

# Bottin des ressources communautaires

**Pointe-Saint-Charles**

aux bouts de vos doigts

Édition 2018



**ACTION-GARDIEN**

CDC de Pointe-Saint-Charles

## Il y a plein de ressources dans votre quartier!

Vous avez entre les mains un outil pour trouver facilement les ressources communautaires et institutionnelles du quartier.

Ce bottin comprend une description des organisations communautaires et de nos partenaires, une carte pour les localiser, une liste de contacts utiles et un espace pour prendre des notes.

Au plaisir de vous rencontrer dans les groupes de Pointe-Saint-Charles!

Les membres d'Action-Gardien



**ACTION-GARDIEN**

**CDC de Pointe-Saint-Charles**

Action-Gardien est le regroupement des organismes communautaires du quartier de Pointe-Saint-Charles.

Depuis 1981, Action-Gardien est l'outil que se sont donné les organismes pour s'informer, partager leur expérience, agir ensemble sur les dossiers qui influencent les conditions de vie des citoyen.ne.s.

Les organismes communautaires du quartier sont des lieux où les citoyen.ne.s peuvent collectivement exercer un pouvoir et une action sur ce qui les touche directement : santé, logement, revenu, éducation, justice, alimentation, patrimoine historique, culture, conditions de vie des jeunes, des familles, des femmes, des aîné.e.s...

Action-Gardien représente la volonté des organismes et de la population de Pointe-Saint-Charles de prendre en main l'avenir de leur quartier dans une perspective de défense des droits.

 2390 rue de Ryde, local 203  
Montréal H3K 1R6

 (514) 509-0795

 [info@actiongardien.org](mailto:info@actiongardien.org)

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

## Défense des droits

Association coopérative d'économie familiale (ACEF).....	8
Comité des personnes assistées sociales (CPAS).....	9
Comité des sans-emploi (CSE).....	10
Services juridiques communautaires.....	11
Welfare Rights Committee (WRC).....	12

## Alimentation

Club populaire des consommateurs de Pointe-Saint-Charles.....	13
Le Détour Épicerie autogérée.....	14
Maison du Partage d'Youville.....	15
Partageons l'espoir.....	16

## Logement

Bâtir son quartier.....	17
Regroupement Information Logement (RIL).....	18

## Femmes

Madame Prend Congé.....	19
-------------------------	----

## Aîné.e.s

Centre communautaire Saint-Antoine 50+.....	20
Centre des aînés de Pointe-Saint-Charles.....	21
La Cité des Bâisseurs.....	22

## Immigration

Centre africain de développement et d'entraide (CADE).....	23
--	----

## Emploi et Formation

Cuisine-Atout Entreprise d'insertion.....	24
Formétal École/Entreprise d'insertion.....	25
Regroupement économique et social du Sud-Ouest (RESO).....	26

## Éducation populaire

Carrefour d'éducation populaire.....	27
Maison Saint Columba.....	28

## Santé

Action Santé.....	29
Clinique communautaire de Pointe-Saint-Charles.....	30
Naître à La Pointe.....	31
Projet suivi communautaire.....	32

## Écoles

École Charles-Lemoyne.....	33
École Jeanne-Leber.....	34
École St. Gabriel.....	35

## Jeunesse et Famille

Ado Zone Maison des jeunes.....	36
Carrefour jeunesse-emploi du Sud-Ouest de Montréal (CJESO).....	37
Centre de la petite enfance de Pointe-Saint-Charles.....	38
Centre de la petite enfance Les enfants de l'avenir.....	39
Familles en action.....	40
L'Ancre des Jeunes.....	41
L'Auberge communautaire du Sud-Ouest.....	42
Projet Informel.....	43
Travail de rue action communautaire (TRAC).....	44

## Culture, Sports et Loisirs

Bibliothèque Saint-Charles.....	45
Centre Saint-Charles.....	46
Judo Bushidokan.....	47
Société d'histoire de Pointe-Saint-Charles.....	48
YMCA de Pointe-Saint-Charles.....	49

## Environnement et Sécurité

Éco-quartier du Sud-Ouest.....	50
Prévention Sud-Ouest.....	51

## Collectif

Bâtiment 7.....	52
-----------------	----

<b>Autres contacts utiles.....</b>	<b>53</b>
------------------------------------	-----------

<b>Notes.....</b>	<b>56</b>
-------------------	-----------



## Association coopérative d'économie familiale (ACEF) du Sud-Ouest de Montréal

L'Association coopérative d'économie familiale du Sud-Ouest de Montréal travaille activement à la défense des droits des consommatrices et des consommateurs dans le but de promouvoir une plus grande justice sociale. Elle intervient dans les domaines du budget, de l'endettement et de la consommation en offrant diverses activités d'information et de formation.

### Activités

- Cours sur le budget
- Atelier Solutions aux dettes
- Consultations budgétaires individuelles
- Formation Intervention, pauvreté et préjugés (pour intervenant.e.s)
- Ateliers pour les organismes

### Pour qui

Toute personne confrontée à des difficultés budgétaires ou de consommation, vivant dans le territoire desservi par l'ACEFSOM.

 6734 boulevard Monk, 2ème étage  
Montréal H4E 3J1

 (514) 362-1771

 acefsom@consommateur.qc.ca

 [www.consommateur.qc.ca/acef-som/](http://www.consommateur.qc.ca/acef-som/)



## Comité des personnes assistées sociales (CPAS)

Le Comité des personnes assistées sociales travaille à l'amélioration des conditions de vie et à la défense des droits des personnes assistées sociales, des sans-emploi et des personnes économiquement défavorisées.

### Activités

- Information et formation sur la loi, les règlements et les procédures de l'assistance sociale
- Service de consultation gratuite pour des dossiers d'assistance sociale et accompagnement aux convocations
- Cafés-rencontres d'information et de mobilisation
- Information sur les ressources disponibles
- Sorties subventionnées, projets communautaires
- Clinique d'impôt en mars et avril
- Repas communautaire une fois par mois
- Organisation et participation à des manifestations pour la revendication des droits sociaux

### Pour qui

Les personnes de tout âge économiquement défavorisées et les personnes assistées sociales.

 1945 rue Mullins, local 100  
Montréal H3K 1N9

 (514) 931-6025

 [info@cpas-psc.ca](mailto:info@cpas-psc.ca)

 /cpascoordo/



## Comité des sans-emploi (CSE)

Le CSE rassemble les sans-emploi, les prestataires de programmes de sécurité du revenu et les travailleurs et travailleuses à statut précaire pour la défense et la promotion de leurs droits et de leurs intérêts collectifs. Il participe à des initiatives et des campagnes pour amender et changer les lois dans l'intérêt de ses membres et usagers. Il travaille en collaboration avec le Welfare Rights Committee afin d'offrir une programmation bilingue.

### Activités

- Service de défense individuelle des droits : information, accompagnement, représentation pour les questions touchant l'aide sociale
- Soupers communautaires mensuels : après le repas chaud gratuit, une assemblée publique porte sur divers aspects de l'aide sociale ou sur tout autre sujet touchant les personnes sans-emploi ou en emploi précaire
- Cafés-rencontres : différents thèmes ciblés
- Activités sociales et culturelles : soirée en musique pour rapprocher les diverses générations et communautés culturelles du quartier

### Pour qui

Les services s'adressent aux résident.e.s du quartier. Les activités publiques sont gratuites et ouvertes à toutes et à tous.



2365 rue Grand Trunk  
Montréal H3K 1M8



(514) 932-5916



csepsc@yahoo.ca



www.comitesansemploipsc.blogspot.com

## Services juridiques communautaires de Pointes-Saint-Charles et Petite-Bourgogne

Les Services juridiques communautaires, organisme à but non lucratif et centre local d'aide juridique, travaillent à la défense et à la reconnaissance des droits des personnes. Les citoyen.ne.s peuvent y obtenir des services nécessaires à la connaissance et à la défense de leurs droits, que ce soit en matière familiale, économique, sociale, civile, etc.

### Activités

- Service de renseignements de base sur les droits
- Rencontres d'information et formation sur différents thèmes juridiques pour les groupes qui en font la demande
- Consultations, conseils juridiques et représentations devant les tribunaux en matière civile, familiale, droit administratif et social

### Pour qui

En priorité les citoyen.ne.s et organismes des quartiers Pointe-Saint-Charles et Petite-Bourgogne. Les services couverts par la Loi sur l'aide juridique sont réservés aux personnes admissibles financièrement en vertu des critères de la Loi.



2533 rue du Centre  
Montréal H3K 1J9



(514) 933-8432



servjur@bellnet.ca



www.servicesjuridiques.org



## Welfare Rights Committee (WRC)

Le WRC travaille à la promotion des droits et intérêts des personnes en situation de pauvreté, par l'éducation populaire, l'implication active de ses membres, la mobilisation et l'organisation. Il vise le changement social et l'adoption de politiques favorisant la justice sociale et la dignité de tous et toutes. Il travaille en collaboration avec le Comité des sans-emploi afin d'assurer des services bilingues.

### Activités

- Service de défense individuelle des droits : information et accompagnement pour les questions touchant l'aide sociale ou d'autres programmes apparentés
- Cafés-rencontres et sessions d'information : divers aspects de l'aide sociale, autres programmes sociaux, campagnes en cours ou pistes d'actions collectives
- Soupers communautaires suivis d'assemblées publiques : information et échange d'idées sur des questions d'intérêt commun
- Activités sociales et culturelles : soirées en musique qui contribuent à rapprocher les gens de diverses générations ou origines ethniques

### Pour qui

Offert bilingue pour les résident.e.s de Pointe-Saint-Charles et en anglais aux résident.e.s du Grand Sud-Ouest de Montréal. Les activités publiques sont gratuites et ouvertes à tous et toutes.



2390 rue de Ryde, local 204  
Montréal H3K 1R6



(514) 445-5321



wrc\_swm@yahoo.com



www.welfarightscommittee.blogspot.com

## Club populaire des consommateurs de Pointe-Saint-Charles

Le Club populaire des consommateurs est un organisme communautaire autonome géré par ses membres et bénévoles depuis plus de 40 ans. Très actif en sécurité alimentaire pour lutter contre la pauvreté et l'exclusion sociale, le Club facilite l'accès à une alimentation saine, variée et abordable. Il travaille à l'amélioration des conditions sociales, économiques et de santé des citoyen.e.s du quartier par l'éducation populaire, la défense des droits et l'action politique.

### Activités

- Jardins collectifs : jardinage urbain en groupes, partage du travail et des récoltes entre participant.e.s, lieu de rencontre et d'apprentissage; ateliers et sorties en serre
- Cuisines communautaires et collectives : découverte de recettes, partage de la nourriture et des coûts, plaisir de cuisiner et manger ensemble, accès à des plats sains et économiques (de 1\$ à 2\$ par portion)
- Ateliers thématiques : pain, soupe, tourtière, conserves, biscuits, purées de bébé, kéfir/kombucha, herboristerie, semences
- Épicerie solidaire : plus de 300 produits; fruits et légumes frais, viandes, œufs, lait, fromages, conserves, riz, pâtes, farine, miel, épices, noix, collations. Calendrier disponible sur place
- Marchés solidaires : fruits et légumes frais à prix abordables. Calendrier disponible sur place.

### Pour qui

Ouvert à toute la population du quartier, en priorité aux personnes à faible revenu ou vivant des situations de précarité.



1945 rue Mullins, local 30  
Montréal H3K 1N9



(514) 445-5321



accueil.club.populaire@gmail.com



/club.populaire.des.consommateurs/



## Le Détour Épicerie autogérée

Le Détour a obtenu sa charte d'organisme sans but lucratif en novembre 2016. Depuis 2015, le groupe promoteur travaille à mettre sur pied cette épicerie de quartier au sein du projet du Bâtiment 7 au coin de Ste-Madeleine et de la rue Leber. La mission de l'épicerie Le Détour de Pointe-Saint-Charles vise à combler un désert alimentaire par une action collective.

D'inspiration libertaire, Le Détour est un projet ouvert et inclusif, aspirant à rejoindre tout le monde désirant participer à la prise en charge collective de notre alimentation, quel que soit le milieu socio-économique ou l'appartenance politique.

L'épicerie ouvrira ses portes au printemps 2018.

### Activités

Le Détour veut offrir à ses membres et à la communauté :

- Des produits alimentaires les plus sains et au meilleur coût possible, en favorisant les circuits courts (producteurs locaux)
- De l'information pour permettre les meilleurs choix possibles en alimentation
- Des réflexions sur nos rapports avec l'alimentation

### Pour qui

Le Détour fonctionne sur un principe de participation directe de ses membres. Pour être membre il suffit d'être d'accord avec les objectifs de l'épicerie et de donner 3 heures par mois d'implication bénévole.



1900 rue Le Ber  
Montréal H3K 2A5



(514) 963-1028



ledetour\_psc@riseup.net



www.epicerieledetour.org



## Maison du Partage d'Youville

La Maison du Partage d'Youville offre de l'aide alimentaire et des vêtements à petits prix. Le réseau d'échange, d'entraide et de soutien fonctionne grâce à l'implication des membres aux activités collectives.

### Activités

- Dépannage alimentaire
- Magasin à petits prix
- Ateliers de cuisine
- Cours d'anglais
- Soupers communautaires
- Sorties culturelles

### Pour qui

Les personnes et les familles vivant à faible revenu et résidant dans les quartiers Pointe-Saint-Charles, Saint-Henri et Petite-Bourgogne.



2221 rue Coleraine  
Montréal H3K 1S2



(514) 935-9846



slavigne@lmpy.ca



www.lmpy.ca



## Partageons l'espoir

La mission consiste à semer l'espoir et le rêve pour que l'on puisse tous manger, apprendre, grandir et travailler. Les programmes se réunissent autour de trois grands axes : l'alimentation, le développement des capacités des jeunes pour contrer le décrochage scolaire et la formation à l'emploi.

### Activités

#### Alimentation

- Banque alimentaire : distribution de denrées deux fois par semaine (sauf la première semaine du mois)
- Service de distribution aux personnes à mobilité réduite (1\$)
- Café-boutique : repas végétarien sain (2\$ membres, 4\$ résidents solidaires)
- Ateliers de cuisine et service de référencement

#### Jeunesse

- Programmes de tutorat et bourses d'études pour tous les niveaux
- Activités de loisirs au sein de l'organisme ou dans les écoles du quartier
- Programme de musique : El Sistema et cours hebdomadaires

#### Formation à l'emploi

- Plateaux de travail de projets en économie sociale permettant aux adultes de suivre des formations à l'emploi
- Boutique : menus objets et vêtements usagés de bonne qualité

### Pour qui

Enfants, jeunes et familles qui vivent des situations difficiles.

 625 rue Fortune  
Montréal H3K 2R9

 (514) 933-5599

 info@partageonslespoir.ca

 www.partageonslespoir.ca



## Bâtir son quartier

Bâtir son quartier est une entreprise d'économie sociale qui coordonne la réalisation de projets d'habitation communautaire afin de créer des milieux de vie solidaires pour les ménages à faible et moyen revenu. Depuis 1976, il a complété près de 400 projets coopératifs ou à but non lucratif totalisant plus de 11 500 logements sur le territoire montréalais, en plus de nombreux projets de centres de la petite enfance, centres communautaires et installations pour des entreprises d'économie sociale.

### Activités

- Accompagnement d'organismes et de groupes de citoyen.ne.s au développement de leur projet immobilier coopératif ou à but non lucratif
- Constitution de coopératives et d'OBNL d'habitation
- Accompagnement et formation à la gestion associative, immobilière et financière
- Évaluation des besoins
- Recherche de sites et négociation immobilière
- Études de faisabilité, montages financiers et comptabilité
- Coordination des budgets et des échéanciers de réalisation
- Suivi avec les bailleurs de fonds et les professionnel.le.s des secteurs immobiliers et de la construction

### Pour qui

Les personnes et ménages à faible ou modeste revenu en quête d'un logement adéquat et les groupes communautaires ayant un projet immobilier à réaliser.

 1945 rue Mullins, local 120  
Montréal H3K 1N9

 (514) 933-2755

 grt@batirsonquartier.com

 www.batirsonquartier.com



## Regroupement Information Logement (RIL)

Géré par des résident.e.s du quartier, le RIL vise l'amélioration des conditions de logement, le maintien de la population dans son milieu et la prise en charge, par les citoyen.ne.s, de leurs conditions de vie et de logement.

Le RIL travaille en collaboration avec la Société d'amélioration de Pointe-Saint-Charles (SOCAM) qui achète et gère des immeubles résidentiels et offre des services de gestion aux coopératives et aux OBNL du quartier.

### Activités

Le Projet Saint-Charles/Comité logement assure la défense et la promotion des droits des locataires des secteurs privé et public :

- Défense des droits des locataires
- Animation d'ateliers sur le logement
- Accueil, référence, information
- Liste de requérant.e.s pour des coopératives et OBNL

### Pour qui

Population de Pointe-Saint-Charles

 1945 rue Mullins, local 110  
Montréal H3K 1N9

 (514) 932-7742

 infolog@rilsocam.org

 www.rilsocam.org



## Madame Prend Congé

Madame Prend Congé est un lieu de rencontre où les femmes peuvent s'exprimer, échanger et se sentir moins seules. C'est un lieu qui favorise l'amitié et la solidarité entre femmes dans le plaisir et l'humour dans le but d'améliorer leurs conditions de vie. MPC travaille, par différents moyens, à briser l'isolement, à lutter contre la pauvreté et la violence et à promouvoir l'égalité des femmes dans la société.

### Activités

- Accueil des femmes qui souhaitent jaser et prendre un café
- Discussions sur différents sujets
- Écoute, références, informations
- Ateliers : connaissance de soi, café-rencontres, santé physique et psychologique, créativité, etc.
- Halte-garderie gratuite aux participantes
- Accès gratuit à des ordinateurs et à Internet
- Utilisation de téléphone, photocopieur, télécopieur, numérisation
- Friperies : 1960 et 1966, rue du Centre

### Pour qui

Toutes les femmes

 1900 rue Grand Trunk, local 20  
Montréal H3K 1N9

 (514) 933-2507

 carrefour.anim@csgm.qc.ca

 www.madameprendconge.com



## Centre communautaire Saint-Antoine 50+

Cet organisme à but non lucratif offre divers programmes et services sociaux aux aîné.e.s et autres adultes, tant au centre qu'ailleurs dans la communauté. Le Centre s'efforce d'augmenter la qualité de vie des aîné.e.s.

### Activités

- Visites amicales et appels téléphoniques
- Appels quotidiens pour la sécurité
- Épiceries
- Sessions d'information, informations et références
- Accompagnements lors de visites médicales
- Transport
- Clinique en podiatrie
- Groupe d'échange et discussion
- Ateliers
- Sessions d'exercices physiques
- Cours d'ordinateurs
- Arts textiles
- Événements spéciaux
- Fêtes d'anniversaires
- Voyages de jour

### Pour qui

Les personnes de 50 ans et plus résidant dans les quartiers Pointe-Saint-Charles, Petite-Bourgogne, Saint-Henri, Verdun, Côte-Saint-Paul et de LaSalle.

 2338 rue Saint-Antoine Ouest  
Montréal H3J 1A8

 (514) 933-7351

 rosemarys@centrestantoine.com

 www.centrestantoine50plus.com



## Centre des aînés de Pointe-Saint-Charles

Connu avant 2014 sous la dénomination de Service de bénévoles du 3e Âge de Pointe-Saint-Charles, le Centre des aînés vise à améliorer la qualité de vie des aîné.e.s de cinquante ans et plus et favoriser leur autonomie.

Il a pour objectif de contribuer au mieux-être des aîné.e.s en situation de vulnérabilité sociale, physique et économique, ainsi qu'à soutenir leurs proches afin d'encourager leur engagement.

### Activités

- Activités sociales toutes les semaines
- Accompagnement aux rendez-vous médicaux
- Accompagnement social
- Visites d'amitié à domicile
- Service d'aide aux formulaires gouvernementaux

### Pour qui

Les résident.e.s de 50 ans et plus de Pointe-Saint-Charles

 2431 rue Saint-Charles, local 1  
Montréal H3K 1E6

 (514) 933-5826

 info@capstcharles.org

 www.capstcharles.org

## La Cité des Bâisseurs

Ce projet d'habitation communautaire dans Pointe-Saint-Charles offre des logements aux personnes de 65 ans et plus souhaitant conserver leur autonomie tout en profitant d'un environnement chaleureux et sécuritaire.

Ce projet est issu du Conseil des aînés. La Cité des bâtisseurs est un organisme autonome avec son propre conseil d'administration.

### Activités

- 115 logements (3 1/2 et 4 1/2) pour personnes autonomes et semi-autonomes adaptés pour les gens à mobilité réduite
- Repas du midi offert 5 jours par semaine
- Service de sécurité 24 heures par jour
- Activités communautaires organisées pour et par les résident.e.s, en lien avec les différentes ressources du milieu

Des frais de service sont applicables.

### Pour qui

Les personnes de 65 ans et plus

 1130 rue de la Sucrierie  
Montréal H3K 0A6

 (438) 383-3711

 [viecom@citedesbâisseurs.org](mailto:viecom@citedesbâisseurs.org)

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



## Centre africain de développement et d'entraide (CADE)

Le CADE est un organisme communautaire d'intégration à la société d'accueil, qui aide les Africain.e.s, plus particulièrement les Congolais.es, à mieux vivre le choc culturel et post-migratoire. Il étend sa mission aux personnes de toute origine s'intéressant au développement socio-économique et à l'intégration harmonieuse à Pointe-Saint-Charles, au Québec et au Canada.

### Activités

- Accueil et référencement : accompagnement des personnes immigrées et réfugiées dans la société d'accueil
- Programme d'éducation : ateliers animés dans les écoles et autres institutions sur différents thèmes en lien avec l'intégration et le racisme
- Promotion des besoins et des intérêts des immigrants : organisation des fêtes nationales et du festival interculturel de Pointe-Saint-Charles

### Pour qui

Toute la population du quartier, en particulier les Africain.e.s, et plus spécifiquement les Congolais.es

 2390 rue de Ryde, local 202  
Montréal H3K 1R6

 (514) 528-6032

 [centreafricaindeveloppement@gmail.com](mailto:centreafricaindeveloppement@gmail.com)

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



## Cuisine-Atout Entreprise d'insertion

Cuisine-Atout accompagne des adultes en situation d'exclusion, provenant majoritairement du Sud-Ouest de Montréal, dans leur démarche d'insertion sociale et professionnelle. Il offre une expérience de travail concrète dans le service alimentaire, combinée à un programme de formation multiple et personnalisé, incluant l'apprentissage de base en français et en mathématiques.

### Activités

Programme de formation rémunérée de 36 semaines

- Technique de cuisine
- Mise à niveau en français et mathématiques
- Ateliers de développement personnel, social et professionnel
- Formation et soutien pour la recherche d'emploi
- Stage externe en milieu de travail

Activités économiques

- Service traiteur
- Café Bistro

### Pour qui

Adultes sans emploi, âgés entre 18 et 55 ans, n'ayant pas complété leurs études secondaires francophones au Québec.

### Heures d'ouverture

Du lundi au vendredi de 8h00 à 16h00

 1945 rue Mullins, local 140  
Montréal H3K 1N9

 (514) 939-4080

 info@cuisine-atout.com

 /club.populaire.des.consommateurs/



## Formétal École/Entreprise d'insertion

Formétal a pour mission de « faire vivre » une insertion sociale et professionnelle à des jeunes adultes en leur permettant d'acquérir des compétences de travail, de développer des connaissances, des habiletés et des attitudes pour qu'ils trouvent leur place dans la communauté et dans le monde du marché du travail, et ce, au moyen d'une formation et d'une réelle expérience de travail.

### Activités

Formation d'une durée de 6 mois dans les domaines suivants

- Transformation du métal en feuille
- Soudage
- Peinture industrielle par poudrage électrostatique
- Commis à la réception et à l'expédition des marchandises
- Accompagnement individualisé et de groupe
- Embauche continue

### Pour qui

Les hommes et femmes – 18 à 35 ans – résidant prioritairement dans Le Sud-Ouest de Montréal, qui veulent travailler et qui ont de la difficulté à trouver et/ou à garder un emploi.

 1850 rue Le Ber  
Montréal H3K 2A4

 (514) 939-2510

 gestion@formetal.qc.ca

 www.formetal.qc.ca



## Regroupement économique et social du Sud-Ouest (RESO)

Le RESO travaille depuis plus de 30 ans à la revitalisation économique et sociale des quartiers du Sud-Ouest. Le Service d'aide à l'emploi et le Carrefour jeunesse emploi offrent des services en groupe ou en individuel aux personnes sans emploi. Le RESO participe à la concertation locale sur tous les enjeux qui concernent l'emploi et la formation de la main-d'œuvre.

### Activités

- Rencontrer des conseillères en emploi pour rédiger un C.V. qui met vos compétences en valeur, vous préparer à une entrevue d'embauche, identifier vos intérêts et vos valeurs, vos objectifs professionnels et/ou pour planifier et faire un retour en formation
- Terminer votre secondaire 5 ou acquérir les préalables à la formation professionnelle au Centre Saint Paul (français) ou au Centre James-Lyng (anglais)
- Utiliser le centre de ressources où des conseillères et des ordinateurs sont disponibles
- Assister à des ateliers bilingues thématiques ponctuels
- Être accompagné.e dans un projet en formation professionnelle qui mène au DEP
- Rafraîchir vos connaissances en français, en mathématiques, en informatique et ainsi mieux aider vos enfants à l'école
- Soutenir les employeurs à la recherche de main d'œuvre dans leur processus d'embauche

### Pour qui

Les services sont offerts gratuitement en français et en anglais aux personnes sans emploi de 18 ans et plus résidant sur l'île de Montréal.

 3181 rue Saint-Jacques  
Montréal H4C 1G7

 (514) 931-5737

 reso@resomtl.com

 www.resomtl.com



## Carrefour d'éducation populaire

Le Carrefour est un lieu d'apprentissage, de réflexion, d'information, de discussion, d'échange et d'action pour améliorer individuellement et collectivement nos conditions de vie. Il travaille à l'élaboration d'une société démocratique, plus juste et plus humaine, où tout le monde est accepté, reconnu et soutenu dans ses différences.

### Activités

#### Ateliers

- Alphabétisation, couture, poterie, vitrail, intégration des personnes handicapées, informatique, tricot/crochet
- Sorties de découverte et culturelles, fêtes, comités et activités citoyennes, projets artistiques
- Accueil, référence, accès libre à Internet

Un service de halte-garderie est offert aux participant.e.s durant les ateliers et les activités telles l'assemblée générale, la fête de Noël, la fête des femmes, la soirée Solidarité, etc.

Une halte répit est offerte aux parents du quartier les lundis, mardis et mercredis après-midi. Les places sont limitées.

Toutes les activités sont gratuites.

### Pour qui

La population adulte de Pointe-Saint-Charles

 2356 rue du Centre  
Montréal H3K 1J7

 (514) 596-4444

 carrefour.anim@csgm.qc.ca

 www.carrefourpop.org



## Maison Saint Columba

Depuis 100 ans, la Maison Saint Columba travaille en partenariat avec la communauté de Pointe-Saint-Charles, un quartier qui a une riche tradition de développement communautaire et d'innovation. Elle aborde les problèmes liés à l'injustice économique et sociale afin de provoquer du changement. Elle offre un éventail de programmes au sein desquels l'éducation et la participation communautaire sont des priorités majeures.

### Activités

- Développement communautaire en concertation avec des citoyen.e.s, groupes communautaires et regroupements
- Repas communautaire du lundi au vendredi (2\$ par repas)
- Aide aux devoirs pour les enfants du primaire
- Adolescents : programme de transition au secondaire, projet d'engagement jeunesse, conférence sur la santé sexuelle et programme d'apprentis moniteurs
- Programme de jour Hand-in-Hand pour adultes ayant un handicap intellectuel
- Camp de jour en été
- Préscolaire : prématernelle Alternate School et ateliers de socialisation parents-enfants
- Développement spirituel : méditation, réflexion, célébrations
- Groupe de discussion pour femmes et pour hommes

### Pour qui

Pour la population de Pointe-Saint-Charles



2365 rue Grand Trunk  
Montréal H3K 1M8



(514) 932-6202



info@saintcolumbahouse.org



www.fr.saintcolumbahouse.org



## Action Santé

Action-Santé intervient à titre de groupe d'aide et d'entraide dans le but de soutenir des personnes souffrant de problèmes de santé mentale, de dépression, d'isolement. Le groupe est un milieu de vie d'accueil, d'écoute et de partage.

### Activités

- Soutien et entraide
- Sorties
- Repas communautaires
- Discussions
- Autres activités de loisirs

### Pour qui

La population adulte de Pointe-Saint-Charles et de Montréal



2423 rue Wellington  
Montréal H3K 1X5



(514) 933-5771



action-sante@videotron.ca



www.actionsante.org



## Clinique communautaire de Pointe-Saint-Charles

La Clinique est un organisme communautaire qui assume le mandat de CLSC pour le territoire de Pointe-Saint-Charles. Elle offre des services de santé et sociaux, tout en faisant de la prévention et en s'attaquant directement aux causes de la maladie. Son but est de regrouper les citoyen.ne.s afin d'améliorer les conditions de santé à court et à long terme.

Son conseil d'administration est formé majoritairement de citoyen.ne.s du quartier élu.e.s lors de l'assemblée générale annuelle. Au cœur de ses orientations, on retrouve la conviction que la santé est un droit essentiel, collectif et non négociable! La Clinique, c'est la santé et la solidarité d'un quartier.

### Activités

Soins médicaux, infirmiers, soutien psychosocial, santé mentale, soutien à domicile, vaccination, santé sexuelle, cours prénataux, haltes-allaitement, hygiène dentaire dans les écoles, échange de seringues, ressources et références, développement communautaire, etc.

Vous pouvez aussi vous impliquer dans différents comités à la Clinique et participer au pouvoir d'agir collectif en faveur de l'amélioration des conditions de vie et de santé de la population.

### Pour qui

Les personnes de tout âge résidant ou travaillant à Pointe-Saint-Charles.



500 avenue Ash, Montréal H3K 2R4  
1955, rue du Centre, Montréal H3K 1J1



(514) 937-9251



www.ccpssc.qc.ca



## Naître à La Pointe

Naître à La Pointe est un collectif de citoyennes qui a initié en 2010 la demande pour un projet de maison de naissance afin de mieux répondre aux besoins des femmes et des familles du quartier. Ancré dans son quartier, le collectif souhaite que la future maison de naissance soit un espace citoyen, idéalement situé dans le Bâtiment 7, où l'autonomie de la femme enceinte sera respectée. Les usagères auront un rôle central dans le choix des orientations et pratiques de la maison de naissance, ainsi que dans l'animation de ce milieu de vie.

Le projet est maintenant porté et géré par la Clinique Communautaire de Pointe-Saint-Charles, en collaboration avec les partenaires du réseau de la santé, de Naître à la Pointe et de Familles en action. Le projet ayant reçu les premières approbations du ministère de la Santé, les futures mères du Sud-Ouest pourront bénéficier dès 2018 de services sages-femmes!

### Activités

- Éducation populaire visant à transformer la culture dominante de l'accouchement, marqué notamment par la peur, le contrôle et la surmédicalisation
- Suivi de l'implantation des services sages-femmes
- Suivi du projet d'implantation de la maison de naissance

### Pour qui

Pour les citoyennes du quartier et de Montréal, ainsi que leurs familles, qui croient que les femmes devraient avoir le droit d'accoucher comme elles le souhaitent, avec les personnes de leur choix, dans la dignité, le pouvoir et la sécurité.



naitreapsc@gmail.com



/NaitreALaPointe/



## Projet suivi communautaire

L'organisme est une ressource alternative en santé mentale offrant un service de suivi communautaire individuel afin d'assurer le mieux-être et la qualité de vie de la personne. Dans une démarche personnalisée, l'accompagnement se fait avec la personne dans le respect des besoins qu'elle identifie.

### Activités

#### Suivi communautaire long terme

- Rencontre des personnes à l'endroit de leur choix
- Écoute et soutien
- Objectifs à atteindre fixés à partir des besoins exprimés
- Soutien à l'implication dans la communauté
- Accompagnement des personnes dans l'apprentissage des habiletés nécessaires à la vie autonome en logement : budget, socialisation, défense de droits, etc.

### Pour qui

Tout adulte de 18 à 65 ans vivant ou ayant vécu des problèmes de santé mentale.

-  1751 rue Richardson, local 4.120  
Montréal H3K 1G6
-  (514) 366-0891
-  psc.communautaire@bellnet.ca
-  www.projetsuivicommunautaire.com



## École Charles-Lemoyne

L'école offre des classes suivant le programme régulier du préscolaire et du primaire, des classes de pédagogies alternatives où l'approche de Célestin Freinet en est la pierre d'assise, ainsi qu'un point de service de la commission scolaire pour les élèves éprouvant des difficultés langagières sévères. Les enfants bénéficient d'un milieu de vie harmonieux dans lequel il fait bon vivre.

### Activités

- Volet alternatif axé sur l'environnement
- Parascolaire : aide aux devoirs en collaboration avec la maison Saint Columba et le programme de musique El Sistema de Partageons l'espoir, initiation de tous les élèves aux sciences
- Activités sportives : basket-ball et soccer
- Équipements : bibliothèque à l'école et partenariat avec la bibliothèque Saint-Charles, auditorium, deux gymnases, palestre, grande cafétéria et parc-école
- Services professionnels complémentaires : orthopédagogie, orthophonie, psychoéducation, éducation spécialisée, infirmière, hygiéniste dentaire
- Dîner intégré au service de garde et service de repas avec le Gardemanger pour tous
- Services éducatifs pour les enfants de quatre ans

-  2001 rue Mullins  
Montréal H3K 1N9
-  (514) 596-5684
-  lemoyne@cscdm.qc.ca
-  www.charles-lemoyne.cscdm.ca



## École Jeanne-Leber

L'école offre des services de la maternelle à la 6e année et à des élèves en difficulté d'adaptation ou d'apprentissage. Elle bénéficie de la présence et de l'engagement de nombreux organismes et ressources communautaires. Ses forces reconnues : la variété des projets et des activités; les capacités d'adaptation, d'ouverture, d'intégration et de créativité de l'équipe, les mesures d'encadrement et de suivi.

L'apprentissage d'habiletés de communication non violente entre les élèves et leur perception positive à l'égard des intervenant.e.s est le plus bel héritage de notre école.

Valeurs : persévérance, civilité, sécurité, épanouissement personnel et préservation.

### Activités

- Ouverture sur le monde et culture : musique, art dramatique, projet CoOpéra avec l'Opéra de Montréal
- Approches pédagogiques variées impliquant les élèves, méthodes de travail et d'évaluation adaptées, études dirigées. Communications valorisant la participation des parents
- Jardinage et cuisine avec le Club populaire des consommateurs
- Activités parascolaires (chorale, athlétisme, basketball...)
- Ateliers d'estime de soi et d'habiletés sociales
- Services de la Clinique communautaire : intervenant.e sociale, infirmière, hygiéniste dentaire...

 2120 rue Favard  
Montréal H3K 1Z7

 (514) 596-5788

 jleber@csgdm.qc.ca

 www.jeanne-leber.csgdm.ca



## École St. Gabriel

L'école St. Gabriel est une école primaire publique bilingue qui sert la communauté de Pointe-Saint-Charles de la prématernelle jusqu'en 6e année. Elle reflète la diversité culturelle du quartier.

### Activités

- Enseignement en anglais et en français
- Programme d'alphabétisation équilibré avec des spécialistes
- Programme de lecture à domicile à tous les niveaux
- Robotique et laboratoire informatique bien équipé
- Cours de compétences sociales
- Musique, art et théâtre dans tous les cycles
- Services de soutien : psychologue, travailleuse sociale, orthophoniste, ergothérapeute, infirmière, éducatrice à la petite enfance, hygiéniste dentaire et animateur spirituel
- Programmes de collations et de dîner chaud
- Concerts, chorales, Programme Encore!Système après l'école (violin, violoncelle), cours de piano offerts en collaboration avec Heart of The City, en affiliation avec McGill
- Programmes de sports pendant le dîner et après l'école, Danse irlandaise
- Programmes de jardinage et de recyclage

 600 rue Dublin  
Montréal H3K 2S4

 (514) 934-2111

 stgabriel@emsb.qc.ca

 www.emsb.qc.ca/stgabriel/



## Ado Zone Maison des jeunes

C'est un lieu de rencontre animé où les jeunes, au contact d'adultes significatifs, deviennent des citoyen.ne.s actifs/actives, critiques, autonomes et responsables. Ils participent aux activités, s'impliquent dans des projets et sont encouragés à être actifs dans les prises de décision et les choix d'activités. Les animateurs et animatrices les incitent à questionner leur vie et leurs choix sans jugement et à développer leur sens critique et leur ouverture sur le monde en tentant de leur faire découvrir de nouveaux intérêts.

### Activités

- Sportives : hockey cosom, soccer, patin, vélo, hébertisme, etc.
- Prévention et sensibilisation : discussions et activités sur la sexualité, les drogues, l'amour, les relations familiales, l'alimentation, les différences et la tolérance, l'estime de soi, etc.
- Loisirs : billard, ping-pong, baby-foot, jeux de société, soirées cinéma, Donjons et Dragons, montage vidéo, chant, etc.
- Sorties de groupe : camping, glissades d'eau, plage, voyages, la Ronde, cabane à sucre, cueillette de pommes, etc.
- Démocratie et défense des droits : conseil des jeunes, CA, AGA
- Soutien individuel : pré-employabilité, aide aux devoirs, écoute
- Développement personnel et social : cours de cuisine, ateliers d'art, activités d'autofinancement, etc.

### Pour qui

Les jeunes âgés entre 11 et 17 ans

### Heures d'ouverture

-  1850 rue Grand Trunk  
Montréal H3K 1M9
-  (514) 937-9655
-  adozonepsc@videotron.ca
-  /AdoZone84/



## Carrefour jeunesse-emploi du Sud-Ouest de Montréal (CJESO)

Le Carrefour jeunesse-emploi du Sud-Ouest de Montréal est un service du Regroupement économique et social du Sud-Ouest (RESO). Il soutient les jeunes et les jeunes adultes de 16 à 35 ans dans leurs démarches liées à l'employabilité, aux études et à l'entrepreneuriat en leur offrant des services gratuits, bilingues, individuels ou de groupe.

### Activités

#### Accompagnement

- Recherche d'emploi et retour aux études
- Centre de référence et de documentation
- Information scolaire et professionnelle
- Entrepreneuriat jeunesse

#### Tu veux

- Trouver un emploi, une formation ou un stage?
- Retourner aux études?
- Participer à un projet jeunesse?
- Étudier ou travailler à l'étranger?
- Démarrer une entreprise?
- Obtenir de l'information ou de l'aide pour mieux t'orienter dans ton projet de vie (choix ou réorientation de carrière)?

Viens nous rencontrer ou communique avec nous !

### Pour qui

Les jeunes et les jeunes adultes de 16 à 35 ans

-  3181 rue Saint-Jacques, local 100  
Montréal H4C 1G7
-  (514) 934-2242
-  info@cjeso-mtl.org
-  www.cjeso-mtl.org



## Centre de la petite enfance de Pointe-Saint-Charles

Le Centre offre des services de garde éducatifs bilingues. Il peut recevoir un total de 160 enfants, soit 20 poupons (6 mois à 18 mois) et 140 enfants âgés entre 18 mois et 5 ans.

### Activités

Nos programmes d'activités ont pour but d'assurer le développement optimal, le bien-être, la santé et la sécurité des enfants. Nous visons à appliquer le programme éducatif HighScope qui est à la fine pointe de la recherche en matière d'activités éducatives pour les enfants en service de garde situé en milieu plus défavorisé.

### Pour qui

Les enfants entre 6 mois et 5 ans, résidant majoritairement à Pointe-Saint-Charles.

### Heures d'ouverture

Lundi au vendredi de 7h00 à 18h00

Pour inscrire votre enfant sur notre liste d'attente, communiquez avec la Coopérative Enfance-Famille au 514 270-5055.

 237 et 255 avenue Ash (locaux du YMCA)  
Montréal H3K 2R1

 (514) 935-8224

 info@cpepsc.com

 www.laplace0-5.com



## Centre de la petite enfance Les enfants de l'avenir

Le CPE offre un service de garde éducatif de qualité situé en plein cœur du quartier. Il accueille 104 enfants de 3 mois à 5 ans. Il reconnaît aux enfants le droit de vivre leur vie d'enfant, et considère que c'est par le jeu que l'enfant se développe et apprend. Le CPE a le projet de développer une nouvelle installation de 80 places dans le Bâtiment 7.

### Activités

- Programme de pédagogie ouverte, stimulant le développement global de l'enfant selon l'âge et le rythme
- Théâtre, cuisine, chant, yoga, jardinage, etc.
- Langues d'accueil : français, anglais et espagnol
- Langue de travail : français

### Pour qui

Les enfants de trois mois à cinq ans

### Heures d'ouverture

Lundi au vendredi de 7h00 à 18h00

Pour inscrire votre enfant sur notre liste d'attente, communiquez avec la Coopérative Enfance-Famille au 514 270-5055.

 1945 rue Mullins, local 50 et 180  
Montréal H3K 1N9

 (514) 932-9336

 cpe-lesenfants@qc.aira.com

 www.laplace0-5.com



## Familles en action

L'organisme permet aux familles du quartier et des environs de s'impliquer et de s'investir afin d'améliorer leur bien-être personnel, familial, économique et social. Dans un climat chaleureux, les parents peuvent rencontrer d'autres parents, partager leur expérience parentale, vivre des moments de plaisir avec leurs enfants, prendre un petit moment de répit et trouver des solutions concrètes aux difficultés qu'ils peuvent vivre.

### Activités

- Café-rencontre
- Ateliers de socialisation parents-enfants (de 2 à 4 ans)
- Ateliers de stimulation parents-enfants : Ouistitis 0-12 mois et Éléphanteaux 12-24 mois
- Programme pour les parents de 25 ans et moins : ateliers et activités avec le bébé ou trottineur
- Halte-garderie pour les familles membres
- Activités communautaires et sorties familiales tout au long de l'année
- Camp hivernal et estival

### Pour qui

- Les familles du quartier et du Sud-Ouest
- Les enfants de 0 à 12 ans

### Heures d'ouverture

Lundi au jeudi de 9h00 à 17h00

 1915 rue du Centre  
Montréal H3K 1J1

 (514) 932-6373

 famillesenaction@videotron.ca

 www.famillesenaction.org



## L'Ancre des Jeunes

L'Ancre intervient dans Le Sud-Ouest de Montréal, où le taux de décrochage est parmi les plus élevés du Québec. Sa mission : soutenir le rattachement et prévenir le décrochage scolaire et social chez les jeunes. Chaque jeune est le premier agent de son propre changement. Le rôle de l'Ancre est donc d'accompagner chacun d'entre eux dans sa démarche vers l'amélioration de sa situation personnelle et scolaire.

### Activités

- Aide aux devoirs : jeunes de 5e ou 6e année du primaire qui présentent des difficultés dans leur cheminement scolaire, personnel ou social
- Transition : jeunes de la fin du primaire ou du début secondaire qui ont du mal à s'adapter à l'école secondaire
- Branché sur ton @venir : jeunes de 16 à 20 ans qui suivent des cours de formation à distance assistée d'un Centre d'éducation des adultes;
- Soutien aux rattachés : jeunes de 13 à 16 ans en secondaire 1 à 3 qui ont décroché ou sont à risque de décrochage et qui font face à certains enjeux : intimidation, démotivation, toxicomanie, négligence, faible estime de soi, etc.
- L'Ancre à l'Aventure : adolescent.e.s de Verdun de 13 à 16 ans qui ont envie de vivre une expérience de plein air inoubliable
- Camp de jour estival : jeunes de Verdun de 9 à 13 ans

### Pour qui

Les jeunes persévérants du Sud-Ouest de 9 à 20 ans

 3565 boulevard LaSalle  
Montréal H4G 1Z5

 (514) 769-1654

 secretariat@ancredessjeunes.org

 www.ancredessjeunes.org



## L'Auberge communautaire du Sud-Ouest

L'Auberge est une ressource qui lutte contre la pauvreté, la désaffiliation sociale et le mal de vivre des jeunes sans-abris afin d'améliorer leurs conditions immédiates par des activités d'entraide et de coopération.

### Activités

- Hébergement : 20 chambres individuelles disponibles pour un séjour maximum d'un an; offre un accueil chaleureux, le logis et le couvert dans une démarche de pouvoir d'agir et d'apprentissage
- Programme l'Envol : 38 appartements abordables dans 6 maisons auxquels les jeunes ont accès quand ils ont stabilisé leur situation. Ils peuvent aussi profiter d'un soutien et d'un appui favorisant leur épanouissement comme individu et comme citoyen.ne responsable à part entière
- Azimut PPE (programme préparatoire à l'emploi) : ateliers sur le développement d'aptitudes personnelles, sociales et professionnelles
- Projet Charlemagne : accompagnement à des jeunes qui ont quitté l'école et qui souhaitent reprendre leurs études
- Association de l'Auberge communautaire du Sud-Ouest : rassemble les jeunes, les ancien.ne.s participant.e.s, les bénévoles et les employé.e.s afin de briser l'isolement, faire émerger le réseautage et mettre nos forces en commun

### Pour qui

Les jeunes hommes et femmes entre 18 et 29 ans vivant des difficultés, sans-abris ou à risque de le devenir.

 2532 rue du Centre  
Montréal H3K 1J8

 (514) 419-0738

 [direction@laubergecommunautaire.org](mailto:direction@laubergecommunautaire.org)

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



## Projet Informel

Informel est un projet du comité jeunesse d'Action-Gardien qui vise à créer des liens entre les familles, la communauté et les écoles primaires du quartier afin de soutenir leurs efforts communs pour favoriser la réussite des jeunes.

### Activités

- Ateliers de discussions et d'échanges pour les parents
- Ateliers de sensibilisation pour les jeunes et les parents
- Dîners communautaires Informel
- Sorties culturelles
- Accompagnement des parents dans le cheminement scolaire de leurs enfants
- Cours de francisation pour les parents avec le Centre de ressources éducatives et pédagogiques
- Informations et références pour les familles, les groupes communautaires et les écoles du quartier

### Pour qui

Familles, groupes communautaires et écoles primaires de Pointe-Saint-Charles

 2390 rue de Ryde, local 203  
Montréal H3K 1R6

 (514) 895-9251

 [biancadaigle@actiongardien.org](mailto:biancadaigle@actiongardien.org)

 [/Projet-Informel/](https://www.facebook.com/Projet-Informel/)



## Travail de rue action communautaire (TRAC)

Le travail de rue vise à rejoindre les jeunes en difficulté en intervenant dans leur milieu de vie, en développant des relations de confiance et significatives et en interagissant avec les organismes de la communauté.

### Activités

- Site fixe à Verdun : offre de matériel stérile et des contraceptifs et diminution des risques associés à l'usage des drogues et relations sexuelles non protégées. Espace où la personne est accueillie, écoutée, accompagnée, informée et référée selon ses besoins
- Travail de milieu : présence dans le milieu de vie des jeunes et les espaces qu'ils fréquentent, distribution et récupération de matériel de prévention, accompagnement, référence, information et soutien aux personnes dans leurs démarches
- Offre d'information sur des sujets qui préoccupent les jeunes, libres de jugement et de conseil. Les personnes rejointes prennent elles-mêmes leurs décisions.
- Référence personnalisée vers des individus, plutôt que vers des services qui œuvrent dans les ressources du milieu
- Accompagnement vers ces ressources
- Organisation de sorties ponctuelles
- Approche volontaire et confidentielle

### Pour qui

- Jeunes de 12 à 35 ans des quartiers Saint-Henri, Saint-Paul/Émard, Pointe-Saint-Charles, Verdun et Saint-Pierre
- Site fixe et travail de milieu : 14 ans et plus

 400 rue de l'Église (porte de côté)  
Montréal H4G 2M4

 (514) 798-1200

 info@letrac.org

 www.letrac.org



## Centre Saint-Charles

Géré par l'arrondissement le Sud-Ouest, le Centre Saint-Charles dispose d'une piscine intérieure ouverte à l'année, un gymnase, deux salles de réunion et un aréna. Situé au cœur du quartier, le centre accueille les sportifs et les amateurs de loisirs. Il est ouvert au grand public, aux organismes et aux entreprises.

### Activités

- Baignade libre
- Patin libre
- Programmation variée animée par les organismes et associations de sports et loisirs
- Possibilité de réserver des plateaux sportifs pour des activités libres et événementielles

### Pour qui

- Citoyen.ne.s
- Organismes
- Associations sportives
- Entreprises

 1055 rue d'Hibernia  
Montréal H3K 2V3

 (514) 872-3300 (information)

 (514) 872-3831 (réservation)

## Judo Bushidokan

Le club de Judo Bushidokan est un organisme à but non lucratif qui offre des cours dans le quartier depuis 1996.

Le judo, c'est du plaisir pour tous ! Cet art martial a plusieurs bienfaits :

Il est bon pour la santé physique et mentale.  
Il aide les jeunes à se concentrer à l'école.  
Il favorise l'équilibre du corps et de l'esprit.  
Il est la voie de la souplesse et du respect.

Le judo est une école de vie!

### Activités

Cours pour les débutant.e.s, intermédiaires et avancé.e.s :

- Enfants 4 ans (initiation)
- Enfants de 5 à 7 ans
- Enfants de 8 à 10 ans
- Enfants de 10 à 12 ans
- 13 ans et plus et adultes

### Pour qui

Toute personne de 4 à 75 ans, autant les filles que les garçons

 2390 rue de Ryde  
Montréal H3K 1R6

 (514) 935-9666

 judo@bell.net

 /ecoledejudo bushidokan/



## YMCA de Pointe-Saint-Charles

Les YMCA du Québec ont pour mission de bâtir une communauté plus forte en offrant des occasions d'épanouissement et de vie active, saine et engagée pour tous et toutes. Les valeurs sont l'inclusion, la collaboration, l'engagement, la bienveillance, l'excellence et le respect. Depuis 1979, le centre Y dessert Le Sud-Ouest et travaille en étroite collaboration avec les écoles, les tables de quartier, la ville de Montréal ainsi que de nombreux groupes du quartier.

### Activités

- 0-5 ans : présco-gym libre et cirque familial
- 5-12 ans : soccer, cirque, gym libre familial, programmes après l'école incluant aide aux devoirs et activités récréatives
- 13-17 ans : hockey, basketball, soccer, cuisine, entraînement pour les filles et garçons, activité Parkour, soirée du vendredi
- Éducation et formation : formation de moniteurs/monitrices et instructeurs/instructrices, cours de RCR et premiers soins
- Santé et activités physiques : salle de conditionnement, entraînement privé, cours de groupe (yoga, cardio cycle, camp d'entraînement, pilates, etc.)
- Initiatives communautaires : Club des aînés (+55 ans) avec activités récréatives, socialisation et sorties
- Intervention de milieu en HLM
- Initiatives environnementales éco-citoyennes pour encourager le bon voisinage

### Pour qui

Tout le monde

 255 avenue Ash  
Montréal H3K 2R1

 (514) 935-4711

 info.pointe-saint-charles@ymcaquebec.org

 www.ymcaquebec.org



## Bibliothèque Saint-Charles

Située au cœur du pôle récréatif, sportif et culturel du quartier, la bibliothèque est bien ancrée dans son milieu. Elle est logée dans une ancienne caserne de pompiers datant de 1891, édifice classé patrimonial. Depuis son ouverture, en 1976, elle est un lieu de rencontres et de découvertes pour les résident.e.s du quartier. Elle renouvelle sans cesse la curiosité des petit.e.s et des grand.e.s lecteurs/lectrices.

### Activités

- Heures du conte
- Ateliers pour les jeunes
- Conférences pour les adultes

Demandez la programmation saisonnière!

### Pour qui

Tout le monde

### Heures d'ouverture

Lundi : 9h00 à 18h00  
Mardi et mercredi : 13h00 à 20h00  
Jeudi et vendredi : 9h00 à 18h00  
Samedi : 10h00 à 17h00  
Dimanche : 12h00 à 17h00



1050 rue d'Hibernia  
Montréal H3K 2V2



(514) 872-3092 (adulte)



(514) 872-3035 (jeunes)



/BibliothequeSaintCharles/

## Société d'histoire de Pointe-Saint-Charles

La Société d'histoire de Pointe-Saint-Charles a été créée dans le but de mettre en valeur le patrimoine immatériel et architectural du quartier. Les témoignages de l'histoire du quartier sont recueillis par l'intermédiaire d'entrevues, de manuscrits, de photos et de films anciens, de documents et d'objets relatant l'histoire orale ou écrite du quartier.

Nous scannons et archivons par ailleurs vos photos et documents anciens.

### Activités

- Conférences
- Visites guidées
- Expositions
- Comité mémoires
- Comité publications
- Comité patrimoine

### Pour qui

Les passionné.e.s d'histoire



2390 rue de Ryde, local 206  
Montréal H3K K9



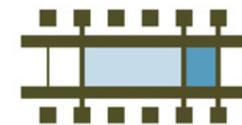
(514) 932-5610



info@shpsc.org



www.shpsc.org



# SHPPSC

## Éco-quartier du Sud-Ouest

L'Éco-quartier du Sud-Ouest favorise l'action environnementale et l'éco-civisme des résident.e.s de l'arrondissement Le Sud-Ouest. Il s'inscrit dans le plan de développement de la ville de Montréal et dans la mission des YMCA du Québec. Les champs d'action sont : propreté, verdissement, développement durable, participation et engagement.

### Activités

- Réalisation de ruelles vertes
- Gestion de sites de compostage collectif et de dépôts volontaires des résidus de table, vente de lombricomposteurs
- Appui à l'organisation de corvées de propreté et autres initiatives environnementales
- Distribution annuelle de fleurs et de compost
- Plantation avec les citoyen.ne.s ou les groupes de citoyen.ne.s
- Organisation d'ateliers et de conférences environnementales
- Sensibilisation, éco-conseils aux citoyen.ne.s et projets, notamment en matières résiduelles (3RVC), agriculture urbaine, préservation et multiplication de la biodiversité, économie de l'eau, gestion des eaux de pluie et perméabilisation des sols, adaptation et lutte aux changements climatiques, transport actif et aménagement urbain
- Participation au comité Opération populaire d'aménagement de Pointe-Saint-Charles

### Pour qui

Les résident.e.s, groupes communautaires, commerces et institutions de Pointe-Saint-Charles, Petite-Bourgogne, Griffintown, Saint-Henri, Émard et Côte-Saint-Paul.

 255 avenue Ash  
Montréal H3K 2R1

 (514) 872-0122

 info@ecoquartiersudouest.com

 www.ecoquartiersudouest.com



## Prévention Sud-Ouest

Prévention Sud-Ouest a pour mandat de réduire le taux de criminalité par l'implication des citoyen.ne.s du Sud-Ouest et de mettre en œuvre des mesures de prévention pour améliorer la qualité de vie et la sécurité de la population. Il travaille en partenariat avec d'autres acteurs locaux, institutionnels ou communautaires, afin de favoriser la cohésion sociale, le bénévolat ainsi que la création d'emplois.

### Activités

- Programme Tandem : prévention des introductions par effraction et des vols de et dans les véhicules, visites conseils, kiosques d'information, animation dans les écoles, les groupes, les résidences à logements multiples
- Jeunes : carnets d'identité, activités intergénérationnelles, incivilités et vandalisme, gardiens avertis. Animations diverses dans les écoles (résolution de conflits, l'intimidation, les gangs, la cyberintimidation, la sécurité sur Internet, etc.)
- Femmes : cctivités à la carte (déplacements dans la rue, métro et autobus, sécurité des sacs à main, etc.), marches exploratoires
- Aîné.e.s : animations à la carte sur les déplacements dans le secteur, dans les lieux publics, dans les résidences ou habitations, sur la fraude, etc. Présentations pour prévenir la violence et les abus envers les aîné.e.s
- Pour tous : activités à la carte, burinage des objets de valeur et de vélos, patrouille à vélo, adresse arrière, cabanon, aménagement sécuritaire et diffusion d'informations

 6000 rue Notre-Dame Ouest  
Montréal H4C 3K5

 (514) 761-4151

 info@psotm.org

 www.prevention-sud-ouest.com



## Bâtiment 7

Le Collectif 7 à Nous s'est réapproprié un bâtiment industriel patrimonial afin de le convertir en une « fabrique d'autonomie collective », un lieu de rassemblement bouillonnant de projets. Enraciné dans le milieu qui l'a fait naître, le Bâtiment 7 aspire à devenir un moteur de transformation culturelle, sociale, politique, économique et environnementale. Le Bâtiment 7, vaste bâtiment de 90 000 pieds carrés, est situé sur les anciens terrains du CN, au coin des rues Le Ber et Sainte-Madeleine.

### Activités

La Bâtiment 7 accueillera une variété de projets et d'usages, en plusieurs pôles :

- Pôle des pratiques : pour offrir des services essentiels ainsi que des lieux de production et de rassemblement. Épicerie collective Le Détour, microbrasserie-coop et café-bar familial Les Sans-Taverne, coopérative de jeunes Press Start, ateliers collaboratifs, salle polyvalente et jardins extérieurs. Ouverture : printemps 2018
- Pôle Famille-santé : pour offrir un espace de soutien, d'éducation et de soin en lien avec la santé et la famille. On y trouvera notamment une nouvelle installation du CPE Les Enfants de l'avenir ainsi que des services de santé alternative et des activités communautaires.
- Pôle alimentaire : pour offrir des équipements collectifs qui augmenteront l'autonomie collective de Pointe-Saint-Charles. Organismes et citoyen.ne.s développent un lieu de production et d'éducation incluant serres, jardins, cuisine, fermette urbaine. Ce pôle a pour objectif de générer, transformer et distribuer des aliments variés, au plus bas coût possible, tout en renforçant le rôle des initiatives alimentaires existantes dans le quartier.

 1900 rue Le Ber  
Montréal H3K 2A5

 (438) 777-7558

 info@batiment7.org

 www.batiment7.org



### Ressources d'urgence

Urgences (police, pompier, ambulance).....	9-1-1
Info-Santé.....	8-1-1
Aide juridique de Montréal.....	(514) 864-2111
Alcooliques anonymes.....	(514) 376-9230
Centre antipoison du Québec.....	1 (800) 463-5060
Centre de référence du Grand Montréal.....	(514) 527-1375
Centre pour les victimes d'agression sexuelle.....	(514) 934-4504
Direction de la protection de la jeunesse (DPJ).....	(514) 896-3100
Drogue : Aide et référence (DAR).....	(514)-527-2626
Écoute Entraide.....	(514) 278-2130
Grossesse-Secours.....	(514) 271-0554
Interligne (diversité sexuelle et pluralité des genres).....	(514) 866-0103
Jeu : Aide et référence.....	(514) 527-0140
Jeunesse, J'écoute.....	1 (800) 668-6868
Ligne Parents.....	1 (800) 361-5085
Maisons d'hébergement pour femmes.....	(514) 878-9757
Service de sécurité incendie.....	(514) 280-0875
SOS violence conjugale.....	1 (800) 363-9010
Tel-Écoute.....	(514) 493-4484
Tel-Aide.....	(514) 935-1101
Tel-jeunes.....	(514) 288-2266
Tel-Aînés.....	(514) 353-2463
Suicide Action Montréal.....	(514) 723-4000
Urgence dépendance (toxicomanie).....	(514) 288-1515

### Hébergement d'urgence et Centre de jour

Foyer pour femmes autochtones.....	(514) 933-4688
En Marge 12-17ans.....	(514) 849-7117
L'autre maison.....	(514) 768-7225
La Maison Benoît Labre.....	(514) 937-5973
Le Bunker (12-22 ans).....	(514) 524-0029
L'Entre-Toit (hommes, santé mentale, judiciairisé).....	(514) 846-3202
Passages (femmes 18-30 ans).....	(514) 875-8119
Refuges des Jeunes (hommes 17-25 ans).....	(514) 849-4221

### Distribution de repas

Garde-manger pour tous (dans les écoles).....	(514) 931-8830
Maison Saint Columba (p.28).....	(514) 932-6202
Mission du Grand Berger.....	(514) 933-9608

**Immigration**

Centre social d'aide aux immigrants (CSAI).....(514) 761-3333  
 Comité d'éducation aux adultes (CÉDA).....(514) 596-4422

**Banques alimentaires**

Armée du Salut.....(514) 288-2848  
 Église Saint-Charles.....(514) 932-5335  
 Maison du Partage d'Youville (p.15).....(514)-935-9846  
 Mission Bon Accueil.....(514) 904-0698  
 Mission du Grand Berger.....(514) 933-9608  
 Partageons l'espoir (p.16).....(514) 933-5599  
 St. Gabriel Church.....(514) 937-3597

**Vêtements usagés**

Église Saint-Charles.....(514) 932-5335  
 Friperie MPC.....(514) 939-9157  
 Friperie Plus.....(514) 937-0817  
 Mission du Grand Berger.....(514) 933-9608  
 Partageons l'espoir (p.16).....(514) 933-5599

**Logement**

Office municipal d'habitation de Montréal (OMHM).....514 872-6442

**Travail et Emploi**

Au bas de l'échelle (défense des droits).....(514) 270-7878  
 Centre local d'emploi.....(514) 872-6426  
 CNESST (normes du travail).....(514) 873-7061  
 Comité chômage de Montréal.....(514) 933-5915  
 Groupe Paradoxe (entreprise d'insertion).....(514) 931-5204

**Aîné.e.s**

Âge d'or Saint-Charles.....(514) 872-4063

**Pharmacies**

Brunet.....(514) 933-6758  
 Familiprix.....(514) 933-6766  
 Uniprix.....(514) 303-1870

**Élu.e.s**

Bureau des élu.e.s du Sud-Ouest.....(514) 872-6814  
 Député.e fédéral.e.....(514) 496-4885  
 Député.e provincial.e.....(514) 933-8796

**Services gouvernementaux**

Arrondissement Le Sud-Ouest.....(514) 872-6814  
 Bureau Accès Montréal.....3-1-1  
 Gouvernement du Canada (Service Canada).....(514) 522-4444  
 Gouvernement du Québec (Service Québec).....(514) 644-4545  
 Police de quartier (15).....(514) 280-0115  
 Service des sports et loisirs de Montréal.....(514) 872-2161  
 Ville de Montréal.....3-1-1  
 Bureau de poste (IGA).....(514) 932-8155

**Écoles secondaires**

École secondaire James Lyng.....(514) 846-8814  
 École secondaire Monseigneur-Richard.....(514) 765-7666  
 École secondaire Saint-Henri.....(514) 596-5970

**Garderie**

Garderie au Centre Louis-Riel.....(514) 931-2263, poste 708  
 Garderie Beaujeu.....(514) 932-9191  
 Ms. Jennifer's Montessori.....(514) 559-4331

**Environnement**

Écocentre LaSalle.....(514) 872-0384  
 Recyc-Québec.....(514) 352-5002



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---

La publication de ce bottin a été rendue possible grâce à la contribution de plusieurs membres d'Action-Gardien ainsi que :

Le Sud-Ouest  
**Montréal** 

 **Desjardins**  
Caisse du Sud-Ouest  
de Montréal

SIÈGE SOCIAL  
2100, rue Centre 514 380-8000

#### Dominique Anglade

Députée de Saint-Henri—Sainte-Anne  
Ministre de l'Économie, de la Science  
et de l'Innovation  
Ministre responsable de la Stratégie numérique

Bureau de circonscription  
3269, rue Saint-Jacques  
Montréal (Québec) H4C 1G8  
Téléphone : 514 933-8796  
Télécopieur : 514 933-4986  
[dominique.anglade.shsa@assnat.qc.ca](mailto:dominique.anglade.shsa@assnat.qc.ca)

Québec 

**MARC MILLER**

Député | Member of Parliament  
Ville-Marie—Le Sud-Ouest—Île-des-Sœurs



3175 rue Saint-Jacques  
Montréal (Québec) H4C 1G7  
Tél.: 514-496-4885  
[marcmiller@parl.gc.ca](mailto:marcmiller@parl.gc.ca)

#### Rédaction

Les organismes du quartier

#### Traduction

Les organismes et Jonathan Landry

#### Coordination

Marie-Claude Plessis-Bélair et David LeBrasseur

#### Design graphique

Marie-Claude Plessis-Bélair, Lucie Poulin et David LeBrasseur

