



CARTE RESSOURCES Pointe-aux-Trembles et Montréal-Est



UNE CDC FORTE DE SA COMMUNAUTÉ

La Corporation de développement communautaire (CDC) de la Pointe – région Est de Montréal regroupe des organisations communautaires de divers champs d'activités ouvrant dans Pointe-aux-Trembles et dans Montréal-Est.

SA MISSION

La CDC de la Pointe a été accréditée par la Table Nationale des CDC (TNCCD) en 1994. Sa mission est d'assurer la participation active du communautaire au développement socioéconomique local. Elle fait la promotion des intérêts de ses membres et des citoyens de son territoire.

À travers ses actions, la CDC de la Pointe :

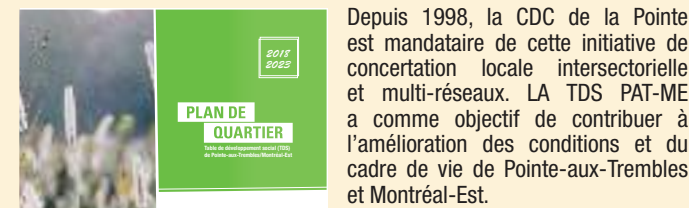
- Favorise le développement en fonction des besoins collectifs
- Représente le milieu communautaire aux instances locales, régionales et nationales
- Concerte l'action des organismes qui luttent contre la pauvreté
- Participe à l'amélioration de la qualité de vie des citoyens
- Met à contribution les ressources de notre territoire et encourage un développement économique axé sur l'économie sociale, durable et solidaire.

SA VISION

La CDC de la Pointe préconise une vision globale du développement de la collectivité qui tient compte du contexte économique, politique, social, culturel et environnemental dans lequel les citoyens vivent.



LA TABLE DE DÉVELOPPEMENT SOCIAL (TDS) DE PAT-ME



Depuis 1998, la CDC de la Pointe est mandataire de cette initiative de concertation locale intersectorielle et multi-réseaux. LA TDS PAT-ME a comme objectif de contribuer à l'amélioration des conditions et du cadre de vie de Pointe-aux-Trembles et Montréal-Est.

Par ces rencontres de l'Agora, elle rassemble dans ce lieu d'échange et d'implication les acteurs/partenaires du territoire issus du communautaire, institutionnel, privé et citoyens.

Ensemble, ils déterminent les constats et enjeux, les changements souhaités, les priorités d'action à entreprendre pour lancer des initiatives et bâtir des projets collectifs.

La TDS PAT-ME s'est doté d'un Plan intégré de quartier quinquennal 2018-2023 basé sur une vision globale des enjeux sur lesquels les divers partenaires souhaitent se mobiliser et agir.

VOTRE QUARTIER VOUS TIENT À CŒUR ? NOUS VOUS INVITONS À UNE PARTICIPATION CITOYENNE.

Contactez-nous, il nous fera plaisir de vous accueillir!

14 115, rue Prince-Arthur Est, bureau 368,
Montréal (QC) H1A 1A8

514 498-4273

cdcpat.com

facebook.com/cdcde lapointe/

NOS TRANSPORTS COLLECTIFS

AUTOBUS SOCIÉTÉ DE TRANSPORT DE MONTRÉAL

514 288-6287 Stm.info/fr

Suivez vos déplacements grâce aux horaires de bus en temps réel sur votre application mobile.

Les horaires en temps réel sont présentement offerts sur ces applications partenaires :



TRAIN DE BANLIEUE DE MONTRÉAL

Prenez le train à la gare de Pointe-aux-Trembles située au 14 501, rue Sherbrooke Est.

ALLO-TRAM : 514 287-8726

NOS TRANSPORTS ACTIFS

VOIES CYCLABLES

Partez à vélo pour profiter des beaux parcs et espaces verts et circuits historiques.

Consultez la carte du réseau cyclable : montreal.qc.ca/rdp-pat

BIXI

Pointe-aux-Trembles
4 stations: Boulevard Saint-Jean-Baptiste/ rue Notre-Dame Est; Boulevard Saint-Jean-Baptiste/ rue René-Lévesque; Boulevard du Tricentenaire/ rue Prince-Albert; Boulevard du tricentenaire/ rue de Montigny.

Montréal-Est
2 stations: Centre récréatif Édouard-Rivet, 11 111 Notre-Dame; Parc de l'Hotel-de-Ville (un peu à l'ouest de Sainte-Marie et de Broadway).
514 789-2494 Bixi.com

PROJET AÎNÉS ACTIFS À VÉLO

Entre les mois de juin et septembre, ce projet intergénérationnel propose des déplacements en vélos-taxis et tricycle-tandem, pour aller faire une course, se rendre chez un ami ou à un rendez-vous culturel.

514 643-0930 aqd-pointedelille.org

NAVETTE FLUVIALE

De juin à octobre, naviguez en moins de 30 minutes sur le fleuve Saint-Laurent entre le quai Saint-Jean-Baptiste à Pointe-aux-Trembles et le quai Jacques-Cartier du Vieux-Port de Montréal.

514 871-8356 Tarifs et horaires : NAVARK.ca

COMMUNAUTO

Véhicules disponibles à Pointe-aux-Trembles dans le stationnement du Centre Roussin (12 125 rue Notre-Dame Est) et à l'aréna Rodrigue-Gilbert (1515 Boulevard du Tricentenaire).

514 842-4545 Communauto.com

N.B. Avant d'utiliser tous ces transports, il est important de bien vérifier la disponibilité des services auprès des fournisseurs.

ÉDUCATION

CENTRE DE SERVICES SCOLAIRE

28 Centre de services scolaire de la Pointe-de-l'Île
550, 53^e Avenue, Montréal (QC) H1A 2T7
514 642-9520 cspi.qc.ca

ÉCOLES PRIMAIRES

29 Félix-Leclerc
1750, boul. Tricentenaire, Montréal (QC) H1B 3B1
514 642-9910

30 François-La Bernard
950, rue Pierre Lacroix, Montréal (QC) H1B 3C8
514 645-9134

32 Montmartre
1855, 59^e Avenue, Montréal (QC) H1A 2P2
514 642-9343

33 Notre-Dame
14 425, rue Notre-Dame Est, Montréal (QC) H1A 1V6
514 642-3950

34 De la Belle-Rive (Pavillon de la Pointe)
16 360, rue Bureau, Montréal (QC) H1A 1Z5
514 642-7337

39 De la Belle-Rive (Pavillon des Trembles)
15 700, rue Notre-Dame Est, Montréal (QC) H1A 1X4
514 642-6461

35 Saint-Marcel
1470, 16^e Avenue, Montréal (QC) H1B 3N6
514 645-8531

36 Saint-Octave
11 171, rue Notre-Dame, Montréal-Est (QC) H1B 2V7
514 645-8718

37 Sainte-Germaine-Cousin
1880, 48^e Avenue, Montréal (QC) H1A 2Y5
514 642-0881

38 Sainte-Marguerite-Bourgeoys
11 625, rue de la Gauchetière, Montréal (QC) H1B 2H8
514 645-5515

ÉCOLES SECONDAIRES PUBLIQUES

40 Daniel-Johnson
1200, boul. Tricentenaire, Montréal (QC) H1B 3A8
514 642-0240 cspi.qc.ca/dj

41 Pointe-aux-Trembles
15 200, rue Sherbrooke Est, Montréal (QC) H1A 3P9
514 642-8940 cspi.qc.ca/pat

ÉCOLES SECONDAIRES PRIVÉES

Collège Mont-Royal
2165, rue Baldwin, Montréal (QC) H1L 5A7
514 351-7851 collegemont-royal.qc.ca

Collège St-Jean-Vianney
12 630, boul. Gouin Est, R.D.P. (QC) H1C 1B9
514 648-3821 st-jean-vianney.qc.ca

ÉCOLES SPÉCIALISÉES

31 Marc-Lafamme / Le Prélude (santé mentale)
555, 19^e avenue, Montréal (QC) H1B 3E3
514 395-9101 cspi.qc.ca/ml

Le Tournesol (déficience intellectuelle)
15 150, rue Sherbrooke Est, Montréal (QC) H1A 3P9
514 642-0341 cspi.qc.ca/lt

ÉDUCATION AUX ADULTES

42 Centre de formation professionnelle Daniel-Johnson
1100, boul. Tricentenaire, Montréal (QC) H1B 3A8
514 642-0245 cspi.qc.ca/cdj

43 Centre Paul-Gratton
11 865, rue de Montigny, Montréal (QC) H1B 1P2
514 645-4538 cspi.qc.ca/cpg

École secondaire Rosalie-Jetté (jeunes mères)
5100, rue Bossuet, Montréal (QC) H1M 2M4
514 596-4240 rosalie-jette.sdm.ca

SERVICES DE GARDE

BUREAU COORDONNATEUR EN MILIEU FAMILIAL

Les Maisons enjouées
514 356-1583 cpelesmaisonsenjouees.qc.ca

COOPÉRATIVE ENFANCE FAMILLE

Guichet unique et accès aux places en CPE, en garderies et en milieu familial reconnus du Québec.
514 270-5055 laplace0-5.com

CENTRES DE LA PETITE ENFANCE (CPE)

44 La Flûte Enchantée (Installation Forsyth)
12 890, rue Forsyth, Montréal (QC) H1A 4X6
514 642-0196

60 La Flûte Enchantée (Installation Ste-Germaine-Cousin)
14205, rue Notre-Dame Est, Montréal (QC) H1A 1V2
438 844-3210

2 La Grosse Maison
14 115, rue Prince-Arthur Est, bureau 150, Montréal (QC) H1A 1A8
514 644-1441

45 La Mère Veilleuse
12 260, rue De Montigny, Montréal (QC) H1B 1R2
514 645-0961

46 La Porte Ouverte
2020, 31^e Avenue, Montréal (QC) H1A 4B7
514 645-2323

1 Les Petits Lutins de Roussin
12 125, rue Notre-Dame Est, Montréal (QC) H1B 2Y9
514 640-0006

47 Mademoiselle Pluche
15 140, rue Sherbrooke Est, Montréal (QC) H1A 3P9
514 498-9700

48 Palou la Coccinelle
15 990, rue Notre-Dame Est, Montréal (QC) H1A 1X6
514 642-6457

49 Tante Michèle
40, avenue Lelièvre, Montréal-Est (QC) H1B 0C3
514 645-2878

HÔPITAUX / CLINIQUES

Centre Hospitalier de l'Université de Montréal (CHUM)
1051, Sanguinet, Montréal (QC) H2X 3E4
514 890-8000 chum.qc.ca

CHU Ste-Justine
3175, chemin de la Côte Ste-Catherine, Montréal (QC) H3T 1C5
514 345-4931 chusj.org

52 Clinique médicale de Montréal-Est
11 370, rue Notre-Dame Est, Montréal (QC) H1B 2W6
514 645-7426 csss.sudlanaudiere.ca

56 Polyclinique de Pointe-aux-Trembles
12 905, Sherbrooke Est, bureau 103, Montréal (QC) H1A 1B9
514 642-4050 csss-estmtl.com

Hôpital de Montréal pour Enfants
1001, boul. Décarie, Montréal (QC) H4A 3J1
514 412-4400 thechildren.com

Hôpital Maisonneuve-Rosemont
5415, boul. de L'Assomption, Montréal (QC) H1T 2M4
514 252-3400 ciuss-estmtl.gouv.qc.ca

Hôpital Pierre-Le Gardeur
911, Montée des Pionniers, Terrebonne (QC) J6V 2H2
450 654-7525 ciuss-lanaudiere.gouv.qc.ca

Hôpital Santa Cabrini
5655, rue St-Zotique Est, Montréal (QC) H1T 1P7
514 252-6000 ciuss-lanaudiere.gouv.qc.ca

Institut universitaire en santé mentale de Montréal
7401, rue Hochelaga, Montréal (QC) H1N 3M5
514 251-4000 ciuss-estmtl.qc.ca

COVID-19: 514 644-4545 Quebec.ca/coronavirus

SERVICES GOUVERNEMENTAUX

DÉPUTATION

57 Bureau de circonscription Chantal Rouleau députée de Pointe-aux-Trembles et ministre (Provinciale)
500, boul. St-Jean-Baptiste, bureau 100, Montréal (QC) H1B 3Z7
514 640-9085

58 Bureau de circonscription Mario Beaulieu député de la Pointe-de-l'Île (Fédéral)
12 500, boul. Industriel, Montréal (QC) H1B 5P5
514 645-0101 noscommunes.ca

EMPLOI ET SOLIDARITÉ SOCIALE

50 Centre Service Canada
13 313, rue Sherbrooke Est, Montréal (QC) H1A 1C2
1 800 622-6232 canada.ca

Bureau de Services Québec de l'Est de Montréal
6690, rue Sherbrooke Est, Montréal (QC) H1N 3W3
514 872-4747 quebec.ca

Commission des normes, de la santé et de la sécurité du travail (CNESST)
514 873-7061 cnesst.gouv.qc.ca

Régie des rentes du Québec
514 873-2433 rrq.gouv.qc.ca

JUSTICE

Aide juridique de Montréal
Centre communautaire juridique de Montréal
514 864-2111 aidejuridiquedemontreal.ca

Commission des droits de la personne et des droits de la jeunesse
514 873-5146 cdpdj.qc.ca

Directeur de l'État civil
514 644-4545 etatcivil.gouv.qc.ca

Office de la protection du consommateur
514 644-4545 opc.gouv.qc.ca

Service de médiation à la famille
514 536-5140 justice.gouv.qc.ca

SANTÉ ET SERVICES SOCIAUX

Albatros Montréal
(Accompagnement de fin de vie)
514 255-5530 albatros-mtl.ca

Centre de protection de l'enfance et de la jeunesse Maisonneuve Est
1001, rue de Maisonneuve Est, Montréal (QC) H2L 4P9
514 896-3200 ciuss-centresudmtl.gouv.qc.ca

Centre Dollard-Cormier
7401, rue Hochelaga, Montréal (QC) H1N 3M5
514 642-4050 ciuss-centresudmtl.gouv.qc.ca

51 Centre Dollard-Cormier (Site Pointe de l'île)
13 926, rue Notre-Dame Est, Montréal (QC) H1A 1T5
514 642-2121

51 CIUSSS de l'Est-de-l'Île-de-Montréal (CLSC offrant en première ligne des services de santé et de services sociaux et un service d'urgence)
13 926, rue Notre-Dame Est, Montréal (QC) H1A 1T5
514 642-4050 ciuss-estmtl.gouv.qc.ca

Régie de l'assurance maladie du Québec
514 864-3411 ramq.gouv.qc.ca

2 Société Alzheimer Est de Montréal (Site Pointe de l'île)
14 115, rue Prince-Arthur Est, Montréal (QC) H1A 1A8
514 775-0092 alzheimermontreal.ca

AUTRES

Fédération de l'Âge d'Or du Québec (FADOO)
514 271-2411 fadoq.ca/ile-de-monreal

Service Québec
514 644-4545 gouv.qc.ca

Le Protecteur du Citoyen
514 873-2032 protecteurducitoyen.qc.ca

Régie du logement
514 873-2245 rdl.gouv.qc.ca

Office municipale d'Habitation de Montréal (OMHM)
514 872-6422 omhm.qc.ca

Office des personnes handicapées du Québec
1 800 567-1465 omhm.qc.ca

SERVICES MUNICIPAUX

ÉLU.E.S

59 Maison du citoyen
12 090, rue Notre-Dame Est, bureau 102, Montréal (QC) H1B 2Z1
514 868-4050 montreal.ca/riere-des-prairies-pointe-aux-trembles

52 Hôtel de ville de Montréal-Est
11 370, rue Notre-Dame Est, 5^e étage, Montréal-Est (QC) H1B 2W6
514 905-2000 servicecitoyens@montreal-est.ca

CULTURE, LOISIRS ET SPORTS

18 Aréna Rodrigue-Gilbert
1515, boul. Tricentenaire, Montréal (QC) H1B 3A9
514 872-5104 montreal.ca/lieux/arena-rodrigue-gilbert

9 Aréna Montréal-Est
11 111, rue Notre-Dame Est, Montréal (QC) H1B 2V7
514 640-2737 crer.me

52 Bibliothèque Micheline-Gagnon
11 370, rue Notre-Dame Est, Montréal (QC) H1B 2W6
514 905-2145 ville.montreal-est.qc.ca

27 Bibliothèque Pointe-aux-Trembles
14 001, rue Notre-Dame Est, Montréal (QC) H1A 1T9
514 872-6987 montreal.ca/riere-des-prairies-pointe-aux-trembles

27 Maison de la Culture de Pointe-aux-Trembles
14 001, rue Notre-Dame Est, Montréal (QC) H1A 1T9
514 872-2240 montreal.ca/riere-des-prairies-pointe-aux-trembles

JARDINS COMMUNAUTAIRES

Jardins collectifs Montréal-Est
438 638-8960 reseaualimentaire-est.org

Jardins communautaires Rivière-des-Prairies-Pointe-aux-Trembles
311 montreal.ca/riere-des-prairies-pointe-aux-trembles

SÉCURITÉ PUBLIQUE

53 Police de quartier poste 49
1498, boul. St-Jean-Baptiste, Montréal (QC) H1B 4A4
514 280-0149 spvm.qc.ca/fr/PDQ49

Services de sécurité incendie de Montréal
(Renseignements sur la prévention des incendies)
514 872-3800

SERVICES AUX ENTREPRISES

Association Industrielle de l'Est de Montréal (AIEM)
11 370, rue Notre-Dame Est, Montréal-Est (QC) H1B 2W6
514 645-2258 aiem.qc.ca

12 Caisse Desjardins de Pointe-aux-Trembles
13 120, Sherbrooke Est, Montréal (QC) H1A 3W2
514 640-5200 desjardinspat.com

Chambre de Commerce de la Pointe-de-l'Île
Casier postal 63, succursale P.A.T., Montréal (QC) H1B 5K1
514 640-9000 ccpd.com

PME MTL Est-de-l'Île
7305, boul. Henri-Bourassa Est, bureau 200, Montréal (QC) H1E 2Z6
514 494-2606 pme.com/est

2 Réseau Alimentaire de l'Est de Montréal
14 115, rue Prince-Arthur Est, Montréal (QC) H1A 1A8
438 638-8960 reseaualimentaire-est.org

URGENCE

AMBULANCE - POMPIERS - POLICIERS: 911
INFO-SANTÉ: 811

Centre antipoison (urgence, intoxication, 24 heures/7 jours)
1 800 463-5060 cssvc.qc.ca

Bureau Accès Montréal: 311
Transport Québec: 511

Ressources sociocommunautaires 211 Grand Montréal
221.qc.ca

Ville de Montréal-Est (Ligne d'urgences aqeduc et voirie 24/7)
514 905-2000 option 4 (durant les heures d'ouverture de l'H

ACTION BÉNÉVOLE

1 Association Bénévole PAT/ME (soutien à domicile, transport et accompagnement aux personnes âgées) 6839-A, rue Drolet, bureau 305, Montréal (QC) H2S 2T1 514 270-7878 aubasdelechele.ca

Accès Bénévolat 2544, boul. Rosemont, Montréal (QC) H2K 1C1 514 523-6599 accesbenevolat.com

AIDE DOMESTIQUE

Répît-Ressource de l'Est de Montréal 7707, rue Hochelaga, bureau 100, Montréal (QC) H1L 2K4 514 353-1479 repit-ressource.com

AÎNÉS / RETRAITÉS

2 Club âge d'or Ste-Germaine-Cousin 14 115, rue Prince-Arthur Est, Montréal (QC) H1A 1A8 514 642-6236

3 Club âge d'or Ste-Maria-Goretti 15 912, rue Notre-Dame Est, Montréal (QC) H1A 3T5 450 657-5972

4 Club âge d'or Cercle de l'amitié 55, boul. St-Jean-Baptiste, Montréal (QC) H1B 3Z5 514 351-1137

1 Club des aînés de Roussin 12 125, rue Notre-Dame Est, Montréal (QC) H1B 2Y9 514 640-5277 centre-roussin.org

2 Les Petits Frères de la Pointe-de-l'Île 14 115, rue Prince-Arthur Est, bureau 422, Montréal (QC) H1A 1A8 514 498-1677 #465 petitsfreres.ca/pointedelile

2 Tellement Bien Chez Soi (service de répît pour proches aidants des aînés) 14 115, rue Prince-Arthur Est, bureau 432, Montréal (QC) H1A 1A8 514 383-1222 tellementbienchezsoi.com

27 UTAPI (Université du troisième âge à la Pointe-de-l'Île) 14 001, rue Notre-Dame Est, bureau 253, Montréal (QC) H1A 1T9 514 872-2264 utapi.ca

ALPHABÉTISATION

13 Un Mondalire 11 951, rue Notre-Dame Est, Montréal-Est (QC) H1B 2Y5 514 640-9228 unmondalire.org

ASSISTANCE ALIMENTAIRE ET MATÉRIELLE

5 Action Secours Vie d'Espoir (comptoir alimentaire pour familles de Montréal-Est et Pointe-aux-Trembles) 35, avenue Marien, Montréal-Est (QC) H1B 4T8 514 564-5295 actionsecours.ca

2 Boîtes économiques Sésame (fruits et légumes) Centre communautaire Le Mainbourg 14 115, rue Prince-Arthur Est, 1^e étage, Montréal (QC) H1A 1A8 514 498-4273 facebook.com/cdcdelaPointe

54 Cuisine collective « À toute Vapeur » et Dépannage alimentaire 13 765, rue Forsyth, Montréal (QC) H1A 3W6 514 640-6024

1 Service-traiteur «Aux délices de Roussin» 12 125, rue Notre-Dame Est, Montréal (QC) H1B 2Y9 514 645-1135

7 Société St-Vincent-de-Paul Ste-Maria-Goretti 16 228, terrasse Ste-Maria-Goretti, Montréal (QC) H1A 1Y1 514 642-4980 svsp-mtl.org

8 Société St-Vincent-de-Paul St-Enfant-de-Jésus 11 985, rue Victoria, Montréal (QC) H1B 2R2 514 645-0452 svsp-mtl.org

9 Société St-Vincent-de-Paul St-Octave 11 111, rue Notre-Dame Est, Montréal-Est (QC) H1B 2W6 (centre récréatif Édouard-Rivest) 514 645-1681 svsp-mtl.org

10 Le Grenier d'Ozanam St-Vincent-de-Paul 700, boul. St-Jean-Baptiste, Montréal (QC) H1B 3Z9 514 645-0452 svsp-mtl.org

11 Fripe-Prix Renaissance 1530, boul. St-Jean-Baptiste, Montréal (QC) H1B 4A4 514 640-0245 renaissancequebec.ca

54 Le Bonhomme à Lunettes Philippe Rochette opticien d'ordonnances mobile (offre des montures à prix modique) 514 303-4315 bonhommealunettes.org

BUDGET ET ENDETTEMENT

ACEF de l'Est de Montréal 5955, rue de Marseille, Montréal (QC) H1N 1K6 514 257-6622 acefeste.ca

CENTRES COMMUNAUTAIRES

1 Centre communautaire Roussin 12 125, rue Notre-Dame Est, Montréal (QC) H1B 2Y9 514 645-4519 centre-roussin.org

2 Centre communautaire Le Mainbourg 14 115, rue Prince-Arthur Est, Montréal (QC) H1A 1A8 514 498-1677 mainbourg.org

3 Centre communautaire Ste-Maria-Goretti 15 912, rue Notre-Dame Est, Montréal (QC) H1A 1X6 514 872-7242 ville.montreal.qc.ca

9 Centre récréatif Édouard-Rivest 11 111, rue Notre-Dame Est, Montréal (QC) H1B 2V7 514 905-2105 crer.me

CULTURE

1 Atelier d'histoire de la Pointe-aux-Trembles 12 125, rue Notre-Dame Est, bureau 147, Montréal (QC) H1B 2Y9 514 645-4519 histoirepat.com

17 Les Amis de la Culture 14 678, rue Notre-Dame Est, Montréal (QC) H1A 1T9 514 872-2264 amisdelaculture.org

17 Les Artistes Point'Arts 14 678, rue Notre-Dame Est, Montréal (QC) H1A 1T9 514 507-2717 artistespointarts.com

DÉFENSE DES DROITS

Au bas de l'échelle (défense des droits des travailleurs non syndiqués) 6839-A, rue Drolet, bureau 305, Montréal (QC) H2S 2T1 514 270-7878 aubasdelechele.ca

OPDS Mercier (défense des droits des assistés sociaux) 3340, rue Ontario Est, Montréal (QC) H1W 1P7 514 354-1430

EMPLOI

14 Carrefour jeunesse-emploi PAT/ME (CJE) (aide à l'emploi et retour aux études pour les 16 à 35 ans) 3455, rue Robert-Chevallier, bureau 233, Montréal (QC) H1A 3R7 514 640-4700 saee.net/cje

Service d'aide à l'emploi de l'Est (SAEE) (aide à l'emploi pour les 30 ans et +) 8477, rue Hochelaga, Montréal (QC) H1L 2M1 514 351-5703 saee.net

ENFANCE ET FAMILLE

3 1,2,3 GO! Pointe de l'Île 15 912, rue Notre-Dame Est, Montréal (QC) H1A 1X6 514 787-0140 123gopdi.org

55 CADFEM (Centre d'Aide et de Développement de la Famille de l'Est de Montréal) 1321, boul. St-Jean-Baptiste, bureau 210, Montréal (QC) H1B 5K5 514 370-0617 cadfem.ca

2 Carrefour familial Les Pitchou (centre éducatif et préventif parents-enfants) 14 115, rue Prince-Arthur Est, bureau 330, Montréal (QC) H1A 1A8 514 640-6200 pitchou.org

2 Centre de Ressources Périnatales Les Relevailles de Montréal 14 115, rue Prince-Arthur Est, bureau 341, Montréal (QC) H1A 1A8 514 640-6741 relevailles.com

Grossesse secours (écoute, information, rencontres, halte-garderie, comptoir vestimentaire) 79, Beaubien Est, Montréal (QC) H2S 1R1 514 271-0554 grossesse-secours.org

Maison Oxygène (ressource d'hébergement et de soutien pour les pères) 1611, d'Orléans, Montréal (QC) H1W 3R4 (Hochelaga-Maisonneuve) 514 655-6625 maisonoxygene.com

RePère (relation d'aide pour une paternité renouvelée) 10 780, Laverdure, Montréal (QC) H3L 2L9 514 381-3511 repere.org

ENTRAIDE, ÉDUCATION ET PROMOTION DES DROITS

9 AFEAS de Montréal-Est (association féminine d'éducation et d'action sociale) 11 111, rue Notre-Dame Est, Montréal-Est (QC) H1B 2V7 514 645-7656 afeas.qc.ca

1 AFEAS de Pointe-aux-Trembles 12 125, rue Notre-Dame Est, Montréal (QC) H1B 2Y9 514 581-8247 afeas.qc.ca

1 Centre des femmes de Montréal-Est/Pointe-aux-Trembles (entraide, écoute et accompagnement aux femmes et promotion de leurs droits) 12 125, rue Notre-Dame Est, local 164, Montréal (QC) H1B 2Y9 514 645-6068 cdjpat.org

Centre de ressources pour hommes de Montréal (accueille, et outille les hommes qui vivent des difficultés tout en contribuant à la promotion de leur santé et bien être) 4245, avenue Laval, Montréal (QC) H2W 2J6 514 355-8300 crhmontreal.ca

ENVIRONNEMENT

Comité de Vigilance Environnementale de l'Est de Montréal 514 498-2048 info@rge.qc.ca

2 Comité ZIP Jacques-Cartier (Zone Intervention Prioritaire) 14 115, rue Prince-Arthur Est, bureau 427, Montréal (QC) H1A 1A8 514 527-9262 zipjc.org

Éco de la Pointe-aux-Prairies (sensibilisation à la récupération, propreté et embellissement) 9140, boul. Perras, Montréal (QC) H1E 7E4 514 642-8379 et 514 648-9177 ecopap.ca

INTERCULTUREL

2 AIEM (Accueil aux immigrants de l'est de Montréal) 14 115, rue Prince-Arthur Est, bureau 341, Montréal (QC) H1A 1A8 514 788-4343 aiemont.com

2 CLERC (Centre de Liaison pour l'Éducation et les Ressources Culturelles) 14 115, rue Prince-Arthur Est, bureau 351, Montréal (QC) H1A 1A8 514 640-8521 clerceduc.ca

JEUNES

2 Alternative Suspension (soutien aux élèves qui se retrouvent temporairement exclus de l'école qu'ils fréquentent) 14 115, rue Prince-Arthur Est, bureau 455, Montréal (QC) H1A 1A8 514 787-0134 ymcaquebec.org

Entre la rue et l'école (ressource d'aide auprès des jeunes décrocheurs 12-17 ans) 8676, avenue Chaumont, Anjou (QC) H1K 1N6 514 355-4689

1 Je Réussis (organisme de prévention du décrochage scolaire auprès des jeunes du primaire, secondaire et aux parents) 12 125, rue Notre-Dame Est, bureau 173, Montréal (QC) H1B 2Y9 514 645-0845 jereussis.org

16 Maison des jeunes de Pointe-aux-Trembles 1575, boul. Tricentenaire, Montréal (QC) H1B 3A9 438 797-5266 mdjpat.org



LOISIRS, SPORTS ET CULTURE

Association de Baseball Amateur de Pointe-aux-Trembles 514 642-7068 baseballpat.com

Association de Hockey Mineur de Montréal-Est 514 640-2737 ahmme.ca

Association de Hockey Mineur de Pointe-aux-Trembles 514 642-2168 ahmpat.ca

Association de Soccer de Pointe-aux-Trembles 514 642-2255 aspat.qc.ca

3 Cercle des femmes du Bout-de-l'Île 15 912, rue Notre-Dame Est, Montréal (QC) H1A 1X6 514 872-6336 ville.montreal.qc.ca

Chevaliers de Colomb Conseil PAT-ME 514 640-8846

41 Club BMX Montréal 15 200, rue Sherbrooke Est, Montréal (QC) H1A 3P9 514 249-9514 bmxmontreal.weebly.com

2 Club d'haltérophilie de Pointe-aux-Trembles 14 115, rue Prince-Arthur Est, bureau 380, Montréal (QC) H1A 1A8 514 645-2025 facebook.com/halteropat/

18 Club de patinage artistique de Pointe-aux-Trembles 1515, boul. Tricentenaire, Montréal (QC) H1B 3A9 514 642-6050 cpapat.org

18 Club de patinage de vitesse de Pointe-aux-Trembles 1515, boul. Tricentenaire, Montréal (QC) H1B 3A9 514 644-1773 cpvpat.org

2 Club de pétanque Les Boules de l'Île 14 115, rue Prince-Arthur Est, bureau 402, Montréal (QC) H1A 1A8 514 642-8513 mainbourg.org

2 Club Gymnacentre (club de gymnastique artistique et cirque) 514 642-8023 gymnacentre.ca

Club Optimiste Montréal-Est/Pointe-aux-Trembles 10 358, avenue Garon, Montréal (QC) H1H 3S9 514 326-5933

2 Les Ballons intenses 14 115, rue Prince-Arthur Est, bureau 424, Montréal (QC) H1A 1A8 514 730-3840 lesballonsintenses.com

2 Les Petits Soleils de la Pointe-de-l'Île (activités de loisirs pour jeunes ayant une déficience intellectuelle) 14 115, rue Prince-Arthur Est, bureau 257, Montréal (QC) H1A 1A8 514 498-3962 #375 lespetitssoleils.ca

2 Loisirs communautaires Le Relais du Bout (offre une variété d'activités culturelles et sportives) 14 115, rue Prince-Arthur Est, bureau 257, Montréal (QC) H1A 1A8 514 498-3962 relaisdubout.org

1 Société Ressources-Loisirs de Pointe-aux-Trembles (offre une variété d'activités culturelles et sportives) 12 125, rue Notre-Dame Est, bureau 279, Montréal (QC) H1B 2Y9 514 645-4519 srpat.org

PRÉVENTION ET SÉCURITÉ URBAINE

1 Prévention Pointe-de-l'Île (hébergement de soutien à l'action citoyenne en sécurité urbaine) 12 125, rue Notre-Dame Est, Montréal (QC) H1B 2Y9 514 645-5328 preventiondpi.org

LIMITATIONS FONCTIONNELLES

2 Association d'entraide des personnes handicapées physiques de Montréal 14 115, rue Prince-Arthur Est, bureau 163, Montréal (QC) H1A 1A8 514 352-5119 alphamontreal.com

1 Association de sclérose en plaques de l'Est de Montréal 12 125, rue Notre-Dame Est, bureau 309, Montréal (QC) H1B 2Y9 514 640-5472 sclerosenplaques.ca

19 AXIA Services (fournit un environnement de travail adapté aux personnes ayant des limitations fonctionnelles) 13 025, rue Jean Grou, Montréal (QC) H1A 3N6 514 642-3250 axiaservices.com

2 Centre Livres Expressions (centre de jour pour personnes ayant une déficience intellectuelle) 14 115, rue Prince-Arthur Est, bureau 143, Montréal (QC) H1A 1A8 514 787-0131

2 Juni-Sport (permet à des personnes handicapées physiques de participer à des activités sportives) 14 115, rue Prince-Arthur Est, bureau 163, Montréal (QC) H1A 1A8 514 498-4808 juni-sport.org

LOGEMENT

2 Corporation Mainbourg (propriétaire et gestionnaire d'immeubles à vocation communautaire) 14 115, rue Prince-Arthur Est, bureau 255, Montréal (QC) H1A 1A8 514 498-1677 mainbourg.org

Infologis de l'est de l'Île de Montréal (informe et accompagne les locataires sur leurs droits et obligations pour les logements de types privés, coopératifs, OBNL d'habitation et HLM) 2532, rue des Ormeaux, Montréal (QC) H1L 4X5 514 354-7373 infologis.ca

- Membre CDC
Emplacement des ressources
Piscines, Pataugeoires et Jeux d'Eau
Train de Banlieue de Montréal
Navette Fluviale
Chalet de la Plage de l'Est, Chalet de l'Heritage Parc Nature de la Pointe-aux-Prairies

SANTÉ MENTALE

20 Ateliers Quatre Saisons (ateliers de travail occupationnel en santé mentale pour adultes 18 ans et +) 11 929, rue Victoria, Montréal (QC) H1B 2R1 514 640-4747

21 L'Alternative (centre de jour en santé mentale) 11 813, rue Notre-Dame Est, Montréal (QC) H1B 2Y1 514 640-1200 lalternatifecentredejour.org

L'Appoint - Est de Montréal (centre d'intervention en situation de crise ouvert 24h/24) 8710, de Marseille, Montréal (QC) H1L 1R9 514 351-6661

22 Les Impatients - Ateliers Pointe-aux-Trembles 11 787 B, rue Notre-Dame Est, Montréal (QC) H1B 2X9 514 640-6583 impatientes.ca

Maison l'Échelon (service d'hébergement et intégration dans la communauté en santé mentale) 8777, rue Hochelaga, Montréal (QC) H1L 2N1 514 355-4223 maisonnechelon.ca

23 Répît « Une heure pour moi » (aide aux familles dont un enfant présente un problème de santé mentale en leur offrant du gardiennage) 750, 16^e Avenue, bureau 10, Montréal (QC) H1B 3M7 514 640-6030 uneheurepournous.com

24 Résidence Fleurie (hébergement pour personnes en santé mentale) 12 296, rue Notre-Dame Est, Montréal (QC) H1B 2Z1 514 645-6232

Les services communautaires Cyrprés (offre un suivi individuel aux personnes vivant des situations de santé mentale) 8675, rue Tellier, Montréal (QC) H1L 3A9 514 252-0444 rosac.ca/services-communautaire-cypr

26 Société Emmanuel-Grégoire (opère des centres résidentiels communautaires qui visent à favoriser la réinsertion sociale) 11 931, rue Notre-Dame Est, Montréal (QC) H1B 2Y4 514 640-5361 s-e-g.ca

Société québécoise de la schizophrénie 7401, rue Hochelaga, Montréal (QC) H1N 3M5 514 251-4125 schizophrénie.qc.ca

Revivre (association québécoise de soutien aux personnes souffrant de troubles anxieux, dépressifs ou bipolaires) 418, rue Sherbrooke Est, bureau 300, Montréal (QC) H2L 1J6 514 738-4873 revivre.org

SERVICES D'ENTRAIDE ET D'ÉCOUTE

Alcoolique Anonyme 514 376-9230 aa-quebec.org

Narcotique Anonyme Québec 1 855 544-6362 na-quebec.org

GRIS-Montréal (pour communautés LGBTQIA+) 514 590-0016 gris.ca

Jeu : Aide et Référence 1 800 461-0140 jeu-aiderreference.qc.ca

Ligne Parents 1 800 361-5085 ligneparent.com

S.O.S. violence conjugale 1 800 363-9010 sosviolenceconjugale.ca

Suicide-Action Montréal 1 866 277-3553 suicideactionmontreal.org

Tel-Aide 514 935-1101 tel-aide.org

Tel-Écoute/ Tel-Ainés 514 493-4484 tel-ecoute.org

Tel-Jeunes 1 800 263-2266 teljeunes.com

VIOLENCE ET ABUS

CALACS Trêve pour Elles (Centre d'aide, de lutte et de prévention contre les agressions à caractère sexuel) 514 251-0323 trevepourelles.com

CAVAC (Centre d'Aide aux Victimes d'Actes Criminels de Montréal) 1 866 532-2822 cavac.qc.ca

CRIPHASE (Centre de ressources et d'intervention pour hommes abusés sexuellement dans leur enfance) 8105, rue de Gaspé, suite 100, Montréal (QC) H2P 2J9 514 529-5567 criphase.org

Centre pour les victimes d'agression sexuelle (écoute, suivi thérapeutique, visite médicale accompagnée, 24 Heures) 514 933-9007 cvasm.org

La Maison Dalauze (hébergement pour femmes victimes de violence avec ou sans enfants) 1 866 619-4222 maisondalauze.com

Option (ressource pour hommes et femmes violents, violence conjugale et familiale) 514 527-1657 optionalternative.org