

Des ressources pour la nouvelle famille



Table des matières



Vêtements pour bébé	3
Couches lavables et autres articles pour bébé	4
Accouchement, maisons de naissance et allaitement	5
Haltes-garderies, CPE et garderies familiales	6
Ressources communautaires	
Alimentation	7
Banques alimentaires	8
Défense des droits, logement	9
Emploi/formation, éducation populaire	10
Écoles primaires	11
Endettement/consommation	11
Groupe de femmes, groupe famille, meubles usagés, bureau de poste	12
Carte des ressources de Pointe-Saint-Charles	13
Répertoire des dentistes	14
Ressources d'urgence, lignes d'aide et d'écoute, toxicomanie	15
Violence conjugale	16
Santé (sans rendez-vous médicaux)	17
Pharmacie	18
Culture/loisirs/sports	19
Ressources en ligne	20

Pour d'autres ressources visitez notre site : ccpsc.qc.ca/ressources

Vêtements pour bébé



À Pointe-Saint-Charles

Centre St-Columba House

2365 Grand Trunk

Tél. : 514 932-6202

Mardi et jeudi de 9h à 11h

Coût : très bas prix



La Friperie Madame Prend Congé

1960, rue du Centre

Tél. : 514 939-9157

Lundi au vendredi de 9h à 17h

Jeudi de 11h à 19h

Coût : très bas prix



Église Saint-Charles

2111, rue du Centre

Tél. : 514 932-5335

Mardi et vendredi de 13h à 16h

Coût : \$0.10 à \$0.50 ou un peu plus

Église Saint-Gabriel

2157, rue du Centre

Tél. : 514 937-3597

Bazar : chaque premier jeudi du mois
de janvier à septembre

Share the Warmth (Partageons l'espoir)

625, rue Fortune

Tél. : 514 933-5599

Lundi, mercredi, jeudi, vendredi de 9h à 15h

*Chaque dernier jeudi du mois: ferme à 16h

Mardi de 9h à 18h

Samedi : temporairement fermé

Dimanche: Fermé

Fermé en juillet et août pour vêtements

Maison du Partage d'Youville

2221, rue Coleraine

Tél. : (514) 935-9846

Mercredi de 16h à 18h et

Vendredi de 13h à 15h.

Coût : très bas prix



Mission du Grand Berger

2510, rue du Centre

Tél. : 514 933-9608

Lundi au vendredi de 9h à 17h

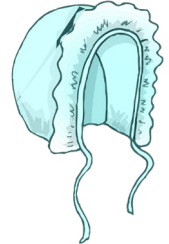
Bazar : le premier samedi de chaque mois

Ailleurs à Montréal

Renaissance

4261, rue Wellington, Verdun

Tél. : 514 766-5059



Grossesse-Secours

79, rue Beaubien est

Tél. : 514 271-0554

Sur rendez-vous

Coût : \$0.50 à \$2.00

Le grenier bébé

4021, rue Dandurand

Tél. : 514 728-5517

Samedi de 10h à 17h

Dimanche de 12h à 17h





Couches lavables

La mère Hélène*

3879 Boulevard Taschereau, Brossard
Bureau 100
Tél : 450 812-5522
merehelene.com

Boutique Bummis *

115 Mont Royal ouest, Montréal H2T 2S9
Tél. : 514 289-9415
bummis.com

Câlins et Popotin *

2160-A, rue Beaubien est, Mtl H2G 1M6
Tél. : 514 670-3131
Calinsetpopotin.com

Bébé Auric Inc.

(service de lavage de couches)

45 Boul. St. Joseph (porte arrière), Lachine,
QC, H8S 2K9 (sur rendez-vous seulement)
Tél.: 514 483-AURIC (514 483-2874)
bebeauric.com
info@bebeauric.com



* possibilité de commander en ligne

Vente d'articles usagés en tout genre

- www.pourenfant.ca
- www.kijiji.ca
- www.lespac.com
- www.facebook.com: Consultez la section *Market Place* à partir de votre compte.



Accouchement/Allaitement

Accouchement/Maisons de naissance

Service de sage-femme de la Clinique Communautaire de Pointe-Saint-Charles*

1955 rue du Centre, Montréal, H3K 1J1

Tel: 514-937-9251, poste 2323 (BEBE)

*Projet de création d'une maison de naissance à Pointe-Saint-Charles avec le collectif « Naître à la Pointe »

Maison de naissance Côte-des-Neiges

6560, ch. de la Côte-des-Neiges,

Tél : 514-736-2323

Maison de naissance du Lac Saint-Louis CIUSSS de l'Ouest-de-l'Île de Montréal

180, avenue Cartier, Pointe-Claire, H9S 4S1

Au 3e étage de l'édifice du CLSC du Lac-Saint-Louis

Tél : 514-697-1199

Maison de naissance de Jeanne Mance CIUSSS Centre-Sud de l'Île de Montréal

1822-1828 rue Ontario, Montréal, H2K 1T7

Tél : 514-527-2361

Alternative naissance

Groupe communautaire d'humanisation de la naissance

6006, avenue de Bordeaux

Tél. : 514-274-1727

Allaitement



Nourri-Source (groupe de soutien à l'allaitement)

<https://nourrisourcemontréal.org/fr>

Halte-allaitement à la Clinique communautaire de Pointe-Saint-Charles, 2^e et 4^e mercredis du mois de 13h à 15h

500 sur Ash (sous-sol)

Info : Lina Hu (514) 937-9251 #6212

ccpsc.qc.ca/allaitement

Ligue la Lèche

Soutien téléphonique : 1-866-2552-4837 (ALLAITER) 9h à 21h

Service pour trouver une monitrice (bénévole) dans ma région
allaitement.ca - information@allaitement.ca



Haltes-garderies, CPE et garderies familiales

Centres de la Petite Enfance (CPE) et garderies familiales

CPE Pointe-Saint-Charles

255 avenue Ash, Tél. : 514 935-8224

CPE Les enfants de l'avenir

1945, rue Mullins, Tél. : 514 932-9336

Garderie Beaujeu Inc.

1785 rue du Centre, Tél. : 514 932-9191



Pour s'inscrire sur la liste d'attente des CPE et autres garderies:

Guichet d'accès aux services de garde du Québec : www.laplace0-5.com

Garderie en milieu familial: magarderie.com (moteur de recherche)

Haltes-garderies

Carrefour d'éducation Populaire

2356, rue du Centre

Halte-garderie gratuite lundi, mardi et mercredi de 13h à 16 de septembre à mai

Tél. : 514 596-4444

Appeler pour réserver une place

Madame Prend Congé

1945 Mullins, bureau 20

Halte-garderie gratuite durant leurs activités

Tél. : 514 933-2507

Appeler pour réserver une place

Familles en action

1915, rue du Centre

Halte-garderie gratuite durant leurs activités et aussi avec plage horaire - \$4.00/3 heures

Lundi au jeudi 9h à 12h et 13h à 16h

Tél.: 514 932-6373

Ressources communautaires



Alimentation

Club populaire des consommateurs

Groupe d'achats collectifs, ateliers, thématiques, cuisines collectives, marché de fruits et légumes et jardins collectifs
1945 Mullins, bureau 30, Montréal (QC) H3K 1N9
Tél. : 514 932-1091
club.populaire@gmail.com



Saint-Columba House - Family Lunch Program

2365 Grand Trunk
Livraison de repas et dîners communautaires - dîners complets pour les familles, les enfants et les personnes seules
Lundi au vendredi de 11h45 à 12h45
Coût : \$2/adulte ou une carte repas de 30\$ pour 20 repas, gratuit pour les enfants
Tél. : 514 932-6202

Saint-Columba House - Café pronto

2365 Grand Trunk
Lundi au vendredi, 9h à 13h
Café gratuit, groupes de rencontres, discussions, jeux animés.
Tél. : 514 932-6202

Épicerie le Détour

1900 rue LeBer (Bâtiment 7)
Lundi au vendredi de 11h à 18h
Épicerie de quartier à but non-lucratif, opéré et géré par ses membres.
Plats préparés.
Ouverte à tous.
Tel: 438 476-5471

Épicerie Solidaire

1930 Grand Trunk
Mercredi 10h à 16h, jeudi 15h à 19h*, vendredi 10h à 16h
*Spécialement ouvert les jeudis de 10h à 16h le jour du chèque d'aide sociale



Banques alimentaires

Maison du partage d'Youville

2221, rue Coleraine

Mercredi et vendredi de 13h à 15h

La carte de membre à \$2.00/année permet de venir 1 fois par semaine

Preuve de résidence et de revenu demandée la première fois

Mercredi 16h à 18h, Vendredi 13h à 15h

Contribution de 5\$/famille

Tél. : 514 935-9846

Share the Warmth (Partageons l'espoir)

625, rue Fortune

Lundi et jeudi de 13h à 15h

\$1.00/adulte – service de livraison pour personnes à mobilité réduite

Tél. : 514 933-5599

Mission du Grand Berger

2510, rue du Centre

Distribution de repas et dépannage alimentaire

Sur demande en semaine

Dîner gratuit, samedi de 12h à 13h

Tél. : 514 933-960



Église Saint-Charles

2115, rue du Centre

Tél. : 514 932-5335

Saint-Gabriel Church

2157, rue du Centre

Tél. : 514 937-3597



Défense des droits

Comité des personnes assistées sociales (CPAS)

1945, rue Mullins, bureau 100

Tél. : 514 931-6025

cpas@cam.org



Comité chômage de Montréal

3734 Av. du Parc

Tél.: 514 933-5915

Comité des Sans-emplois de Pointe-Saint-Charles (information, mobilisation)

2365 Grand Trunk

Souper communautaire gratuit à chaque fin de mois, le dernier mercredi (septembre à mai)

Animation et discussion

Tél. : 514 932-5916

csepsc@yahoo.ca

Services juridiques communautaires Pointe-Saint-Charles et Petite Bourgogne

2533, rue du Centre, bureau 101

Services d'avocats (aide juridique)

Tél. : 514 933-8432

Logement



Regroupement information logement (RIL)

Défense des droits des locataires et promotion de l'amélioration des logements des personnes à faible et modeste revenu.

1945 Mullins, bureau 110

Tél. : 514 932-7742



Travail/emploi/formation

Au bas de l'échelle

6839 A, rue Drolet, Bureau 30

Groupe d'éducation populaire et de défense des droits des travailleuses et des travailleurs non
Syndiqués

Tél. : 514 270-7878

abe@aubasdelechelle.ca

Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité au travail (CNESST)

Tél. : 1-844-838-0808

Formétal (entreprise de réinsertion sociale)

1850 rue LeBer

Téléphone: (514) 939-2510

Regroupement économique du Sud-Ouest (RESO)

3181, rue Saint-Jacques Ouest, Montréal (Québec) H4C 1G7

2e étage

Téléphone: 514 931-5737

Centre local d'emploi

2175, rue St-Patrick, bureau 300

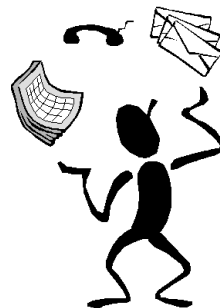
Tél.: 514 872-6426

Carrefour Jeunesse emploi

Orientation et formation des jeunes sans emploi

3181 rue St-Jacques

Tél. : 514 934-2242



Éducation populaire

Carrefour d'éducation populaire de Pointe-Saint-Charles

2356, rue Centre

Tél. : 514 596-4444

Ateliers d'alphabétisation, cours d'informatique, de couture, de tricot, de dessin, de poterie, de
céramique, de vitrail, d'intégration des personnes handicapées et d'informatique.



St-Columba House

2365, rue Grand Trunk

Tél : 514 932-6202

Dîner communautaire, livraison de repas, école alternative, prématernelle, «Hand in Hand»: programme pour adultes vivant avec une déficience intellectuelle, camp de jour pendant l'été, programme Après-École pour les élèves du primaire, groupes de rencontres entre aînés, conseils en formation, atelier de vélo, jardin de toiture et ruches d'abeilles.

L'école des parents (francisation)

St-Columba House, 2365 Grand Trunk

Cours de français niveau débutant et intermédiaire. Halte-garderie disponible sur place

Appeler Emily pour plus d'information

Tél. : (514) 932-6202, poste 233

Écoles primaires

École Charles-Lemoyne (et volet alternatif)

2001, rue Mullins

Tél. : 514 596-5684

École Jeanne-Le Ber

2120, rue Favard

Tél. : 514 596-5788



St. Gabriel's School (anglophone)

600, rue Dublin

Tél.: 514 934-2111

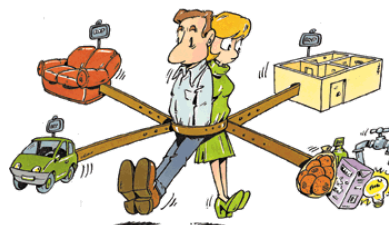
Endettement et consommation

ACEF du Sud-Ouest de Montréal

6734, boul. Monk

Tél. : (514) 362-1771

Solution aux dettes. Cours sur le budget pour les particuliers et les travailleurs autonomes



Lunettes à bon prix

Toutes les prescriptions – service pour tous très abordable

Philippe Rochette, opticien

Tous les mercredis de 9h30 à 11h30

info : www.bonhommealunettes.org

tél. : (514) 303-4315



Groupe de femmes

Madame Prend Congé

1945 Mullins, bureau 20
Tél. : 514 933-2507

Groupe familles

Familles en Action

1915 du Centre
Cours, activités et halte-garderie
Tél. : 514 932-6373

Meubles usagés

La Friperie MPC

1960 rue du Centre
Petits meubles, accessoires, etc.
Tél. : 514 939-9157



Share the Warmth (Partageons l'espoir)

625 Fortune
Tél.: 514 933-5599

Mission du Grand Berger

2510 du Centre
Tél.: 514 933-9608

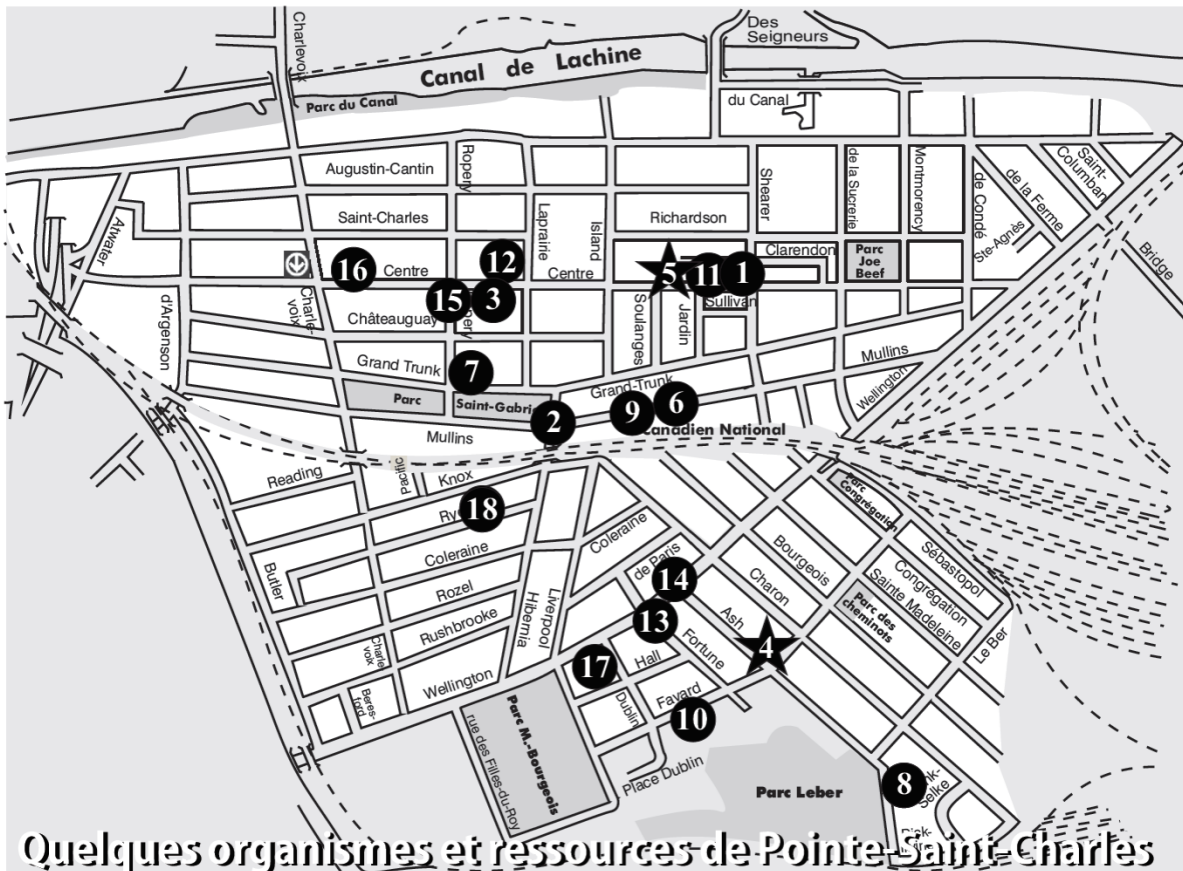
Bureau de poste

Comptoir postal (dans l'épicerie IGA)

2600 rue Mullins (coin Charlevoix)
514 932-8155 poste 27

Bureau de poste Canada

225 rue Bridge, Local 4



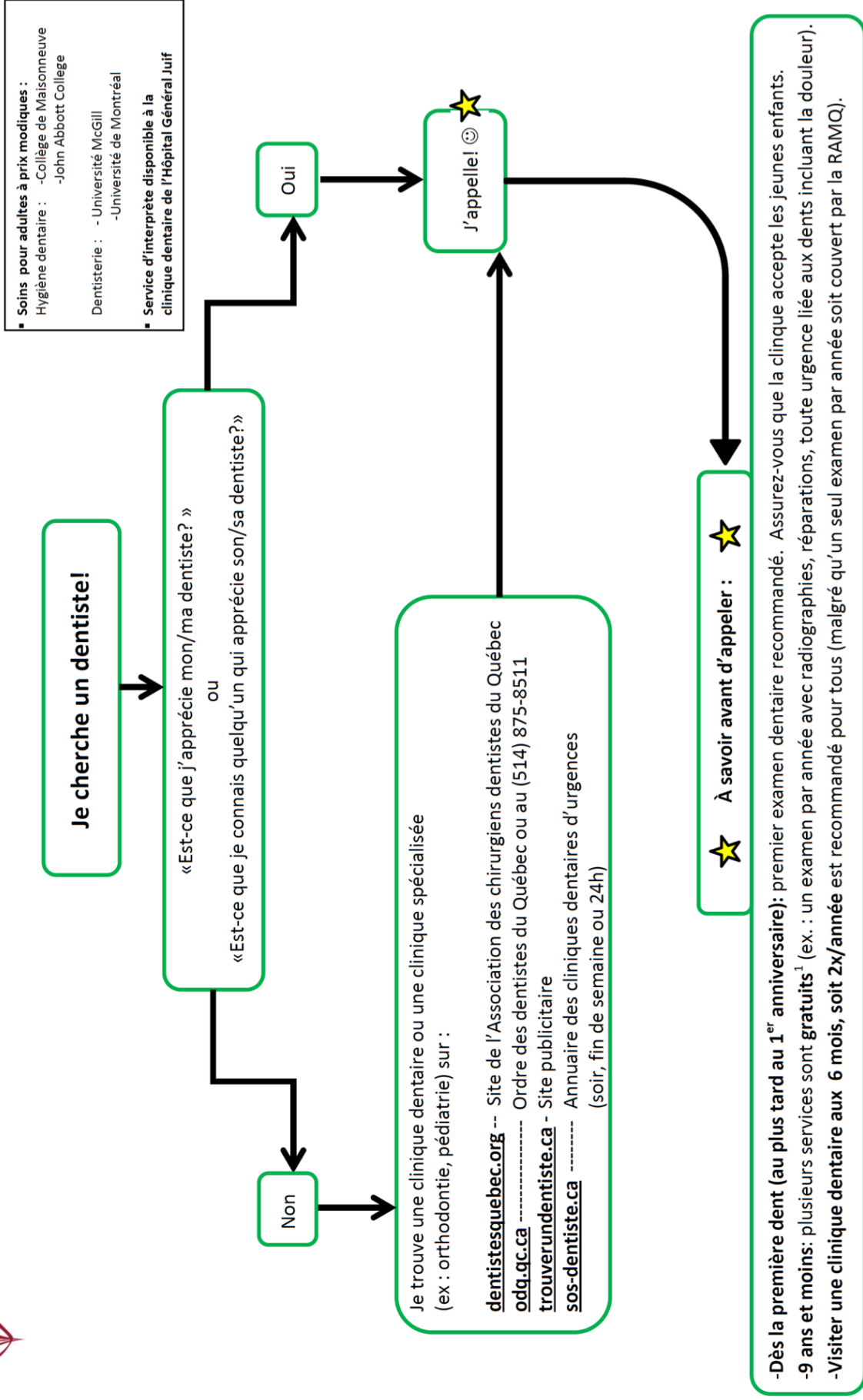
Quelques organismes et ressources de Pointe-Saint-Charles

Pour connaître l'ensemble des ressources du quartier, visitez notre site web: ccpsc.qc.ca/ressources

- | | | |
|---|--|--|
| <p>1 Pharmacie Carole Cyr
1875 rue du Centre
514-3031870</p> <p>2 Bibliothèque Saint-Charles
Adultes : 2333 rue Mullins, H3K 1N9
Tél: 514-872-3092
Jeunes : 1050 rue Hibemia, H3K 1N9
Tél: 514-872-3035</p> <p>3 Carrefour d'éducation populaire
2356 rue Centre, H3K 1J7
Tél: 514-596-4444</p> <p>2 Centre de loisirs Saint-Charles
1055 rue Hibemia, H3K 2V3
Tél: 514-872-3300</p> <p>4 Clinique Communautaire de Pointe-Saint-Charles
500 ave Ash, H3K 2R4
Tél: 514-937-9251 Fax: 514-937-3492</p> <p>5 Clinique Communautaire de Pointe-Saint-Charles
1955 rue Centre, H3K 1J1
Tél: 937-9251 Fax: 514-937-1756</p> <p>6 Club populaire des consommateurs
1945 rue Mullins #30, H3K 1N9
Tél: 514-932-1091</p> <p>6 Comité des pers. assistées sociales (CPAS)
1945 rue Mullins #100, H3K 1N9
Tél: 514-931-6025</p> | <p>7 Comité des sans emploi (CSE)
2365 rue Grand Trunk, H3K 1M8
Tél: 514-932-5916 # 221</p> <p>8 CPE Pointe St-Charles
255 ave Ash, H3K 2R1
Tél: 514-935-8224</p> <p>6 CPE Les enfants de l'avenir
1945 rue Mullins #180, H3K 1N9
Tél: 514-932-9336</p> <p>9 École Charles-Lemoyne (primaire)
2001 rue Mullins, H3K 1N9
Tél: 514-596-5684</p> <p>10 École Jeanne-Le Ber (primaire)
2120 rue Favard, H3K 1Z7
Tél: 514-596-5788</p> <p>11 Familles en Action
1915 rue Centre, H3K 1J1
Tél: 514-932-6373</p> <p>5 Friperie MPC et Friperie et +
1960 et 1966 rue Centre, H3K 1S2
Tél: 514-939-9157 (vêtements)
Tél: 514-937-0817 (petits meubles)</p> <p>6 Madame Prend Congé (centre de femmes)
1945 Mullins #20, H3K 1N9
Tél: 514-933-2507</p> <p>12 Maison du partage d'Youville
2327 rue Centre, H3K 1J6
Tél: 514-935-9846</p> | <p>13 Partageons l'espoir (Share the Warmth)
625 rue Fortune, H3K 2R9
Tél: 933-5599</p> <p>14 Pharmacie Claude Heon (Familiprix)
2043 rue Wellington, H3K 1W7
Tél: 514-933-6766</p> <p>15 Pharmacie S. Paquette (Brunet)
2374 rue Centre, H3K 1J7
Tél: 514-933-6758</p> <p>6 Regroupement Information Logement (RIL)
1945 rue Mullins #110, H3K 1N9
Tél: 514-932-7742</p> <p>7 Saint Columba House
2365 rue Grand Trunk, H3K 1M8
Tél: 514-932-6202</p> <p>16 Services juridiques communautaires
2533 rue Centre #101, H3K 1J9
Tél: 514-933-8432</p> <p>17 St. Gabriel's School (primaire anglophone)
610 rue Dublin, H3K 2S4
Tél: 514-596-4824</p> <p>18 Welfare Rights Committee
2390 rue Ryde #204, H3K 1R6
Tél: 514-445-5321</p> <p>8 YMCA de Pointe-Saint-Charles
255 avenue Ash, H3K 2R1
Tél: 514-935-4711</p> |
|---|--|--|



Comment trouver un dentiste dans mon quartier?



▪ Soins pour adultes à prix modiques :
 Hygiène dentaire : -Collège de Maisonneuve
 -John Abbott College
 Dentisterie : - Université McGill
 -Université de Montréal
 ▪ Service d'interprète disponible à la
 clinique dentaire de l'Hôpital Général Juif

¹ Voir les détails sur ramq.gouv.qc.ca, ou au (514) 864-3411

Ressources d'urgence, lignes d'aide et d'écoute, toxicomanie

Ressources d'urgence

Police/Incendie/Ambulance/Hydro-électricité/Gaz naturel/Travaux publics (24h): 9-1-1

Centre antipoison (24h): 1-800-463-5060

Centre de crise L'Autre Maison, Verdun : (514) 768-7225

Hydro-Québec: (800) 790-2424

Protection enfant-jeunesse (24h) : (514) 896-3100

Centre francophone (9h à 17h) : (514) 362-6400

Centre anglophone (9h à 17h) : (514) 935-6196

Lignes d'aide et d'écoute

Suicide Action Montréal (24h) : 1-866-277-3553

Tel-Aide (24h) : (514) 935-1105

Tel-Aînés (10h à 22h): (514) 353-2463

Tel-Jeunes (24h): (514) 288-2266

Victimes d'agression sexuelle (24h): (514) 934-4504

Phobies-Zéro (troubles anxieux et obsessionnel compulsif - 24h): (514) 276-3105

Association québécoise de soutien aux personnes souffrant de troubles anxieux, dépressifs ou bipolaires: 1-866-738-4873 (REVIVRE)

Dépendants affectifs anonymes : (514) 990-4744

Deuil secours : (514) 389-1784

Éducation coup de fil (relations parents-enfants): (514) 525-2573

Face à face (centre d'écoute, d'intervention et de références) : (514) 934-4546

Gai Écoute : (514) 866-0103

Grossesse-secours : (514) 271-0554

Info-secte : (514) 274-2333

Multi-écoute (attention particulière aux immigrant-e-s) : (514) 737-3604

Office de la protection du consommateur : (514) 253-6556

Parents Anonymes : 1-800-361-5085



Dépendances et toxicomanie

Alcooliques Anonymes : (514) 376-9230 (Français), (514) 350-3444 (Anglais), (438) 878-2563 (Espagnol)

Drogue Aide et Référence (24h) : (514) 527-2626

J'arrête (pour s'aider à arrêter de fumer): 1-866-JARRETE (527-7383)

Jeu : Aide et référence : (514) 527-0140

Narcotiques Anonymes (24h): (514) 249-0555

Urgence-Toxicomanie (24h) : (514) 288-1515

Urgence toxicomanie - Programme Jeunesse : (514) 982-1232

Centre Dollard Cormier – Institut sur les dépendances : (514) 385-1232

Violence conjugale

SOS Violence conjugale (24h) : 1-800-363-9010

Maison du réconfort, Verdun, (24h) : (514) 768-8648

Fédération des ressources d'hébergement pour femmes violentées et en difficulté du Québec:

(514) 878-9757

Option (hommes violents) : (514) 527-1657

Pro-gam (hommes violents): (514) 270-8462

Centre de solidarité lesbienne: (514) 526-2452



Santé

Pour parler à une infirmière 24h sur 24 : 8-1-1

Cliniques médicales sans rendez-vous pour les résidents du Sud-Ouest de Montréal:

**** Il est toujours préférable d'appeler avant de se déplacer pour vérifier les horaires et la disponibilité. ****

Coordonnées des cliniques	Horaires d'ouverture, particularités
Clinique communautaire de Pointe-Saint-Charles 500 av. Ash, (métro Charlevoix) (514) 937-9251	Service sans RV médical Lundi au vendredi: 9h à 11h40, appeler au poste 7302 Service sans RV infirmier Lundi au vendredi: 9h à 16h, appeler au poste 7213 Lundi au vendredi: 16h à 19h30, appeler au poste 7302 Service sans RV infirmier pour les jeunes de 14 à 24 ans 1955 rue du Centre Mardi: 13h à 17h Mercredi: 14h à 18h
Clinique médicale du Sud-Ouest 4475 rue Bannantyne, bureau 103 (métro Verdun) (514) 765-3600	Horaire variable en fonction de la demande. Inscriptions tous les jours. S'inscrire la veille à partir de 15h. Lundi au vendredi de 8h15 à 20h30 Samedi et dimanche de 8h à 20h00
Centre médical St-Henri 3968 Notre-Dame Ouest (métro Place St-Henri) (514) 935-4330	Horaire variable en fonction du médecin. Appeler avant. Faire le choix numéro 1 pour l'horaire du sans rendez-vous.
Clinique de médecine familiale de l'hôpital de Verdun 3950 boul. Lasalle (métro de l'Église) (514) 416-4862	Lundi au vendredi: 8h à 17h30 Samedi et dimanche 8h à 16h30 Appeler après 20h30 pour s'inscrire pour avoir un RV le lendemain.

<p>CLSC Métro (métro Guy-Concordia) 1801 de Maisonneuve Ouest, 3^e étage (514) 934-0354</p>	<p>Lundi au vendredi de 9h à 13h L'inscription commence à 7h30 Appeler avant pour savoir s'il reste de la place.</p>
<p>Centre médical Métro Monk 2376 Allard (métro Monk) (514) 769-9999</p>	<p>7 jours sur 7 (incluant férié): 9h à 17h Prendre un RV en ligne au cmmm.ca</p>
<p>Groupe Santé Westmount Square 1 Westmount Square, Tour 1 (métro Atwater) (514) 934-2334 poste 222</p>	<p>7 jours sur 7 (incluant fériés): 7h30 à 20h Faire le 222 après avoir composé le numéro de téléphone pour savoir s'il reste de la place. Possibilité de prendre un RV en ligne au tapmedical.ca</p>

Pharmacies

Pharmacie Familiprix
2043 rue Wellington
Tél. : (514) 933-6766

Pharmacie Brunet
2374 rue du Centre
Tél. : (514) 933-6758

Pharmacie Uniprix
1875 rue du Centre
(514) 303-1870



Loisirs

Association de soccer du Sud-Ouest de Montréal (ASSOM)

5485, chemin de la Côte-Saint-Paul, Montréal (Québec) H4C 1X3

Tél.: 514 931-7778

Bibliothèque Saint-Charles - Section jeunes

1050, rue Hibernia

Tél. : 514 872-3035 (Section jeunes)

Tél. : 514 872-3092 (Section adultes)



Centre Saint-Charles (piscine, centre de loisirs, aréna)

1055, rue Hibernia, Montréal (Québec), H3K 2V3

Tél.: 514 872-3300

Télécopieur: 514 872-4217

Club aquatique du Sud-Ouest (CASO)

5485 Chemin de la Côte-Saint-Paul

Montréal (Québec) H4C 1X3

Tél.: 514 802-7442



Judo Bushidokan (école Lorne)

2390, rue Ryde, Montréal (Québec) H3K 1R6

Tél.: 514 935-9666

YMCA Pointe-St-Charles

255 Ash, Montréal (Québec) H3K 2R1

Tél. : 514 935-4711

Sites éducatifs

www.boowaquoila.com

Pour les enfants de 2 à 8 ans

www.clubpasseport.com

Site du Club du Livre Passeport Jeunesse : une mine de titres en littérature jeunesse pour les parents et la famille

www.juniorweb.com

Pour les parents cherchant idées et conseils sur l'alimentation, bricolage retour à l'école, joies et peines de la vie quotidienne

www.petitmonde.qc.ca

Site très riche en information pour la famille

www.jeunepapa.com

Le site des papas d'aujourd'hui



Information et services

www.soinsdenosenfants.cps.ca

Élaboré par la Société canadienne de pédiatrie, présente de l'information crédible et facile rédigée par des spécialistes à l'intention des parents

<https://fondationolo.ca>

Site pour les femmes enceintes et les familles avec des jeunes enfants qui désirent de l'information et des conseils pour une saine alimentation.

<https://www.inspq.qc.ca/mieux-vivre>

Guide pratique qui offrant une information appuyée scientifiquement sur la grossesse, l'accouchement et les deux premières années de vie de l'enfant.

<https://naitreetgrandir.com/fr/>

Source d'information fiable et validée scientifiquement, ayant pour mission de soutenir quotidiennement les parents du Québec dans leur rôle auprès de leur enfant, dès la conception jusqu'à 8 ans.

www.mfa.gouv.qc.ca

Site du Ministère de la Famille ; répertoire de l'ensemble des services de garde existants

www.ohdq.com

Site de l'Ordre des hygiénistes dentaires du Québec: informations sur la santé dentaire de 0 à 100 ans.

www1.otstcfq.org

Site de l'Ordre des travailleurs sociaux et des thérapeutes conjugaux et familiaux du Québec

www.masexualite.ca

Site canadien consacré à l'éducation et l'information en matière de sexualité

www.educaloi.qc.ca

Source de vulgarisation de renseignements juridiques.