



GUIDE

D'ACCUEIL

POUR

LES FAMILLES MILITAIRES

CRFM région de Montréal



Centre de ressources
**pour les familles
des militaires**
Région de Montréal

Pour nous joindre :



Point de service de :

Saint-Hubert :

450 462-8777 poste 6810

Saint-Jean-sur-Richelieu :

450 358-7099 poste 7955

Montréal :

514 252-2777 poste 4984



Facebook : CRFMMFRCMTL



Courriel : info.crfm@forces.gc.ca

Site internet : www.connexionfac.ca/Region-Montreal

Portail : crfmmfrcmtl.ca

MOT DE LA DIRECTION

Chère famille,

Le Centre de ressources pour les familles des militaires (CRFM) de la région de Montréal est heureux de vous accueillir dans votre nouvelle communauté. Nous savons qu'un déménagement peut être exigeant. Nous vous invitons à communiquer avec nous pour faciliter votre transition dans la région et prendre connaissance des services et activités mis sur pied spécialement pour les nouveaux arrivants. Consultez notre pochette d'accueil offerte à nos différents points de service et sur notre site Internet pour en savoir plus !

Voici quelques courtes descriptions de nos services et activités pour les nouveaux arrivants :

Visite d'accueil à domicile

En tant que nouvel arrivant, une visite de courtoisie vous est offerte. Un bénévole de votre communauté ou un membre de notre équipe se fera un plaisir de se rendre à votre domicile et répondre à vos questions si vous en faites la demande.

Programme de parrainage

Ce programme consiste à jumeler des familles nouvellement arrivées à des familles de la communauté afin de faciliter leur intégration dans leur nouveau milieu. Ce système peut être utilisé lors d'un besoin d'ordre technique, comme pour téléphoner à un centre de santé pour obtenir un service, pour de l'information ou tout simplement pour répondre à diverses questions sur les services offerts dans la région.

Nous sommes là pour vous accompagner dans cette nouvelle étape. Pour plus d'informations concernant nos services, n'hésitez pas à communiquer avec nos Commis à l'accueil et à l'information au :

450 462-8777, poste 6810 (Saint-Hubert et Montréal),

450 358-7099, poste 7955 (Saint-Jean-sur-Richelieu),

par courriel à info.crfm@forces.gc.ca. Visitez notre site Internet www.connexionfac.ca/Region-Montreal, suivez-nous sur notre page Facebook : CRFM région de Montréal/MFRC Montreal Region et inscrivez-vous sur notre plateforme au crfmmfrcmtl.ca pour connaître toutes nos activités à venir.

Au nom du conseil d'administration, des bénévoles et du personnel, je vous souhaite la bienvenue !



Francine Habel
Directrice générale

TABLE DES MATIÈRES

Mot de la direction	p. 3
Bienvenue au CRFM!	p. 5
Intégration communautaire	p. 6
Bénévolat	p. 8
Vivre dans la grande région de Montréal	p. 10
Vivre au Québec	p. 12
Informations pratiques pour les familles de militaires	p. 13
Santé	p. 14
Services Québec (citoyen)	p. 17
SAAQ	p. 20
Événements et activités familiales	p. 22
Enfance (2 mois à 5 ans)	p. 23
Services de garde au Québec	p. 28
Jeunesse (5 à 17 ans)	p. 31
Emploi et éducation	p. 34
Prévention, soutien et intervention	p. 37
Pendant l'absence	p. 39
Éducation spécialisée (enfance, jeunesse et soutien parental)	p. 41
Maladie, blessure et décès (Officier de liaison aux familles)	p. 43
Programme pour les familles de vétérans	p. 44
Autres services gouvernementaux	p. 45
Allocation familiale	p. 46
Municipalités	p. 48
Lignes d'écoute	p. 56

BIENVENUE À VOTRE CRFM !

Organisme à but non lucratif, le Centre de ressources pour les familles des militaires de la région de Montréal est constitué en société en vertu des lois et règlements de la province du Québec. Il est régi par un conseil d'administration qui est voté par la communauté militaire et est composé obligatoirement de 51 % de conjoints/conjointes civils(es), de membre de la Force régulière, de la Force de la réserve ou du Cadre des Instructeurs des cadets.

Ses valeurs sont les suivantes :

- Les familles ont besoin d'appui et de soutien.
- Les appuis et les ressources offertes aux familles augmentent leur pouvoir d'évolution et de transformation.
- Le respect et la reconnaissance de l'individu sont au cœur de nos actions ; nous sommes à l'écoute des besoins définis par les familles.
- Le respect est la valeur fondamentale et se manifeste, entre autres, par une attitude d'ouverture, de considération, de confiance et d'égard envers autrui.

Notre mandat est d'offrir des services visant à promouvoir et à favoriser la santé et le mieux-être des familles militaires, à répondre à leurs besoins, et à appuyer leur développement personnel, familial et communautaire. C'est par l'entremise des services et activités offerts que nous cherchons constamment à répondre aux besoins spécifiques de notre communauté militaire. Tous nos services sont bilingues et confidentiels.

Le présent guide est conçu dans l'espoir de rendre votre transition ici plus facile. Tous les documents pour faciliter votre installation dans la région ont été mis en commun avec, selon l'occasion, quelques détails vous donnant plus d'indications sur leur raison d'être.

INTÉGRATION COMMUNAUTAIRE

Nouvellement arrivés dans la région ?

Notre trousse d'accueil, outil indispensable pour les nouvelles familles, est conçue dans le but de faciliter l'intégration de ces dernières dans leur nouvelle communauté. Il est possible de se la procurer en version électronique sur notre site Internet au **www.connexionfac.ca/Region-Montreal** ou à nos différents points de services. Nouvellement reformulée, elle contient une panoplie d'informations tant sur les services offerts au CRFM que sur des informations pratiques pour faciliter votre installation dans la région.

- **Guide accès santé :** fait office de répertoire regroupant les principaux services de santé offerts dans les régions desservies par le CRFM région de Montréal et se révèle être un outil utile pour les nouvelles familles. Ce guide contient toutes les coordonnées des établissements médicaux (cliniques médicales, CLSC et centres hospitaliers) ainsi que leurs spécificités.

Rencontre avec l'Agente à l'intégration communautaire

Dès votre arrivée dans la région, ou même lors de votre voyage de recherche de domicile (VRD), notre Agente à l'intégration communautaire est disponible pour vous rencontrer. N'hésitez pas à prendre rendez-vous avec elle. Cette dernière vous parlera des services offerts au CRFM ainsi qu'à même la communauté, et répondra à vos questions tout en vous faisant visiter les installations du CRFM.

Programmation et calendrier saisonniers

N'hésitez pas à vous procurer ces deux items afin de connaître l'ensemble de nos activités et événements organisés par le CRFM. Distribués à nos points de services, ils sont des outils incontournables afin de vous renseigner sur ce qui se passe tout au long de l'année !

Jumelage

Il est possible de faire un jumelage entre les familles nouvellement arrivées et celles qui sont établies dans la région depuis un certain temps afin de faciliter l'intégration. Ouvert à tous, ce jumelage est bénéfique afin d'obtenir des réponses aux multiples questions qui pourraient survenir au moment présent. Pour avoir accès à ce jumelage, il vous suffit d'en faire la demande à l'Agente à l'intégration communautaire.

L'accueil et l'intégration ont pour but de faciliter l'installation des familles dans leur nouvelle région, tout en répondant aux demandes d'information ainsi qu'en diffusant les services et activités disponibles tant au CRFM que dans la communauté. Dépliants informatifs, guides communautaires, guides touristiques et listes de ressources sont à votre disposition à nos comptoirs d'informations tant à nos points de services de Saint-Jean et Saint-Hubert qu'en ligne via le : **www.connexionfac.ca/Region-Montreal**.

Visite de bienvenue

Sur demande, il est possible de demander à un membre de notre équipe de se rendre à votre nouveau domicile afin d'échanger, de répondre à vos questions et de faciliter votre intégration dans la région.

Groupes de conjoints(es) sur les réseaux sociaux

Rejoignez les pages Facebook « Montreal Region Military Spouses/conjointes militaire de la région Montréal » ainsi que « Saint-Jean-sur-Richelieu Military Spouses ». Ces groupes sont idéaux pour demander des conseils, échanger, planifier des soirées sociales ou tout simplement pour faire la rencontre de familles qui se sont installées dans la région.

Afin de dynamiser la vie au sein de notre communauté, quelques soirées sociales sont organisées dans le but de pouvoir se retrouver et échanger. Voici quelques propositions :

Saint-Jean-sur-Richelieu :

- **Soirées de café** : tenues une fois par mois, ces soirées ont lieu dans des cafés. Toutes les informations se trouvent sur la page Facebook du groupe «Saint-Jean-sur-Richelieu Military Spouses ».

Saint-Hubert :

- **Mardis créatifs** : tenues un mardi par mois de 18 h 30 à 21 h au CRFM de Saint-Hubert, ces soirées permettent aux conjoints(es) de se retrouver tout en travaillant sur un ou plusieurs projets créatifs. Pas de projet en tête ? Aucun problème! Vous pouvez quand même venir vous joindre au groupe pour discuter et siroter une tasse de café.
- **Soirées découvertes** : soirées thématiques où des ateliers variés sont présentés. Tenus à Saint-Jean ou à Saint-Hubert, ces ateliers vous permettent d'ouvrir vos horizons. Inscriptions sur le portail du CRFM au crfmmfrcmtl.ca.
- **La vie militaire entre 2 bouchées** : offertes une fois tous les deux mois, ces sorties au restaurant vous donnent l'occasion de laisser la routine à la maison et de partager un repas tout en discutant de la vie militaire et de ses aléas avec d'autres couples ou personnes vivant la même réalité que vous. Inscriptions sur le portail du CRFM au crfmmfrcmtl.ca

BÉNÉVOLAT

Pour le CRFM, faire du bénévolat est non seulement une excellente façon de faire de nouvelles connaissances et de briser l'isolement, mais également d'acquérir des compétences, de s'engager au sein de sa communauté et de s'épanouir sur le plan personnel.

Nos bénévoles jouent donc un rôle essentiel dans la mise en œuvre des différents programmes offerts et peuvent participer activement à certaines étapes de la mise de place de projets.

S'inscrire au bénévolat

Pour devenir bénévole, vous n'avez qu'à contacter l'Agente au bénévolat afin d'établir un premier contact. Une rencontre est nécessaire afin de bien cerner vos besoins, motivations et aptitudes à faire du bénévolat au sein de notre organisme. C'est à cette étape que l'agente déterminera avec vous les tâches bénévoles correspondant à vos intérêts, compétences et disponibilités. Les exigences du CRFM vous seront alors présentées, menant ainsi au contrat d'engagement et à la vérification des antécédents judiciaires. Vous remplirez les formulaires d'adhésion afin d'ouvrir un dossier de bénévolat à votre nom (deux cartes d'identité avec photos seront nécessaires).

Opportunités de bénévolat

Voici quelques opportunités qui sont offertes aux bénévoles du CRFM :

- **Matinées bénévoles** : les bénévoles se donnent rendez-vous deux matinées par semaine afin d'effectuer des tâches variées à Saint-Jean ou à Saint-Hubert.
- **Bénévolat occasionnel** : il est possible de vous impliquer, selon votre disponibilité, dans différents projets ou activités spéciales :
 - Conseil d'administration
 - Matinées bénévoles
 - Visite d'accueil à domicile
 - Travail de bureau
 - Etc.

Activités de reconnaissance

- **Programme de reconnaissance** : afin de témoigner de la reconnaissance du CRFM envers le travail et l'implication des bénévoles, un programme de reconnaissance, basé sur le nombre d'heures effectuées, permet de reconnaître les bénévoles sous la forme de cadeaux variés.
- **Lettre de recommandation** : lorsqu'un bénévole en fait la demande, il est possible de lui remettre une lettre mentionnant le nombre d'heures d'implication ainsi qu'un sommaire des tâches effectuées. Cette lettre peut être également un bon complément dans un processus de recherche d'emploi.
- **Souper de reconnaissance des bénévoles** : afin de reconnaître la valeur de l'implication des bénévoles au sein du CRFM, nous organisons, à chaque début d'année, un souper gratuit pour les bénévoles permettant ainsi aux gens des deux points de service de se rencontrer et d'échanger.
- **Souper des bénévoles du groupe de soutien de la 2e Division du Canada** : organisée conjointement avec les Programmes de soutien du personnel (PSP), cette soirée a pour but de remercier tous les bénévoles du Groupe de soutien de la 2e Division du Canada. Ce souper est offert gratuitement aux bénévoles et à lieu au printemps.

Les avantages offerts aux bénévoles par le CRFM sont :

- Service de garde gratuit couvrant la période d'implication
- Formations gratuites
- Intégration communautaire et ateliers thématiques lorsque possible

Pour joindre l'Agente à l'intégration communautaire :

Saint-Hubert : (450) 462-8777, poste 6835

Saint-Jean : (450) 358-7099, poste 5059

Pour joindre l'Agente au bénévolat :

Saint-Hubert : (450) 462-8777, poste 6803

Saint-Jean : (450) 358-7099, poste 2915

VIVRE DANS LA GRANDE RÉGION DE MONTRÉAL

Nous sommes très heureux de vous accueillir dans la belle et grande région de Montréal. Multiculturelle, dynamique et polyvalente, Montréal a tout à offrir à ses habitants. Il vous suffit d'un peu de curiosité et le tour est joué ! Voici donc une brève introduction qui saura vous donner quelques indices sur cette région pleine de ressources et de divertissements. Vivre dans la région de Montréal, c'est vivre au cœur de tout !

Le résumé qui suit présente les villes où sont situés nos trois points de service. N'hésitez pas à venir nous rencontrer, il nous fera un immense plaisir de vous accueillir !

Saint-Hubert :

- Situé à 30 minutes du centre-ville de Montréal
- Accès à de belles pistes cyclables
- Multiples loisirs et valeurs axés sur la famille
- Réseau de transport en commun très accessible (autobus, train de banlieue)
- La Ville organise régulièrement des festivals et activités gratuits pour toute la famille

Saint-Jean-sur-Richelieu :

- Accès au bord de l'eau (rivière Richelieu)
- Vieux Saint-Jean (terrasses et boutiques dans une ambiance des plus chaleureuses)
- Ville axée sur la culture (multitude de spectacles, éléments du patrimoine et histoire militaire)
- International de montgolfières de Saint-Jean-sur-Richelieu
- De plus en plus de jeunes familles décident de s'y établir

Montréal :

- Accès à de nombreux commerces, restaurants et terrasses.
- Ville très culturelle : été comme hiver, une variété d'événements et festivals sont mis à disposition (ex. : l'International des Feux Loto-Québec, Festival International de Jazz de Montréal, le Vieux-Port de Montréal, musées, spectacles, etc.)
- Le Mont-Royal qui est reconnu pour ses sentiers de promenades et d'espaces verts
- Univers bouillonnant de vie et reconnu internationalement.

Nous avons limité la description des lieux où nos familles se situent majoritairement, car la région de Montréal est excessivement vaste. Si vous vivez à l'extérieur des villes mentionnées, nous vous invitons à consulter le site Internet de votre municipalité.

Toutefois, n'oubliez pas que vous êtes les bienvenus à nos trois points de service. Pour de plus amples informations, n'hésitez pas à communiquer avec nos Commis à l'accueil et à l'information.

Voici quelques liens utiles :

- **Ville de Longueuil (arrondissement Saint-Hubert)**
www.longueuil.ca
- **Réseau de transport en commun (Longueuil)**
www.rtl-longueuil.qc.ca.
- **Ville de Saint-Jean-sur-Richelieu**
www.ville.saint-jean-sur-richelieu.qc.ca
- **Réseau de transport en commun (Saint-Jean-sur-Richelieu)**
www.ville.saint-jean-sur-richelieu.qc.ca/transport-en-commun
- **Ville de Montréal**
www.ville.montreal.qc.ca
- **Réseau de transport en commun (Montréal)**
www.stm.info

VIVRE AU QUÉBEC

Le CRFM région de Montréal tient à vous informer que ces documents fournis par la province du Québec ne sont pas directement liés aux Canadiens anglophones emménageant au Québec (les documents sont conçus à l'intention des immigrants).

Cependant, parce qu'ils contiennent des informations ainsi que des procédures essentielles et fondamentales à tout nouvel arrivant, nous avons pensé qu'ils pourraient vous être des plus utiles.

Le Québec sur Internet :

- **Guide apprendre le Québec**
www.immigration-quebec.gouv.qc.ca/en/informations/learning-quebec.html
- **Vivre au Québec**
www.immigration-quebec.gouv.qc.ca/en/index.html
- **Portail du Gouvernement du Québec**
www.gouv.qc.ca/portail/quebec/pgs/commun/?lang=en



INFORMATIONS PRATIQUES POUR LES FAMILLES MILITAIRES

Site Internet utile pour les familles militaires

www.relocatecanada.com/montreal

- Informations fondamentales sur la région de Montréal
- Multitudes de ressources disponibles : avocats, comptables, notaires, écoles, éducation, etc.

« Tout ce dont vous avez besoin pour votre déménagement dans la région de Montréal ! »

Ressources pour les familles de militaires

www.connexionfac.ca/Region-Montreal

- Ce site contient toutes les informations sur les programmes de soutien aux familles militaires.
- Nous avons créé un *Guide Santé* disponible sur notre site Web

Assermentation

Généralement, pour la plupart des démarches en lien avec votre installation au Québec, vous aurez besoin de certains documents afin de prouver votre identité ou bien votre résidence ici. Il est possible que votre nom n'apparaisse pas sur les documents en question.

Si, par exemple, les documents de résidence (ex. : bail, acte d'achat du domicile) sont au nom de votre conjoint(e), vous devrez vous rendre à l'adresse suivante :

<https://www.assermentation.justice.gouv.qc.ca/>

ServicesPublics/Accueil.aspx sous l'onglet Consulter le registre—Rechercher un commissaire à l'assermentation.

En y inscrivant votre code postal et en choisissant le rayon dans lequel vous cherchez, vous trouverez rapidement et facilement un commissaire à l'assermentation qui pourra vous assermenter, vous permettant ainsi de continuer les démarches commencées dans votre installation.

SAVIEZ-VOUS QUE...

- Au Québec, il faut faire deux déclarations de revenus : au provincial et au fédéral
- Certaines cartes d'identité émettent uniquement le nom de jeune fille. Si vous voulez faire ajouter le nom de votre mari, il est important d'avoir votre certificat de mariage qui agira en tant que preuve pour l'ajout.
- Au Québec, les enfants se font vacciner dans un CLSC.

Pour joindre nos Commis à l'accueil et à l'information

Saint-Hubert : (450) 462-8777, poste 6810

Saint-Jean : (450) 358-7099, poste 7955

SANTÉ

Régie de l'assurance maladie du Québec (RAMQ)

Documents requis pour l'obtention de la carte d'assurance maladie :

- La copie originale du certificat de naissance, émis par l'état civil depuis 1994, la carte de citoyenneté canadienne ou le passport canadien pour chaque personne à inscrire. Les certificats de baptême ne sont pas acceptés.
- Une deuxième pièce d'identité (ex. : permis de conduire)
- Une photo de type « passeport » qui peut être prise dans certaines pharmacies offrant le service de photographies. Vous pouvez vous présenter en personne au bureau de la Régie de l'assurance maladie du Québec. Notez qu'une photo est requise pour toute personne âgée de 14 ans et plus.
- Une (ou l'autre) de ces preuves de résidence au Québec :
 - Bail d'habitation (document dans son intégralité)
 - Acte d'achat de la résidence (document dans son intégralité)
 - Compte de service tel que les services de téléphone, d'électricité, etc. Vous devrez faire un acte d'affirmation solennel au bureau de la Régie
 - Attestation d'inscription à un programme d'études dans un établissement d'enseignement du Québec ou
 - Une lettre d'un employeur qui confirme que vous êtes à leur emploi depuis plus de six mois. Si vous résidez au Québec depuis moins de six mois, la lettre devra stipuler que votre emploi aura une durée de six mois ou plus.

Toutes les familles provenant d'une autre province sont tenues d'inscrire les personnes à leur charge au régime d'assurance maladie du Québec. Vous pouvez obtenir la carte d'assurance maladie en vous présentant sur place, au CLSC le plus près de chez vous ou en téléphonant à la Régie qui vous enverra par la poste un formulaire à remplir. En mentionnant que vous êtes une famille militaire, le délai d'attente pour recevoir votre nouvelle carte d'assurance maladie est de 4 à 6 semaines. En cas de problématique, n'hésitez pas à contacter l'Agente à l'intégration communautaire du CRFM ou un Coordonnateur Prévention, soutien et intervention. Ils se feront un plaisir de vous aider.

RÉGIE DE L'ASSURANCE MALADIE DU QUÉBEC (RAMQ)

Téléphone : 1 (800) 561-9749

Site Internet : www.ramq.gouv.qc.ca

Centre local de services communautaires (CLSC)

Les CLSC sont votre première porte d'accès aux soins de santé. Ils ont pour mission d'intervenir pour maintenir la santé et le bien-être de la population du quartier. À cet endroit, vous pouvez rencontrer médecins, psychologues, travailleurs sociaux, infirmiers, etc. En fonction de la grandeur du territoire de votre région, il y aura un ou plusieurs CLSC.

Les CLSC offrent une gamme de services personnalisés pour les jeunes de 12 à 20 ans. Les jeunes seront accueillis par du personnel infirmier qualifié, qu'ils aient un rendez-vous ou non. Ils y trouveront des services concernant la sexualité, la contraception, les problèmes psychologiques, etc.

Pour connaître le CLSC le plus près de chez vous, n'hésitez pas à consulter la section **MUNICIPALITÉS** de ce guide.

Info-Santé et Info-Social (811)

Service téléphonique, offert 24/24, 7 jours sur 7, personnalisé et confidentiel qui permet de rejoindre un professionnel de la santé en cas de problème de santé non urgent. C'est également un service de référence vers d'autres ressources du réseau, en plus d'être un service incontournable avant de se déplacer inutilement à l'urgence.

Guichet d'accès de médecine familiale

Pour avoir accès à un médecin de famille qui accepte de nouveaux patients, vous devez vous inscrire au Guichet d'accès à un médecin de famille. Deux options sont possibles :

- **Site Internet** : www.gamf.gouv.qc.ca
- **Téléphone** : **1 (877) 644-4545** (pour obtenir le numéro spécifique à votre région).

Le délai d'attente varie selon le nombre de médecins ainsi que le nombre de personnes sans médecin de famille dans votre région. Dès qu'un médecin vous sera attribué, ce dernier communiquera avec vous.

Pour vous inscrire sur la liste d'attente du Guichet d'accès à un médecin de famille, il faut :

- Ne pas déjà être inscrit auprès d'un médecin de famille
- Détenir une carte d'assurance maladie valide
- Demeurer à l'adresse inscrite à votre dossier à la Régie de l'assurance maladie du Québec
- Résider au Québec
- Avoir 14 ans ou plus (l'inscription d'une personne de moins de 14 ans doit être faite par une personne qui a l'âge d'admissibilité)

Lorsque vous remplirez le formulaire en ligne, assurez-vous de cocher la case suivante : *Je souhaite avoir un rendez-vous avec une infirmière pour me soumettre à une évaluation clinique visant la priorité de ma condition; je comprends que je n'obtiendrai pas de soins lors de ce rendez-vous.* Ceci permet qu'une infirmière communique avec vous pour vous pouvoir établir votre besoin et pour que vous puissiez également faire état de votre statut de famille militaire.

Dans la situation où les 2 parents sont militaires, il vous faudra contacter le Guichet d'accès à un médecin de famille au :

1(877) 644-4545 afin d'y inscrire votre ou vos enfant(s).

Lorsque vous serez en communication avec un préposé, vous devrez mentionner que vous êtes tous deux parents militaires et que votre ou vos enfant(s) sont des patients orphelins. L'inscription de vos enfants se fera alors par téléphone à ce moment.

Le CRFM est là pour vous donner un coup de pouce à votre arrivée. Si vous avez de la difficulté à remplir la documentation ou avez des questions sur le système de santé québécois, n'hésitez pas à contacter notre Coordonnatrice Prévention, soutien et intervention.

Pour joindre la Coordonnatrice Prévention, soutien et intervention

Saint-Hubert : **(450) 462-8777, poste 6806**

Saint-Jean : **(450) 358-7099, poste 6554**

SERVICES QUÉBEC (CITOYEN)

- **Portail Québec** vous offre plusieurs moyens d'accéder aux renseignements sur les programmes et services offerts par le gouvernement du Québec (ceux que vous désirez obtenir).

Pour joindre le service :

En ligne : www.gouv.qc.ca

Par téléphone : **(514) 644-4545**,

Sans frais : **1 (877) 644-4545**

Du lundi au vendredi, de 8 h 30 à 12 h et de 13 h à 16 h 30

- **Guide de la communauté** : guide pratique publié annuellement donnant toute l'information sur l'hébergement, le relogement, les services financiers disponibles (ex. : SISIP), les loisirs, les services, le calendrier du CRFM et bien plus.
- **Guide d'accueil des nouvelles familles** : n'hésitez pas à le demander lors de votre VRD ou lorsque vous aurez déménagé dans la région, en vous présentant au CRFM. Ce guide (exactement celui que vous feuillotez présentement) contient toutes les informations nécessaires pour faciliter votre arrivée ainsi que votre intégration. N'hésitez pas à demander une rencontre avec l'Agente à l'intégration communautaire. Elle se fera un plaisir de répondre à vos questions et à vous guider dans vos démarches.
- **Quebec Community Groups Network**: site Internet pouvant rejoindre des communautés anglophones.
www.qcgn.ca

Des soins de santé virtuels sur demande grâce au CRFM

L'accès aux soins et l'adaptation au système de santé sont des problématiques pour les familles de militaires, qui, par leur mode de vie, sont amenées à se déplacer et doivent, lorsqu'ils arrivent au Québec, patienter plusieurs mois avant d'obtenir un médecin de famille. Les délais occasionnés et les situations qui en découlent ont, depuis longtemps, amené le CRFM de la région de Montréal à chercher des solutions pour faciliter l'accès au système de santé des familles de la communauté.

Par des prises de contact avec les acteurs du système de la santé et la mise à disposition de ressources propres aux familles de militaires, le CRFM accompagne ainsi les familles dans leur cheminement et leurs démarches.

Dans ce contexte, le CRFM est heureux d'annoncer la signature d'un partenariat avec le programme de télémédecine *Medisys* sur demande. Ce programme permet d'entrer en contact, par téléphone, messagerie texte ou vidéo sécurisée avec des infirmières praticiennes ainsi que des médecins canadiens. Il est ainsi particulièrement adapté aux personnes ne disposant pas de médecin de famille et permet de bénéficier de nombreux services sans passer par les cliniques privées ou sans-rendez-vous.

L'entente passée par le CRFM permet aux familles de militaires de bénéficier d'un abonnement de 12 mois au service de télémédecine, au tarif de 14,99 \$ (+tx) par mois pour une durée d'un an (ex : juillet 2020 à juillet 2021). Un forfait incluant également deux visites annuelles chez un médecin pour les personnes de plus de 16 ans est aussi offert pour 23,99 \$ (+tx) par mois.

En outre, le CRFM soutient les membres de la communauté en prenant en charge les frais de certaines licences de *Medisys* sur demande. Ces licences gratuites, dans la région, seront attribuées en priorité aux familles répondant aux critères de vulnérabilité définis par des travailleurs sociaux du CRFM.

Pour tout renseignement au sujet du service *Medisys* sur demande, écrivez au CRFM à l'adresse **SvcPersCRFMSoutienPsyStJean@forces.gc.ca**. Nous vous contacterons alors pour établir votre admissibilité au service.

Autres options possibles :

- **Coop santé solidarité de Saint-Blaise** : pour y être membre, vous devrez déboursier des frais initiaux de 50 \$ qui correspondent aux frais sociaux de la clinique. Ces derniers vous seront remboursés lorsque vous quittez la clinique. Notez qu'il y a également des frais annuels de 100 \$ par adulte, de 50 \$ pour le premier enfant et 25 \$ pour les suivants.

Ces frais annuels vous donneront accès aux services de la clinique gratuitement. Pour vous inscrire à la clinique, vous devez téléphoner en mentionnant que vous êtes famille de militaire.

- **Bonjour-Santé** : site Internet offrant aux familles des services pour améliorer l'accessibilité aux soins de santé, réduire l'attente et surmonter les obstacles vécus par les familles à se trouver un rendez-vous dans une clinique. Rendez-vous au :

<https://bonjour-sante.ca/LandingPage/> pour y débiter votre recherche.

Prenez note que des frais de 15 \$ s'appliqueront lorsque vous lancerez une recherche pour une clinique près de chez vous.



Pour joindre la Coordinatrice Prévention, soutien et intervention

Saint-Hubert : (450) 462-8777, poste 6806

Saint-Jean : (450) 358-7099, poste 6554

SAAQ

La Société de l'assurance automobile du Québec (SAAQ) exige que les personnes venant résider en permanence au Québec se procurent un certificat d'immatriculation pour un véhicule automobile ainsi qu'un permis de conduire émis par le gouvernement provincial dans les 90 jours après avoir acquis le statut de résident permanent de cette province.

Documents requis pour l'obtention de la carte d'assurance maladie :

- Pièce d'identité avec photo
- Preuve de résidence (du Québec)
- Permis de conduire valide d'une autre province ou d'outre-mer
- Certificat de naissance émis par l'état civil ou le passeport canadien en plus d'une preuve de résidence d'une autre province, si vous y avez séjourné plus de 6 mois

Permis de conduire :

Pour les nouveaux résidents qui sont citoyens canadiens, et dont le permis a été délivré dans une autre province canadienne, vous aurez besoin des documents mentionnés ci-haut afin de permettre un échange de permis. Vous devrez prendre rendez-vous au bureau de la SAAQ le plus près de chez vous. Une fois les documents remplis avec un responsable de la SAAQ, un permis de conduire temporaire vous sera remis et votre nouveau permis vous sera acheminé par la poste environ 10 jours après. Aucuns frais ne seront rattachés à l'échange des permis de conduire.

SOCIÉTÉ DE L'ASSURANCE AUTOMOBILE DU QUÉBEC (SAAQ)

Région de Montréal : **(514) 873-7620**

Ailleurs au Québec : **1 (800) 361-7620**

Lundi, mardi, jeudi et vendredi : 8 h 30 à 16 h 30

Mercredi : 9 h 30 à 16 h 30

Inspection du véhicule

Avant même de recevoir votre nouveau permis de conduire, il est impératif de prendre un rendez-vous pour la vérification mécanique obligatoire des véhicules par une agence autorisée de la SAAQ.

Voici quelques agences autorisées :

- **Garage Jacques Cadieux (450) 349-6060**
380, rue Berthier, Saint-Jean-sur-Richelieu
- **Centre d'estimation Sherbrooke (819) 566-8464**
4520, boulevard Industriel, Sherbrooke
- **Longueuil Mazda (450) 928-2000**
60, boulevard Roland-Therrien, Longueuil
- **Centre des services automobiles (514) 937-5341**
Club automobile Québec inc.
2380, rue Notre-Dame Ouest, Montréal

Immatriculation

Une fois l'inspection de votre véhicule terminée, présentez-vous à l'un des bureaux d'immatriculation avec les documents nécessaires afin de pouvoir créer votre dossier et ainsi obtenir une nouvelle plaque d'immatriculation.

Les documents nécessaires incluent :

- Certificat d'immatriculation toujours valide d'une autre province ou d'outre-mer
- Le nouveau certificat d'immatriculation de votre véhicule
- Carte d'identité avec photo

Si vous n'avez pas encore reçu votre permis de conduire :

- Passeport
- Certificat de naissance

Vous avez des questions concernant votre permis de conduire ou l'immatriculation de votre voiture ?

Pour joindre l'Agente à l'intégration communautaire :

Saint-Hubert : **(450) 462-8777, poste 6835**

Saint-Jean : **(450) 358-7099, poste 5059**

Vous pouvez obtenir l'adresse de mandataires supplémentaires en téléphonant ou en consultant le site Internet de la SAAQ : www.saaq.qc.ca

Vous avez un délai de 3 mois pour changer votre plaque d'immatriculation. Pour procéder au changement, vous n'avez pas besoin de prendre un rendez-vous (vous pouvez vous rendre directement dans une succursale de la SAAQ).

N'hésitez pas à contacter l'Agente à l'intégration communautaire qui vous aidera avec grand plaisir !

ÉVÉNEMENTS ET ACTIVITÉS FAMILIALES

Pour permettre à nos familles de passer de beaux et mémorables moments, plusieurs activités et événements familiaux sont organisés tout au long de l'année.

Ces occasions sont également des moments propices afin d'échanger et de rencontrer les nouvelles familles qui viennent de s'établir dans la région.

Afin que vous puissiez constater toute la diversité des activités proposées, voici quelques exemples :

- Fête d'Halloween
- Maison hantée
- Camp familial
- Brunch de Noël
- Sorties au verger (Rive-Nord et Rive-Sud)
- Sorties à la cabane à sucre (Rive-Nord et Rive-Sud)
- Fête de la famille
- Cinéma plein-air

Pour pouvoir profiter pleinement de ces événements, inscrivez-vous via le portail des services du CRFM, en visitant le **crfmmfrcmtl.ca**. N'oubliez pas de fournir toutes les informations nécessaires lorsque vous inscrivez votre famille aux activités (ex. : le nom et l'âge des participants, les allergies possibles, etc.).

PAPA ET MOI

Papa et moi est une activité qui fait la promotion de la valorisation de la paternité. Ces activités ont pour but d'offrir aux pères l'opportunité d'un moment de qualité avec leurs enfants. Lors de votre première participation à une des activités de *Papa et moi*, nous vous remettons un chandail commémoratif de l'édition en cours. Toutes ces activités sont offertes gratuitement et nécessitent une inscription par l'entremise de notre portail au **crfmmfrcmtl.ca**. Surveillez notre programmation saisonnière afin d'en connaître plus sur ces activités !

Pour joindre le Coordonnateur Événements
Saint-Hubert : (450) 462-8777, poste 6806
Saint-Jean : (450) 358-7099, poste 6554

ENFANCE (2 MOIS À 5 ANS)

Nos services au secteur Enfance sont dédiés aux enfants âgés de 2 mois jusqu'à l'âge d'éligibilité pour l'entrée à la maternelle selon les normes provinciales.

Notre service vient appuyer les parents dans l'exercice de leur rôle, tout en favorisant le développement des enfants. Nos activités visent donc le développement du langage, de l'autonomie, de la socialisation et de la créativité chez les jeunes enfants. Nous mettons également l'accent sur l'apprentissage de nouvelles compétences tout en favorisant le développement du leadership chez les plus vieux.

Halte-garderie

Service occasionnel, la halte-garderie offre un programme d'activités visant le développement global de l'enfant en conformité avec le programme éducatif de l'Association des haltes-garderies communautaires du Québec. La santé des enfants est une préoccupation constante pour le CRFM. Une attention particulière est portée au contrôle des produits allergènes, à la salubrité ainsi qu'à la sécurité des lieux dans nos deux points de services :

- **Saint-Hubert :**

Ouvert du lundi au vendredi de 7 h 45 à 16 h 30.

Supervision du dîner de 12 h à 13 h.

Les collations et repas ne sont pas inclus.

- **Saint-Jean :**

Ouvert du lundi au vendredi de 7 h 45 à 17 h.

Supervision du dîner de 12 h à 13 h.

Les collations et repas ne sont pas inclus.

- **Coûts :**

6 \$ par demi-journée et 3 \$ pour le dîner supervisé.

Inscription obligatoire auprès de nos Commis à l'accueil et à l'information.

Pour bénéficier de ce tarif, un maximum de 6 périodes par semaine est autorisé.



Première inscription ?

Il est important d'avoir préalablement rempli les formulaires d'inscription avant la première présence de l'enfant. De plus, un coupon devra être aussi rempli afin que la Coordonnatrice Enfance puisse communiquer avec le parent. L'objectif de cette procédure est d'informer le parent du fonctionnement du service, connaître les attentes ainsi que les besoins de la famille.

Si l'inscription se fait au téléphone :

La Commis à l'accueil et à l'information inscrira le nom complet de l'enfant dans le cahier d'inscription et remplira le coupon afin de récolter les informations des parents pour ainsi le remettre directement à la Coordonnatrice Enfance. Par la suite, le formulaire d'inscription sera transmis par courriel ou il vous sera possible de venir le remplir à l'un de nos points de service avant la première visite de votre ou vos enfant(s) dans notre service.

Si l'inscription se fait sur place :

Le nom complet de l'enfant sera inscrit dans le cahier d'inscription, vous devrez remplir le coupon afin de récolter vos informations nécessaires (celui-ci sera alors remis à la Coordonnatrice Enfance) en plus de la documentation nécessaire pour l'inscription de votre ou vos enfant(s).

Documentation d'inscription (fiches d'inscription, RL-24 et guide du parent) :

Lorsque vous remplirez les documents d'inscription, assurez-vous que toutes les lignes soient remplies correctement. N'oubliez pas d'ajouter le numéro de carte d'assurance maladie de votre enfant ainsi que votre numéro d'assurance sociale pour le document RL-24 remis à la fin de l'année pour la déclaration de revenus. Une fois le tout complété, un guide du parent vous sera remis afin de bien connaître les règles et le fonctionnement de la halte-garderie. Ce guide est également disponible sur notre site Internet.

Service de garde transitoire et dépannage-déménagement

Il est possible d'obtenir un service de garde pour plus de 6 périodes par semaines (et n'excédant pas 3 mois) aux familles qui sont à la recherche d'un service de garde dans leur communauté. Afin d'obtenir ce service, vous devez contacter la Coordinatrice Enfance qui évaluera vos besoins. Les places étant limitées et l'inscription étant obligatoire, le coût de ce service est de 27 \$ par jour par enfant.

Service de garde lors de visite de recherche de domicile (VRD) ou lors du déménagement

Quand il est question de déménagement, les haltes-garderies sont ouvertes pour accueillir les enfants selon le coût régulier et l'horaire habituel, ainsi que selon la disponibilité. Consultez nos Commis à l'accueil et à l'information pour obtenir plus de renseignements.

Périodes parents-enfants

Sous le thème « Le plaisir d'être parent », nous organisons des sorties afin de vous faire découvrir les services dans la communauté. Dans un contexte ludique, vos enfants pourront s'amuser en toute simplicité. Les activités sont réservées aux parents accompagnés de leurs enfants de 5 ans et moins ne fréquentant pas encore à la maternelle.

- **Inscription préalable** : pour participer, vous devez vous inscrire via notre portail au crfmmfrcmtl.ca afin de remplir le formulaire d'inscription.

Ateliers préscolaires

Les ateliers préscolaires *Touchatouts* et *Tournesols* visent, par le biais d'une planification structurée, à favoriser le développement global de l'enfant dans ses dimensions physiques, motrices, cognitives, affectives, sociales et morales, et enfin, langagières. Diversifiées, et à partir de thématiques invitantes, ces activités les préparent graduellement pour le monde scolaire.

- ***Ateliers Touchatout***

- o **Clientèle** : enfants âgés entre 2 et 3 ans.
- o **Horaire** : 1 à 2 matinées par semaine, de 9 h à 11 h 30.

- ***Ateliers Tournesol***

- o **Clientèle** : enfants âgés entre 4 et 5 ans.
- o **Horaire** : 2 après-midis par semaine, de 13 h à 15 h 30.

- **Coûts** : varieront selon le nombre de périodes auxquelles l'enfant sera inscrit par semaine ainsi qu'en fonction du nombre d'ateliers par session.

Le service de halte-garderie est disponible avant et après les ateliers moyennant un coût de 3 \$ (selon les disponibilités). Pour se prévaloir de ce service, les parents doivent préalablement inscrire l'enfant.

- ***Inscription préalable*** : pour inscrire votre enfant au service de halte-garderie, il suffit de nous téléphoner soit au point de service de Saint-Hubert ou de Saint-Jean. Lors de la première période de votre enfant, vous devrez remplir le formulaire d'inscription en n'oubliant pas d'avoir en main le numéro de carte d'assurance maladie de celui-ci en plus de votre numéro d'assurance sociale pour pouvoir l'inclure dans vos impôts.

- ***Documentation pour l'utilisation des ateliers préscolaires*** : un guide ainsi qu'un calendrier vous seront remis afin de bien connaître les règles et fonctionnements des ateliers. Ces derniers seront envoyés par courriel à tous les parents ayant procédé à l'inscription de leur enfant.

Soutien parental

Afin d'appuyer et renforcer le rôle parental, la Coordonnatrice Enfance peut offrir un soutien aux parents afin de les aiguiller vers les bonnes ressources.

Elle peut, entre autres :

- Aider à la recherche d'un service de garde et vous informer sur le fonctionnement des services de garde du Québec
- Référencer vers des organismes externes
- Proposer des lectures concernant le 0-5 ans
- Prêter des jeux
- Etc.



Pour joindre la Coordonnatrice Enfance :
Saint-Hubert : (450) 462-8777, poste 6830
Saint-Jean : (450) 358-7099, poste 7012

SERVICE DE GARDE AU QUÉBEC

Pour recevoir le service de soutien aux enfants au gouvernement provincial et la prestation fiscale canadienne pour enfant du gouvernement fédéral vous devrez faire la demande.

Si vous décidez d'utiliser un service de garde privé non subventionné, vous pouvez demander le remboursement anticipé du crédit d'impôt pour frais de garde du gouvernement du Québec. Un calculateur pour estimer le coût réel après remboursement peut être trouvé à cette adresse :

www.budget.finances.gouv.qc.ca/Budget/outils/garde_fr.asp

Centre de la petite enfance (CPE)

Accrédité par le gouvernement provincial, à contribution réduite (modulable en fonction du revenu familial déclaré lors de la production des documents d'impôts).

En établissement

- Fournir des services de garde éducatifs pour les enfants de 0 à 5 ans (jusqu'à leur entrée à la maternelle)
- Les enfants sont regroupés selon leur âge
- Localisé dans un bâtiment pouvant accueillir approximativement entre 40 et 80 enfants.

En milieu familial

- Fournir des services de garde éducatifs pour les enfants de 0 à 5 ans (jusqu'à leur entrée à la maternelle).
- Les services sont coordonnés, contrôlés et supervisés par les Centres de la petite enfance (CPE).
- Localisé dans une résidence privée.
- Les enfants sont en groupes multiâges.
- Ratio de 6 enfants par éducatrice.



Garderie privée

Sans contribution réduite (avec crédit d'impôt).

En établissement

- Fournir des services de garde éducatifs pour les enfants de 0 à 5 ans (jusqu'à leur entrée à la maternelle).
- Les enfants sont regroupés selon leur âge.
- Localisé dans un bâtiment pouvant accueillir approximativement entre 40 et 80 enfants.
- Certains établissements offrent des tarifs à contribution réduite.

En milieu familial

- Fournir des services de garde éducatifs pour les enfants de 0 à 5 ans (jusqu'à leur entrée à la maternelle).
- Localisé dans une résidence privée.
- Les enfants sont en groupes multiâges.
- L'éducatrice est autonome quant aux services offerts.

Halte-garderie communautaire

- Fournir des services de garde éducatifs pour les enfants de 0 à 5 ans (jusqu'à leur entrée à la maternelle).
- Localisée dans des centres communautaires.
- Les enfants sont en groupes multiâges



Autre ressource

La Place 0-5 ans :

Les délais d'attente ne sont pas officiels, il est donc possible que vous soyez sur des listes d'attentes dans certains services de garde.

Votre enfant n'a pas encore de place en garderie? Visitez le **<https://www.laplace0-5.com/>** afin de vous inscrire à ce guichet unique regroupant tous les services de garde reconnus de la province. Tous les établissements présents sur La Place 0-5 ans ont un permis issu du Ministère de la Famille et l'ensemble des milieux familiaux sont reconnus par un bureau coordonnateur.

Pour vous inscrire sur **laplace0-5ans.com**, il suffit de suivre 3 étapes :

1. Créer votre compte parent
2. Ouvrir un dossier pour votre enfant
3. Démarrez une recherche de services de garde qui vous convient sur la carte

Un service de garde vous a offert une place ? Excellente nouvelle ! Vous devrez alors fournir la lettre de confirmation d'inscription de votre enfant de La Place 0-5 dès que vous signez une entente soit dans un CPE, une garderie ou bien un milieu familial.

Les milieux familiaux n'ont pas, comme les CPE ou les garderies, de listes d'attentes sur La Place 0-5. Considérant que les responsables d'un milieu familial ont un statut de travailleurs autonomes, ce sont eux qui gèrent l'octroi de leurs places. Ils peuvent alors accepter tout enfant inscrit à La Place 0-5 selon leurs propres critères de sélection.

Lorsque vous créez votre compte La Place 0-5, sélectionnez les milieux familiaux qui vous intéressent afin d'obtenir leurs coordonnées. Vous devrez ensuite les contacter pour leur faire part de votre intérêt à obtenir une place au sein de leur établissement.

Pour joindre la Coordonnatrice Enfance :
Saint-Hubert : **(450) 462-8777, poste 6830**
Saint-Jean : **(450) 358-7099, poste 7012**

JEUNESSE (5 à 17 ANS)

S'adressant aux jeunes d'âge scolaire de 5 à 17 ans, le secteur Jeunesse regorge d'activités et de formations aux points de service de Saint-Jean et Saint-Hubert.

LE LOFT

Le Loft est une Maison des Jeunes pour les 5 à 17 ans qui est située au cœur des unités résidentielles de logements à Saint-Hubert. Tous les jeunes issus de famille militaire y ont accès. Les activités sont gratuites et sont dirigées sous la supervision de nos animateurs chevronnés.

Arrivée dans la région : À votre arrivée dans la région, n'hésitez surtout pas à communiquer avec nous ou à vous présenter avec votre ou vos jeune(s) au Loft afin de le visiter. La Coordinatrice de la Maison des Jeunes ou les animateurs présents se feront un plaisir de vous faire visiter les lieux.

- **Inscription préalable :** il est important de remplir le formulaire d'inscription lors de votre première visite au 40, rue de La Vérendrye. Votre enfant y sera alors inscrit pour l'ensemble des activités et pourra ainsi s'y présenter à sa guise.

Les activités pour les jeunes sont diversifiées :

- Animations thématiques et jeux divers
- Bricolage
- Activités extérieures et jeux sportifs
- Jeux de société
- Salle d'ordinateurs
- Sorties
- Activités spéciales (ex. : Classe verte)

Visite à domicile : au besoin, un jeune du Loft peut faire une visite à domicile pour venir discuter avec votre ou vos enfant(s) des services jeunesse disponibles ainsi que des activités du Loft et ainsi, faciliter son intégration dans la communauté.

BÉNÉVOLAT

Les jeunes sont encouragés à s'impliquer dans leur communauté afin de développer leur autonomie et découvrir des facettes de leur personnalité.



S'inscrire au bénévolat : pour en savoir plus sur les projets de bénévolat en cours, veuillez contacter la Coordonnatrice de la Maison des Jeunes.

Voici quelques exemples d'activités de bénévolat disponibles :

- Comité consultatif
- Effectuer diverses tâches
- Décorer le Loft pour des activités spéciales
- Participer aux activités de sociofinancement
- Aider à l'intégration des nouveaux arrivants

Activités jeunesse 5 à 12 ans

Des périodes d'activités thématiques gratuites et organisées mensuellement à nos deux points de service sont offertes aux enfants des familles militaires de la région. Des animateurs dynamiques sont présents pour s'occuper de vos enfants.

Voici quelques exemples d'activités organisées :

- Bricolage
- Atelier de cuisine
- Jeux de groupe
- Activités spéciales
- Etc.

Pour avoir accès à l'horaire complet, veuillez consulter la programmation jeunesse disponible sur notre site Internet ainsi qu'à nos points de service.

- **Inscription préalable :**
 - **Saint-Hubert** : les activités ont lieu tous les samedis et dimanches de 9 h à 15 h. Il n'est pas nécessaire de s'y inscrire au préalable. Votre enfant n'a qu'à se présenter au Loft.
 - **Saint-Jean** : les activités ont lieu deux fois par mois. Une inscription préalable est nécessaire via le portail du CRFM : crfmmfrcmtl.ca.

Notez qu'un formulaire d'inscription devra être rempli avant le début de la première activité jeunesse 5-12 ans

Pour joindre la Coordonnatrice de la Maison des Jeunes

Saint-Hubert : (450) 462-8777, poste 6817

Saint-Jean : (450) 358-7099, poste 2911

Journées pédagogiques

Des journées d'animation gratuites et bilingues sont offertes aux enfants âgés entre 5 et 12 ans lors des journées pédagogiques à nos deux points de service. Les dates de ces journées sont établies selon les calendriers scolaires des différentes commissions scolaires soit : Marie-Victorin, Riverside et Hautes-Rivières.

Il suffit de s'inscrire via le portail crfmmfrcmtl.ca. Des activités sont également offertes durant la semaine de relâche à nos deux points de service.

Formations

Plusieurs formations et ateliers sont offerts pour les adolescents. Contactez la Coordonnatrice Jeunesse pour de plus amples informations.

Ces formations comprennent, entre autres :

- Gardien averti
- Secourisme
- Prêt à rester seul
- Aide aux devoirs
- Aide à la recherche d'emploi

Ateliers pour adolescents

Chaque mois, en présence d'un travailleur social, des sujets reflétant la réalité des jeunes issus de familles militaires sont abordés autour d'un bon repas qui est préparé en commun.

Soutien parental

Afin d'appuyer et renforcer le rôle parental, la Coordonnatrice Jeunesse peut offrir un soutien au parent afin de les aiguiller vers les bonnes ressources. Elle peut, entre autres :

- Informer les parents sur les services existants
- Référer ces derniers vers les organismes externes
- Proposer des lectures concernant les 5-17 ans

Pour joindre la coordonnatrice Jeunesse :
Saint-Hubert : (450) 462-8777, poste 6824
Saint-Jean : (450) 358-7099, poste 6118

Inscription préalable :

Notez qu'un formulaire d'inscription devra être rempli avant le début de la première journée pédagogique.

Faites-vite, car les places sont limitées !

Restez à l'affût des ateliers au Loft ! C'est un rendez-vous à ne pas manquer !

EMPLOI ET ÉDUCATION

Les services relatifs à l'employabilité et à l'éducation sont offerts aux conjoints (es) et enfants âgés de 16 ans et plus de militaires souhaitant suivre des cours de langue, rafraîchir leur curriculum vitae ou même obtenir un coup de main dans la recherche d'un emploi à l'aide de services individuels et d'ateliers.

EMPLOYABILITÉ

Nous offrons les outils nécessaires pour réaliser des recherches d'emploi efficaces dans la grande région de Montréal. Ces outils, permettent aux membres de famille militaire d'obtenir une meilleure connaissance du marché de l'emploi, de mieux se préparer et s'adapter aux besoins des employeurs en fonction du type d'emploi visé.

Voici une brève liste des services qui vous sont offerts :

- **Services individuels en emploi**
 - Confection ou mise à jour du curriculum vitae ainsi que de la lettre de présentation
 - Techniques d'entrevues
 - Conseils en recherche d'emploi
 - Informations concernant les potentiels employeurs de la région
 - Retour sur le marché du travail.

- **Ateliers sur l'emploi**
 - Séances d'information sur les emplois à la Fonction publique
 - Ateliers de recherche d'emploi pour les jeunes de 14 ans et plus



ÉDUCATION

Des cours de français et d'anglais langues secondes sont offerts aux conjoints(es) et enfants âgés de 6 ans et plus issus de familles militaires. Tous les cours sont gratuits et sont offerts à la Garnison Saint-Jean, au CRFM de Saint-Hubert ainsi qu'à la Garnison Montréal. Un minimum de cinq étudiants de niveau similaire est requis pour former un groupe et l'horaire sera déterminé selon les inscriptions.

Pour l'évaluation du niveau du participant, un test de classement est obligatoire et a lieu pendant la semaine d'inscription.

Si votre besoin est au niveau de l'éducation, voici comment nous pouvons vous aider :

- **Cours de langues secondes**

- **Cours de français et d'anglais** : d'un à deux cours par semaine à raison de deux sessions par année, soit de septembre à décembre et de février à mai. L'horaire varie en fonction des demandes :
 - *Cours par modules* : débutants à intermédiaires (grammaire, lecture, compréhension et écriture seront au programme).
 - *Cours de conversation* : cette formation est offerte dans le but de pouvoir comprendre et communiquer avec les autres. Beaucoup de discussions de groupe seront au programme.
- **Formation à distance** avec le logiciel Rosetta Stone : pour ceux et celles qui ne peuvent se présenter en classe, nous offrons un programme d'apprentissage en ligne.
- **Cours offerts aux jeunes (6 à 12 ans) et aux adolescents (13 à 16 ans)** : l'aide aux devoirs en français et en anglais langue seconde.

- **Services individuels**

Du soutien est offert dans les démarches d'admissibilité à l'école en anglais, les équivalences de cours, les programmes de francisation ainsi qu'un accompagnement chez les divers partenaires selon le besoin.

Par exemple :

- Information sur les programmes de formation
- Retour aux études
- Information sur les équivalences

- **Cours et formations**

Nous offrons diverses formations pour adultes, souvent offertes à des coûts réduits, afin de favoriser le développement des compétences. Le choix des formations est offert en fonction des besoins, de la demande et de l'offre des membres de la communauté militaire.

Par exemple :

- *Cours de secourisme :*

Le cours général de premiers soins et de réanimation cardio-respiratoire (RCR) est enseigné selon les normes de la Croix-Rouge. D'une durée de 8 heures, ce cours est offert à différents moments dans l'année.



Pour joindre la coordonnatrice Emploi et éducation

Saint-Hubert : (450) 462-8777, poste 6827

Saint-Jean : (450) 358-7099, poste 6084

PRÉVENTION, SOUTIEN ET INTERVENTION

Le secteur Prévention, soutien et intervention permet un support psychosocial aux membres de familles militaires. Les services spécifiques offerts par ce secteur visent à répondre à une variété de situations :

- Stress ou anxiété
- Difficultés relationnelles (travail, couple, famille) ;
- Problèmes de santé mentale (ou physique)
- Difficultés avec la gestion de la colère/des émotions
- Isolement social/dépression
- Difficulté avec un enfant (discipline, inquiétude, etc.)
- Problèmes de consommation
- Difficultés de communication
- Perte d'intimité dans votre couple

Voici quelques exemples de services offerts :

- **Ateliers de prévention et formations sur divers sujets psychosociaux** : nous connaissons les défis particuliers auxquels les familles de militaires font face. Afin de les soutenir, nous offrons différents ateliers sur des sujets qui touchent la réalité militaire.
- **Consultations psychosociales, service de référencement et d'accompagnement** : les consultations psychosociales sont gratuites, confidentielles et sur rendez-vous. Ces consultations peuvent être individuelles, familiales, conjugales, pour les adultes comme pour les enfants. L'accent sera donc porté sur la consolidation des forces des personnes ainsi que sur les membres de la famille.
- **Programme de jumelage et soutien des pairs** : les familles vivant des difficultés particulières reliées au mode de vie militaire peuvent être épaulées par un bénévole qui connaît ce mode de vie. L'objectif est de briser l'isolement et d'apporter le soutien et le réconfort.
- **Soutien à la recherche de services de santé** : considérant l'importance de soins de santé pour les familles arrivant dans la région, le CRFM offre du support et une aide aux familles afin de les orienter dans le réseau de la santé tout en s'assurant de répondre à leurs besoins.

Contactez notre équipe d'intervenants pour plus d'informations. La durée des ateliers varie selon le thème.

Le service est gratuit, mais une inscription est nécessaire.

Plusieurs services peuvent vous être offerts en matière de santé :

- Aider les familles à comprendre le système de santé du Québec
- Offrir aux familles nouvellement arrivées dans la région le *Guide Santé*
- Évaluer les options en matière de télémédecine
- Faire partie de notre liste d'attente dans l'éventualité d'un contact avec un médecin de famille.

****Pour plus d'informations concernant le secteur de la santé et des services offerts par le CRFM (ex. : télémédecine), consultez la section INTÉGRATION COMMUNAUTAIRE de ce présent guide****

Vous pouvez nous contacter afin de discuter de vos besoins. Il nous fera plaisir de vous rencontrer afin de vous accompagner et vous soutenir dans cette problématique ou de vous référer vers les ressources spécialisées de votre région.



Pour joindre les Coordonnateurs Prévention, soutien et intervention

Saint-Hubert : (450) 462-8777, poste 6828 ou 6837

Saint-Jean : (450) 358-7099, poste 7103 ou 6470

PENDANT L'ABSENCE

Le secteur Séparation et réunion offre des services aux familles et aux plus proches parents de militaires absents (pour une longue période) afin de les soutenir durant cette absence. L'absence peut se traduire, entre autres : lors du déploiement, de la mutation ou d'une mission militaire.

Voici quelques-uns de nos services qui sont offerts :

- **Pochette prédéploiement** : elles contiennent plusieurs ressources utiles et sont spécialement conçues pour les familles vivant le déploiement ou une absence prolongée.
- **Appel de courtoisie** : en cas de déploiement du militaire, un appel de courtoisie peut être fait auprès de la famille afin de s'assurer d'une expérience positive sur la famille.
- **Service de garde de dernier recours** : en tout temps, la famille doit posséder un plan de garde d'urgence familial. Dans le cas où celle-ci ne serait pas en mesure d'appliquer son plan de garde familial, cette dernière peut demander à rencontrer un travailleur social qui évaluera l'accessibilité de la famille aux services de garde d'urgence dans la communauté ou au CRFM.
- **Répit pendant l'absence** : ce service, à raison d'une demi-journée par semaine, est offert dans nos haltes-garderies pour les enfants âgés de deux mois à cinq ans. Ce service est accordé, selon l'horaire usuel des points de service, ainsi que ses disponibilités, aux familles vivant une absence. La Coordonnatrice Séparation et réunion doit préalablement faire l'analyse de la demande avant d'autoriser le service.
- **Consultations psychosociales** : ce service est offert pour accompagner les familles ainsi que les proches du membre militaire afin de favoriser le vécu positif de ces événements. Divers sujets peuvent être abordés tels que l'organisation de la routine, la relation parentale, la gestion du stress, la communication dans le couple, la préparation au déménagement, etc.

L'entente prise entre le CRFM et les familles vise à offrir une réponse temporaire et/ou à court terme, le temps de trouver une solution à long terme.

Également, un délai nécessaire est à prévoir pour la réception de la demande et la mise en place des services qui peut varier en fonction de la disponibilité du service.

Les services de consultations psychosociales sont gratuits, sur rendez-vous et confidentiels. Ces consultations peuvent être individuelles, familiales, conjugales, pour adultes et pour enfants.

Programme de jumelage et soutien des pairs

Les familles vivant l'absence du militaire peuvent être épaulées par un bénévole ayant l'expérience du déploiement. L'objectif est de briser l'isolement et d'apporter du soutien ainsi que du réconfort. Renseignez-vous auprès de notre Coordonnatrice Séparation et réunion pour de plus amples informations.

Afin d'apporter un soutien et du réconfort, de briser l'isolement, les familles (conjoint(e), enfants et plus proches parents) peuvent joindre un groupe de discussion et d'entraide. La disponibilité, les horaires, les lieux, le contenu ainsi que le format de ces groupes sont déterminés en fonction des demandes et intérêts des familles. Notez que ce service est gratuit.

Service de soutien aux familles en l'absence du membre militaire

Voici les services auxquels vous avez droit lorsque votre conjoint(e), fils, fille ou autre proche parent militaire s'absente du domicile familial pour des raisons de service tel que: un cours, exercices, mutations avec restriction imposée, déploiement ou autres :

- Informations sur le vécu de la famille avant, pendant et après l'absence
- Rencontres individuelles pour tous les membres de la famille (conjoint(e), enfants, parents de militaires)
- Service de garde en cas d'urgence
- Activités sociales, appels téléphoniques sur demande, jumelages, groupes d'échanges
- Consultations, aide et conseils au besoin

Pour joindre la coordonnatrice Séparation et réunion

Saint-Hubert : (450) 462-8777, poste 6858

Saint-Jean : (450) 358-7099, poste 2520

ÉDUCATION SPÉCIALISÉE (Enfance, jeunesse et soutien parental)

Nos éducatrices spécialisées interviennent auprès des enfants vivants ou qui sont susceptibles de vivre des difficultés d'adaptation et/ou de réadaptation liées à certains besoins importants afin de permettre et de faciliter leur quotidien. Leur travail vise à l'amélioration d'une situation pour retrouver une harmonie familiale et les services ont pour but d'outiller et d'informer sur l'éducation des enfants ainsi que leur développement.

Quelques exemples de situations abordées en consultation :

- Discipline auprès de l'enfant ou de l'adolescent
- Gestion des émotions et rivalités fraternelles
- Communication avec l'enfant ou l'adolescent
- Gestion des routines familiales
- Estime de soi et inquiétudes parentales
- Climat familial insatisfaisant
- Stratégies d'intervention pour stimuler le développement général de l'enfant et/ou pour répondre à des besoins particuliers de l'enfant.

0-17 ans

Les enfants ayant des besoins particuliers sont les bienvenus dans nos installations. Il est également possible d'offrir un support, dans les secteurs enfance et jeunesse, afin de permettre une intégration des enfants ayant des besoins particuliers. Pour avoir accès à ce service, il est important d'en faire la demande au service d'éducation spécialisée pour qu'une évaluation des besoins soit réalisée. Nous pouvons également vous guider vers des ressources externes, en cas de besoin.

Consultations familiales

L'éducation spécialisée est un domaine qui vise à apporter une aide concrète aux gens. L'éducatrice spécialisée travaille à partir d'objectifs et de moyens définis afin de travailler avant tout sur la manière, avant de répondre à la question « comment ? ».

Pour ce faire, chaque rencontre de suivi est unique et dépend des besoins et objectifs propres établis antérieurement.

Vous pouvez contacter le secteur d'éducation spécialisée afin de discuter de vos besoins. Il nous fera plaisir de vous rencontrer afin de vous accompagner et vous soutenir.

Ateliers soutien parental

Les ateliers de soutien parental sont offerts gratuitement par le CRFM et ont pour objectif d'outiller les parents dans leur rôle afin qu'ils soient en confiance lors d'interactions, de prise de décision et plus encore. Animées par des spécialistes, ces soirées offrent la possibilité d'échanger sur divers des sujets. Un service de halte-garderie peut également être offert pour les enfants de tous âges sur inscription en plus d'un buffet froid. Une belle alternative pour permettre aux parents de participer à ces ateliers sans trop se soucier des obstacles de la vie courante.



Pour joindre les éducatrices spécialisées

Saint-Hubert : (450) 462-8777, poste 6834 ou 6852

Saint-Jean : (450) 358-7099, poste 2909 ou 2917

MALADIE, BLESSURES ET DÉCÈS (Officier de liaison aux familles)

Une travailleuse sociale connue sous le nom d'Officier de liaison avec les familles (OLF) travaille dans les locaux du Groupe de transition des Forces armées canadiennes. Son rôle consiste à accueillir les militaires blessés ainsi que leur famille dès leur arrivée à l'unité, à évaluer leurs besoins, et leur offrir des services et du soutien adaptés aux familles de militaires qui doivent composer avec la maladie, une blessure, un décès ou qui ont des besoins spécifiques et spéciaux. L'Officier de liaison est également la personne-ressource pour les familles endeuillées. Lors de moments difficiles, l'OLF se fait une mission d'accompagner les familles dans tous les aspects que ces moments comportent.

Voici quelques exemples de services offerts :

- Des suivis psychosociaux individuels, conjugaux ou familiaux
- Des groupes de soutien
- Des ateliers et formations sur des sujets psychosociaux tels que le deuil, la maladie et la blessure de stress opérationnel
- L'accès au service de garde dernier recours.



PROGRAMME POUR LES FAMILLES DE VÉTÉRANS

Est-ce que votre famille effectue une transition de la vie militaire à la vie civile? Si c'est le cas, vous ne serez pas en reste, car nous avons des programmes, des ressources et des services pour vous offrir du soutien lors de votre transition.

Le Programme des familles de vétérans (PFV), financé par Anciens Combattants Canada, est spécifiquement conçu pour les membres qui quitteront les Forces armées canadiennes pour des raisons médicales, les vétérans qui ont été libérés pour des raisons médicales ainsi que leurs familles.

Vous pouvez accéder à ce programme à travers le pays via :

- Les Centres de ressources pour les familles des militaires
- La Ligne d'information pour les familles (Info-Familles)
- **Connexionfac.ca**

La Coordonnatrice du PFV offre également les services suivants :

- **Rencontres personnalisées** : nous accueillons, écoutons et faisons une liste de vos besoins avec vous. La coordonnatrice donne également de l'information ainsi que des références au besoin tant dans le domaine militaire ou civil. Un suivi personnel ainsi qu'un lien avec nos différents partenaires seront offerts en cas de besoin.
- **Ateliers et programmes de transitions** : des programmes mandatés sont offerts sous forme d'ateliers tels que : une formation sur les notions financières offerte en collaboration avec la SISIP afin de bien planifier sa libération et une formation en Premiers soins en santé mental pour les vétérans et la communauté qui gravite autour

Le CRFM et la coordonnatrice du PFV sont conscients des adaptations possibles auxquelles votre famille peut faire face avant, pendant et après la libération. Ils peuvent donc vous aider à réussir votre transition de la vie militaire à civile en offrant des programmes et services adaptés aux besoins uniques de la réalité militaire.

Pour joindre la Coordonnatrice du Programme pour les familles de Vétérans

Saint-Hubert : (450) 462-8777, poste 6816

Saint-Jean : (450) 358-7099, poste 2910

AUTRES SERVICES GOUVERNEMENTAUX

Impôts et taxes

- **Agence du revenu du Canada** 1 (800) 959-8281
www.cra-arc.gc.ca
- **Revenu Québec — Montérégie** (514) 864-6299
1 (800) 267-6299
- **Revenu Québec — Montréal** (514) 864-6299
www.revenu.gouv.qc.ca 1 (800) 267-6299

Logement

- **Agence de logement des Forces canadiennes (ALFC)** (450) 678-8054
Urgences après les heures régulières 1 800-903-2342
- **Régie du logement** (514) 873-2245
www.rdl.gouv.qc.ca
 - 201, Place Charles-Lemoyne, Longueuil 1 (800) 683-2245
 - 109, rue Saint-Charles, bureau 13, Saint-Jean-sur-Richelieu 1 (800) 683-2245
 - 5199, rue Sherbrooke Est, bureau 2095, Montréal 1 (800) 683-2245

Enfants

Renseignez-vous sans tarder auprès du bureau de la Régie des rentes du Québec pour connaître le montant de soutien aux enfants auquel vous aurez droit.

- **Régie des rentes du Québec** 1 (800) 667-9625
(Soutien aux enfants) (514) 864-3873
www.rrq.qc.ca/fr/programmes/soutien_enfants/
- **Ministère de la famille** 1 (844) 363-2684
www.mfa.gouv.qc.ca

Autres

- **Services Québec** 1 (877) 644-4545
(Renseignements sur les programmes et services provinciaux)
www.gouv.qc.ca
- **Service Canada** 1 (800) 622-6232
(Information générale sur l'assurance-emploi et autres services du gouvernement fédéral)
www.servicecanada.gc.ca

ALLOCATION FAMILIALE

Nouvelle famille résidente du Québec? Saviez-vous que vous avez droit à l'Allocation famille, une aide financière destinée aux familles qui ont des enfants de moins de 18 ans à leur charge ?

Cette mesure financière comprend l'Allocation familiale, le supplément pour l'achat de fournitures scolaires, le supplément pour un enfant handicapé ainsi que le supplément pour enfant handicapé nécessitant des soins exceptionnels.

Pour être admissible à l'Allocation, vous devez remplir toutes les conditions suivantes :

- Être responsable des soins et de l'éducation d'un enfant de moins de 18 ans
- Cet enfant réside avec vous, ou est placé par un centre jeunesse et vous payez la contribution exigée par ce centre
- Être résident du Québec (selon la Loi sur les impôts)
- Vous ou votre conjoint(e) avez l'un des statuts suivants :
 - Citoyen canadien
 - Résident permanent
 - Résident temporaire habitant le Canada depuis les 18 derniers mois
 - Personne protégée

Des documents de preuve vous seront demandés pour les situations suivantes :

- Si l'enfant est né à l'extérieur du Québec ou s'il a été adopté
- Si l'enfant pour lequel vous remplissez ce formulaire est né à l'extérieur du Québec et que l'un de ses parents est citoyen canadien ou que l'un d'eux est résident permanent et est de retour dans la province, ou si l'enfant est arrivé seul au Québec, sans ses parents (une preuve de résidence de l'enfant au Québec sera exigée)
- Si vous êtes arrivés au Québec au cours des 24 derniers mois, 2 preuves de résidence seront alors exigées
- Si vous ou votre conjoint(e) n'avez pas de citoyenneté canadienne, une ou deux preuves de votre statut d'immigrant au Canada ou de celui de votre conjoint(e) seront exigées.

Pour recevoir **l'Allocation famille**

Dans le cas d'une naissance au Québec, vous n'avez pas de demande à faire pour recevoir l'Allocation famille. En déclarant votre nouveau-né au Directeur de l'état civil, vous l'inscrivez automatiquement auprès de Retraite Québec.

Cependant, vous devez faire une demande si votre enfant est né ailleurs qu'au Québec ou que :

- Vous êtes immigrant ou devenez résident du Québec
- Votre enfant est arrivé ou est de retour au Québec
- Vous adoptez un enfant.

À la suite de votre demande, une rétroaction peut être versée, pour l'Allocation famille, sur une période de **11 mois** à compter de la date de réception de votre demande si tous les critères sont respectés.

Dans le cadre d'une mutation, il est effectivement possible de recevoir votre Allocation famille, même si vous déménagez dans une province autre que le Québec. Pour ce faire, vous devez visiter le site de Retraite Québec, pour accéder au formulaire **Résident hors Québec (LPF-811)**. Ce formulaire permet donc à une personne ayant quitté le Québec d'informer Retraite Québec que son départ est temporaire ou qu'elle croit conserver des liens de résidence avec le Québec. Retraite Québec déterminera alors si elle est admissible à l'Allocation famille. Tant que vous aurez un rapport d'impôts du Québec à produire, vous aurez droit à une Allocation famille. L'instant où vous n'aurez plus de rapport d'impôts du Québec à faire, votre Allocation famille prendra fin.

Ce formulaire ne permet toutefois pas d'informer Retraite Québec de son changement d'adresse. Il vous faudra donc remplir le formulaire prévu à cet effet, que vous trouverez aussi sur le site de Retraite Québec au :

<https://www.retraitequebec.gouv.qc.ca/fr/Pages/accueil.aspx>

S'il s'avérait que votre prochaine mutation signifie un retour au Québec, mais que vous ne produisiez plus de rapport d'impôts de la province depuis un certain moment, vous devrez refaire une demande d'Allocation famille tout en indiquant la date à laquelle il est prévu que vous emménagiez à nouveau au Québec. Comme il s'agit ici d'un retour à la province, il est possible que des preuves de résidence vous soient demandées.

SAVIEZ-VOUS QUE ...
malgré votre mutation hors de la province, vous pouviez encore bénéficier de l'Allocation famille ?

MUNICIPALITÉS

Les municipalités regroupent plusieurs services aux citoyens comme les loisirs, les bibliothèques, le recyclage, la collecte des déchets, etc.

Les municipalités qui suivent sont classées par ordre alphabétique :

BELOEIL

Site Internet : www.ville.beloeil.qc.ca

Mairie

777, rue Laurier
(450) 467-2835

Bibliothèque municipale

620, rue Richelieu
(450) 467-7872

CLSC

347, rue Duvernay
(450) 536-2572

Commission scolaire des Patriotes

www.csp.qc.ca
(450) 441-2919
1 (877) 449-2919

Commission scolaire Riverside

www.rsb.qc.ca
(450) 672-4010

Piscine

(450) 464-3702

Police (administration)

866, rue Laurier
(450) 922-7001

Sécurité incendie

990, rue Dupré
(450) 467-2835, poste 28

BOUCHERVILLE

Site Internet : www.ville.boucherville.qc.ca

Mairie

500, rue de la Rivière aux Pins
(450) 449-8100

Bibliothèque municipale

501, chemin du Lac
(450) 449-8650

CLSC

160, boulevard de Montarville
(450) 655-3630

Commission scolaire des Patriotes

www.csp.qc.ca
(450) 441-2919
1 (877) 449-2919

Commission scolaire Riverside

www.rsb.qc.ca
(450) 672-4010

Police (administration)

699, boulevard Curé-Poirier Ouest
(450) 463-7011, poste 3

Sécurité incendie

600, chemin du Lac
(450) 463-7028

BROSSARD

Site Internet : www.ville.brossard.qc.ca

Mairie

2001, boulevard Rome
(450) 923-6300

Bibliothèque municipale

7855, avenue San Francisco
(450) 923-6530

CLSC

5811, boulevard Taschereau,
bureau 100
(450) 445-4452

Commission scolaire Marie-Victorin

www.csmv.qc.ca
(450) 670-0730

Commission scolaire Riverside

www.rsb.qc.ca
(450) 672-4010

Police (administration)

4800, rue Leckie
(450) 463-7011, poste 3

Sécurité incendie

3300, boulevard Lapinière
(450) 463-7038

CANDIAC

Site Internet : www.ville.candiac.qc.ca

Mairie

100, boulevard Montcalm Nord
(450) 444-6000

Bibliothèque municipale

59, chemin Haendel
(450) 635-6032

CLSC

90, boulevard Marie-Victorin
(450) 659-7661

Commission scolaire des Grandes Seigneuries

www.csdgs.qc.ca
(514) 380-8899

Commission scolaire Riverside

www.rsb.qc.ca
(450) 672-4010

Police (administration)

90, chemin St-Francois-Xavier
(450) 638-0911

Sécurité incendie

90, boulevard Montcalm Nord
(450) 444-6063

CHAMBLY

Site Internet : www.ville.chambly.qc.ca

Mairie

58, rue Martel
(450) 658-8788

Bibliothèque municipale

1691, avenue Bourgogne
(450) 658-2711

CLSC

300, chemin de Marieville
(450) 658-7561

Commission scolaire des Patriotes

www.csp.qc.ca
(450) 441-2919
1 (877) 449-2919

Commission scolaire Riverside

www.rsb.qc.ca
(450) 672-4010

Police (administration)

1301, boulevard Fréchette
(450) 658-6655

Sécurité incendie

1301, boulevard Fréchette
(450) 658-6655

FARNHAM

Site Internet : www.ville.farnham.qc.ca

Mairie — Town Hall

477, rue de l'Hôtel-de-ville
(450) 293-3178

CLSC

660, rue Saint-Paul
(450) 293-3622

Commission scolaire du Val-des-Cerfs

www.csvdc.qc.ca
(450) 372-0221

Commission scolaire Riverside

www.rsb.qc.ca
(450) 672-4010

Service des loisirs

477, rue de l'Hôtel-de-ville
(450) 293-3178

Sûreté du Québec

(450) 266-1122

Sécurité incendie

(450) 293-5126

GREENFIELD PARK

Site Internet : www.longueuil.ca

Mairie

4250, chemin de la Savane
(450) 463-7000

Bibliothèque municipale

225, rue Empire
(450) 463-7180

Commission scolaire Marie-Victorin

www.csmv.qc.ca
(450) 670-0730

Commission scolaire Riverside

www.rsb.qc.ca
(450) 672-4010

Police (administration)

4800, rue Leckie
(450) 463-7011, poste 3

Sécurité incendie

937, rue Macgregor
(514) 895-7304

LONGUEUIL

Site Internet : www.longueuil.ca

Mairie

4250, chemin de la Savane
(450) 463-7000

CLSC—Longueuil Ouest

201, boulevard Curé-Poirier Ouest
(450) 651-9830

CLSC—Simone-Monet-Chartrand

1303, boulevard Jacques-Cartier Est
(450) 463-2850

Commission scolaire Marie-Victorin

www.csmv.qc.ca
(450) 670-0730

Commission scolaire Riverside

www.rsb.qc.ca
(450) 672-4010

Police (administration)

699, boulevard Curé-Poirier Ouest
(450) 463-7011

Sécurité incendie

1700, boulevard Curé-Poirier Est
(450) 463-7086

MONTREAL

Site Internet : www.ville.montreal.qc.ca

Hôtel de ville

275, rue Notre-Dame Est
3-1-1

Agence de la santé et des Services sociaux de Montréal

www.santémontreal.qc.ca
(514) 286-6500

Commission scolaire de Montréal

www.csdm.qc.ca
(514) 596-6000

Commission scolaire de la Pointe-de-l'Île

www.cspi.qc.ca
(514) 642-9520

Commission scolaire English-Montréal

www.emsb.qc.ca
(514) 483-7200

Police (administration)

1441, sur Saint-Urbain
(514) 280-2222

Sécurité incendie

9-1-1

Services municipaux (Renseignements)

3-1-1

RICHELIEU

Site Internet : www.ville.richelieu.qc.ca

Mairie

200, boulevard Richelieu
(450) 658-1157

CLSC

300, chemin de Marieville
(450) 658-7561

Commission scolaire des Hautes-Rivières

www.csdhr.qc.ca
(450) 359-6411
1 (877) 359-6411

Commission scolaire Riverside

www.rsb.qc.ca
(450) 672-4010

Sécurité incendie

200, boulevard Richelieu
(450) 536-3333
1 (888) 678-7000

SAINT-BRUNO-DE-MONTARVILLE

Site Internet : www.ville.stbruno.qc.ca

Mairie

1585, rue Montarville
(450) 653-2443

CLSC

50, chemin de la Rabastalière Est
(450) 461-1012

Commission scolaire des Patriotes

www.csp.qc.ca
(450) 441-2919
1 (877) 449-2919

Commission scolaire Riverside

www.rsb.qc.ca
(450) 672-4010

Police (administration)

1585, rue Montarville
(450) 463-7057

Sécurité incendie

1585, rue Montarville
(450) 463-7028

SAINT-HUBERT

Site Internet : www.longueuil.ca

Mairie

4250, chemin de la Savane
(450) 463-7000

CLSC

6800 boulevard Cousineau
(450) 443-7400

Commission scolaire Marie-Victorin

www.csmv.qc.ca
(450) 670-0730

Commission scolaire Riverside

www.rsb.qc.ca
(450) 672-4010

Police (administration)

4800, rue Leckie
(450) 463-7011

Sécurité incendie

3300, boulevard Lapinière
(450) 463-7038

SAINT-JEAN-SUR-RICHELIEU

Site Internet : www.ville.saint-jean-sur-richelieu.qc.ca

Mairie

188, rue Jacques-Cartier Nord
(450) 357-2100

CLSC

978, boulevard du Séminaire Nord
(450) 358-2572

Commission scolaire des Hautes-Rivières

www.csdhr.qc.ca
(450) 359-6411, poste 7510
1 (877) 359-6411

Commission scolaire Riverside

www.rsb.qc.ca
(450) 672-4010

Police (administration)

325, rue Macdonald
(450) 359-9222

Sécurité incendie

525, rue Saint-Jacques
(450) 359-9222

SHERBROOKE

Site Internet : www.ville.sherbrooke.qc.ca

Mairie

191, rue du Palais
(819) 821-5618

CLSC

50, rue Camirand
1200, rue King Est
(819) 780-2222

Commission scolaire de la Région-de-Sherbrooke

www.csrs.qc.ca
(819) 822-5544

Commission scolaire Eastern Townships

www.etsb.qc.ca
(819) 868-3102

Police (administration)

400, rue Marquette
(819) 821-5555

Sécurité incendie

202, rue Wellington Nord
(819) 821-5517

VARENNES

Site Internet : www.ville.varennnes.qc.ca

Mairie

175, rue Sainte-Anne
(450) 652-9888

CLSC

2220, boulevard René-Gaultier
(450) 652-2917

Commission scolaire des Patriotes

www.csp.qc.ca
(450) 441-2919

Commission scolaire Riverside

www.rsb.qc.ca
(450) 672-4010

Police (administration)

1 (888) 678-7000

Sécurité incendie

(450) 652-9888

LIGNES D'ÉCOUTE

Alcooliques anonymes	(450) 670-9480
Drogue : aide et référence	(514) 527-2626
Gai-Écoute	(514) 866-0103
Jeu : aide et référence	1 (800) 461-0140
Jeunesse, J'écoute	1 (800) 668-6868
Ligne Parents	1 (800) 361-5085
Direction de la protection de la jeunesse	(514) 721-1811
Tel-Aide	(514) 935-1101
Tel-jeunes	1 (800) 263-2266
Suicide Action Montréal	(514) 723-4000
Info-Jeunes	(450) 646-8888
Écoute Entraide	(514) 278-2130
Ligne Info-Cancer	1 (800) 363-0063
Centre Multi-Écoute	(514) 737-3604