

Recursos Comunitarios para Todos

Guía de recursos para la región de
Montreal

Abierto a todos, sin importar su estatus migratorio



Una guía desarrollada a partir de la colaboración de los siguientes proyectos participantes:

- Dr. Jill Hanley, Ashleigh Delaye, Sarah Huxley, Molly Tenzer y estudiantes de la clase de 2016 de Migración y Trabajo Social de la Escuela de Trabajo Social de McGill
- Dr. Valéry Ridde, Magalie Benoit, Jessika Huard, Ekta Kumar, Solène Lagrange, Veronica Torres Mazon y Javier Andres Fuentes Bernal y del Proyecto de Investigación CIHR “Santé des migrants” del Instituto de Salud Pública de la Universidad de Montreal.



REcherches AppLIquées Interventionnelles en Santé Mondiale et Equité

Esta guía está también disponible en inglés y francés

Tabla de contenidos

INTRODUCCIÓN	7
RECURSOS CLAVE.....	9
AHUNTSIC-CARTIERVILLE	11
ANJOU	13
CENTRE-SUD	14
CÔTE-DES-NEIGES.....	16
DOWNTOWN.....	18
HOCHELAGA-DE-MAISONNEUVE	18
LACHINE.....	21
LASALLE	22
LAVAL	24
LONGUEUIL	26
MONTREAL-NORD	28
NDG – NOTRE-DAME-DE-GRACE	30
PARC-EXTENSION	32
PIERREFONDS	34
PLATEAU MONT-ROYAL	35
POINTE ST. CHARLES	37
RIVIERE-DES-PRAIRIES, POINTE-AUX-TREMBLES AND MONTREAL EST	39
ROSEMONT.....	41
ST-HENRI & LITTLE BURGUNDY	43
SAINT LEONARD	45
SAINT-MICHEL	46
VILLE-ST-LAURENT	48
VILLERAY	50
WEST ISLAND.....	52

Introducción

Esta guía de recursos incluye recursos comunitarios que están disponibles a todos, sin importar el estatus de migración.¹

Está organizada por barrios y puede encontrar información acerca de cómo acceder:

- **Actividades:** talleres, esparcimiento, eventos sociales, acceso a internet y computadoras, gimnasio, baile, jardinería
- **Servicios para niños y jóvenes:** estancias infantiles, apoyo a tareas, programas extra-escolares, acceso a la escuela, actividades infantiles, ayuda con el registro a la escuela
- **Vestido y artículos de casa:** gratuitos o a bajo costo, asistencia encontrando alojamiento económico
- **Alimentos:** bancos de alimentos, comidas colectivas, cocinas colectivas, compras en grupo
- **Servicios de salud:** médicos, salud mental, apoyo psicosocial
- **Alojamiento:** Albergue y derechos de inquilinos
- **Inmigración:** Información y ayuda con la visa, acompañamiento para regularización, detención y deportación.
- **Información y referencias:** información general acerca de derechos sociales y legales (derechos de inquilinos, derechos laborales)
- **Cursos de idiomas:** cursos de francés e inglés, alfabetización, escritura, conversación
- **Apoyo social:** servicios de escucha y consejería, apoyo con el presupuesto y deuda, apoyo en violencia doméstica

¹ Con el objetivo de identificar organizaciones, nos dimos a la tarea de llamar a cada organización y hacerles una serie de preguntas para estar seguros de que los servicios enlistados están disponibles para todos, a pesar del estatus migratorio, así como conocer que documentos podrían pedir y si tienen algún costo.

Mientras que estos lugares pueden pedirle ser residente del barrio, una cierta edad o cumplir algún otro criterio de elegibilidad, su estatus de migración no será un problema. Si tiene problemas para acceder a cualquier de estos servicios, puede contactar alguna de las organizaciones de la página de “Recursos clave relacionados con la inmigración”. Ellos pueden ofrecer apoyo para obtener el acceso.

Cosas a recordar:

- La información en esta guía puede cambiar rápidamente. **Siempre es mejor llamar primero a la organización** para comprobar si la información está actualizada.
- Sólo los servicios enlistados aquí están abiertos a todos. Las organizaciones pueden tener otros servicios que requieran residencia permanente, por ejemplo.
- Esta no es una lista exhaustiva de organizaciones útiles. Nuestro objetivo es proveer con un punto de partida de organizaciones útiles en su barrio.

Recursos Clave relacionados al Estatus Migratorio

Médecins du monde – Migrant Clinic

Población: Migrantes sin seguro de salud
(niños 0-12; 24+)
560 boul. Crémazie East, H2P 1E8
(514) 609-4197
www.medecinsdumonde.ca/index.php/nos-interventions/projet-montreal/

Información y referencias

Para pacientes de la clínica, se otorgan referencias para ayudar con la regularización del estatus migratorio y los derechos sociales en general.

Servicios de salud

Servicios gratuitos básicos de salud y servicios sociales para migrantes elegibles. Clínica sin cita, 1-4pm los jueves. El equipo de trabajo social ayuda a determinar si usted puede acceder al seguro público.

Solidarity Across Borders

Población: Abierto a todos
(438) 933-7654
solidaritesansfrontieres@gmail.com
www.solidarityacrossborders.org

Actividades

Organización comunitaria, ayuda mutua nocturna, actividades sociales, talleres de entrenamiento.

Información y referencias

Referencias y acompañamiento a migrantes con dificultades accediendo derechos sociales en general.

Inmigración

Información y acompañamiento para regularización (demanda de refugio, aplicaciones humanitarias), arresto y deportación.

Servicios para niños y jóvenes

Apoyo y acompañamiento para familias con dificultades registrando a sus hijos en la escuela.

SOS Violence conjugale

1 (800) 363-9010

Población: Cualquiera sufriendo violencia conyugal
www.sosviolenceconjugale.ca

Apoyo social

Información y apoyo para personas sufriendo violencia conyugal. Referencia a albergues y ayuda en emergencias. Abierto 24hrs, 7 días a la semana.

Immigrant Workers Centre

Población: Abierto a todos
4475 boul. Van Horne, Room 110, H3W 1H8
(514) 342-2111
www.iwc-cti.org

Actividades

Actividades sociales, talleres de entrenamiento.

Cursos de idiomas

Cursos de conversación en inglés o francés gratuitos.

Información y referencias

Defensoría individual y acompañamiento en problemas laborales (estándares laborales, salud y seguridad, acoso). También para trabajadores informales o cash.

Inmigración

Información y ayuda con permisos de trabajo, Residencia permanente para trabajadores temporales extranjeros y regularización (aplicaciones humanitarias).

Servicios para niños y jóvenes

Apoyo y acompañamiento para las familias con dificultades registrando a sus hijos en la escuela.

Legal Aid for Immigration

Población: Migrantes de bajos ingresos
440 boul. Rene-Levesque West, H2Z 1V7
(514) 849-3671
www.aidejuridiquedemontreal.ca/service-de-garde/immigration/

Inmigración

Programa gubernamental que da acceso gratuito o a bajo costo a abogados para demandas de asilo, aplicaciones humanitarias, apadrinamientos familiares complicados y asuntos criminales.

Head & Hands

Población: Jóvenes, 12-25
5833 Sherbrooke St. West, H4A 1X4
(514) 481-0277
www.headandhands.ca

Información y referencias

Clínicas gratuitas de información legal para todos (se aceptan donaciones). Apoyo legal de 12 a 25 años.

Servicios de salud

Médicos, chequeos de salud para jóvenes de 12 a 25. Servicios de salud sexual y para personas trans.

Montréal City Mission

Población: Todos los migrantes
1435 City Councillors St., 3rd floor, H3A 2E4
(514) 844-9128
www.montrealcitymission.org

Información y referencias

Visitas domiciliarias, información y referencias para adultos mayores de 55 años en adelante con antecedentes migratorios.

Inmigración

Información y referencias en demandas de refugio y aplicaciones de inmigración. Acompañamiento para procesos de migración a migrantes particularmente vulnerables. Pueden aplicar algunos costos bajos.

Servicios para niños y jóvenes

Actividades para niños y jóvenes, especialmente para refugiados, durante el año. Campamento diurno Cosmo cada verano.

South Asian Women's Community Centre

Población: Enfocado a mujeres de Asia del Sur y sus familias (Incl. Irán y Afganistán)
1035 Rachel St. East, 3rd Floor, H2J 2J5
(514) 528-8812
www.sawcc-ccfsa.ca

Actividades

Sesiones de información, organización comunitaria, ayuda mutua nocturna, actividades sociales, salidas, talleres de entrenamiento.

Apoyo social

Apoyo y acompañamiento para familias con dificultades, incluyendo violencia doméstica.

Cursos de idiomas

Clases gratuitas de inglés y francés.

Información y referencias

Referencias y acompañamiento para migrantes que tengan dificultades en el acceso a derechos sociales en general.

Inmigración

Información gratuita y servicios de establecimiento y acompañamiento para nuevos inmigrantes.

Action-Réfugiés Montréal

Población: Demandantes de refugio y personas en detención migratoria
1439 Ste-Catherine St. West. office 2, H3G 1S6
(514) 935-7799
www.actionr.org

Inmigración

Visitas semanales al centro de detención migratorio de Laval. Enlaza personas en detención con buenos abogados y otros recursos. Puede contactarlos para revisar el estado de alguien que piense puede estar detenido y pueda necesitar apoyo. Información y apoyo para las personas que buscan patrocinar de manera privada refugiados fuera del país. Encuentro de refugiados con residentes para intercambios, actividades sociales, apoyo para establecerse.

Association multiethnique pour l'intégration des personnes handicapées

Población: Personas adultas discapacitadas (Membresía: \$8)
6462, boul. St-Laurent, H2S 3C4
(514) 272-0680
ameiph@ameiph.com

Actividades

Reuniones mensuales sobre diferentes temas. Exposiciones artísticas en el centro St. Pierre. Salidas sociales.

Servicios para niños y jóvenes:

Festival de invierno, visita a la cabane a sucre.

Alojamiento:

Derechos de inquilinos y alojamiento.

Apoyo social

Servicios de escucha y consejería, apoyo de presupuesto. Reuniones privadas para información específica de acceso a la salud y servicios. Integración social, interpretación y traducciones, defensa y acompañamiento.

Cursos de idiomas

Cursos de francés, franciscación.

Información y referencias

Información de programas actuales y servicios para personas discapacitadas, derechos sociales y legales. Orientación en servicios públicos.

Inmigración

Información y ayuda con la visa, llenado de documentos.

Recursos Comunitarios para Todos: **Ahuntsic-Cartierville**

La Corbeille Bordeaux-Cartierville

Población: Residentes de Ahuntstic Cartierville
5090, Dudemaine St., H4J 1N6
(514) 856-0838
www.lacorbeillebc.org

Actividades

Clases de cocina para padres e hijos.

Alimentos

Cajas de alimentos a bajo costo; alimentos de emergencia; programa OLO para embarazadas; provisiones especiales para el regreso a la escuela.

SNAC: Service de nutrition et d'action communautaire

Población: Residentes de Ahuntstic Cartierville, prueba de residencia y carta de un organismo comunitario requeridas
10780, Laverdure St., office 003, H3L 2L9
(514) 385-6499
www.lesnac.com

Alimentos

Banco de alimentos, alimentos de emergencia, comidas.

Cartier-Émilie

Población: Abierto a todos
12395, Lachapelle St., H4J 2P7
(514) 658-3126, (514) 658-3127
www.cartieremilie.com

Actividades

Cursos de computación y costura con estancia infantil mientras los padres toman los cursos.

Cursos de idiomas

Cursos gratuitos de inglés con estancia infantil mientras los padres toman los cursos.

Vestido y artículos del hogar

Tienda de ropa de segunda mano a bajo costo.

Centre Scalabrini

Población: Inmigrantes
655 Sauriol St. East, H2C 1T9
(514) 387-4477
scalabrinimontreal.org

Actividades

Acceso a computadoras e internet. Actividades sociales.

Cursos de idiomas

Acceso a computadoras e internet. Actividades sociales.

Inmigración

Ayuda llenando las aplicaciones de inmigración (demandas de refugio, humanitario, permisos de trabajo, visas de estudio, apadrinamiento, etc.).

Vestido y artículos del hogar

Gratuita para personas que llegaron a Canadá hace menos de 6 meses solamente.

CANA: Carrefour d'aide aux nouveaux arrivants

Población: Inmigrantes
10780 Laverdure St., H3L 2L9
(514) 382 0735
www.cana-montreal.com

Cursos de idiomas

Cursos de inglés o francés por \$45.

Inmigración

Ayuda llenando las aplicaciones de inmigración (demandas de refugio, humanitario, permisos de trabajo, visas de estudio, apadrinamiento, etc.).

Concertation-femmes

Población: Mujeres
(Membresía: \$7)
1405 boul. Henri-Bourassa West, H3M 3B2
(514) 336-3733
www.concertationfemme.ca

Actividades

Talleres y cursos, discusiones de desarrollo personal, salud, etc. Actividades sociales (cenas, fiestas).

Información y referencias

Apoyo telefónico, información, referencias.

Pause-famille

Población: Familias de Ahuntsic con hijos de 0-5 años
10780 Laverdure St., H3L 2L9
(514) 382-3224
info@pausefamille.ca

Actividades

Cocina, tejido.

Alimentos

Alimentos de emergencia.

Clothing and household items

Información y referencias

Apoyo, información y referencias.

Servicios para niños y jóvenes

Estancia infantil, se requiere una cita de encuentro entre los padres y un trabajador antes de obtener acceso a este servicio.

La Maison des parents de Bordeaux-Cartierville

Población: Familias
(Membresía: \$10)
5680 de Salaberry St., H4J 1J7
(514) 745-1144
www.lamdpc.org

Actividades

Talleres y cursos. Actividades sociales (cenas, fiestas, salidas).

Información y referencias

Apoyo telefónico, información y referencias.

Servicios para niños y jóvenes

Juguetería. Como una librería de juguetes. Puede pedirlos prestados y llevarlos a casa o jugarlos ahí mismo con sus hijos.

Recursos Comunitarios para Todos:

Anjou

Service d'Aide Communautaire Anjou

Población: Bajos ingresos
6497 Azilda Av., H1K 2Z8
(514) 354-4299
www.sacanjou.org

Actividades

Clases de computación.

Alimentos

Con base caso por caso.

Cursos de idiomas

Clases de francés, talleres de lectura y escritura, talleres de conversación, clases de computación.

Carrefour des Femmes d'Anjou

Población: Mujeres
8664 Chaumont Av., H1K 1N5
(514) 351-7974
cfanjou@cfanjou.ca

Actividades

Alfabetización de computación, talleres de salud y fitness. Gratuitos.

Alimentos

Alimentos de emergencia y cocinas colectivas. De acuerdo a las necesidades de la familia.

Apoyo social

Encuentros casuales, acompañamiento, ayuda con varias formas, documentos y aplicaciones.

Cursos de idiomas

Francés, inglés y español, grupos de conversación.

Información y referencias

Derechos sociales en general, actividades para mujeres, esparcimiento.

Centre Communautaire Chénier

Población: Abierto a todos
7800 Boul. Métropolitain Est, Anjou, H1K 1A1
(514) 493-8200

Actividades

Recreativas, deportivas, artes para niños y adultos.

Association Au Fil du Temps

Población: Adultos mayores, de acuerdo a necesidades
7500 Goncourt Av., H1X 3X9
(514) 524-9443

Actividades

Ejercicio, artes, desarrollo personal, salud, cultura, social.

Centre Humanitaire d'Organisation de Ressources et de Références Anjou (CHORRA)

Población: Abierto a todos
6551 Azilda Av., H1K 2Z8
(514) 493-8278
chorraorg@yahoo.ca

Alimentos

Banco de alimentos, cocinas colectivas y comunitarias.

Inmigración

Información y talleres concernientes a la inmigración y la transición, ayuda para la integración, apoyo a las familias. Se ajusta a situaciones individuales.

Service Bénévole d'Entraide Anjou

Población:
Adultos mayores de 55 años. Se requiere una evaluación en el domicilio por un voluntario
7800 boul. Châteauneuf, H1K 4J4
(514) 351-2517
sbeaab@videotron.ca

Apoyo social

Servicio a domicilio y apoyo social para residentes adultos mayores, servicios de transportación.

Carrousel du P'tit Monde d'Anjou

Población: Familias
7800 Boulé Métropolitain Est, Anjou, H1K 1A1
(514) 351-3095
infocarrousel@cam.org

Actividades

Actividades sociales y familiares para niños de 0-5 y sus padres.

Recursos Comunitarios para Todos: Centre-Sud

Centre d'Information Communautaire et de Dépannage (C.I.C.D). Ste-Marie

Población: Abierto a todos con carta de referencia de un organismo comunitario local.
2766 de Rouen St., H2K 1N3
(514) 526-4908
cicdsm@cam.org

Alojamiento

Asistencia para encontrar alojamiento accesible.

Vestido y artículos del hogar

Ropa de invierno y otra.

UQAM Legal Clinic

Población: Abierto a todos
209 Ste-Catherine St. East, H2X 1L2
(514) 987-6760
www.cliniquejuridique.uqam.ca

Información y referencias

No hay procedimientos o seguimiento.

Centre Jean-Claude-Malépart

Población: Abierto a todos
2633 Ontario St. East, H2K 1W8
(514) 521-6884
www.cjcm.ca

Actividades

Cursos de alfabetización en computación.

Cursos de idiomas

Centre communautaire de loisirs Ste-Catherine d'Alexandrie

Población: Abierto a todos, caso por caso de acuerdo a necesidades.
700 Amherst St., H2L 3L5
(514) 524-6626
www.cclsca.qc.ca/cours-de-langues

Actividades

Deportes, actividades culturales, esparcimiento para todas las edades. Cursos de computación.

Alimentos

Banco de alimentos, refrigerador y despensa de autoservicio.

Cursos de idiomas

Francés, inglés, árabe, italiano, alemán, etc.

Centre d'éducation et d'action des femmes de Montréal (CEAF)

Población: Mujeres
2422 boul. de Maisonneuve East, H2K 2E9
(514) 524 3901
www.ceaf-montreal.qc.ca

Actividades

Talleres creativos.

Cursos de idiomas

Talleres de francés.

Apoyo social

Talleres e información sobre varios temas sociales.

Centre d'écoute et de référence de l'UQAM

Población: Abierto a todos
320 Ste-Catherine St. East, DS-3255, H2X 1L7
(514) 987-8509
centre_ecoute@uqam.ca

Apoyo social

Escucha y servicio de referencia.

Cursos de idiomas

Grupos de conversación en francés con voluntarios, intercambios lingüísticos. Gratuito.

Información y referencias

Para derechos sociales en general, alojamiento, transporte público, esparcimiento. Talleres y acompañamiento.

Entraide Léo-Théorêt

Población: Abierto a todos
2000-B Alexandre-de-Sève St., H2L 2W4
(514) 521-0095 poste 6
www.arrondissement.com/montreal/entraideleot
heoret

Alimentos

Cocinas colectivas y reuniones informales.

Vestido y artículos del hogar

Vestimenta a bajo costo y muebles disponibles en el bazar de Sacre-Coeur.

L'atelier des Lettres

Población: Abierto a todos.
1710 Beaudry St., office 3.9, H2L 3E7
(514) 524-0507
www.atelierdeslettres.alphabetisation.ca

Actividades

Clases de computación, actividades sociales.

Cursos de idiomas

Talleres en francés.

Information Alimentaire Populaire Centre-Sud

Población: Abierto a todos con prueba de ingresos o con una carta de un organismo comunitario.
1710 Beaudry St., office 1.14, H2L 3E7
(514) 529-2626
info_alimentaire@yahoo.ca

Alimentos

Distribución bisemanal, canastas navideñas, servicios de emergencia.

Centre d'écoute le Havre

Población: Abierto a todos
1260 Ste-Catherine St. East, office 209, H2L 2H2
(514) 982-0333
www.le-havre.qc.ca

Servicios de salud

Apoyo psicosocial, en persona o por teléfono, para todas las personas que se encuentren teniendo dificultades de todo tipo.

Association Québécoise des Parents et Amis de la Personne Atteinte de Maladie Mentale

Población: Abierto a todos
1260 Ste-Catherine St., office 208, H2L 2H2
(514) 524-7131
www.aqpamm.ca

Servicios de salud

Apoyo psicosocial, línea telefónica de ayuda, servicios de relevo para familiares y amigos de personas con problemas de salud mental.

Community Resources for All: Côte-des-Neiges

Project Genesis

Población: Abierto a Todos
4735 Côte-Sainte-Catherine, H3W 1M1
(514) 738-2036
www.genese.qc.ca

Información y referencias

Atención sin cita. Información en derechos sociales. Ayuda para llenar formas relacionadas al alojamiento, bienestar social, medicare, etc. Copias certificadas. Comisionado de juramentos.

Centre Multi-Écoute

Población: Abierto a todos
(Membresía: \$5)
3600 Barclay Ave., office 460, H3S 1K5
(514) 737-3604
www.multiecouture.org

Apoyo social

Reuniones semanales con un consejero para personas que experimentan dificultades. Gratis, 3-6 meses.

Cursos de idiomas

Cursos de inglés multinivel (\$135 por curso).
Curso de francés conversación (\$15 por curso).

Información y referencias

Información en derechos sociales. Ayuda llenando formas de migración y otras. Copias certificadas. Comisionado de juramento.

Femmes du monde

Población: Mujeres
(Membresía: \$2)
6767 Côte-des-Neiges, office 597, H3S 2T6
(514) 735-9027
www.femmesdumondecdn.org

Actividades

Talleres y actividades sociales (café, fiestas, películas).

Apoyo social

Apoyo mutuo para mujeres experimentando relaciones difíciles o violentas.

Información y referencias

ROMEL

Población: Abierto a todos
6555 Côte-des-Neiges, office 400, H3S 2A6
(514) 341-1057
www.romel-montreal.ca

Alojamiento

Recursos para encontrar y rentar apartamentos.

MultiCaf

Población: Abierto a todos
3591 Appleton Ave., H3S 1L7
(514) 733-0554
www.multicaf.org

Actividades

Talleres y actividades sociales (artes, club de poesía, fiestas, películas).

Alimentos

Abierto a todos. Desayuno gratis, 9:30-10:30am lunes a jueves. Lunch 11:45-13, lunes a viernes, \$2 adultos, \$1 niños.

Banco de alimentos: Para residentes de CDN o Snowdon solo (prueba de residencia e ID para cada miembro de la familia). 1 vez al mes por familia. Mier y jueves 9-10:30am.

My Brother's Keeper/Gardien de mon frère

Población: Abierto a todos
5150 Queen Mary St., H3W 3H7
(514) 855-1927

Servicios de salud

Apoyo psicosocial, incluyendo visitas a domicilio, para personas con dificultades de todo tipo. Ayuda con necesidades básicas y actividades.

University of Montreal Legal Clinic

Población: Abierto a todos
Centre de formation pratique
Pavillon Jean-Brillant, office B-2202
3200 Jean-Brillant St., H3T 1N8
(514) 343-7851
www.droit.umontreal.ca/ressources-et-services/clinique-juridique/

Información y referencias

Información legal de estudiantes de derecho. No se da consejo legal. Hablar para obtener cita.

Baobab familial

Población: Familias de Côte-des-Neiges con niños de 0-12 años
10780 Laverdure St., H3L 2L9
(514) 382-3224
info@pausefamille.ca

Apoyo social

Apoyo relacionado a asuntos familiares y derechos sociales. Apoyo de respiro: voluntarios pueden visitarlo a domicilio para ayudarlo.

Servicios para niños y jóvenes

Ayuda con las tareas para niños de 6-12 años. Estancia infantil a bajo costo, medio día por semana de cuidado.

Centre de pédiatrie sociale en communauté de Côte-des-Neiges

Población: Familias de Côte-des-Neiges con niños de 0-12 años en dificultades
6555 Côte-des-Neiges, office 300, H3S 2A6
(514) 341-2220

Servicios médicos

Servicios médicos (médicos, enfermeras, terapeutas físicos y del habla) para niños en riesgo de desarrollar problemas mentales o del desarrollo.

Apoyo psicosocial: Trabajadores sociales para familias experimentando dificultades.

Servicios para niños y jóvenes

Apoyo escolar: Enlace con escuelas para niños pasando por dificultades educativas.

Relais Côte-Des-Neiges

Población: Abierto a todos
6600 Victoria Av., office 100, H3W 2T2
(514) 735-3498
relaiscdn@videotron.ca

Alimentos

Banco de alimentos: Solo miembros. Una vez por semana por familia. Todos los lunes pm.

Cursos de idiomas

Conversación en francés: lunes, miércoles y jueves. 10h00-11h00.

Información y referencias

Servicios para niños y jóvenes

Apoyo gratuito con tareas. Cuidado de niños gratis (2 a 4 años). Lun-Juev. 9h00-12h00.

Service d'Interprète d'Aide et de Référence aux Immigrants : SIARI

Población: Abierto a todos
6767 Côte-des-Neiges, H3S 2T6
(514) 738-4763
www.siari.org

Alimentos

Banco de alimentos: solo para residentes. Una vez por semana por familia.

Cursos de idiomas

Cursos de inglés y francés multinivel. Servicio de traducciones.

Información y referencias

Información en derechos sociales. Ayuda llenando formas. Copias certificadas.

Servicios para niños y jóvenes

Campamentos, apoyo en tareas, actividades.

CONAM : Centre d'Orientation des Nouveaux Arrivants et immigrants de Montréal

Población: Abierto a todos
6767 Côte-des-Neiges, H3S 2T6
(514) 733-0738
conamc6@hotmail.ca

Información y referencias

Información en derechos sociales. Ayuda llenando formas. Copias certificadas.

Servicios de salud

Apoyo psicosocial: apoyo individual lunes-viernes.

Oeil : Organisation d'Education et d'Information Logement

Población: Abierto a todos
3600 Barclay Ave., H3S 1K5
(514) 738-0101
www.oeilcdn.org

Alojamiento

Talleres y apoyo sobre derechos de inquilinos y responsabilidades, acuerdos de arrendamiento y avisos de propietarios.

Community Resources for All: Downtown

Montréal City Mission

Población: Todos los migrantes
1435 City Councillors St., 3rd floor, H3A 2E4
(514) 844-9128
www.montrealcitymission.org

Información y referencias

Visitas a domicilio, información y referencias para adultos mayores a 55 años con antecedentes de inmigración.

Inmigración

Información y referencias en demandas de refugio y aplicaciones de inmigración. Acompañamiento para procesos de migración a migrantes particularmente vulnerables. Pueden aplicar algunos costos bajos.

Servicios para niños y jóvenes

Actividades para niños y jóvenes, especialmente para refugiados, durante el año. Campamento diurno Cosmo cada verano.

McGill Legal Information Clinic

Población: Abierto a todos
3480 McTavish St. H3A 0G4
(514) 398-6792
www.licm.mcgill.ca/

Información y referencias

Información legal provista en persona o por teléfono por estudiantes de derecho. No se da consejo legal.

YWCA

Población: Mujeres
1355 boul. René-Lévesque West, H3G 1T3
(514) 866-9941
www.ydesfemmesmtl.org

Actividades

Ejercicio, artes, desarrollo personal, salud. Varían costos. Acceso a internet, cursos de computación disponibles \$5.

Alojamiento

Alojamiento a largo plazo bajo ciertas condiciones, con carta de referencia de un organismo comunitario. Derechos de alojamiento.

Información y referencias

Consulta sobre inmigración, familiar, criminal, civil, alojamiento, derechos laborales y ley \$0-\$10.

People's Potato

Población: Abierto a todos, especialmente estudiantes. Sept-abril solamente.
1455 boul. deMaisonneuve West, H-733, H3G 1M8
514-848-2424 x7590
www.peoplespotato.com

Alimentos

Lunch diario (12:30-2pm), banco de alimentos, cajas good food. Por donación, no se requiere ID.

Young Bar Montreal

Población: Abierto a todos
445 boul. St-Laurent, office RC-03
514.954.3450
www.ajbm.qc.ca

Información y referencias

Información legal laboral, derechos de alquiler, pequeñas demandas y preparación de audiencia.

Women's Centre of Montreal

Población: Mujeres
3585 Saint-Urbain St., H2X 2N6
(514) 842-1066
www.centredesfemmesdmtl.org

Actividades

Clases de Zumba y fitness. Microsoft Word, Excel, y clases de internet. Reuniones de café sobre varios temas, ayuda con llenado de formas y aplicaciones, etc.

Alimentos

Asistencia alimentaria, cocina colectiva.

Apoyo social

Apoyo psicosocial: Escucha, referencia, apoyo grupal para víctimas de incesto, acompañamiento en la corte para casos de violencia doméstica.

Información y referencias

Información legal en asuntos civiles, penales, inmigración y otros.

Cursos de idiomas

Clases de inglés, francés y español.

Servicios para niños y jóvenes

Grupos para nuevas madres o embarazadas, distribución de pañales y otros accesorios de maternidad.

Community Resources for All: Hochelaga-de-Maisonneuve

Le PEC Hochelaga-Maisonneuve

Población: Abierto a todos
(Membresía: \$5)
1691 boul. Pie-IX, H1V 2C3
(514) 596-4488
www.pechm.org

Actividades

Acceso a internet. Clases disponibles. Amplia gama de cursos: ejercicio, manualidades y arte. Gratis y hasta \$50, dependiendo del curso.

Alimentos

Comidas comunitarias; cocinas colectivas.

Cursos de idiomas

Cursos de inglés.

Información y referencias

Gratuita. Sin cita.

Vestido y artículos del hogar

Tienda de ropa usada. Los precios inician en \$0.10.

La Marie Debout

Población: Mujeres
(Membresía: \$5)
4001 Ste-Catherine St. East, H1W 2G7
(514) 597-2311
www.lamariedebout.org

Actividades

Talleres y cursos, discusiones sobre desarrollo personal, salud, etc. Actividades sociales (cenas, fiestas). Gratuito o a bajo costo. Algunas reservadas a miembros. Acceso a internet. Clases y cursos gratuitos disponibles.

Apoyo social

Apoyo psicosocial gratuito.

Información y referencias

Carrefour d'alimentation et de partage St-Barnabé

Población: Abierto a todos
1475 Bennett Ave., H1V 2S5
(514) 251-2081
www.capstbarnabe.org

Alimentos

Banco de alimentos, posibilidad de comidas calientes.

Alojamiento

Posibilidad de albergue de emergencia para mujeres trabajadoras sexuales.

ACEF de l'est de Montréal

Población: Residentes de Hochelaga con ingresos menores a \$30K/año.
2030 boul. Pie IV, H1V 2C8
(514) 257-6622
www.acefest.ca

Apoyo social

Consejería de presupuesto y deuda; cursos de finanzas personales; reporte de consumidor; herramientas en línea para presupuestar.

Entraide Logement Hochelaga- Maisonneuve

Población: Residentes de Hochelaga (prueba de residencia).
1500 d'Orleans Ave., H1W 3R1
(514) 528-1634

Alojamiento

Consejería en derechos de inquilinos; apoyo para quejas.

Centre de pédiatrie sociale en communauté d'Hochelaga-Maisonneuve

Población: Familias de Hochelaga con niños de 0-12 años en dificultad. Evaluación individual antes de ser aceptados.

1600 Aylwin St., H1W 3B8
(514) 528-8488

Servicios para niños y jóvenes

Enlace con escuelas para niños presentando dificultades educativas.

Servicios de salud

Servicios médicos (médicos, enfermeras, terapia física y del lenguaje) para niños en riesgo de desarrollar problemas de salud.

Apoyo psicosocial: Trabajadores sociales para familias experimentando dificultades.

Regroupement Entre-mamans

Población: Madres

(Membresía: \$15)

3363 de Rouen St., H1W 1L4

(514) 525-8884

www.entremamans.qc.ca

Alimentos

Cocinas colectivas.

Apoyo social

Ayuda con información y consejos en cuidado de niños, limpieza del hogar.

Información y referencias.

Vestido y artículos del hogar

Ropa de bebé y maternidad gratuita o a bajo costo.

Centre NAHA

Población: Abierto a todos

(Membresía anual: \$20)

5995 Hochelaga St., H1N 1X3

(514) 259-9962

www.centrenaha.org

Alimentos

Banco de alimentos, \$5/semana

Vestido y artículos del hogar

Ropa usada y de casa disponibles en el 5979 de la calle Hochelaga.

Répit-providence

Población: Familias de Hochelaga con niños, prueba de residencia

1855 Dezery St., H1W 2S1

514-523-5747

<http://repitprovidence.com>

Servicios para niños y jóvenes

Algunas horas o incluso toda la noche (toda la noche se requiere una referencia de una organización comunitaria).

Carrefour Parentant

Población: Familias

4650 Ontario St. East, H1V 1L2

514-259-6127 poste 221

www.carrefourparentants.org

Actividades

Talleres y cursos. Actividades sociales (cenas, fiestas, salidas).

Estancia infantil

Estancia de corto tiempo para niños pequeños.

Community Resources for All: Lachine

Carrefour d'entraide Lachine

Población: Residentes de Lachine, prueba de residencia (Membresía anual: \$5).
1176 Provost St., Lachine, H8S 1N5
(514) 634-3686
www.carrefourdentraide.org

Actividades

Campamentos de día, salidas familiares y eventos (recoger manzanas, cabaña de maple, teatro).

Alimentos

Alimentos de emergencia, cocinas colectivas, talleres de almuerzo empacado.

Vestido y artículos del hogar

Tienda de ropa de segunda mano, útiles escolares de regreso a la escuela.

Comité logement de Lachine-Lasalle

Población: Residentes de Lachine y Lasalle (llamar para hacer cita)
426 St-Jacques St. West, Lachine, H8R 1E8
(514) 544-4294

Alojamiento

Defensa de alojamiento: derechos de inquilinos, talleres de discriminación, aumento de renta y otros talleres en derechos de alojamiento e información.

La P'tite maison Saint-Pierre

Población: Residentes de St. Pierre y barrios adyacentes.
41 Ouellette Ave., Lachine, H8R 1L4,
(514) 544-1319

Alimentos

Almuerzos de sopa y escolares, alimentos para niños.

Apoyo social

Recursos para romper el aislamiento social, servicios sin cita, juegos y café, salidas sociales y cenas, grupos de paseo, pausas de café.

Servicios para niños y jóvenes

\$2 guardería de medio día. Programación de educación.

Vestido y artículos del hogar

Ropa de segunda mano disponible.

Groupe d'entraide Lachine

Población: Principalmente residentes de Lachine, Lasalle, & Dorval
(Membresía anual: \$10)
1310 Notre-Dame St., H8S 2C8
(514) 639-4941
www.grentraidelachine.ca

Actividades

Centro de día para actividades, lunch comunitario, salidas grupales, desarrollo personal, juegos y socialización.

Cumulus: Prévention des toxicomanies

Población: Jóvenes en edad escolar
C.P. 34054 Galerie Lachine, Lachine, H8S 4H4
(514) 634-5774

Apoyo social

Referencias y escucha en jóvenes de edad escolar, particularmente por problemas relacionadas con sustancias. Punto de contacto a través de escuelas o por teléfono.

The Teapot

Población: Residentes de 50 +
2901 boul. St Joseph, Lachine, H87 2B7
(514) 637-5627
www.theteapor.org

Actividades

Actividades sociales, salidas talleres, clases, grupos de discusión, uso de computadoras (pequeños costos por actividad), visitas amistosas y llamadas por teléfono.

Alimentos

Cenas económicas en el centro comunitario, entrega de comida congelada, cocinas colectivas, servicio de transporte a tiendas de alimentos.

Community Resources for All: Lasalle

Centre Communautaire LaSalle

Población: Adultos 18 +
15 Highlands Ave., H8R 3N2
(514) 363-4506

Actividades

Actividades sociales y comidas colectivas cada 3er jueves del mes.

Boys and Girls Club

Población: Niños y adolescentes
8600 Hardy St., H8N 2P5
(514) 364-3907
www.bgclasalle.com/

Actividades

Gimnasio y salas para actividades comunitarias y deportivas. Acceso a internet desde el centro comunitario.

Servicios para niños y jóvenes

Actividades: para recién nacidos, pre-maternelle, programa después de la escuela, de adolescentes, basketball. Tutoría: Ayuda en materias escolares a todos los niveles.

Nutri-centre LaSalle

Población: Residentes de LaSalle
408-A Lafleur St., H8R 3H6
(514) 365-3670
administration@nutricentrelasalle.com

Alimentos

Talleres, almuerzos comunitarios, acompañamiento al supermercado, talleres de cocina para los jóvenes, educación nutricional, jardines colectivos.

Maison des Familles de LaSalle

Population: Residentes de Montreal
535 Lafleur Ave, H8R 3J3
(514) 364-1332
www.mfamilles.koumbit.org

Servicios para niños y jóvenes

Talleres para padres e hijos, servicios de estancia infantil dependiendo de la necesidad, \$2/hora.

Centre du Vieux Moulin de LaSalle

Población: Adultos de 50 +
7644 Édouard St., office 210, H8P 1T3
(514) 364-1541
www.cvmlasalle.org

Actividades

Actividades socioculturales y comunitarias, encuentros de café, artes y clases deportivas.

Apoyo social

Visitas a domicilio, varios servicios de ayuda concernientes al duelo y la soledad, transportación (Bus Moulin) de la casa al centro.

Expression Lasalle

Población: 18-65 años
405 Terrasse Newman, office 210, H8R 1Y9
(514) 368-3736
www.expressionlasalletherapies.ca

Servicios de salud

Salud mental: terapia de grupo e individual (en inglés o francés). Grupos terapéuticos especiales sobre abuso sexual. Otras formas de terapia ofrecidas incluyen teatro, arte y música. Costo: \$13-26 dependiendo de qué servicio es requerido y la extensión de la membresía. Puede durar entre 6-10 meses.

Groupe des Aidants du Sud-Ouest

Población: Cuidadores
8564 boul. Newman, #200, H8N 1Y5
(514) 564-3061
www.groupeidesaidantsdusudouest.org

Apoyo social

Reuniones de grupo de apoyo mensual para cuidadores.

HOPE Food bank

Población: Residentes de LaSalle
(514) 363-4578

Alimentos

Llamar para hacer cita para la evaluación para determinar el nivel de necesidad. Capacidad limitada.

LaSalle Multicultural Resource Center

Población: Abierto a todos
1464 boul. Shevchenko, H8R 2A5
(514) 367-3383
lmrc_community@hotmail.com

Servicios de salud

Apoyo psicosocial: Terapia individual, de pareja y familiar, prevención temprana de drogas, preservación de la familia, tutoría adulta, club de adultos mayores, programa pre-adolescente y adolescente. Gratuito o a bajo costo.

Phobies-Zéro

Población: Abierto a todos
(Membresía: \$20)
(514) 276-3105
www.phobies-zero.qc.ca

Servicios de salud

Salud mental: Apoyo semanal y grupo de asistencia mutua para personas con ansiedad, ataques de pánico, fobias y agorafobia. También abierto a familias y seres queridos Membresía anual \$20, o 10\$ por visita. Línea de ayuda entre semana de 9am to 9pm al 1-866-922-0002.

Action Centre

Población: Personas con deficiencias físicas o intelectuales, 21+.
2214 Dollard Ave., H8N 1S6
(514) 366-6868
www.centreaction.org

Actividades

Clases (francés, computación, artes y manualidades, etc.), meditación, ejercicio.

Cursos de idiomas

Francés.

Council for Black Aging Community of Montreal

Población: Adultos mayores de raza negra
3021 Delisle St., H4C 1M8
(514) 935-4951
www.pages.riq.ca/associations/membres/cblack.html

Actividades

Programa discovery.

Apoyo social

Apoyo psicosocial: Visitas a domicilio, voluntariado, grupo de apoyo.

Cursos de idiomas.

Community Resources for All:

Laval

La Coop de Solidarité Saint-François en

Action

Población: Abierto a residentes de St-Francois
(Membresía: \$10)
8117 boul. Lévesque East, H7A 1V1
(450) 936-2557
www.facebook.com/coopsfa/

Alimentos

Empresa social enfocada en la seguridad alimentaria y apoyo.

Laval Women's Centre

Población: Mujeres, residentes de Laval.
69 8th St., H7N 2C5
(450) 629-1991
www.cflaval.org

Actividades

Actividades padres-hijos.

Alimentos

Cocinas colectivas.

Apoyo social

Ayuda mutua, participación en acción política y feminista.

Entraide Pont Viau/

Laval-Des-Rapide

Población: Abierto a residentes de Laval.
664 St-André St., H7G 2J2
(450) 663-8039
www.lentraidelaval.org

Apoyo social

Talleres y sesiones de información para nuevos llegados, acompañamiento y construcción comunitaria.

Maison de Quartier de Fabreville

Población: Abierto a residentes de Laval
3031 boul. Dagenais West, H7P 1T7
(450) 625-5453
www.mqfabreville.org

Alimentos

Alimentos de emergencia.

Servicios para niños y jóvenes

Estancia infantil, actividades familiares enfocadas y talleres para niños y padres. Clases de artes y cocina. Todos los servicios son gratuitos.

Relais Communautaire de Laval

Población: Abierto a residentes de Laval, bajos ingresos.
111 boul. des Laurentides, office 101, H7G 2T2
(450) 668-8727
www.relais-communautaire.org

Actividades

Actividades de integración social.

Alimentos

Asistencia alimentaria.

Apoyo social

Consejería individual e intervención para personas de bajos ingresos, multicultural, actividades de integración social.

Vestido y artículos del hogar

Asistencia con ropa.

Travail de Rue Ile de Laval

Población: Jóvenes (edad 12-21).
106 boul. de la Concorde East, H7G 2B9
(450) 662-1031
www.trilstation.org

Información y referencias

Apoyo social

Apoyo psicosocial, escucha, seguimiento y servicios de acompañamiento.

Acef de L'île-Jésus

Población: Abierto a todos
1686 boul. des Laurentides, office 103, H7M 2P4
(450) 662-9428
www.aceflaval.com

Apoyo social

Asistencia de presupuesto, consejería de crédito, talleres de deuda y vivienda, y fondos de emergencia.

Association pour aînés résidents A Laval

Población: Abierto a personas de 50+
(Membresía anual: \$15)
4901 St-Joseph St., H7C 1H6
(450) 661-5252
www.aparl.org/

Actividades

Ejercicio suave, artes y manualidades, talleres de internet, etc.

Alimentos

Acompañamiento y apoyo para compras de víveres

Cursos de idiomas

Intercambios conversacionales en distintos idiomas.

Association De Laval Pour La Déficiência Intellectuelle

Población: Residentes de Laval con discapacidades
(Membresía: \$10)
73 boul. St-Elzéar West, H7M 1E7
(450) 972-1010
www.aldi1959.com

Actividades

Actividades animadas para usuarios de servicios.

Alimentos

Servicio de alimentos de emergencia.

Apoyo social

Servicios de relevo en casa.

Stimul'arts

Población: Abierto a residentes de Laval
(Membresía: \$15, \$7.50 por actividad)
201 7th Ave., H7N 4J7
(450) 668-8226
www.stimularts.com

Actividades

Eventos adaptados, música, talleres de arte.

Bureau d'aide et d'assistance familiale place Saint-Martin

Población: Abierto a residentes de Laval, costo en algunas actividades y clases
1856 Dumouche Ave., office 101, H7S 1J8
(450) 681-9979
www.baaf-psm.org

Servicios para niños y jóvenes

Preescolar, centro de aprendizaje de francés para niños de 2-5 años.

Alimentos

Cocinas colectivas.

Apoyo social

Grupos de ayuda mutua.

Community Resources for All: Longueuil

Longueuil Women's Centre

Población: Mujeres
(Membresía anual: \$5)
1529 boul. Lafayette, J4K 3B6
(450) 670-0111
www.centredefemmeslongueuil.org

Actividades

Talleres de varios temas.

Apoyo social

Formación individual y grupal, acompañamiento, grupos de apoyo para mujeres recién llegadas, red de contactos para mujeres homosexuales.

Croisée de Longueuil

Población: Abierto a residentes de Longueuil
1230 Green St., J4K 4Z5
(450) 677-8918
www.lacroiseedelongueuil.qc.ca

Actividades

Talleres y actividades para niños y familias.

Alimentos

Distribución de comida, jardines colectivos, apoyo a familias.

Carrefour Le Moutier

Población: Abierto a todos
99 Place Charles-Lemoyne, office 105, J4K 4Y9
Port de Mer Building
(450) 679-7111
www.carrefourmoutier.org

Apoyo social

Escucha, integración y servicios de ayuda para individuos.

Envol Programme D'aide Aux Jeunes Mères

Población: Madres jóvenes de la riviéra sur
(madres menores de 25 años con niños de 0-5 años) Prueba de residencia requerida
1660 de l'église St., J4P 2C8
(450) 465-2584
www.lenvol.org

Servicios para niños y jóvenes

Actividades y programación para mujeres jóvenes y sus hijos, cuidado infantil, intervención familiar y apoyo.

Association Coopérative D'économie Familiale De La Rive-Sud

Población: Abierto a residentes de la Riviera sur
18+
2010 chemin Chambly, J4J 3Y2
(450) 677-6394
www.acefrsm.com

Apoyo social

Apoyo financiero: Prevención de deuda y consejería, educación sobre los derechos de consumidor y defensa, cursos de planeación de presupuesto.

Hébergement la Casa Bernard-Hubert

Población: Hombres, 18+
1215 boul. Ste-Foy, J4K 1X4
(450) 442-4777
(llamar para agendar entrevista)
www.lacasabernardhubert.org

Alojamiento

Alojamiento de emergencia por 6 meses por adicciones psicosociales y apoyos de salud mental.

Macadam Sud

Población: Abierto a jóvenes de 12-35 años
895, Ste-Hélène St., J4K 3R7
(450) 677-9021 x221
www.macadamsud.org

Apoyo social

Acercamiento a nivel de calle, servicios de seguimiento y asistencia con proyectos juveniles y construcción comunitaria.

Espoir service d'intervention en santé mentale

Población: Abierto a todos
1704 St-Georges St., J4P 0A1
(450) 672-4597
www.serviceespoir.com

Apoyo social

rehabilitación e integración para la vida diaria y cuidado a domicilio, servicios comunitarios y seguimiento.

Servicios de salud

Apoyo psicosocial.

Auberge Du Coeur L'antre-Temps

Población: Abierto a jóvenes de 16-21.
950 boul. Roland-Therrien, J4J 5H3
(450) 651-0125
www.antre-temps.org

Alojamiento

Apoyo para jóvenes con problemas familiares o experimentando indigencia, alojamiento, seguimiento y apoyo familiar.

Community Resources for All: Montreal-Nord

Centre Communautaire Multi-Ethnique de Montréal-Nord CCMEMN

Población: Abierto a todos
11121 Salk Ave. #103, Door 15, H1G 4Y3
(514) 329-5044
www.centremultiethnic-mtl.org

Actividades

Eventos sociales. Salidas a bajo costo. Talleres.

Alimentos

Banco de alimentos ubicado en el 6343 rue Pierre.
\$5 por semana o \$20 por mes.

Cursos de idiomas

Talleres de conversación en francés gratuitos.

Inmigración

Información en asuntos de inmigración.

Vestido y artículos del hogar

Tienda de ropa de segunda mano. Los precios inician en \$0.10.

L'Essentiel Montréal-Nord (St-Vincent-de-Paul)

Población: Abierto a todos
11624 l'Archevêque Ave., H1H 3B4
(514) 325-7320

Alimentos

Banco de alimentos.

Vestido y artículos del hogar

Ropa usada y artículos de casa disponibles a bajo costo.

Comité Logement de Montréal-Nord CLMN

Población: Todos los inquilinos
11 379 Garon Ave., H1H 3T7
(514) 852-9253
www.clmn.ca

Alojamiento

Consejos de derechos de inquilinos; apoyo a quejas

Halte-femmes Montréal-Nord

Población: Mujeres sufriendo violencia conyugal
(Membresía: \$10)
6532 boul. Léger, H1G 1L5
(514) 328-2055
www.haltefemmes.org

Actividades

Amplia gama de cursos (gratis a \$5): autodefensa, ejercicio, manualidades, artes. Salidas a bajo costo.

Apoyo social

Apoyo parental. Talleres para madres. Clases para padres.

Información y referencias

Asesoría legal familiar. Referencia con abogados. Acompañamiento legal a la corte o a reuniones. Cita necesaria. Depósito \$5 reembolsado en la cita.

Servicios para niños y jóvenes

Estancia infantil disponible (niños de 3 meses - 13 años) para mujeres usando los servicios. Reservación necesaria.

Servicios de salud

Apoyo psicosocial relacionada a la violencia conyugal. Apoyo psicosocial gratuito, información, referencias. Se ofrece programa especial para mujeres de 55+.

Centre Éducatif Le Phare

Población: Abierto a todos
4149 d'Amiens St., office 206, H1H 2G3
(514) 326-4112

Actividades

Eventos sociales. Salidas a bajo costo. Talleres y actividades.

Cursos de idiomas

Clases gratuitas de alfabetización en francés.

Inmigración

Servicios de establecimiento e información gratuitos para nuevos inmigrantes. Acceso a consultantes de inmigración sobre pago (\$\$).

Servicios para niños y jóvenes

Apoyo con las tareas escolares. Actividades juveniles.

Centre d'activités pour le maintien de l'équilibre émotionnel de Montréal-Nord (CAMÉÉ)

Población: Abierto a cualquiera sufriendo problemas de salud mental
(Membresía: \$10)
11 700 L'Archevêque Ave., H1H 3B6
(514) 327-3035
info@camee.ca

Servicios de salud

Apoyo psicosocial gratuito relacionado a los desafíos de salud mental, información, referencias.

Centre d'Action Benevole de Montreal Nord - Service d'accompagnement aux nouveaux arrivants

Población: Abierto a todos los recién llegados
4642 Forest St. (corner Balzac), H1H 2P3
(514) 328-4850
saei@cabmtl-nord.org

Alojamiento

Información y acompañamiento en la búsqueda de alojamiento.

Apoyo social

Llamadas telefónicas de seguimiento y visitas a domicilio. Ayuda llenando formas.

Información y referencias

Sesiones de información y talleres relacionados con el establecimiento y asuntos sociales en Montreal.

Inmigración

Información gratuita y servicios de establecimiento para nuevos inmigrantes, Sesiones individuales y de grupo.

La Maison Kangourou

Población: Padres y niños en crisis. Residentes de Montreal-Norte
(514) 524-4141
info@lamaisonkangourou.org

Alojamiento

Albergue de emergencia para niños de 0-12 años cuando sus padres tengan crisis temporales. No hay servicio de albergue para padres.

Un itinéraire pour tous

Población: Residentes de Montréal-Norte
12004 boul. Rolland, office 224, H1G 3W1
(514) 328-4000 # 5579
info@uipt.ca

Actividades

Actividades físicas, creativas y musicales (gratuitas). Café y discusión. Talleres de información. Posibilidad de trabajo voluntario.

Cursos de idiomas

Cursos de francés e inglés nivel principiantes e intermedios.

Inmigración

Información gratuita y servicios de alojamiento gratuitos para nuevos inmigrantes.

Servicios para niños y jóvenes

Estancia infantil disponible (niños 18 meses - 5 años). Reservación necesaria.

Entre parents

Población: Padres e hijos. Residentes de Montreal-Nord
(Membresía anual: \$7)
4828 boul. Gouin East, H1H 1G4
(514) 329-1233
info@entrepairs.org

Actividades

Gratuitas.

Alimentos

Cocinas colectivas 2 veces por semana, talleres de nutrición, preparando comida para bebés y cocinas colectivas para padres.

Servicios para niños y jóvenes

Estancia infantil: niños de 3 meses a 5 años, para padres usando el servicio. Disponible servicio de pasar la noche de sábado por la noche a domingo por la mañana. Apoyo educativo para niños.

Community Resources for All: NDG – Notre-Dame-de-Grace

Head & Hands

Población: Jóvenes, 12-25
5833 Sherbrooke St. West, H4A 1X4
(514) 481-0277
www.headandhands.ca

Apoyo social

Consejería, trabajo de calle y apoyo social para jóvenes. Disponibilidad inmediata y gratuita. Programa para padres jóvenes.

Información y referencias

Clínica de información legal gratuita para todas las edades (donaciones bienvenidas). Apoyo legal a jóvenes de 12-25.

Servicios para niños y jóvenes

Apoyo escolar: Tutoría y consejería escolar para jóvenes 12-18.

Servicios de salud

Médicos, tamiz de salud para todos los jóvenes 12-25. Servicios importantes en salud sexual y personas trans.

NDG Food Depot

Población: Abierto a todos, especialmente residentes de NDG
2146 Marlowe Ave., H4A 3L5
(514) 483-4680
www.depotndg.org

Actividades

Actividades sociales y talleres de nutrición y cocina. Jardines comunitarios y jardinería para apoyar programas sociales.

Alimentos

Canastas de alimentos de emergencia los martes (2:00-7:00 PM) y viernes (10:00AM-2:00PM). (Debe ser residente de NDG con prueba de domicilio e ID con foto para cada miembro de la familia).
Cenas comunitarias (abiertas a todos) y cocinas colectivas.
Mercado de productores semanal (precio económico) con kioscos de entretenimiento e información los viernes (1:30 PM-6:30 PM).

NDG Community Council

Población: Abierto a todos, especialmente residentes de NDG
5964 Notre-Dame-de-Grâce Ave., H4A 1N1
(514) 484-1471
www.ndg.ca

Información y referencias

Clínica anual de impuestos para individuos de NDG con bajos ingresos y familias. Información y apoyo sobre derechos de inquilinos. Descargue información de una amplia gama de derechos sociales. <http://www.ndg.ca/en/information-for-ndg-residents/online-resource-center-ndg>.

Saint Monica's Parish

Población: Abierto a todos, especialmente residentes de NDG
6405 de Terrebonne St., H4B 1A8
(514) 481-0267
www.stmonica.ca

Actividades

Para cristianos.

Alimentos

Canastas de comida gratuitas, cada 3^{er} y 4^o martes del mes. (Prueba de bajos ingresos o carta de referencia de algún grupo comunitario).

Apoyo social

Apoyo y discusiones para cristianos.

Women on the Rise

Población: Madres de niños de 0-5
6870 Terrebonne St., H4B 1C5
(514) 485-7814
www.womenonrise.com

Actividades

Talleres, cursos, actividades sociales y salidas.

Información y referencias

Información, referencias relacionadas a asuntos familiares y derechos sociales.

Servicios para niños y jóvenes

Estancia infantil los lunes (10:30 am-3:30 pm).
Actividades para niños (0-5 años). Costo 2\$ por un niño y 3\$ por dos niños.
Preescolar martes y jueves (11:00AM-3:30 PM).

Bienvenue à NDG

Población: Immigrantes en NDG
5964 Notre-Dame-de-Grâce Ave., #205, H4A 1N1
514-561-5850
www.ndg.ca/en/bienvenue-a-notre-dame-de-grace

Actividades

Actividades sociales y salidas.

Información y referencias

Talleres y cursos en derechos sociales, la vida en NDG y Quebec y asuntos migratorios.

ACEF du Sud-ouest de Montréal

Población: Residentes del suroeste de Montreal y West Island.
6734 boul. Monk, 2nd floor, H4E 3J1
514-362-1771
www.consommateur.qc.ca/acef-som/

Actividades

Cursos de presupuestos.

Apoyo social

Apoyo financiero: Consultas individuales en planeación de presupuesto personal, así como sus derechos y soluciones al enfrentar deudas.

TRACOM Crisis Centre

Población: Abierto a todos
514-483-3033
www.tracom.ca

Servicios de salud

Apoyo psicosocial: Línea 24 horas de crisis. Gratuita, confidencial, abierta a cualquiera en crisis. Intervención de emergencia: un equipo móvil puede acercarse a individuos en crisis, a demanda suya o de algún amigo o familiar. El objetivo es evitar la hospitalización.

Community Resources for All: **Parc-Extension**

Ressource Action-Alimentation de Parc-Extension

Población: Abierto a todos
419 St-Roch St., office SS-05, H3N 1K2
(514) 948-3246
www.ressourcealimentation.org

Vestido y artículos de casa
Muy bajo costo.

Alimentos
Despensa de alimentos de emergencia (4 al año, 15% del precio regular).

Información y referencias
Par ayudar a las personas a acceder a los recursos comunitarios.

Apoyo social
Apoyo financiero: Talleres en presupuestos del hogar.

Bharat Bhavan – Maison de l’Inde

Población: Todos los recién llegados, especialmente sud-asiáticos
419 St-Roch St., office 8, H3N 1K2
(N.B. Oficina principal en St-Henri, 4225 Notre Dame Ave. West, H4C 1R4)
(514) 904-1675

Actividades
Salidas sociales y talleres.

Cursos de idiomas

Información y referencias
Ayuda con formas, orientación, servicio consular indio, información legal y referencias en asuntos relacionados a l salud, alojamiento y empleo.

Servicios para niños y Jóvenes
Enlace entre padres y escuelas; programa de tareas después del colegio.

Afrique au féminin

Población: Mujeres de todos orígenes
419 St-Roch St., #106, H3N 1K2
(514) 272-3274
www.afriqueaufeminin.org

Actividades
Cursos de computación y costura, salidas y talleres.

Alimentos
Para mujeres en dificultad. Cada martes (1:00 PM-4:00 PM). Registro previo requerido.

Cursos de idiomas
Clases de conversación en francés gratuitas.

Información y referencias
Información y referencias en asuntos relacionados con el alojamiento y el empleo.

Servicios para niños y jóvenes
Estancia infantil (0-5 años). 5 días a la semana. Prioridad a mujeres que tomen parte en actividades y mujeres de la comunidad.

Servicios de salud
Apoyo psicosocial en asuntos relacionados a la salud.

Cuisines et Vie Collective Saint Roch

Población: Abierto a todos
419 St-Roch St., H3N 1K2
(514) 948-3631
www.cuisinetviecollectives.com

Actividades
Talleres de cocina y de nutrición.

Alimentos
Banco de alimentos todos los martes (12:00-1:00PM). Debe registrarse antes. Distribución de pan cada 2 semanas los viernes (9:00 AM).

PEYO – Organisation des jeunes de Parc-Extension

Población: Abierto a todos, especialmente jóvenes de Parc-Ex y sus familias.
419 St-Roch St., basement, H3N 1K2
(514) 278-7396
www.peyo.org

Actividades Artes, baile, películas, Actividades sociales.
Alimentos Cafetería comunitaria con desayunos y lunch muy económicos. De lunes a viernes, (7:30 AM-1:30 PM). Comidas móviles; almuerzos escolares.
Apoyo social Devoluciones de impuestos económicos para familias de bajos ingresos.
Servicios para niños y jóvenes Preescolar, deportes como soccer, cricket, patinaje, etc. Campamento de día en el verano y vacaciones escolares. Programa de liderazgo juvenil. (Para obtener bajo costo, debe presentar ID y RAMQ o una carta de un organismo comunitario).

CAPE - Comité d'action de Parc-Extension

Población: Inquilinos
419 St-Roch St., Basement 03, H3N 1K2
(514) 278-6028
www.comitedactionparcex.org

Actividades Talleres en temas como derechos.
Alojamiento Información y acompañamiento para problemas con su alquiler, aumento de renta, reparaciones, inmobiliarias, acceso a alojamiento social.

CHAIS – Centre haïtien d'animation et intervention sociale

Población: Individuos y familias, especialmente de Parc-Ex
419 St-Roch St., office 22, H3N 2K2
(514) 271-7563
www.chais.qc.ca

Actividades Acceso a computadoras e internet, talleres, eventos sociales y salidas. Clases para padres y talleres.
Alimentos Canastas festivas para familias de bajos ingresos.
Servicios de información y referencias Apoyo telefónico, información, referencias relacionadas a la inmigración, salud, educación.
Servicios para niños y jóvenes Apoyo en tareas y tutorías para niños de 5-12 años. Apoyo a padres lidiando con escuelas. Campamento diurno para niños de 3-5 años en vacaciones de verano u otras. Actividades para niños jóvenes y sus padres.

Héberjeune de Parc-Extension

Población: Jóvenes en dificultades, 16-25
7004 Hutchison St., #2, H3N 1Y6
(514) 273-2700

Actividades Salidas sociales.
Alojamiento Apartamentos temporales económicos para jóvenes que buscan trabajar en sus metas personales.
Apoyo social Apoyo individual, talleres, actividades sociales. Apoyo para jóvenes luchando contra adicciones.

Communauté Hellénique

Población: Abierto a todos
419 St-Roch St., H3N 1K2
(514) 904-1675

Actividades Talleres en tópicos como derechos.
Alimentos Banco de alimentos cada martes por la mañana.
Cursos de idiomas

Community Resources for All: Pierrefonds

Cloverdale Multi-Resources

Población: Abierto a todos (especialmente familias y niños)
(Membresía: \$10)
9540 boul. Gouin West, Pierrefonds H8Y 1R3
(514) 684-8228

Actividades

Encuentros de café, talleres de artes y manualidades. Clases de padres.

Información y referencias

Servicios familiares y derechos sociales.

Servicios para niños y jóvenes

Estancia infantil, preescolar, campamentos de verano, juguetera. Apoyo a nuevos padres (bebés de 0-24 meses).

Eglise Saint Barnabas (Mission Congolaise)

Población: Abierto a todos
12301 Colin St., Pierrefonds, H9A 1C3
(514) 684-4460
office@st-barnabas.qc.ca

Alimentos

Canastas de alimentos (Sugerido dar una donación de \$5/canasta).

CALACS de l'Ouest-de-l'Île

Población: Mujeres 14+
14068 boul. Gouin West, Pierrefonds H8Z 1Y1
(514) 624-1449

Apoyo social

Apoyo a mujeres que han experimentado violencia de género: consejería individual, grupos, servicios de acompañamiento, apoyo de emergencia, servicios de escucha y referencia.

Carrefour des Aînés de Pierrefonds

Población: Cualquiera 50+
(Costo máximo de membresía: \$35)
14068 boul. Gouin West, Pierrefonds H8Z 1Y1
(514) 624-1449

Actividades

Ejercicio, Actividades culturales, artes y manualidades.

Cursos de idiomas

Inglés, francés, español.

Centre de Crise de l'Ouest de l'Île de Montreal.

Población: Abierto a todos
Primer contacto debe ser por teléfono:
(514) 684-6160

Alojamiento

Albergue de emergencia.

Servicios de salud

Apoyo psicosocial y consejería. Hotline de crisis y visitas a domicilio par apoyo con asuntos relacionados a la salud mental.

Community Resources for All: **Plateau Mont-Royal**

Mission Communautaire du Mile End

Población: Abierto a todos
9 Bernard St. West, H2T 2J9
(514) 274-3401
www.mileendmission.org/nos-services/

Actividades

Talleres, yoga, baile, artes, salidas. Acceso a internet y computadoras.

Alimentos

Banco de alimentos.

Información y referencias

Información legal, consulta con estudiantes de derecho, acompañamiento.

Vestido y artículos del hogar

Ropa a bajo costo.

Comité Logement du Plateau Mont-Royal

Población: Abierto a todos
4450 St-Hubert St., H2J 2W9
(514) 527-3495
clplateau@yahoo.ca

Alojamiento

Talleres gratuitos para derechos de inquilinos y acompañamiento. (inglés y francés), talleres en asuntos de alojamiento.

Montreal Women's Centre

Población: Mujeres
3585 St-Urbain St., H2X 2N6
(514) 842-1066
www.centredesfemmesdemtl.org

Actividades

Clases sobre el uso de internet, Microsoft Word y Excel. Clases de ejercicio y grupos para nuevas madres o embarazadas.

Alimentos

Asistencia con alimentos, cocina colectiva.

Apoyo social

Escucha, referencia, grupos de apoyo para víctimas de incesto, acompañamiento en la corte por casos de violencia doméstica. Ayuda llenando formas.

Cursos de idiomas

Clases de conversación en inglés y francés.

Información y referencias

Derechos sociales e información legal en casos civiles, penales y migratorios relacionados. (costo \$2-5).

Servicios para niños y jóvenes

Distribución de pañales y otros accesorios de maternidad.

Cuisines Collectives du Grand Plateau

Población: Abierto a todos
4095 St-André St., H2L 3W4
(514) 523-1752
direction@ccgp-montreal.org

Actividades

Grupos de cocina saludable y comidas económicas.

South Asian Women's Community

Centre

Población: Enfocado a mujeres asiáticas del sur y sus familias (incl. Iran y Afghanistan)
1035 Rachel St. East, 3rd Floor, H2J 2J5
(514) 528-8812
www.sawcc-ccfsa.ca

Actividades

Organización comunitaria, ayuda nocturna mutua, actividades sociales, salidas, talleres de entrenamiento.

Apoyo social

Apoyo y acompañamiento para familias enfrentando dificultades, incluyendo violencia doméstica.

Cursos de idiomas

Clases gratuitas de inglés y francés.

Información y referencias

Referencias y acompañamiento para migrantes teniendo dificultades para acceder a derechos sociales en general. Sesiones de información.

Inmigración

Servicios gratuitos de información y asentamiento y acompañamiento para nuevos inmigrantes.

House of Friendship

Población: Abierto a todos
120 Duluth St. East, H2W 1H1
(514) 843-4356
www.maisondelamitie.ca

Cursos de idiomas

Inglés, francés, español-cuota reducida para personas sin estatus y demandantes de asilo si presentan una carta de un organismo comunitario. (Los voluntarios pueden recibir clases gratis).

Carrefour Marguerite-Bourgeoys

Población: Adultos mayores 50 +
(Membresía anual:\$10)
1855 Rachel St. East, H2H 1P5
(514) 527-1871
www.carrefourmargueritebourgeoys.org

Actividades

Talleres educativos, eventos sociales, baile, yoga y arte.

Cursos de idiomas

Francés, inglés, español.

Centre d'aide a la famille

Población: Abierto a todos
4850 De Lorimier Ave., H2H 2B6
(514) 982 0804
www.centreaidefamille.com

Alimentos

Banco de alimentos cada miércoles (2-5pm).
Costos bajos.
Cocina colectiva cada dos semanas (viernes).
Canastas navideñas.

Apoyo social

Apoyo y acompañamiento para mujeres y familias, enfrentando dificultades, incluyendo violencia doméstica. Apoyo y acompañamiento para encontrar trabajo. Reuniones de café.

Cursos de idiomas

Clases de francés. 60 horas. Costo de membresía \$170 o 195.

Vestido y artículos del hogar

Tienda de ropa usada a bajo costo.

Community Resources for All: Pointe St. Charles (PSC)

St. Columba House

Población: Abierto a todos
2365 Grand Trunk St., H3K 1M8
(514) 932-6202
www.saintcolumbahouse.org

Actividades

Actividades y apoyo para padres con hijos jóvenes.
Grupos de desarrollo espiritual para mujeres.

Alimentos

Almuerzos comunitarios de lun-vier. De 11:30-12:30 (\$2).

Servicios para niños y jóvenes

Programa extra-escolar con apoyo en tareas para 5-12; apoyo en tareas y desarrollo de liderazgo para adolescentes; campamento de verano.

Madame Prend Congé Centre de Femmes de Pointe-St-Charles

Población: Mujeres de PSC.
1900 Grand Trunk St., office 20, H3K 1M8
(514) 933-2507
mpc@cooptel.qc.ca

Actividades

Clases de ejercicio (i.e.: Tai-Chi y fitness acuático), pintura y salidas ~\$17). Acceso a computadoras, fotocopias y biblioteca.

Apoyo social

Apoyo telefónico y apoyo de iguales.

Información y referencias

Talleres sobre derechos de las mujeres y bienestar.
Servicios de escucha y referencias.

L'ancre Des Jeunes

Población: Jóvenes, 9-20 años.
3565 boul. Lasalle, H4G 1Z5
(514) 769-1654
www.ancredesejeunes.org

Apoyo social

Apoyo individualizado y referencias para jóvenes enfrentando dificultades.

Servicios para niños y jóvenes

Apoyo en tareas escolares de grados 5,6 y 7, talleres de arte y ciencias, actividades sociales.
Educación continua para jóvenes que ya han abandonado la escuela.

Pointe-St-Charles And Little Burgundy Legal Aid Clinic

Población: Residentes de Pte-St-Charles y Little Burgundy (ID y prueba de residencia).
2533 Centre St., office 101, H3K 1J9
(514) 933-8432

Información y referencias

Comisionado de juramentos y copias certificadas.
50 centavos por documento. Representación legal (costo en escala de acuerdo a ingreso); consejo legal, talleres de asuntos legales y derechos.

Familles en Action

Población: Familias jóvenes
(Membresía: \$7)
1909 & 1915 Centre Rd., H3K 1J1
(514) 932-6373
www.famillesenaction.org

Actividades

Talleres y clases para padres e hijos jóvenes.

Servicios para niños y jóvenes

Estancia infantil económica. Reservación obligatoria. Lun-Juev. Periodos de 3hrs. RAMQ carta de organismo comunitario. Intercambios de ropa. Campamentos de verano e invierno a bajo costo.

Carrefour d'éducation populaire de Pointe-St-Charles

Población: Abierto a todos
(Membresía anual: \$2)
2356 Centre St., H3K 1J7
(514) 596-4444
www.carrefourpop.org

Actividades

Computación, cerámica, tejido, vitrales (prioridad a residentes de PSC).

Alimentos

Cocina colectiva alfa (gratuita para todos).

Cursos de idiomas

Para personas con francés oral avanzado, talleres para mejorar la lectura y escritura. Gratuito.

Club populaire des consommateurs de Pointe-St-Charles

Población: Residentes de PSC.
1945 Mullins St., office 30, H3K 1N9
(514) 932-1091
coordination.cpc@gmail.com

Alimentos

Cocinas colectivas y servicios de alimentos de emergencia.

Share The Warmth

Población: Residentes del Sudoeste (PSC, Ville-Émard, St-Henri, Little Burgundy)
2623 Rushbrooke St., H3K 2R9
(514) 933-5599

Alimentos

Cocinas colectivas (gratis para todos); banco de alimentos (\$1 por adulto; debe mostrar RAMQ, prueba de ingresos y dirección O carta de grupo comunitario).

Vestido y artículos del hogar

Tienda de ropa usada a bajo costo; bolsa gratuita de ropa para personas con dificultades particulares (debe mostrar carta de grupo comunitario).

Action Santé Pointe-St-Charles

Población: Para personas con retos de salud mental y sus familias y amigos
2423 Wellington St., H3K 1X5
(514) 933-5771
actionsante@qc.aira.com

Actividades

Computación, cerámica, tejido, vitrales, salidas, talleres (prioridad a residentes de PSC).

Cursos de idiomas

Para personas con francés oral avanzado, talleres para mejorar la lectura y la escritura. Gratuito.

Cade - Centre africain de developpement et d'entraide

Población: Recién llegados, especialmente africanos
2390 de Ryde St., H3K 1R5
(514) 528-6032 ou (514) 262-7981
www.cade-web.org

Inmigración

Información, referencias y acompañamiento para inmigrantes recientes asentándose en Montreal.

Community Resources for All:
**Riviere-des-Prairies,
Point-aux-Trembles and Montreal Est**

**Centre de développement des
compétences éducatives et des
habiletés sociales**

Población: Abierto a todos
7650 boul. Maurice Duplessis, 1st floor, H1E 5Y6
(514) 705-3735

Apoyo social

Apoyo parental para familias de inmigrantes
Incluyendo talleres para comprender el DYP.

Información y referencias

Cada viernes último de mes. Se presenta un
abogado de migración para responder preguntas y
aconsejar a los individuos.

Carrefour Familial les Pitchou

Población: Padres e hijos
14 115 Prince-Arthur St. East, H1A 1A8
514 640-6200
www.pitchou.org

Actividades

Talleres y actividades para padres.

Información y referencias

Apoyo, acompañamiento, referencias para
padres.

Servicios para niños y jóvenes

Estancia infantil (una ocasión al mes por la
noche), actividades padres-hijos y grupos con
animador (edad 0-5).

**Centre des Femmes Riviere-des-
Prairies**

Población: Mujeres
12017 Alexis-Carrel Ave., H1E 4B8
(514) 648-1030
www.cdfrdp.qc.ca

Actividades

Club de escritura, jardines colectivos, acción
colectiva, educación, grupos de discusión.

Información y referencias

Lunes por la tarde. Talleres en temas específicos,
posibilidad de consejo individual con estudiante
de derecho. Reservación requerida. Escucha y
asistencia, referencias.

Servicios para niños y jóvenes

Estancia infantil.

**Centre de promotion communautaire
le Phare**

Población: Padres y jóvenes
12585 Nicolas-Joly Ave., H1E 1V1
514-494-0434
www.aihc.ca/CCRI/lephare.html

Servicios para niños y jóvenes

Deportes, actividades y ayuda con las tareas.
Estancia infantil.

Apoyo social

Grupos de apoyo a padres, información y
referencias.

Cuisine Collective à Toute Vapeur

Población: Residentes de RDP y PAT
850 boul. St-Jean-Baptiste, H1B 3Z8
(514) 640-6024
atoutevapeur1972@hotmail.com

Actividades

Grupos de cocina.

Alimentos

Semanal, para miembros de las cocinas colectivas.

Don Bosco Youth Leadership Centre

Población: Jóvenes y adultos
11991 Pierre-Baillargeon Ave., H1E 2E5
(514) 648-4348
www.dbylc.com

Apoyo social

Apoyo psicosocial, ayuda y consejería de apoyo.

Servicios para niños y jóvenes

Campamentos de verano, baile y tutorías.

Centre de Liaison Pour l'Éducation et les Ressources Culturelles (CLERC)

Población: Abierto a todos
14115 Prince-Arthur St., H1A 1A8
(514) 640-8521
www.clerc-qc.ca

Actividades

Talleres educativos y eventos sociales.

Meals on Wheels

Population: Seniors with a letter of reference from a community organization
13765 Forsyth St., basement entrance between 40th and 47th, H1A 3W6
(514) 913-5955

Alimentos

Cocina colectiva los lunes por la tarde. Comidas \$5, dos veces a la semana.

Centre d'aide et de développement de la famille de l'Est de Montréal (CADFEM)

Population: Abierto a todos
1321 boul. Saint-Jean-Baptiste, H1B 42A
(514) 260-6318 or (514) 658-8891

Actividades

Clases de computación, fiestas, eventos sociales.

Alimentos

Banco de alimentos, cada viernes desde las 12:30hrs.

Clases de idiomas

Francés y español oral y clases escritas.

Servicios para niños y jóvenes

Deportes, ayuda con tareas.

Community Resources for All: Rosemont

La Maisonnée

Población: Algunos servicios abiertos a todos
6865 Christophe-Colomb Ave., H2S 2H3
(514) 271-3533
www.lamaisonneeinc.org

Inmigración

Información legal concerniente a la inmigración, con posibilidad de seguimiento con un trabajador.

Lettres en Main

Población: Abierto a todos (Habla francesa).
5483, 12e Ave., H1X 2Z8
(514) 729-3056
www.lettresenmain.com

Información y referencias

Defensa de la alfabetización francesa, defensa de derechos para personas con bajo nivel educativo (no se enseña francés).

Vestiaire St-Esprit

Población: Nadie rechazado (Con carta de una organización comunitaria)
Parroquia Ste-Bibiane: 3301 Dandurand St., (sótano de la iglesia)
Parroquia St-Esprit: 2851 Masson St. (Puerta trasera de la iglesia)
514-376-3920 poste 110

Alimentos

Cupones de alimentos.

Action Autonomie

Población: Abierto a todos (después de evaluación de necesidades)
3958 Dandurand St., H1X 1P7
(514) 525-5060
www.actionautonomie.qc.ca

Apoyo social

Apoyo para personas viviendo con problemas de salud mental; defensa de derechos, ayuda y acompañamiento.

Écho des Femmes

Población: Mujeres.
6032 St-Hubert St., H2S 2L7
(514) 277-7445
www.echodesfemmesdelapetitepatrie.org

Actividades

Sesiones de información, talleres, actividades colectivas, reuniones de café.

Alimentos

Almuerzos de sopa y brunch.

Apoyo social

Servicios de escucha, grupos de ayuda mutua.

Bouffe Action

Población: Abierto a todos
(Membresía: \$5)
5350 Lafond St., office R.115, H1X 2X2
(514) 523-2460
www.bouffe-action.org

Alimentos

Cocinas y jardines colectivos, actividades de educación alimentaria y programación, programación para mujeres embarazadas.

Carrefour Communautaire de Rosement L'Entre-Gens

Población: Abierto a todos (sin cargo)
5675 Lafond St., H1X 2X6
(514) 722-1851
www.ccreg.org

Servicios para niños y jóvenes

Servicios para familias con niños: juguetes en el lugar y juguetera, parque de invierno, grupo de ayuda mutua.

Centre au Puits

Población: Personas con deficiencias de todo tipo, problemas de salud mental, dificultades emocionales, etc.
3505 Bagot St., H1X 1C4
(514) 843-5004
www.centreaupuits.org

Actividades

18 talleres diferentes y cursos: salidas sociales y culturales, pintura, tejido, clases de francés, etc. (\$20 por curso).

Comité Logement Rosemont

Población: Abierto a todos
(Membresía: \$5)
5350 Lafond St., office R-145, H1X 2X2
(514) 597-2581
www.comitelogement.org

Alojamiento

Derechos de inquilinos, talleres informativos, información legal, referencia a cooperativas de alojamiento.

CAFLA: Centre d'aide aux Familles Latino-Américaines

Población: Individuos latinoamericanos y sus familias
7075 St-Hubert St., 2nd floor, H2S 2N1
(514) 273-8061
www.cafla.ca

Actividades

Reuniones sociales de café y desayunos, intercambio lingüístico, actividades padres-hijos.

Apoyo social

Servicios confidenciales de escucha, visitas organizadas a recursos del barrio, apoyo psicosocial.

Perspectives Jeunesse – Projet Drop-In

Población: Jóvenes (15- 24 y que no acudan a la escuela).
6839A Drolet St., office 302, H2S 2T1
(514) 303-0599
www.perspectivesjeunesse.org

Actividades

Involucramiento comunitario, esparcimiento y oportunidades de voluntariado.

Servicios para niños y jóvenes

Ayuda con el registro a la escuela de acuerdo a necesidades, apoyo escolar, consejería psicosocial individualizada, prevención del abandono.

Accès-Cible Jeunesse Rosemont

Población: Jóvenes (13-18)
5365, 1st Ave., H1Y 2Z8
(514) 723-6723
www.acjr.ca

Actividades

Involucramiento comunitario, esparcimiento y oportunidades de voluntariado.

Servicios para niños y jóvenes

Servicios de escucha para jóvenes.

Community Resources for All: St-Henri & Little Burgundy

Tyndale St-Georges Community Centre

Población: Abierto a todos
870 Richmond place, H3J 1V7
(514) 989-2155
www.tyndalestgeorges.com

Actividades

Para niños, Jóvenes y adultos mayores. Tutoría en laboratorio computacional comunitario.

Cursos de idiomas

Clases de conversación en francés.

Información y referencias

Clínica de información legal.

Comité d'éducation aux Adultes de la Petite-Bourgogne et de Saint-Henri (CEDA)

Población: Abierto a todos
2515 Delisle St., H3J 1K8
(514) 596-4422
www.cedast-henri.ca

Actividades

Cerámica, carpintería, tejido, salidas culturales, eventos sociales. Laboratorio comunitario de computación con internet. Talleres individuales o en grupo.

Alimentos

Alimentos de emergencia, cocinas colectivas, alimentos congelados, cenas comunitarias, tienda de compartir.

Alojamiento

Información y apoyo en la búsqueda de casa.

Cursos de idiomas

Clases de alfabetización, talleres de lectura y escritura. Talleres de conversación en inglés y francés.

Vestido y artículos del hogar

Ropa a bajo costo (0.50-3\$).

Pointe-St-Charles and Little-Burgundy

Legal Aid Clinic

Población: Abierto a todos
2533 Centre St., office 101, H3K 1J9
(514) 933-8432
servjur@bellnet.ca

Información y referencias

Apoyo legal, talleres legales, comisionado de juramentos.

Mission Bon Accueil

Población: Abierto a todos
606 de Courcelle St., H4C 3L5
(514) 523-5288
www.missionbonaccueil.com

Alimentos

Bancos de alimentos, canastas navideñas.

Alojamiento

Albergue de emergencia para indigentes.

Apoyo social

Apoyo psicosocial en adicciones, indigencia, jóvenes en dificultad, etc.

Servicios para niños y jóvenes

Programas extraescolares, campamentos de verano, tutorías, útiles escolares.

Centre Récréatif, Culturel et Sportif St-Zotique

Población: Abierto a todos
75 Sq Sir-G.-Etienne-Cartier St., H4C 3A1
(514) 935-2001
centre@crsstzotique.ca

Actividades

Recreativas, deportivas, culturales, sociales para adultos.

Servicios para niños y jóvenes

Programas extra escolares, campamentos de verano, tutorías, útiles escolares.

Impact – Groupe d’Aide en Santé

Mentale

Población: Abierto a todos
246 St-Antoine St. West, H3J 1B1
(514) 939-3132
impactsantementale.org

Actividades

Actividades recreativas o terapéuticas (yoga, cocina colectiva, películas, etc.), computadoras y actividades sociales para personas con problemas de salud mental.

Alimentos

Comidas y snacks para personas con problemas de salud mental.

Milieu Éducatif La Source

Población: Abierto a todos
75 Sir-G.-Etienne-Cartier St., H4C 3A1
(514) 931-4089
www.milieueducatiflasource.org

Servicios para niños y jóvenes

Programas extra escolares, ayuda con las tareas, snacks, actividades.

POPIR Comité Logement

Población: Abierto a todos
4017 Notre-Dame St. West, H4C 1R3
(514) 935-4649
www.popir.org

Alojamiento

Talleres en alojamiento económico, información legal, línea telefónica confidencial para dudas relacionadas con asuntos de habitación.

Centre Communautaire des Femmes

Actives

Población: Mujeres
4500 St-Antoine St. West, H4C 1E1
(514) 989-7320
www.femmesactives.ca

Actividades

Actividades intergeneracionales, salidas, , talleres.

Alimentos

Desayunos sociales, comidas comunitarias.

Famijeunes

Población: Abierto a todos
3904 Notre-Dame St. West, H4C 1R1
(514) 931-5115
www.famijeunes.org

Apoyo social

Talleres y apoyo para padres.

Servicios para niños y jóvenes

Talleres y Actividades, servicios de estancia infantil, reuniones familiares con moderador.

Association des Jeunes de la Petite Bourgogne – Youth in Motion

Población: Abierto a todos
852 St-Martin St., H3J 1W5
(514) 931-5510
www.youthinmotion.net

Servicios para niños y jóvenes

Actividades, deportes, artes, teatro.

Amitié Soleil

Población: Abierto a todos
715 Chatham St., H3J 1Z3
(514) 937-5876
amitiesoleil@qc.aira.com

Servicios para niños y jóvenes

programas extraescolares, cuenta-cuentos, talleres, así como apoyo educativo para niños en escuela y sus padres.

Alimentos

Talleres de nutrición.

Apoyo social

Apoyo psicosocial para familias.

Community Resources for All: **Saint Leonard**

BADR: Bureau Associatif pour la Diversité et la Réinsertion

Población: Abierto a todos
6000 boul. Métropolitain East, office 200, H1S 1A9
(514) 324-5341
www.badr.ca

Actividades

Talleres, cursos, eventos sociales.

Cursos de idiomas

Cursos de francés gratuitos 3 veces a la semana.

Maison de Jeunes de Saint-Léonard - Le Zénith

Población: Jóvenes 12-17
6185 Jarry St. East, H1P 1W1
(514) 327-0185
www.mjstleonard.com

Actividades

Talleres educativos, eventos sociales.

Carrefour des Femmes Saint Léonard

Población: Mujeres
8181 Lacordaire St., office 3, H1P 2V5
(514) 325-4910
www.cfsl-femmes.org

Actividades

Acción colectiva, educación, grupos de discusión, talleres para padres.

Maison de la famille Saint-Léonard

Población: Adultos y niños
8180 Colletterette St., H1P 2V5
(514) 852-6161
mdfstleonard@bellnet.ca

Servicios para niños y jóvenes

Actividades para niños 0-5 años, Campamento de verano para niños 6-9 años.

Action dignité de Saint-Léonard

Población: residentes de Saint-Léonard
9089A boul. Viau, H1R 2V6
(514) 251-2874
actdigsl@cooptel.qc.ca

Información y referencias

Derechos de inquilinos, procedimientos, etc.

Children Now

Población: Familias
5167 Jean-Talon St. East, H1S 1K8
(514) 593-4303
www.avanttoutlesenfants.ca

Información y referencias

Posibilidad de hablar con un abogado en derecho familiar.

Servicios para niños y jóvenes

Campamento de verano y eventos sociales.

Community Resources for All: Saint-Michel

Mon Resto St-Michel

Población: Abierto a todos
4201 boul. Robert, H1Z 1Y9
(514) 376-3218
www.monrestostmichel.org

Vestido y artículos del hogar

Tienda de ahorro de temporada a bajo costo para el regreso a clases y temporada de navidad.

Alimentos

Almuerzos comunitarios económicos; cocinas colectivas; jardines colectivos; clases de cocina, club de compras colectivas.

Joujouthèque St-Michel

Población: Familias con niños jóvenes
(Membresía: \$5)
9480 Irène-Joly St., H1Z 4L2
(514) 381-9974
www.lajoujouthequestmichel.qc.ca

Actividades

Talleres y clases para padres e hijos jóvenes. Campamento de verano a bajo costo.

Servicios para niños y jóvenes

Como una biblioteca para juegos y carriolas. Puede pedirlos prestados y llevarlos a casa o jugar ahí mismo con sus hijos.

Femmes Relais St-Michel

Población: Mujeres inmigrantes y sus familias
8640 25th Ave., H1Z 4B2
(514) 759-0663
www.femmesrelais.com

Inmigración

Información y referencias; traducción, acompañamiento.

Maison de la famille St-Michel

Población: Familias de St-Michel
(Membresía: \$15)
8961 12e Ave., 2nd Floor, H1Z 3J5
(514) 955-3717
www.maisondefamilledestmichel.com

Actividades

Talleres y actividades para padres e hijos jóvenes, incluyendo solo para padres.

Alimentos

Cocinas colectivas; comidas para ocasiones especiales; almuerzos escolares.

Servicios para niños y jóvenes

Estancia de bajo costo, 0-5. Reservación indispensable. Lunes-viernes. Bloques de 3 horas. RAMQ o carta de organismo comunitario. Para niños de 6-12, apoyo a tareas. \$25/sesión.

Maison d'Haïti

Población: Principalmente haitianos y otras comunidades inmigrantes
3245 Émilie-Journault Ave., H2M 1K4
(514) 326-3022
www.mhaiti.org

Actividades

Grupo de apoyo para madres jóvenes negras (15-25); Apoyo (nutrición, salud) para mujeres embarazadas (15-30); red de padres jóvenes.

Cursos de idiomas

Clases de alfabetización para quienes tienen francés oral avanzado, pero dificultades leyendo y escribiendo.

Inmigración

Información, orientación y referencias; traducciones; ayuda con algunas formas.

Servicios para niños y jóvenes

Enlace entre padres y escuelas; programa de tareas extraescolares; campamentos de verano e invierno.

Entraide St-Michel

Población: Adultos con desafíos de salud mental
(Membresía: \$7)
3565 Jarry St. East, office 102, H1Z 4K6
(514) 593-7344
www.entraidesaintmichel.org

Actividades

Talleres y cursos, discusiones para crecimiento personal, salud, etc. Actividades sociales (cenas, fiestas).

Apoyo social

Apoyo de consejería y trabajo de caso para personas pasando por dificultades particulares con la salud mental.

Cursos de idiomas

Clases de conversación en francés los lunes.

Información y referencias

Apoyo telefónico, información, referencias.

Entraide bénévolé Kouzin Kouzin

Población: Juventud multiétnica y sus familias
2651 boul. Crémazie East, office 202, H1Z 2H6
(514) 376-1845
www.kouzinkouzin.ca

Actividades

Deportes y actividades recreativas para niños y jóvenes.

Servicios para niños y jóvenes

Talleres y actividades para padres y niños jóvenes, incluyendo solo para padres. Programa de tareas extraescolares; campamento diurno.
Hermanamiento de niños y jóvenes con adultos jóvenes como modelos positivos (como big brother, big sister).

Apoyo social

Apoyo familiar con visitas a domicilio. Enlace entre padres y escuelas.

Centre éducatif communautaire René-Goupil

Población: Abierto a todos
(Membresía : \$5)
4105 47e St., H1Z 1L6
(514) 596-4420
www.cecrq.info

Actividades

Talleres, salidas, cursos para adultos, jóvenes y niños.

Alimentos

Caja Good food \$7, \$10 o \$16; Apoyo de alimentos para mujeres embarazadas.

Cursos de idiomas

Beginner level English and French conversation classes (about \$20 per session).

Información y referencias

Información sobre derechos de inquilinos y apoyo.

Servicios para niños y jóvenes

Estancia de bajo costo diurna y vespertina, 0-5. Reservación indispensable. Lunes a jueves. RAMQ o carta de organismo comunitario.
Preescolar para 3-5 años (RAMQ o carta de organismo comunitario); Actividades para niños jóvenes y sus padres; clases de padres y talleres; apoyo.
Campamentos de Verano y recesos escolares. Programa de liderazgo juvenil. (bajo costo, se requiere ID y RAMQ o carta de grupo comunitario).

Community Resources for All: Ville-St-Laurent

Centre Communautaire Bon Courage de Place Benoit

Población: Residentes de Ville Saint-Laurent
155 Place Benoît, office 2, St-Laurent, H4N 2H4
(514) 744-0897
centre.boncourage@bellnet.ca

<p>Actividades Eventos recreativos para todas las edades (películas, fiestas) así como talleres en una amplia variedad de temas (impuestos, tecnología, alojamiento). Actividades especiales para adultos mayores Salidas, talleres, voluntariado.</p>
<p>Alimentos Cocinas colectivas, talleres de nutrición, banco de alimentos bi-semanal.</p>
<p>Cursos de idiomas Francés, inglés, español.</p>
<p>Información y referencias Formas de inmigración, beneficios, inscripción escolar, etc.</p>
<p>Servicios para niños y jóvenes Campamentos diurnos, apoyo con tareas, educación popular, actividades.</p>

Corporation culturelle latino-américaine de l'amitié COCLA

Población: Abierto a todos
1357, St-Louis St., St-Laurent, H4L 2P4
(514) 748-0796
www.coclamontreal.org/serv-fam.html

<p>Alimentos Banco de alimentos; alimentos de emergencia; punto de recogida de caja Good Food; comidas comunitarias para mayores de 50 años.</p>
<p>Servicios para niños y jóvenes Para padres con niños entre 0-5 años. Actividades (perinatales, desarrollo); monitoreo nutricional para niños.</p>
<p>Vestido y artículos del hogar Ropa de segunda mano a bajo costo.</p>

Centre d'encadrement pour jeunes femmes immigrantes (CEJFI)

Población: Mujeres
1432 Poirier St., 2nd floor, St-Laurent, H4L 1H3
(514) 744-2252
www.cejfi.org

<p>Alimentos Banco de alimentos todos los lunes.</p>
<p>Apoyo social Escucha y asistencia con asuntos psicosociales para mujeres.</p>
<p>Inmigración Derecho laboral y migratorio.</p>

Centre des femmes de Saint-Laurent

Población : Mujeres
685, boul. Décarie, St-Laurent, H4L 5G4
(514) 744-3513
www.cfstl.org

<p>Actividades Educación, grupos de discusión.</p>
<p>Información y referencias Apoyo, información y referencias.</p>
<p>Servicios para niños y jóvenes Estancia infantil.</p>

Association de parents pour la santé mentale de Saint-Laurent-Bordeaux-Cartierville (APSM)

Población: Adultos residentes de St-Laurent, Bordeaux-Cartierville y Villeray (habla francesa)
1055 Ste-Croix Ave., #114 ,St-Laurent, H4L 3Z2
(514) 744-5218
apsm@videotron.ca

Apoyo social

Apoyo telefónico, apoyo individual presencial, apoyo grupal.

Centre de pédiatrie sociale de Saint-Laurent: Au Coeur de l'enfance

Población: Niños de St-Laurent y sus familias (prueba de residencia requerida)
1075 Ste-Croix Ave., St-Laurent, H4L 3Z2
(514) 333-8989
cps@aucoeurdelenfance.ca

Actividades

Talleres educativos, eventos sociales.

Apoyo social

Evaluación individual y planes de intervención para niños y sus familias.

Servicios para niños y jóvenes

Apoyo escolar, evaluación individual y planes de intervención.

Servicios de salud

Profesionales médicos para evaluar y atender niños.

AMAL Centre for Women

Población: Mujeres, especialmente de Medio Oriente y Asia del Sur.
903 boul. Decarie, office 204, St- Laurent, H4L 3M3
(514) 855-0330
info@amalwomenscenter.ca

Actividades

Talleres educativos, eventos sociales.

Apoyo social

Consejería individual y grupos de apoyo psicosocial, especialmente para violencia doméstica.

Información y referencias

Apoyo, información y referencias.

Community Resources for All: Villeray

Comptoir Alimentaire Villeray

Población: Abierto a todos
660 Villeray St., H2R 1J1
(514) 279 0117

Alimentos

Alimentos de emergencia, información sobre alternativas a los bancos de alimentos.

Apoyo social

Para personas con dificultades económicas.

Centre des femmes d'ici et d'ailleurs

Población: Mujeres
(Membresía: \$7)
8043 St.-Hubert St., H2R 2P4
(514) 495-7728
www.cdfia.net

Actividades

Talleres y clases, discusiones de desarrollo personal, salud, etc. Actividades sociales (cenas, fiestas).

Écoute-entraide

Población: Abierto a todos
Métro Beaubien
(514) 278-2130
1(844)294-2130
www.ecoute-entraide.org

Apoyo social

Línea telefónica gratuita y confidencial disponible de 8am a medianoche siete días a la semana.
Grupos de apoyo los jueves 1-3pm y viernes 3-5pm para personas preocupadas por su salud mental.

Maison de quartier Villeray

Población: Abierto a todos
660 Villeray St., H2R 1J1
(514) 658-3126
cartieremilie.com/

Actividades

Clases de computación y costura con estancia infantil.

Cursos de idiomas

Clases de inglés gratuitas con estancia infantil.

Vestido y artículos del hogar

Tienda de ropa de segunda mano a bajo costo.

Patro le Prévost

Población: Abierto a todos
7355 Christophe-Colomb Ave., H2R 2S5
(514) 273-8535
www.patroleprevost.qc.ca

Actividades

Clases de cocina, esparcimiento, deportes.

Alimentos

Comidas a bajo costo para llegar, cenas comunitarias, almuerzos escolares, comidas a domicilio.

Apoyo social

Clínica de impuestos: debe hacer cita, solo durante época de impuestos.

Información y referencias

Apoyo, información, referencia, reuniones de café.

Servicios para niños y jóvenes

Programa extraescolar.

La Maison des Grand-parents de Villeray

Población: Adultos mayores, familias.

8078 Drolet St., H2R 2C9

(514) 383-9108

www.mgpv.org/contact.html

Actividades

Actividades por adultos para niños en campamentos de día, transmisión de artes antiguas, coro, computadoras.

Alimentos

Jardín comunitario y cocina, mostrador de ropa.

Apoyo social

Intercambios intergeneracionales para niños y adolescentes, cuenta-cuentos, apoyo escolar, social y participación comunitaria.

COPATLA

Población: Comunidad latinoamericana

660 Villeray St., H2R 1J1

(514) 948-6188

www.copatla.blogspot.ca/

Alimentos

Banco de alimentos (jueves 10-6), comidas comunitarias.

Apoyo social

Alcance, información, referencias, apoyo familiar o personal, reuniones de café.

Información y referencias

Apoyo telefónico, información y referencias.

Servicios de salud

Apoyo en adicciones: Intervención de emergencia, terapia de grupo o individual.

Espace Famille Villeray

Población: Futuros padres y padres jóvenes (0-5 años).

7378 Lajeunesse St., H2R 2H8

(514) 858-1878

www.espacefamille.ca

Actividades

Actividades padres-hijos, clases de lenguaje de señas, RCP, introducción a la música, club de lectura, desayunos comunitarios.

Servicios para niños y jóvenes

Estancia infantil, máximo 24 horas por semana por 12 semanas.

Servicios de salud

Visitas a domicilio, peso de bebés.

Bureau de la communauté haïtienne de Montréal

Población: Abierto a todos

6970 Marquette St., H2E 2C7

(514) 725 9508

www.bchm.ca

Actividades

Actividades padres-hijos (clases de (karate). Acceso a computadoras e internet, clases de computación.

Alimentos

Jardines colectivos. Comidas saludables a bajo costo.

Apoyo social

Apoyo para ancianos, apoyo y acompañamiento para encontrar trabajo, clínica de impuestos, escucha y consejería.

Servicios para niños y jóvenes

Apoyo con las tareas. Campamentos.

Community Resources for All:

West Island

West Island Women's Centre

Población: Mujeres y niños
11 Rodney Ave. (entrada por Vincennes), Pointe-Claire, H9R 4L8.
(514) 695-8529

Actividades

Cursos, fitness, desarrollo personal. Dos seminarios gratuitos al mes. Grupos de apoyo gratuito para mujeres que han perdido a un niño.

Servicios para niños y jóvenes

Cuidado infantil gratuito para miembros y participantes de los programas. Reservación necesaria.

West Island Citizen's Advocacy

Población: Residentes de West Island
68 Prince Edward Ave., Pointe Claire, H9R 4C7
(514) 694-5850

Actividades

Actuar como defensor.

Alojamiento

Alojamiento, derechos de inquilinos, movilidad.

Información y referencias

Defensores dedicados a adultos mayores.

Bread Basket

Población: West Island
68 Prince Edward, Pointe Claire, H9R 4C7
(514) 894-5850

Alimentos

Talleres de alimentos, recursos de seguridad alimentaria, canastas de alimentos económicas. Pequeños costos para otros servicios.

West Island Community Resource Centre

Población: Residentes de West Island.
114 Donegani Ave., Pointe-Claire, H9R 2V4
(514) 694-6404
info@crcinfo.ca

Información y referencias

Información acerca de la vida en West Island.

Nova Thrift Stores

Población: Abierto a todos
St. Anne-de-Bellevue: 43 Ste-Anne St., H9X 1L4
(514) 457-1642
Kirkland: 2750 St. Charles Rd., H3K 1E8
(514) 697-6692

Vestido y artículos del hogar

Ropa económica de segunda mano, artículos de casa, libros, juguetes, zapatos.

West Island Rainbow Seniors

Población: Adultos mayores LGBTQ 50+
202 Woodside Rd., Beaconsfield, H9W 2P1
(514) 794-5428
www.lgbtqseniorscentre.ca

Actividades

Cena jueves por la noche 6:00 PM y sin cita desde las 4:00-8:00 PM, grupos como teatro terapéutico.

Información y referencias

Se pueden responder preguntar relacionadas con los derechos LGBTQ y las leyes en Canadá.

LGBTQ Youth Centre

Población: Juventud LGBTQ 14-21 años
202 Woodside Rd., Beaconsfield, H9W 2P1
(514) 794-5428
www.lgbtqyouthcentre.ca

Actividades

Talleres sobre la ansiedad, discusiones generales, acceso a cocinas comunitarias, café internet y biblioteca. Sin cita, miércoles y viernes 4:00-8:00 PM.

Apoyo social

Información y apoyo para padres, familias y amigos de personas auto-identificadas como LGBTQ. Reuniones cada segundo jueves de cada mes de 7:00-9:00 PM.

Información y referencias

Se pueden responder preguntas relacionadas con derechos LGBTQ y leyes en Canadá.

Friends for Mental Health West Island

Población: Familias
(Costo membresía anual 30\$ y 10-20\$ en sesiones de entrenamiento)
750 Dawson Ave., Dorval, H9S 1X1
514 636-6885
www.asmfmh.org

Actividades

Calendario de consultas online para actividades vespertinas semanales.

Apoyo social

Servicios de apoyo para familias y amigos con un ser querido que sufre enfermedad mental. Abierto lunes-viernes 8:30-4:30 PM.

Servicios de salud

Servicios de consejería, grupos psicoeducativos, grupos de apoyo, terapia de arte, grupos juveniles y talleres para aquellos viviendo con un padre o un hermano que tenga enfermedad mental (7-17 años) incluye alimentos.

Low Vision Self-Help Association

Población: Personas con deficiencia visual, abierto a todas las edades
(Membresía anual: \$10)
233 Ste-Claire Ave., Pointe Claire (Saint John The Baptist Church), H9S 3E3
(514) 626-2649

Actividades

Reuniones mensuales con conferencistas invitados, conciertos, información sobre los recursos e instalaciones y discusiones.

Apoyo social

Servicios de apoyo y grupo de auto ayuda.

Community Perspectives in Mental Health

Población: Adultos, Residentes de West-Island.
4523 boul. St-Charles, Pierrefonds, H9H 3C7
(514) 696-0972
www.pcsm-cpmh.org

Alojamiento

Asistencia para encontrar alojamiento económico dentro de West-Island. Se informa a los clientes de sus derechos y se actúa en su defensa, educando propietarios en asuntos relacionados con la salud mental y se ayuda con el proceso de mudanza.

Apoyo social

Servicios de apoyo orientado hacia individuos que sufren de una enfermedad mental. Visitas domiciliarias, destrezas de vida y tolerancia, apoyo comunitario y reintegración.