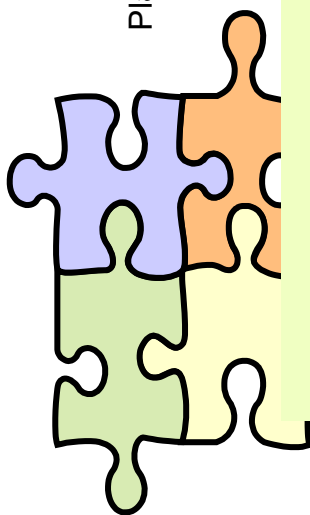


Bottin de ressources familiales

Plateau Mont-Royal



Ressources

- > Urgences
- > Médicales
- > Soutien personnel
- > Services aux familles
- > Soutien matériel
- > Activités et loisirs
-

Répertoire 2010

Fourni par les Ateliers d'éducation populaire du Plateau
4273, rue Drolet, Montréal, Québec
(514) 350-8881

Table des matières

| | |
|--|-------|
| Urgences..... | 4 |
| Ressources médicales..... | 5 |
| Ressources de soutien..... | 9 |
| -Soutien psychologique..... | 9 |
| -Soutien parental et familial..... | 11 |
| -Soutien pré et post-natal..... | 12 |
| -Soutien aux mères monoparentales..... | 14 |
| -Violence conjugale et familiale..... | 15-16 |
| Ressources matérielles..... | 17-18 |
| Ressources pour activités..... | 19-20 |
| Ressources aux familles immigrantes..... | 21 |
| Services de garde..... | 22 |
| Bénévolat et stages aux AEPP..... | 23 |

Urgence

Urgences

Police, pompiers, ambulance

Composer le 9-1-1

Centre antipoison

Pour toute information concernant une intoxication, 7 jours sur 7, 24 heures sur 24.

Composer le 1-800-463-5060

Info-Santé

Pour une inquiétude par rapport à un problème de santé, vous pouvez communiquer avec une infirmière 7 jours sur 7, 24 heures sur 24.

Composer le 8-1-1

Direction de la protection de la jeunesse.

Pour un soutien en cas de crise familiale, ou si la situation d'un enfant ou d'un adolescent de moins de 18 ans vous inquiète, que vous croyez que sa sécurité et/ou son développement sont compromis. 7 jours sur 7, 24 heures sur 24

Composer le 514-896-3100

Info-crime

Si vous êtes témoin d'un crime.

Composer le 514-393-1133

Ressources médicales

Association des pédiatres du Québec

Pour connaître la liste des pédiatres par région

Consulter le site www.pediatres.ca/

Cliniques-réseau du quartier

Clinique médicale 1851

1851, rue Sherbrooke Est, bureau 101

Composer le 514-524-7564

Médico Centre Mont-Royal

4689, avenue Papineau

Composer le 514-521-5555

Clinique médicale de la Cité

300, rue Léo-Parizeau, 9^e étage

Composer le 514-281-1722

Cliniques de médecine générale

Avec service sans rendez-vous.

Clinique Médic-Aide

4505, av. de Lorimier

Composer le 514-524-3039

Clinique 30 Est St-Joseph
30, boul. Saint-Joseph Est
Composer le 514-845-4240

Ressources médicales (suite)

Clinique médicale du boul. St-Joseph
1814, boul. Saint-Joseph Est
Composer le 514-523-3563
Pour Dr Geoffroy et Khadir, composer le 514-527-8228

Clinique médicale métro Mont-Royal
751, av Mont-Royal Est
Composer le 514-521-5126

Cliniques de médecine familiale

CHUM-Pavillon Notre-Dame
Clinique de médecine familiale
2025, rue Duplessis
Composer le 514-890-8227

Clinique VMS— Outremont
1273, rue Van Horne
Composer le 514-271-1210
Dre Nathalie Côté

Clinique du Plateau Mont-Royal
1374, avenue Mont-Royal Est — Suite 103
Composer le 514-527-3997

Polyclinique Rosemont
3377, boul. Rosemont
Composer le 514-798-8688
Dre Louise Guimond

Ressources médicales (suite)

Groupes de médecine familiale (GMF)

Représentent un élément central dans la stratégie adoptée pour faciliter l'accès à un médecin de famille au Québec. Un GMF est une clinique où les patients s'inscrivent par écrit, auprès de leur médecin. Ainsi ils peuvent développer une relation de confiance et avoir une prévention des problèmes de santé et un suivi médical plus efficace.

Clinique médicale l'Actuel
Composer le 514-524-1001

GMF 1851
Composer le 514-524-7564

GMF Médimax
Composer le 514-287-2683

GMF des Faubourgs
Composer le 514-527-2361

GMF Notre-Dame
Composer le 514-890-8227

GMF Quartier Latin
Composer le 514-285-5500

GMF Saint-Louis-du-Parc
Composer le 514-286-9657

Ressources médicales (suite)

CSSS Jeanne-Mance

Pour des services médicaux avec des médecins et/ou des infirmières, avec ou sans rendez-vous. Il est préférable de téléphoner avant de s'y rendre pour une consultation sans rendez-vous. Cliniques de nourrissons aussi offertes.

CLSC des Faubourgs

1705, rue de la Visitation
2260, rue Parthenais
1250, rue Sanguinet

Composer le 514-527-2361

CLSC du Plateau-Mont-Royal

4625, avenue De Lorimier

Composer le 514-521-7663

CLSC Saint-Louis-du-Parc

15, avenue du Mont-Royal Ouest, Bureau 100

Composer le 514-286-9657

Vaccination

La plupart des vaccins de base pour les enfants ainsi que le vaccin pour les adultes contre le tétanos sont offerts gratuitement dans les CLSC du CSSS Jeanne-Mance (certaines conditions s'appliquent quant à la gratuité de certains vaccins).

Ressources de soutien: **Psychologique**

le CSSS Jeanne-Mance (voir page 8)

Offre des services dans les cas de problème de santé mentale, de dépendances, de violence, d'abus, de pauvreté et d'exclusion, de détresse émotive ou psychologique. Offre aussi service d'accueil, de suivi, d'orientation et de consultation psychosociale, avec ou sans rendez-vous.

Urgence psychiatrique

Hôpital Notre-Dame du CHUM, département de psychiatrie
Composer le 514-890-8230

Urgence psychologique

Centre d'écoute et de référence

Service d'écoute face à face, pour toutes personnes éprouvant le besoin de parler, d'être écouté et/ou d'obtenir des références. Gratuit. Confidentialité garantie, Aucun engagement requis.

De septembre à mai 9h à 18h, du lundi au vendredi.

De juin à août 9h à 16h, du lundi au vendredi.

Composer le 514-987-8509

Action suicide

Service d'aide aux gens aux prises avec des idées suicidaires et à toutes personnes touchées par le suicide.

Composer le 514-723-4000

Ressources de soutien:
Psychologique (suite)

Tel Aide

Service d'écoute confidentiel pour personne en détresse,
disponible 24 heures sur 24, sept jours sur sept.

Composer le 514-935-1101

Déprimés Anonymes

Services d'écoute téléphonique et réunions hebdomadaires
pour personnes souffrant de dépression.

Composer le 514-278-2130

Ressources de soutien: Parental & familial

CSSS Jeanne-Mance (voir page 8)

Offre des services d'infirmiers, de nutrition, psychosociaux, en psychoéducation, d'auxiliaires familiales et sociales, éducatifs et d'organisation communautaire, pour les familles-enfants 0-5 ans et les futurs parents. Ces services sont disponibles sur la plupart des sites dans le cadre du Programme Famille-Enfance-Jeunesse.

Crises familiales

Éducation Coup-de-fil

Consultation téléphonique auprès de professionnels pour tout membres de la famille et leur entourage.

Composer le 514-525-2573

Ligne parents

Un service téléphonique, pour les parents uniquement, spécialisé dans les relations parents-enfants.

Composer le 514-288-5555

Urgence sociale de la Protection de la jeunesse

Pour un soutien en cas de crise familiale, 7 jours sur 7, 24 heures sur 24.

Composer le 514-896-3300

Ressources de soutien: **Pré et post-natal**

Soutien aux futurs et nouveaux parents

Alternative Naissance

Accompagnement pour la grossesse, la naissance, post-natal et soutien à l'allaitement.

Visiter le site [Alternative Naissance](#)

Composer le 514-274-1727

Association des parents de jumeaux et triples

Offre du soutien aux familles vivant une grossesse multiples ou suite à celle-ci.

Composer le 514-990-6165

Association des parents d'enfants prématurés

Services d'informations et d'entraide aux enfants prématurés et leur famille.

Composer le 514-523-3974

Grossesse-Secours

Multiplés services aux femmes enceintes et suite à l'accouchement. (Voir description page 17)

Composer le 514-271-0554

Ressources de soutien: **Pré et post-natal (suite)**

Grand-Mère-Caresse

Assistance maternelle après l'accouchement et offre de soutien et accompagnement par une bénévole

Composer le 514-376-4613

Nourri-Source

Soutien téléphonique sur l'allaitement. Offre un service de marraines avec le CLSC.

Composer le 514-948-5160

La ligue La Leche (ou Leche league)

Soutien à l'allaitement. Pour plus d'information visiter les sites

www.allaitement.ca ou

www.lalecheleague.org

Composer le 1-866-allaiter ou le 514-842-4780

Infirmières spécialisées en allaitement

Pour avoir un rendez-vous,

Composer le 514-521-1320 poste: 6225

Pour une marraine d'allaitement

Contactez la secrétaire en périnatalité du CSSS Jeanne-Mance (voir p.8)

Ressources de soutien: **Mères monoparentales**

Organisme communautaire pour femmes monoparentales

La petite Maison de la Miséricorde

Service d'accompagnement à la famille, Halte-amitié pour accueillir femmes et enfants en tout temps, écoute téléphonique, ateliers de formation, activités, Café-rencontres avec personnes-ressources, garderie, etc. Pour plus d'information visiter le site:

[La petite maison de la miséricorde](#)

Composer le 514-526-2639

Sorif

Services professionnels gratuits pour femmes monoparentales voulant retourner sur le marché du travail. Possibilités d'allocations d'aide à l'emploi, de frais de garde et de transport octroyés par Emploi-Québec.

Composer le 514-271-3866

Ressources de soutien:
Violence conjugale et familiale

CSSS Jeanne-Mance (voir p.8)

Offre des services en partenariat avec d'autres organismes, aux victimes de violence conjugale et aux enfants témoins.

Ressources pour femmes violentées

S.O.S. Violence conjugale

Service d'accueil téléphonique, d'évaluation et de références offert 24 heures sur 24, 7 jours sur 7.

Composer le 514-873-9010 ou le 1-800-363-9010

Programme Côté Cour

Services d'aide offert par des professionnels aux victimes de violence conjugale et familiale devant se présenter à la Cour.

Pour le Palais de justice de Montréal

Composer le 514-868-9577

Pour la Cour municipale

Composer le 514-861-0141

Ressources de soutien:
Violence conjugale et familiale (suite)

Ressources pour hommes violents

Entraide pour hommes de Montréal
Composer le 514-355-8300

Pro-Gam

Services professionnels de thérapie pour hommes violents.
Financés par le Ministère de la santé.
Composer le 514-270-8462

Ressources pour femmes violentes

Option

Ressources psychothérapie pour femmes et hommes qui
exercent une forme de violence sur leurs proches.
Composer le 514-527-1657

Ressources matérielles

Meubles, vêtements, poussettes etc. usagés ou non

9 mois plus tard

Boutique d'accessoires pour bébé. Offre séances d'information sur le nécessaire à se procurer pour un premier enfant, aucune obligation d'achat.

6596, Boul. St-Laurent, Montréal

Composer le 514-270-0664

Bazar St-Vincent-de-Paul

Vêtements, objets de maison, meubles. Usagés et à petits prix
1930 Champlain, Montréal

Composer le 514-526-5937

Grossesse secours

Service de tests de grossesse, écoute, rencontres individuelles, comptoir vestimentaire, halte-garderie et hébergement pour femmes enceintes.

79, Beaubien Est, Montréal

Composer le 514-271-0554

Centre des femmes de Montréal

Dépannage alimentaire sur rendez-vous.

630, boul. René-Lévesque Ouest, 5e étage, Montréal

Composer le 514-842-4780

Coffre aux trésors du Chaînon

Vêtements, jouets, objets de maison usagés.

4375, St-Laurent, Montréal

Composer le 514-843-4354

Ressources matérielles (suite)

Jeunesse au soleil

Dépannage alimentaire, vestimentaire, paniers de Noël, camp d'été, activités sportives et de loisirs.

4251, St-Urbain, Montréal

Composer le 514-842-6822

Magasin de l'Armée du Salut

Vêtements, meubles, accessoires de maison usagés.

Principalement pour adultes, quelques articles pour bébés.

Composer le 514-935-7425

Peek-a-boo!

Boutique de vêtements bébés et enfants neufs et usagés.

Rachète vos vêtements usagés griffés en bon état.

807, Rachel est, Montréal

Composer le 514-890-1222

Joujouthèque

Location de jouets 0 à 10 ans à petits prix.

Ateliers d'Éducation Populaire du Plateau Mont-Royal (AEPP)

4273, rue Drolet, Montréal

Composer le 514-350-8881

Groupes d'Achats coopératifs du Plateau Mont-Royal

Les groupes d'achats économiques sont des regroupements de citoyens-nes qui mettent en commun leurs ressources pour acheter aux prix du gros (en grandes quantités) des aliments de qualité.

Composer le 514-527-1616 ou 514-598-9149

Ressources pour activités et ateliers

Organismes communautaires pour les familles

Les Ateliers d'éducation populaire du Plateau

Offre des cours pour adultes, des ateliers pour les familles ayant de jeunes enfants, des purées pour bébés collectives, un services de Halte-garderie et plusieurs autres services. Téléphoner pour plus d'information.

4273, rue Drolet

Composer le 514-350-8881

Le carrefour des petits soleils

Offre des ateliers et un lieu de rencontre pour les familles ayant des enfants d'âge préscolaire. Un service d'intégration d'enfants vivant avec un handicap et/ou une déficience est aussi offert. Un service d'Halte-garderie est offert aux membres seulement. Les activités sont offertes dans deux centres:

-Centre St-Denis: 5115, rue Rivard

-Centre Culturel Calixa-Lavallée: 3918, ave Calixa-Lavallée

Composer le 514-270-5471

La pirouette

Offre des activités familiales pour les enfants d'âge préscolaire et un service d'Halte-garderie.

1901, rue Gilford

Composer le 514-527-4828

Le regroupement des cuisines collectives du Plateau

4095, rue St-Andr

Composer le 514-523-0755 ou 1725?

Ressources pour activités et ateliers (suite)

YMCA du Parc

Offre des activités familiales, des cours et un service de Halte-garderie

5550, ave du Parc

Composer le 514-271-9622

Petit Monde.com

Magazine web pour parents. Sorties à faire avec les enfants et pour les parents. Montréal et les environs.

PetitMonde : Le magazine Web des parents

Bibliothèque et archives nationale du Québec

Exposition et activités pour enfants, à consulter souvent.

475 De Maisonneuve Est

Composer le 514-873-1100

Bibliothèque du Plateau Mont-Royal

465 Ave. Du Mont-Royal Est

Composer le 514-872-2270

Bibliothèque Mile-End

Multilingue (offre des livres traduit en plusieurs langues).

5434 Ave. Du Parc

Composer le 514-872-2141

Centre Père Sablon

Activités et loisirs pour la famille

4265 Papineau

Composer le 514-527-1256 poste 301

YMCA du Parc

5550 avenue Du Parc

Composer le 514-271-9622

Ressources aux familles immigrantes

Soins de santé et services psychosociaux, aide à l'emploi

CLSC Côte-des-Neiges

Possibilité d'être servi en plusieurs langues.

5700, Chemin de la Côte-des-Neiges

Composer le 514-731-8531

SARIMM (Service d'aide aux réfugiés et immigrants)

du Montréal Métropolitain) Situé au CLSC.

5700, ch. De la Côte-des-Neiges

Composer le 514 -713- 8531

L'hirondelle

Service d'accueil et d'intégration pour les immigrants

4652 rue, Jeanne-Mance

2e et 3e étage

Composer le 514-281-5696

CAMO (Initiative d'Emploi-Québec)

Centre d'adaptation de la main d'œuvre

55 ave. Du Mont-Royal Ouest bur. 740

Composer le 514-854-3939

Ressources pour recherches de services de garde

CPE, Milieux familial, garderies privés

Site de la Coopérative Enfance Famille

Le guichet d'accès aux places en service de garde pour Montréal, Mauricie et le Centre-du-Québec.

En ligne www.enfancefamille.org

Composer le 514-767-4949

Ministère de la familles et des aînés

Consultez le localisateur de service de garde, il permet de connaître les coordonnées de tous les services de garde existant dans le Québec. Ce site web contient des renseignements précieux pour les parents et les futur parents.

www.mfa.gouv.qc.ca

Composer le 1-888-643-4721

Bénévolat et stages

Les Ateliers d'Éducation Populaire ont toujours besoin de bénévoles pour soutenir ses activités et services.

Si vous avez du temps libre et que vous souhaitez contribuer à la vie communautaire aux AEPP, nous serons heureux de vous accueillir au sein de notre équipe, dans un de nos trois volets (Familles, Milieu de vie, Formation/Informations).

Vous êtes aux études et vous cherchez un stage? Les AEPP sont un milieu de stage reconnu. Nous accueillons des étudiants de divers programmes tels que: Psychoéducation, Éducation spécialisé, Éducation en service de garde, Animation et recherche culturelle, Travail social, Communications, Administration, Marketing et autres.

Il existe plusieurs façons de s'impliquer aux AEPP. Nos services sont nombreux et requiert la participation de nombreux intervenants, chaque compétence à sa place! Animation d'ateliers, gestion de projets, organisation d'évènements, accompagnement lors de sortie éducatives ou de loisirs, cuisine, accueil des membres, autant de façons de s'impliquer que de bénévoles!