



Grand Montréal

Répertoire des ressources sociocommunitaires

LASALLE



2-1-1



www.211qc.ca

Sommaire

Action Communautaire	1
Bénévolat et centres d'action bénévole	2
Centres communautaires	2
Développement communautaire	3
Information et références	3
Organismes de bienfaisance	4
Organismes de concertation et d'action citoyenne	5
Alimentation	7
Aide alimentaire	8
Coordination de l'aide alimentaire	9
Cuisines collectives et ateliers de cuisine	10
Jardins et marchés communautaires	11
Paniers de Noël	11
Repas gratuits ou à bas prix	12
Repas préparés et popotes roulantes	13
Logement	14
Aide à la recherche de logement	15
Services gouvernementaux	16
Déclarations de revenu	17
Documents officiels	17
Services municipaux	18
Sexe et genre	20
Groupes de défense et de soutien pour femmes	21
Groupes de défense et de soutien pour hommes	21

Action Communautaire

BÉNÉVOLAT ET CENTRES D'ACTION BÉNÉVOLE

CENTRES COMMUNAUTAIRES

DÉVELOPPEMENT COMMUNAUTAIRE

INFORMATION ET RÉFÉRENCES

ORGANISMES DE BIENFAISANCE

ORGANISMES DE CONCERTATION ET D'ACTION CITOYENNE

Bénévolat et centres d'action bénévole

DESTINATION TRAVAIL DU SUD-OUEST DE L'ÎLE DE MONTRÉAL

7576, rue Centrale, LaSalle, Montréal, QC, H8P 1K5

514 368-1832 Téléc.: 514 368-0711

Site internet: destinationtravail.org

Courriel: travail@destinationtravail.org

Services: * Projet de préparation à l'emploi (PPE): programme de 15 heures par semaine, d'une durée de 3 mois visant la réinsertion sociale et professionnelle. * Information scolaire et professionnelle. * Soutien à l'entrepreneuriat et à la démarche de recherche d'emploi: rédaction de CV et de lettres, techniques d'entrevue, appels aux employeur-euse-s, stage en entreprise. * Consultation individuelle et ateliers de groupe. * Accès à des outils informatiques: ordinateur, internet, imprimante, photocopieur et téléphone. * Point de service Bonhomme à lunettes.

Clientèle: personnes de 16 à 65 ans

Territoire desservi: île de Montréal

Horaire: lundi, mardi, mercredi et jeudi 8h30 à 16h30, vendredi 8h30 à 12h00

Frais: aucuns

Financement: fédéral, provincial, fondations, campagnes de financement

Statut: organisme à but non lucratif

Centres communautaires

CENTRE CULTUREL ET COMMUNAUTAIRE HENRI-LEMIEUX

7644, rue Édouard, LaSalle, Montréal, QC, H8P 1T3

514 367-5000 Téléc.: 514 367-4471

Site internet: ccchl.ca

Courriel: info@ccchl.ca

Services: * Cours et ateliers d'arts: danse, ukulélé, dessin, théâtre, tricot, scrapbooking, etc. * Cours et ateliers de bien-être: yoga, tai-chi, pilates, méditation, gestion du stress, etc. * Cours pour enfants: arts plastiques, chorale, gymnastique, magie, sciences et théâtre. * Cours pour parents et enfants: pilates, danse et chorale. * Cours d'informatique. * Cours de langues: anglais, espagnol, italien et mandarin. * Cours de mise en forme divers. * Cours de gardiens avertis et de secourisme. * Spectacles et événements communautaires. * Théâtre du Grand Sault. * Galerie d'art Les Trois C. * Service d'organisation d'événements. * Location de salle.

Clientèle: enfants, adolescent-e-s, adultes, familles

Territoire desservi: Le Sud-Ouest

Horaire: lundi au vendredi 10h00 à 18h00

Frais: variables

Financement: dons, autofinancement, municipal

Statut: organisme à but non lucratif

LOISIRS LAURENDEAU-DUNTON

8700, rue Hardy, LaSalle, Montréal, QC, H8N 1S2

514 364-5510

Site internet: loisirs-ld.org/wp

Courriel: info@loisirs-ld.org

Services: * Activités culturelles, artistiques, sportives et de loisirs.

Clientèle: familles

Territoire desservi: LaSalle

Horaire: lundi au vendredi 6h00 à 22h00, samedi 9h00 à 12h00

Frais: variables

Financement: Centraide du Grand Montréal, fédéral, provincial

Statut: organisme à but non lucratif

Développement communautaire

CENTRE CULTUREL ET COMMUNAUTAIRE HENRI-LEMIEUX

7644, rue Édouard, LaSalle, Montréal, QC, H8P 1T3

514 367-5000 Téléc.: 514 367-4471

Site internet: ccchl.ca

Courriel: info@ccchl.ca

Services: * Cours et ateliers d'arts: danse, ukulélé, dessin, théâtre, tricot, scrapbooking, etc. * Cours et ateliers de bien-être: yoga, tai-chi, pilates, méditation, gestion du stress, etc. * Cours pour enfants: arts plastiques, chorale, gymnastique, magie, sciences et théâtre. * Cours pour parents et enfants: pilates, danse et chorale. * Cours d'informatique. * Cours de langues: anglais, espagnol, italien et mandarin. * Cours de mise en forme divers. * Cours de gardiens avertis et de secourisme. * Spectacles et événements communautaires. * Théâtre du Grand Sault. * Galerie d'art Les Trois C. * Service d'organisation d'événements. * Location de salle.

Clientèle: enfants, adolescent-e-s, adultes, familles

Territoire desservi: Le Sud-Ouest

Horaires: lundi au vendredi 10h00 à 18h00

Frais: variables

Financement: dons, autofinancement, municipal

Statut: organisme à but non lucratif

ÉCHANGE DE SERVICES DE LASALLE

7491, rue Cordner, LaSalle, Montréal, QC, H8N 2R5

514 363-2202 Téléc.: 514 363-2207

Site internet: cadre.phil-lab.ca

Courriel: fouzia@lecadre.ca

Services: * Dîners communautaires et activités pour personnes âgées. * Popote roulante (repas chauds) et livraison de plats congelés à domicile. * Banque alimentaire d'urgence. * Location de salles pour réunions et événements avec service de traiteur sur place.

Clientèle: personnes âgées et adultes en perte d'autonomie temporaire ou permanente et à faible revenu

Territoire desservi: Lachine, LaSalle, Dorval, Verdun, Saint-Henri, Côte-Saint-Paul, Ville-Émard, Saint-Henri et Pointe-Saint-Charles, popote roulante: LaSalle

Horaires: lundi au vendredi 8h30 à 16h30, popote roulante et dîners communautaires: mardi et jeudi 10h30 à 14h30

Frais: adhésion annuelle: 5\$, popote roulante: 5,50\$, repas communautaire: 6,50\$ (9,50\$ avec transport), repas congelé: 5,50\$

Financement: provincial, dons

Statut: organisme à but non lucratif

Information et références

AIRE OUVERTE DE LASALLE

7580, rue Centrale, 2e étage, LaSalle, Montréal, QC, H8P 1K5

438 864-4385

Site internet: ciuss-ouestmtl.gouv.qc.ca/contact-localisation/aire-ouverte

Courriel: aireouverte.comtl@ssss.gouv.qc.ca

Services: Services confidentiels variés pour les jeunes de 12 à 25 ans, avec ou sans rendez-vous. * Santé globale: physique, psychologique, sexuelle et sociale. * Accompagnement vers les ressources de la communauté et du CIUSSS. * Consultation avec un-e intervenant-e, sur place ou par téléphone, sans rendez-vous. * Dépistage des infections transmissibles sexuellement et par le sang. * Contraception.

Clientèle: personnes de 12 à 25 ans

Territoire desservi: Ouest-de-l'Île, Lachine, LaSalle

Horaire: sans rendez-vous: lundi, jeudi et vendredi 9h00 à 17h00, mardi et mercredi 11h00 à 19h00, santé sexuelle: lundi 9h00 à 17h00

Frais: aucuns

Financement: provincial

Statut: organisme parapublic

CENTRE DU VIEUX MOULIN DE LASALLE

7644, rue Édouard, bureau 210, LaSalle, Montréal, QC, H8P 1T3

514 364-1541 Téléc.: 514 364-6565

Site internet: cvmlasalle.org

Courriel: reception@cvmlasalle.org

Services: * Popote roulante. * Visites d'amitié. * Programme PAIR: appels informatisés de sécurité et de rappel pour la prise de médicaments. * Cours liés au bien-être et ateliers créatifs. * Dîners thématiques, conférences, cafés-rencontres et activités sociales. * Carrefour d'information pour personnes âgées: documentation, information, référence. * Aide pour remplir les formulaires. * Rencontres individuelles. * Initiative de travail de milieu auprès des aînés en situation de vulnérabilité (ITMAV). * Groupes de soutien et de socialisation: deuil, groupe d'hommes, groupe de femmes, muscler vos méninges, participe présent (santé mentale et participation citoyenne). * Milieu de vie et d'entraide. * Transport communautaire de groupe pour l'épicerie. * Ligne de référence Info-Fournisseur: aide et accompagnement dans les démarches pour trouver des personnes ou entreprises pouvant offrir des services payants, sécuritaires et fiables de coiffure, aide-ménagère, soins des pieds, peinture, etc. * Clinique d'impôts.

Clientèle: personnes de 50 ans et plus

Capacité: 100

Territoire desservi: LaSalle, programme PAIR: Ouest-de-l'Île

Horaire: lundi au vendredi 8h30 à 16h30

Frais: carte de membre: 10\$, popote roulante: 6\$ par repas, repas congelés: 5\$ par repas

Financement: Centraide du Grand Montréal, provincial

Statut: organisme à but non lucratif

FONDATION MATTHEW COUSTOU D'UN CONTINENT À L'AUTRE

8082 A, rue Lévis-Sauvé, LaSalle, Montréal, QC, H8P 3L4

514 373-9000

Site internet: fondation-matthewcoustou.org/

Courriel: info@fondation-matthewcoustou.org

Services: Soutien aux enfants vivant un handicap ou une maladie.* Soutien personnalisé pour les familles: écoute téléphonique, groupe de soutien, référence, information. * Santé des enfants: achat d'équipements adaptés et de fournitures médicales, financement des traitements médicaux et des thérapies d'un enfant, soutien des familles ayant des difficultés financières après l'hospitalisation de leur enfant. * Sensibilisation du public, promotion de l'inclusion et respect des droits. * Collecte de fonds.

Clientèle: enfants vivant une maladie ou un handicap, en particulier la trisomie 21, leur famille, grand public

Territoire desservi: le Québec

Horaire: lundi au jeudi 9h00 à 17h00, vendredi 9h30 à 17h00

Frais: aucuns

Financement: dons

Statut: organisme à but non lucratif

Organismes de bienfaisance

FONDATION MATTHEW COUSTOU D'UN CONTINENT À L'AUTRE

8082 A, rue Lévis-Sauvé, LaSalle, Montréal, QC, H8P 3L4

514 373-9000

Site internet: fondation-matthewcoustou.org/

Courriel: info@fondation-matthewcoustou.org

Services: Soutien aux enfants vivant un handicap ou une maladie.* Soutien personnalisé pour les familles: écoute téléphonique, groupe de soutien, référence, information. * Santé des enfants: achat d'équipements adaptés et de fournitures médicales, financement des traitements médicaux et des thérapies d'un enfant, soutien des familles ayant des difficultés financières après l'hospitalisation de leur enfant. * Sensibilisation du public, promotion de l'inclusion et respect des droits. * Collecte de fonds.

Clientèle: enfants vivant une maladie ou un handicap, en particulier la trisomie 21, leur famille, grand public

Territoire desservi: le Québec

Horaire: lundi au jeudi 9h00 à 17h00, vendredi 9h30 à 17h00

Frais: aucuns

Financement: dons

Statut: organisme à but non lucratif

Organismes de concertation et d'action citoyenne

ÉCO-QUARTIER LASALLE

55, avenue Dupras, bureau 405, LaSalle, Montréal, QC, H8R 4A8

514 367-2388

Site internet: ecolasalle.org

Courriel: info@ecolasalle.org

Services: Sensibilisation, éducation et organisation d'activités ou de projets en partenariat avec les résident-e-s, les organismes, les commerces et les institutions du milieu. * Opérations de nettoyage. * Vente et plantation d'arbres. * Gestion des matières résiduelles. * Point de collecte: batteries, cartouches d'encre, plastiques #6 et styromousse, téléphones, ordinateurs portables et petits appareils électroniques. * Patrouille verte. * Ateliers: recyclage, compostage et autres. * Accompagnement des événements. * Pommes de douche: échange de vieilles pommes de douche pour une pomme de douche Ultra Écofitt certifiée WaterSense. * Ateliers scolaires zéro déchet. * Accompagnement des initiatives communautaires en matière de verdissement, d'agriculture urbaine et de ruelles vertes.

Clientèle: grand public

Territoire desservi: LaSalle

Horaire: sur rendez-vous

Frais: aucuns

Financement: subventions, autofinancement

Statut: organisme à but non lucratif

HÉRITAGE LAURENTIEN

55, avenue Dupras, bureau 405, LaSalle, Montréal, QC, H8R 4A8

514 367-2388

Site internet: heritagelaurentien.org

Courriel: info@heritagelaurentien.org

Services: Protection et mise en valeur du patrimoine naturel. * Gestion du Parc des Rapides. * Ateliers et activités éducatives pour tous les âges: randonnées, visites, sorties découvertes, conférences, etc. * Camps de jour estival et hivernal. * Sensibilisation. * Programme Éco-quartier LaSalle.

Clientèle: grand public

Territoire desservi: Le Sud-Ouest, LaSalle

Horaire: sur rendez-vous

Financement: subventions, autofinancement, municipal

Statut: organisme à but non lucratif

TABLE DE DÉVELOPPEMENT SOCIAL DE LASALLE

8700, rue Hardy, LaSalle, Montréal, QC, H8N 2P5

514 367-6340

Site internet: tdsalasalle.org

Courriel: communication@tdslasalle.org

Services: Mécanisme de concertation local, intersectoriel et multiréseau. * Levier de développement permanent dans la communauté visant l'amélioration constante des conditions de vie des citoyen-ne-s. * Regroupement des acteur-trice-s sociaux, culturel-le-s et économiques de la communauté dans un objectif de développement social.

Clientèle: citoyen-nes, organismes communautaires, organismes publics et parapublics, entreprises d'économie sociale, centres de la petite enfance, élu-es qui vivent ou desservent la population de LaSalle

Territoire desservi: LaSalle

Horaire: variables

Financement: subventions

Statut: organisme à but non lucratif

Alimentation

AIDE ALIMENTAIRE

COORDINATION DE L'AIDE ALIMENTAIRE

CUISINES COLLECTIVES ET ATELIERS DE CUISINE

JARDINS ET MARCHÉS COMMUNAUTAIRES

PANIERES DE NOËL

REPAS GRATUITS OU À BAS PRIX

REPAS PRÉPARÉS ET POPOTES ROULANTES

Aide alimentaire

BIENVENUE À L'IMMIGRANT

7580, rue Centrale, LaSalle, Montréal, QC, H8P 1K5

438 239-8828

Site internet: www.bienvenueimmigrant.org

Courriel: info@bienvenueimmigrant.org

Services: Accueil et orientation des personnes immigrantes. * Aide à l'intégration socio-professionnelle et à l'intégration générale. * Éducation financière. * Ateliers: francisation, leadership, estime de soi et persévérance scolaire de la jeunesse. * Soutien psychosocial pour familles. * Aide alimentaire ponctuelle. * Clinique d'impôts. * Paniers de Noël. * Distribution de fournitures scolaires.

Clientèle: personnes immigrantes, aide alimentaire: familles immigrantes dans le besoin

Territoire desservi: Montréal

Horaire: lundi au vendredi: sur rendez-vous

Financement: dons, subventions, autofinancement

Statut: organisme à but non lucratif

ÉCHANGE DE SERVICES DE LASALLE

7491, rue Cordner, LaSalle, Montréal, QC, H8N 2R5

514 363-2202 Téléc.: 514 363-2207

Site internet: cadre.phil-lab.ca

Courriel: fouzia@lecadre.ca

Services: * Dîners communautaires et activités pour personnes âgées. * Popote roulante (repas chauds) et livraison de plats congelés à domicile. * Banque alimentaire d'urgence. * Location de salles pour réunions et événements avec service de traiteur sur place.

Clientèle: personnes âgées et adultes en perte d'autonomie temporaire ou permanente et à faible revenu

Territoire desservi: Lachine, LaSalle, Dorval, Verdun, Saint-Henri, Côte-Saint-Paul, Ville-Émard, Saint-Henri et Pointe-Saint-Charles, popote roulante: LaSalle

Horaire: lundi au vendredi 8h30 à 16h30, popote roulante et dîners communautaires: mardi et jeudi 10h30 à 14h30

Frais: adhésion annuelle: 5\$, popote roulante: 5,50\$, repas communautaire: 6,50\$ (9,50\$ avec transport), repas congelé: 5,50\$

Financement: provincial, dons

Statut: organisme à but non lucratif

LASALLE NEW LIFE SEVENTH-DAY ADVENTIST CHURCH - BANQUE ALIMENTAIRE

7780, boulevard Champlain, LaSalle, Montréal, QC, H8P 1B2

514 368-9004

Courriel: lasallenewlifesda@gmail.com

Services: * Banque alimentaire.

Clientèle: personnes dans le besoin

Territoire desservi: LaSalle

Horaire: mercredi 9h00 à 12h00

Frais: 5\$

Financement: dons

Statut: organisme à but non lucratif

NUTRI-CENTRE LASALLE

408-A, avenue Lafleur, LaSalle, Montréal, QC, H8R 3H6

514 365-3670

Site internet: nutricentrelasalle.com

Courriel: info@nutricentrelasalle.com

Services: * Ateliers éducatifs sur la saine alimentation: boîte à lunch, cuisine végétarienne, fruits et légumes de saison. * Visites à l'épicerie. * Cuisine participatives de groupe pour familles, personnes seules, adolescent-e-s, parents-enfants, femmes enceintes, jeunes mamans et personnes âgées. * Jardin collectif et ateliers de jardinage. * Café-causerie et échanges de groupe. * Paniers saisonniers de fruits et légumes frais locaux à prix raisonnable. * Marchés de quartier.

Clientèle: individu-e-s, enfants, familles, personnes âgées, personnes préoccupées ou concernées par la lutte contre la pauvreté et la sécurité alimentaire

Territoire desservi: LaSalle

Horaire: lundi au vendredi 9h00 à 16h00, occasionnellement 17h30 à 20h30 et samedi 9h00 à 12h00

Frais: variables, cotisation annuelle: 10\$

Financement: Centraide du Grand Montréal, fédéral, provincial, municipal, fondations, dons, cotisations

Statut: organisme à but non lucratif

PAROISSE SAINT-JEAN BRÉBEUF - HOPE BANQUE ALIMENTAIRE

855, boulevard Bishop-Power, LaSalle, Montréal, QC, H8P 1C8

514 363-4578

Courriel: hope@johnbrebeuf.ca

Services: * Dépannage alimentaire d'urgence. * Paniers de Noël.

Clientèle: personnes dans le besoin avec ou sans enfants, familles dans le besoin

Capacité: 12 familles par journée

Territoire desservi: LaSalle

Horaire: sur rendez-vous

Frais: aucuns

Financement: dons

Statut: organisme à but non lucratif

TRIADE HCT (LA)

8593, rue Centrale, LaSalle, Montréal, QC, H8P 1N3

514 368-3640 poste 224 Téléc.: 514 368-3641

Site internet: latriade.ca

Courriel: info@latriade.ca

Services: Organisme d'insertion professionnelle pour les personnes vivant avec un handicap et les personnes immigrantes. * Service de pré-employabilité. * Aide à la recherche, à l'intégration et au maintien en emploi. * Sensibilisation auprès des employeurs. * Défense des droits des personnes vivant avec un handicap ou des personnes immigrantes sur le marché du travail. * Dépannage alimentaire. * Friperie communautaire. * Clinique d'impôts.

Clientèle: personnes vivant avec un handicap physique ou visuel, une déficience intellectuelle légère, personnes sur le spectre de l'autisme ou vivant avec un problème de santé mentale, personnes immigrantes, aide alimentaire: personnes avec un faible revenu

Territoire desservi: île de Montréal, aide alimentaire: Le Sud-Ouest, LaSalle, Verdun, Lachine, Ville-Émard

Horaire: lundi au vendredi 8h00 à 17h00, fermé les jours fériés, aide alimentaire: lundi à jeudi 10h00 à 16h00

Frais: adhésion annuelle: 50\$, aide alimentaire: 7\$ par paniers

Financement: provincial, autofinancement

Statut: organisme à but non lucratif

Coordination de l'aide alimentaire

PAROISSE SAINT-JEAN BRÉBEUF - HOPE BANQUE ALIMENTAIRE

855, boulevard Bishop-Power, LaSalle, Montréal, QC, H8P 1C8

514 363-4578

Courriel: hope@johnbrebeuf.ca

Services: * Dépannage alimentaire d'urgence. * Paniers de Noël.

Clientèle: personnes dans le besoin avec ou sans enfants, familles dans le besoin

Capacité: 12 familles par journée
Territoire desservi: LaSalle
Horaire: sur rendez-vous
Frais: aucuns
Financement: dons
Statut: organisme à but non lucratif

TRIADE HCT (LA)

8593, rue Centrale, LaSalle, Montréal, QC, H8P 1N3
514 368-3640 poste 224 Téléc.: 514 368-3641
Site internet: latriade.ca
Courriel: info@latriade.ca

Services: Organisme d'insertion professionnelle pour les personnes vivant avec un handicap et les personnes immigrantes. * Service de pré-employabilité. * Aide à la recherche, à l'intégration et au maintien en emploi. * Sensibilisation auprès des employeurs. * Défense des droits des personnes vivant avec un handicap ou des personnes immigrantes sur le marché du travail. * Dépannage alimentaire. * Friperie communautaire. * Clinique d'impôts.

Clientèle: personnes vivant avec un handicap physique ou visuel, une déficience intellectuelle légère, personnes sur le spectre de l'autisme ou vivant avec un problème de santé mentale, personnes immigrantes, aide alimentaire: personnes avec un faible revenu

Territoire desservi: île de Montréal, aide alimentaire: Le Sud-Ouest, LaSalle, Verdun, Lachine, Ville-Émard
Horaire: lundi au vendredi 8h00 à 17h00, fermé les jours fériés, aide alimentaire: lundi à jeudi 10h00 à 16h00
Frais: adhésion annuelle: 50\$, aide alimentaire: 7\$ par paniers
Financement: provincial, autofinancement
Statut: organisme à but non lucratif

Cuisines collectives et ateliers de cuisine

NUTRI-CENTRE LASALLE

408-A, avenue Lafleur, LaSalle, Montréal, QC, H8R 3H6
514 365-3670
Site internet: nutricentrelasalle.com
Courriel: info@nutricentrelasalle.com

Services: * Ateliers éducatifs sur la saine alimentation: boîte à lunch, cuisine végétarienne, fruits et légumes de saison. * Visites à l'épicerie. * Cuisine participatives de groupe pour familles, personnes seules, adolescent-e-s, parents-enfants, femmes enceintes, jeunes mamans et personnes âgées. * Jardin collectif et ateliers de jardinage. * Café-causerie et échanges de groupe. * Paniers saisonniers de fruits et légumes frais locaux à prix raisonnable. * Marchés de quartier.

Clientèle: individu-e-s, enfants, familles, personnes âgées, personnes préoccupées ou concernées par la lutte contre la pauvreté et la sécurité alimentaire

Territoire desservi: LaSalle
Horaire: lundi au vendredi 9h00 à 16h00, occasionnellement 17h30 à 20h30 et samedi 9h00 à 12h00
Frais: variables, cotisation annuelle: 10\$
Financement: Centraide du Grand Montréal, fédéral, provincial, municipal, fondations, dons, cotisations
Statut: organisme à but non lucratif

Jardins et marchés communautaires

NUTRI-CENTRE LASALLE

408-A, avenue Lafleur, LaSalle, Montréal, QC, H8R 3H6

514 365-3670

Site internet: nutricentrelasalle.com

Courriel: info@nutricentrelasalle.com

Services: * Ateliers éducatifs sur la saine alimentation: boîte à lunch, cuisine végétarienne, fruits et légumes de saison. * Visites à l'épicerie. * Cuisine participatives de groupe pour familles, personnes seules, adolescent-e-s, parents-enfants, femmes enceintes, jeunes mamans et personnes âgées. * Jardin collectif et ateliers de jardinage. * Café-causerie et échanges de groupe. * Paniers saisonniers de fruits et légumes frais locaux à prix raisonnable. * Marchés de quartier.

Clientèle: individu-e-s, enfants, familles, personnes âgées, personnes préoccupées ou concernées par la lutte contre la pauvreté et la sécurité alimentaire

Territoire desservi: LaSalle

Horaire: lundi au vendredi 9h00 à 16h00, occasionnellement 17h30 à 20h30 et samedi 9h00 à 12h00

Frais: variables, cotisation annuelle: 10\$

Financement: Centraide du Grand Montréal, fédéral, provincial, municipal, fondations, dons, cotisations

Statut: organisme à but non lucratif

Paniers de Noël

BIENVENUE À L'IMMIGRANT

7580, rue Centrale, LaSalle, Montréal, QC, H8P 1K5

438 239-8828

Site internet: www.bienvenueimmigrant.org

Courriel: info@bienvenueimmigrant.org

Services: Accueil et orientation des personnes immigrantes. * Aide à l'intégration socio-professionnelle et à l'intégration générale. * Éducation financière. * Ateliers: francisation, leadership, estime de soi et persévérance scolaire de la jeunesse. * Soutien psychosocial pour familles. * Aide alimentaire ponctuelle. * Clinique d'impôts. * Paniers de Noël. * Distribution de fournitures scolaires.

Clientèle: personnes immigrantes, aide alimentaire: familles immigrantes dans le besoin

Territoire desservi: Montréal

Horaire: lundi au vendredi: sur rendez-vous

Financement: dons, subventions, autofinancement

Statut: organisme à but non lucratif

PAROISSE SAINT-JEAN BRÉBEUF - HOPE BANQUE ALIMENTAIRE

855, boulevard Bishop-Power, LaSalle, Montréal, QC, H8P 1C8

514 363-4578

Courriel: hope@johnbrebeuf.ca

Services: * Dépannage alimentaire d'urgence. * Paniers de Noël.

Clientèle: personnes dans le besoin avec ou sans enfants, familles dans le besoin

Capacité: 12 familles par journée

Territoire desservi: LaSalle

Horaire: sur rendez-vous

Frais: aucuns

Financement: dons

Statut: organisme à but non lucratif

Repas gratuits ou à bas prix

CENTRE DU VIEUX MOULIN DE LASALLE

7644, rue Édouard, bureau 210, LaSalle, Montréal, QC, H8P 1T3

514 364-1541 Téléc.: 514 364-6565

Site internet: cvmlasalle.org

Courriel: reception@cvmlasalle.org

Services: * Popote roulante. * Visites d'amitié. * Programme PAIR: appels informatisés de sécurité et de rappel pour la prise de médicaments. * Cours liés au bien-être et ateliers créatifs. * Dîners thématiques, conférences, cafés-rencontres et activités sociales. * Carrefour d'information pour personnes âgées: documentation, information, référence. * Aide pour remplir les formulaires. * Rencontres individuelles. * Initiative de travail de milieu auprès des aînés en situation de vulnérabilité (ITMAV). * Groupes de soutien et de socialisation: deuil, groupe d'hommes, groupe de femmes, musclez vos méninges, participe présent (santé mentale et participation citoyenne). * Milieu de vie et d'entraide. * Transport communautaire de groupe pour l'épicerie. * Ligne de référence Info-Fournisseur: aide et accompagnement dans les démarches pour trouver des personnes ou entreprises pouvant offrir des services payants, sécuritaires et fiables de coiffure, aide-ménagère, soins des pieds, peinture, etc. * Clinique d'impôts.

Clientèle: personnes de 50 ans et plus

Capacité: 100

Territoire desservi: LaSalle, programme PAIR: Ouest-de-l'Île

Horaire: lundi au vendredi 8h30 à 16h30

Frais: carte de membre: 10\$, popote roulante: 6\$ par repas, repas congelés: 5\$ par repas

Financement: Centraide du Grand Montréal, provincial

Statut: organisme à but non lucratif

CONSEIL DES PERSONNES ÂGÉES DE LA COMMUNAUTÉ NOIRE DE MONTRÉAL

7401, boulevard Newman, bureau 6, LaSalle, Montréal, QC, H8N 1X3

514 935-4951

Site internet: cbacm.org

Courriel: cbacmtl@gmail.com

Services: Services et activités pour personnes âgées noires. * Groupe de soutien. * Visites d'amitié. * Activités de groupe. * Bénévolat. * Séances d'informations mensuelles, conférences à tous les deux ans. * Dîner communautaire une fois par mois. * Brunch d'anniversaires tous les trois mois.

Clientèle: personnes noires âgées de 55 ans et plus

Territoire desservi: île de Montréal

Horaire: lundi au vendredi 9h00 à 17h00

Frais: 25\$ par année

Financement: fédéral, provincial, dons

Statut: organisme à but non lucratif

ÉCHANGE DE SERVICES DE LASALLE

7491, rue Cordner, LaSalle, Montréal, QC, H8N 2R5

514 363-2202 Téléc.: 514 363-2207

Site internet: cadre.phil-lab.ca

Courriel: fouzia@lecadre.ca

Services: * Dîners communautaires et activités pour personnes âgées. * Popote roulante (repas chauds) et livraison de plats congelés à domicile. * Banque alimentaire d'urgence. * Location de salles pour réunions et événements avec service de traiteur sur place.

Clientèle: personnes âgées et adultes en perte d'autonomie temporaire ou permanente et à faible revenu

Territoire desservi: Lachine, LaSalle, Dorval, Verdun, Saint-Henri, Côte-Saint-Paul, Ville-Émard, Saint-Henri et Pointe-Saint-Charles, popote roulante: LaSalle

Horaire: lundi au vendredi 8h30 à 16h30, popote roulante et dîners communautaires: mardi et jeudi 10h30 à 14h30

Frais: adhésion annuelle: 5\$, popote roulante: 5,50\$, repas communautaire: 6,50\$ (9,50\$ avec transport), repas congelé: 5,50\$

Financement: provincial, dons

Statut: organisme à but non lucratif

Repas préparés et popotes roulantes

CENTRE DU VIEUX MOULIN DE LASALLE

7644, rue Édouard, bureau 210, LaSalle, Montréal, QC, H8P 1T3

514 364-1541 Téléc.: 514 364-6565

Site internet: cvmlasalle.org

Courriel: reception@cvmlasalle.org

Services: * Popote roulante. * Visites d'amitié. * Programme PAIR: appels informatisés de sécurité et de rappel pour la prise de médicaments. * Cours liés au bien-être et ateliers créatifs. * Dîners thématiques, conférences, cafés-rencontres et activités sociales. * Carrefour d'information pour personnes âgées: documentation, information, référence. * Aide pour remplir les formulaires. * Rencontres individuelles. * Initiative de travail de milieu auprès des aînés en situation de vulnérabilité (ITMAV). * Groupes de soutien et de socialisation: deuil, groupe d'hommes, groupe de femmes, muscler vos méninges, participe présent (santé mentale et participation citoyenne). * Milieu de vie et d'entraide. * Transport communautaire de groupe pour l'épicerie. * Ligne de référence Info-Fournisseur: aide et accompagnement dans les démarches pour trouver des personnes ou entreprises pouvant offrir des services payants, sécuritaires et fiables de coiffure, aide-ménagère, soins des pieds, peinture, etc. * Clinique d'impôts.

Clientèle: personnes de 50 ans et plus

Capacité: 100

Territoire desservi: LaSalle, programme PAIR: Ouest-de-l'Île

Horaire: lundi au vendredi 8h30 à 16h30

Frais: carte de membre: 10\$, popote roulante: 6\$ par repas, repas congelés: 5\$ par repas

Financement: Centraide du Grand Montréal, provincial

Statut: organisme à but non lucratif

ÉCHANGE DE SERVICES DE LASALLE

7491, rue Cordner, LaSalle, Montréal, QC, H8N 2R5

514 363-2202 Téléc.: 514 363-2207

Site internet: cadre.phil-lab.ca

Courriel: fouzia@lecadre.ca

Services: * Dîners communautaires et activités pour personnes âgées. * Popote roulante (repas chauds) et livraison de plats congelés à domicile. * Banque alimentaire d'urgence. * Location de salles pour réunions et événements avec service de traiteur sur place.

Clientèle: personnes âgées et adultes en perte d'autonomie temporaire ou permanente et à faible revenu

Territoire desservi: Lachine, LaSalle, Dorval, Verdun, Saint-Henri, Côte-Saint-Paul, Ville-Émard, Saint-Henri et Pointe-Saint-Charles, popote roulante: LaSalle

Horaire: lundi au vendredi 8h30 à 16h30, popote roulante et dîners communautaires: mardi et jeudi 10h30 à 14h30

Frais: adhésion annuelle: 5\$, popote roulante: 5,50\$, repas communautaire: 6,50\$ (9,50\$ avec transport), repas congelé: 5,50\$

Financement: provincial, dons

Statut: organisme à but non lucratif

Logement

AIDE À LA RECHERCHE DE LOGEMENT

Aide à la recherche de logement

ACCUEIL POUR IMMIGRANTS ET RÉFUGIÉS DU SUD-OUEST DE MONTRÉAL - CENTRE PRISME

414, rue Lafleur, bureau 1-10, LaSalle, Montréal, QC, H8R 3H6

514 364-0939 Téléc.: 514 364-9992

Site internet: www.airsomprisme.org

Courriel: info@airsomprisme.org

Services: * Accueil, aide à l'établissement, information. * Aide à la recherche de logement. * Cours de français.

* Halte-garderie. * Formation pour les parents. * Clinique d'impôts.

Clientèle: personnes immigrantes, personnes réfugiées et personnes à faible revenu

Capacité: 24

Territoire desservi: Lachine, LaSalle

Horaire: lundi au vendredi 8h30 à 12h00 et 13h00 à 21h00

Frais: halte-garderie: variables

Financement: fédéral, provincial, municipal

Statut: organisme à but non lucratif

Services gouvernementaux

DÉCLARATIONS DE REVENU

DOCUMENTS OFFICIELS

SERVICES MUNICIPAUX

Déclarations de revenu

LASALLE - ARRONDISSEMENT

55, avenue Dupras, LaSalle, Montréal, QC, H8R 4A8

311 Téléc.: 514 367-6603

Site internet: montreal.ca/lasalle

Courriel: lasalle@montreal.ca

Services: Points de service * Bureau Accès Montréal offrant de l'information sur les services et les activités: montreal.ca/lieux/bureau-acces-montreal-lasalle * Comptoir des permis: montreal.ca/lieux/comptoir-des-permis-lasalle Information * Info-collectes: servicesenligne2.ville.montreal.qc.ca/sel/infocollectes * INFO-travaux pour la géolocalisation des travaux d'infrastructure: cliquez ici * Consultation des avis publics: cliquez ici Services * Services en ligne: montreal.ca/articles/faire-ses-demarches-en-ligne-4775 * Entreposage suite à une éviction: montreal.ca/demarches/recuperer-des-biens-entrepotes-la-suite-dune-eviction * Abonnement à la Carte Accès Montréal. * Permis pour chats et chiens. * Vignettes de stationnement. * Assermentation. * Évaluation foncière. * Information et paiement des taxes municipales. * Information et paiement des constats d'infraction. * Demandes d'intervention des services municipaux. * Demandes de logement à prix modique. * Ramassage des animaux morts sur les terrains privés et la voie publique. * Subvention pour l'utilisation de produits menstruels durables: remboursement suite à un achat minimal de 20\$ de produits d'hygiène durables (coupes menstruelles et culottes hygiéniques 100% lavables).

Territoire desservi: Lasalle

Horaire: lundi, mardi 8h00 à 16h45, mercredi, jeudi 8h00 à 19h00, vendredi 8h00 à 12h00

Frais: subvention produits menstruels durables: remboursement 50% des frais avant taxes, 100% des frais avant taxes pour la tarification sociale

Financement: municipal

Statut: organisme municipal

Documents officiels

LASALLE - ARRONDISSEMENT

55, avenue Dupras, LaSalle, Montréal, QC, H8R 4A8

311 Téléc.: 514 367-6603

Site internet: montreal.ca/lasalle

Courriel: lasalle@montreal.ca

Services: Points de service * Bureau Accès Montréal offrant de l'information sur les services et les activités: montreal.ca/lieux/bureau-acces-montreal-lasalle * Comptoir des permis: montreal.ca/lieux/comptoir-des-permis-lasalle Information * Info-collectes: servicesenligne2.ville.montreal.qc.ca/sel/infocollectes * INFO-travaux pour la géolocalisation des travaux d'infrastructure: cliquez ici * Consultation des avis publics: cliquez ici Services * Services en ligne: montreal.ca/articles/faire-ses-demarches-en-ligne-4775 * Entreposage suite à une éviction: montreal.ca/demarches/recuperer-des-biens-entrepotes-la-suite-dune-eviction * Abonnement à la Carte Accès Montréal. * Permis pour chats et chiens. * Vignettes de stationnement. * Assermentation. * Évaluation foncière. * Information et paiement des taxes municipales. * Information et paiement des constats d'infraction. * Demandes d'intervention des services municipaux. * Demandes de logement à prix modique. * Ramassage des animaux morts sur les terrains privés et la voie publique. * Subvention pour l'utilisation de produits menstruels durables: remboursement suite à un achat minimal de 20\$ de produits d'hygiène durables (coupes menstruelles et culottes hygiéniques 100% lavables).

Territoire desservi: Lasalle

Horaire: lundi, mardi 8h00 à 16h45, mercredi, jeudi 8h00 à 19h00, vendredi 8h00 à 12h00

Frais: subvention produits menstruels durables: remboursement 50% des frais avant taxes, 100% des frais avant taxes pour la tarification sociale

Financement: municipal

Statut: organisme municipal

SERVICE DE POLICE DE LA VILLE DE MONTRÉAL - POSTE DE QUARTIER 13 - LASALLE

8745, boulevard LaSalle, LaSalle, Montréal, QC, H8P 1Z2

514 280-0113 Téléc.: 514 280-0613

Site internet: spvm.qc.ca/fr/pdq13

Courriel: pdq13@spvm.qc.ca

Services: Maintien de la paix, de l'ordre et de la sécurité publique. * Prévention et répression des crimes et infractions. * Vérification des antécédents judiciaires. * Prêt de burins pour identifier les objets de valeur. * Volet sociocommunautaire, équipes spécialisées et sensibilisation.

Clientèle: personnes citoyennes et résidentes du quartier

Territoire desservi: LaSalle

Horaire: lundi au dimanche 9h00 à 19h00

Financement: municipal, provincial

Statut: organisme municipal

Services municipaux**ÉCO-QUARTIER LASALLE**

55, avenue Dupras, bureau 405, LaSalle, Montréal, QC, H8R 4A8

514 367-2388

Site internet: ecolasalle.org

Courriel: info@ecolasalle.org

Services: Sensibilisation, éducation et organisation d'activités ou de projets en partenariat avec les résident-e-s, les organismes, les commerces et les institutions du milieu. * Opérations de nettoyage. * Vente et plantation d'arbres. * Gestion des matières résiduelles. * Point de collecte: batteries, cartouches d'encre, plastiques #6 et styromousse, téléphones, ordinateurs portables et petits appareils électroniques. * Patrouille verte. * Ateliers: recyclage, compostage et autres. * Accompagnement des événements. * Pommes de douche: échange de vieilles pommes de douche pour une pomme de douche Ultra Écofitt certifiée WaterSense. * Ateliers scolaires zéro déchet. * Accompagnement des initiatives communautaires en matière de verdissement, d'agriculture urbaine et de ruelles vertes.

Clientèle: grand public

Territoire desservi: LaSalle

Horaire: sur rendez-vous

Frais: aucuns

Financement: subventions, autofinancement

Statut: organisme à but non lucratif

LASALLE - ARRONDISSEMENT

55, avenue Dupras, LaSalle, Montréal, QC, H8R 4A8

311 Téléc.: 514 367-6603

Site internet: montreal.ca/lasalle

Courriel: lasalle@montreal.ca

Services: Points de service * Bureau Accès Montréal offrant de l'information sur les services et les activités: montreal.ca/lieux/bureau-acces-montreal-lasalle * Comptoir des permis: montreal.ca/lieux/comptoir-des-permis-lasalle Information * Info-collectes: servicesenligne2.ville.montreal.qc.ca/sel/infocollectes * INFO-travaux pour la géolocalisation des travaux d'infrastructure: cliquez ici * Consultation des avis publics: cliquez ici Services * Services en ligne: montreal.ca/articles/faire-ses-demarches-en-ligne-4775 * Entreposage suite à une éviction: montreal.ca/demarches/recuperer-des-biens-entreposes-la-suite-dune-eviction * Abonnement à la Carte Accès Montréal. * Permis pour chats et chiens. * Vignettes de stationnement. * Assermentation. * Évaluation foncière. * Information et paiement des taxes municipales. * Information et paiement des constats d'infraction. * Demandes d'intervention des services municipaux. * Demandes de logement à prix modique. * Ramassage des animaux morts sur les terrains privés et la voie publique. * Subvention pour l'utilisation de produits menstruels durables: remboursement suite à un achat minimal de 20\$ de produits d'hygiène durables (coupes menstruelles et culottes hygiéniques 100% lavables).

Territoire desservi: Lasalle

Horaires: lundi, mardi 8h00 à 16h45, mercredi, jeudi 8h00 à 19h00, vendredi 8h00 à 12h00

Frais: subvention produits ménagers durables: remboursement 50% des frais avant taxes, 100% des frais avant taxes pour la tarification sociale

Financement: municipal

Statut: organisme municipal

MONTRÉAL - VILLE - ÉCOCENTRE LASALLE

7272, rue Saint-Patrick, LaSalle, Montréal, QC, H8N 2W7

514 872-0384

Site internet: montreal.ca/lieux/ecocentre-lasalle

Services: Site de réemploi et de récupération des matières résiduelles. * Appareils de réfrigération, de congélation et de climatisation contenant des halocarbures. * Électroménagers. * Encombrants rembourrés. * Matières recyclables. * Appareils électroniques. * Résidus de construction. * Résidus domestiques dangereux: peinture, huile, aérosols, piles, ampoules, etc. * Résidus verts: feuilles, branches, etc.

Clientèle: personnes résidentes, propriétaires d'un immeuble à logements multiples, organismes à but non lucratif, entreprises de constructions

Territoire desservi: île de Montréal

Horaires: mi-octobre à mi-avril: mardi au samedi 10h00 à 18h00, mi-avril à mi-octobre: 7 jours, 8h00 à 18h00

Frais: gratuit ou payant selon la clientèle

Financement: municipal

Statut: organisme municipal

SERVICE DE POLICE DE LA VILLE DE MONTRÉAL - POSTE DE QUARTIER 13 - LASALLE

8745, boulevard LaSalle, LaSalle, Montréal, QC, H8P 1Z2

514 280-0113 Téléc.: 514 280-0613

Site internet: spvm.qc.ca/fr/pdq13

Courriel: pdq13@spvm.qc.ca

Services: Maintien de la paix, de l'ordre et de la sécurité publique. * Prévention et répression des crimes et infractions. * Vérification des antécédents judiciaires. * Prêt de burins pour identifier les objets de valeur. * Volet sociocommunitaire, équipes spécialisées et sensibilisation.

Clientèle: personnes citoyennes et résidentes du quartier

Territoire desservi: LaSalle

Horaires: lundi au dimanche 9h00 à 19h00

Financement: municipal, provincial

Statut: organisme municipal

Sexe et genre

GROUPES DE DÉFENSE ET DE SOUTIEN POUR FEMMES

GROUPES DE DÉFENSE ET DE SOUTIEN POUR HOMMES

Groupes de défense et de soutien pour femmes

CENTRE DU VIEUX MOULIN DE LASALLE

7644, rue Édouard, bureau 210, LaSalle, Montréal, QC, H8P 1T3

514 364-1541 Téléc.: 514 364-6565

Site internet: cvmlasalle.org

Courriel: reception@cvmlasalle.org

Services: * Popote roulante. * Visites d'amitié. * Programme PAIR: appels informatisés de sécurité et de rappel pour la prise de médicaments. * Cours liés au bien-être et ateliers créatifs. * Dîners thématiques, conférences, cafés-rencontres et activités sociales. * Carrefour d'information pour personnes âgées: documentation, information, référence. * Aide pour remplir les formulaires. * Rencontres individuelles. * Initiative de travail de milieu auprès des aînés en situation de vulnérabilité (ITMAV). * Groupes de soutien et de socialisation: deuil, groupe d'hommes, groupe de femmes, muscler vos méninges, participe présent (santé mentale et participation citoyenne). * Milieu de vie et d'entraide. * Transport communautaire de groupe pour l'épicerie. * Ligne de référence Info-Fournisseur: aide et accompagnement dans les démarches pour trouver des personnes ou entreprises pouvant offrir des services payants, sécuritaires et fiables de coiffure, aide-ménagère, soins des pieds, peinture, etc. * Clinique d'impôts.

Clientèle: personnes de 50 ans et plus

Capacité: 100

Territoire desservi: LaSalle, programme PAIR: Ouest-de-l'Île

Horaire: lundi au vendredi 8h30 à 16h30

Frais: carte de membre: 10\$, popote roulante: 6\$ par repas, repas congelés: 5\$ par repas

Financement: Centraide du Grand Montréal, provincial

Statut: organisme à but non lucratif

Groupes de défense et de soutien pour hommes

CENTRE DU VIEUX MOULIN DE LASALLE

7644, rue Édouard, bureau 210, LaSalle, Montréal, QC, H8P 1T3

514 364-1541 Téléc.: 514 364-6565

Site internet: cvmlasalle.org

Courriel: reception@cvmlasalle.org

Services: * Popote roulante. * Visites d'amitié. * Programme PAIR: appels informatisés de sécurité et de rappel pour la prise de médicaments. * Cours liés au bien-être et ateliers créatifs. * Dîners thématiques, conférences, cafés-rencontres et activités sociales. * Carrefour d'information pour personnes âgées: documentation, information, référence. * Aide pour remplir les formulaires. * Rencontres individuelles. * Initiative de travail de milieu auprès des aînés en situation de vulnérabilité (ITMAV). * Groupes de soutien et de socialisation: deuil, groupe d'hommes, groupe de femmes, muscler vos méninges, participe présent (santé mentale et participation citoyenne). * Milieu de vie et d'entraide. * Transport communautaire de groupe pour l'épicerie. * Ligne de référence Info-Fournisseur: aide et accompagnement dans les démarches pour trouver des personnes ou entreprises pouvant offrir des services payants, sécuritaires et fiables de coiffure, aide-ménagère, soins des pieds, peinture, etc. * Clinique d'impôts.

Clientèle: personnes de 50 ans et plus

Capacité: 100

Territoire desservi: LaSalle, programme PAIR: Ouest-de-l'Île

Horaire: lundi au vendredi 8h30 à 16h30

Frais: carte de membre: 10\$, popote roulante: 6\$ par repas, repas congelés: 5\$ par repas

Financement: Centraide du Grand Montréal, provincial

Statut: organisme à but non lucratif

Index alphabétique

ACCUEIL POUR IMMIGRANTS ET RÉFUGIÉS DU SUD-OUEST DE MONTRÉAL - CENTRE PRISME	15
AIRE OUVERTE DE LASALLE	3
BIENVENUE À L'IMMIGRANT	11
CENTRE CULTUREL ET COMMUNAUTAIRE HENRI-LEMIEUX	2
CENTRE DU VIEUX MOULIN DE LASALLE	21
CONSEIL DES PERSONNES ÂGÉES DE LA COMMUNAUTÉ NOIRE DE MONTRÉAL	12
DESTINATION TRAVAIL DU SUD-OUEST DE L'ÎLE DE MONTRÉAL	2
ÉCHANGE DE SERVICES DE LASALLE	13
ÉCO-QUARTIER LASALLE	18
FONDATION MATTHEW COUSTOU D'UN CONTINENT À L'AUTRE	4
HÉRITAGE LAURENTIEN	5
LASALLE - ARRONDISSEMENT	18
LASALLE NEW LIFE SEVENTH-DAY ADVENTIST CHURCH - BANQUE ALIMENTAIRE	8
LOISIRS LAURENDEAU-DUNTON	2
MONTRÉAL - VILLE - ÉCOCENTRE LASALLE	19
NUTRI-CENTRE LASALLE	10
PAROISSE SAINT-JEAN BRÉBEUF - HOPE BANQUE ALIMENTAIRE	11
SERVICE DE POLICE DE LA VILLE DE MONTRÉAL - POSTE DE QUARTIER 13 - LASALLE	19
TABLE DE DÉVELOPPEMENT SOCIAL DE LASALLE	5
TRIADÉ HCT (LA)	10