaire de Services Québec.

Accompagnent les personnes ayant des limitations à intégrer et maintenir un emploi ou à faire un retour en formation.

La Porte de l'Emploi

450 435-4565

www.laportedelemploi.com

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

Resto Pop Thérèse-De Blainville

450 434-0101

www.restopop.org

Insertion sociale, stage, intervention communautaire, table d'hôte, cultive-toit et sécurité alimentaire.

Centre de formation des Nouvelles-Technologies

450 433-5480

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

Établissement qui propose 9 programmes d'études variés, de la comptabilité à l'entrepreneuriat.

Connexion Laurentides

1 844 466-6838

www.connexionlaurentides.com

Pôle régional d'accélération et de développement économique.

Chambre de commerce et d'industrie MRC de Thérèse-De Blainville

450 435-8228

www.ccitb.ca

Réseau d'affaires régional regroupant plus de 1 200 membres et accompagnant les entreprises vers la réussite.

Économie sociale Laurentides

514 972-9294

www.economiesocialelaurentides.ca/

Soutien au développement des entreprises d'économie sociale des Laurentides.

La Ruche Laurentides

418 286-0373

www.laruchequbec.com

Organisation qui accompagne les entrepreneur-e-s et les organisations dans la réalisation de projets grâce au financement participatif.

MicroEntreprendre Basses-Laurentides

450 818-4830

www.microentreprendebasseslaurentides.quebec

Soutien aux entrepreneur-e-s exclu-e-s des circuits de financement traditionnels.

MRC de Thérèse-De Blainville

450 621-5546

<https://mrc-tdb.org/>

Instance régionale regroupant plusieurs municipalités pour planifier le territoire et soutenir le développement économique local, notamment en accompagnant les entreprises et en favorisant l'entrepreneuriat.

ABL immigration

514 570-3313

<https://www.abl-immigration.org/>

info@abl-immigration.org

Organisme qui accompagne l'intégration des nouveaux arrivants et valorise la diversité sur le territoire.

Accompagnement Québec

1 877 864-9191

www.quebec.ca/accompagnement-immigrant

Service d'accompagnement destiné aux personnes immigrantes ayant déjà un statut, pour faciliter leur intégration au Québec.

Bureau de la députée fédérale de Thérèse-De Blainville

450 965-2100

madeleine.chenette@parl.gc.ca

Service d'aide pour les démarches liées aux programmes et services du gouvernement du Canada.

Centre de soutien : Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada

1 888 242-2100

www.cic.gc.ca

Vise à bâtir un Canada plus fort grâce à des programmes d'immigration, à des services de citoyenneté, à la protection des réfugiés et à la délivrance de documents de voyage canadiens.

Ministère de l'Immigration, de la Francisation et de l'Intégration

1 877 864-9191

www.immigration-quebec.gouv.gc.ca

Ministère qui favorise l'immigration et la pleine participation des personnes immigrantes au Québec.

En tant que députée de votre circonscription, je peux vous aider à vous retrouver dans les ministères et programmes du gouvernement fédéral, y compris :

- Sécurité de vieillesse (SV) ou Supplément de revenu garanti (SRG)
- Régime de pensions du Canada (RPC)
- Passeport Canada
- Prestations d'assurance-emploi (AE)
- Citoyenneté et Immigration (IRCC)
- Agence du Revenu du Canada (ARC)
- Anciens Combattants

Services Canada

1 800 808-6352

<https://www.canada.ca/fr/emploi-developpement-social/ministere/portefeuille/service-canada.html>

Information sur les ressources gouvernementales fédérales.

NUMÉROS DE TÉLÉPHONE IMPORTANTS

Assurance-emploi : 1-800-206-7218

Agence du Revenu du Canada : 1-800-959-8281

Crédit pour la TPS/TVH : 1-800-387-1193

Citoyenneté et Immigration Canada : 1-888-242-2100

Allocation canadienne pour enfants : 1-800-387-1193

Régime de pension du Canada : 1-800-277-9914

Numéro d'assurance sociale : 1-866-274-6627

Passeport Canada : 1-800-567-6868

Anciens Combattants Canada : 1-866-522-2122

Service d'aide - Ancien Combattant Canada : 1-800-268-7708



Madeleine Chenette, Députée Thérèse-de Blainville

Services des bureaux de circonscription

En tant que députée, l'une des parties les plus importantes de mon travail est d'aider les personnes et les groupes que je représente à interagir avec le gouvernement fédéral.

Nous sommes ici pour vous conseiller tout au long des démarches auprès des différents ministères, programmes et services fédéraux. Nous pouvons fournir des renseignements et de l'aide liés à tous les domaines ci-dessous :

- Régime de pensions du Canada (RPC)
- Sécurité de la vieillesse (SV)
- Passeport Canada
- Prestations d'assurance-emploi (AE)
- Citoyenneté et immigration
- Prêts d'études canadiens (PEC)
- Agence du revenu du Canada (ARC)
- Supplément de revenu garanti (SRG)
- Anciens combattants
- Sociétés d'État du gouvernement fédéral
- Financement fédéral pour les organismes
- Pétitions présentées au Parlement
- Acquisition de drapeaux et d'épinglettes du Canada

Si vous souhaitez que j'assiste à une activité spéciale en tant que députée, n'hésitez pas à envoyer une invitation à mon bureau ci-contre :

madeleine.chenette@parl.gc.ca

Si vous ou un être cher êtes sur le point de fêter un anniversaire marquant, n'hésitez pas à communiquer avec mon bureau pour commander des vœux spéciaux. Mon bureau peut également vous obtenir certains messages de félicitations du premier ministre, du gouverneur général et/ou de Sa Majesté la Reine.

Visitez mon site Web ci-contre :

<https://madeleinechenette.libparl.ca/>

Coordonnées

203-309, boul. Adolphe-Charleau,
Bois-des-Frères, Québec
J6Z 1H1
Téléphone : 450 965-2100

Heures d'ouverture

lundi	de 09 h 00 à 16 h 00
mardi	de 09 h 00 à 16 h 00
mercredi	de 09 h 00 à 16 h 00
jeudi	de 09 h 00 à 16 h 00
vendredi	de 09 h 00 à 16 h 00



ASSURER LA SÉCURITÉ ALIMENTAIRE DES CANADIENS



- ① **Allocation canadienne pour l'épicerie et les besoins essentiels** pour aider 12 millions de Canadiens et Canadiennes à payer leurs produits de première nécessité au quotidien

	Montant de base du crédit pour la TPS	Hausse de 25 %	Supplément unique de 50 % (juin 2026)	Total des prestations
Personne seule	543 \$	+ 136 \$	+ 267 \$	= ~ 950 \$
Couple avec 2 enfants	1 086 \$	+ 272 \$	+ 533 \$	= ~ 1 890 \$

Sous réserve de la sanction royale.

Chiffres arrondis, leur somme peut ne pas correspondre au total indiqué.

- ② **500 millions de dollars du Fonds de réponse stratégique** pour aider les entreprises canadiennes en alimentation à accroître leurs capacités
- ③ **Passation en charges immédiate pour les serres** pour stimuler la production alimentaire
- ④ **Fonds supplémentaires pour les banques alimentaires** pour atténuer la pression immédiate
- ⑤ **Stratégie nationale de sécurité alimentaire** pour rendre la nourriture plus abordable
- ⑥ **Travail pour normaliser l'étiquetage du prix à l'unité** avec les provinces et territoires pour aider les Canadiens à comparer facilement les prix

LA PÉRIODE DE RENOUVELLEMENT DU RÉGIME CANADIEN DE SOINS DENTAIRES DÉBUTE LE **15 AVRIL**

Renouvelez votre
inscription avant le
1^{er} juin 2026 pour
*bénéficier d'une
couverture
continue*

**Régime canadien de soins
dentaires (RCSD)**

1 833 537-4342

<https://www.canada.ca/fr/emploi-developpement-social/ministere/portefeuille/service-canada.html>

Aide à rendre les soins dentaires plus abordables pour les résidents canadiens admissibles.



Canada.ca/dentaire

Scannez ce code pour rester à l'affût des informations
du gouvernement du Canada et de votre députée !



Bureau de circonscription

369 Boul. Adolphe-Chapleau, bureau 203

Bois-des-Filion (Québec) J6Z 1H1

Téléphone : 450 965-2100

Courriel : madeleine.chenette@parl.gc.ca

 **Madeleine
CHENETTE**
Députée de Thérèse-De Blainville