



Répertoire

des ressources pour les aînés
du Haut-Saint-Laurent et leurs familles

Directory

Resources in the Haut-Saint-Laurent
for Seniors and their Families

SECTIONS

- **URGENCES**
EMERGENCY
2

- **LOISIRS / BIBLIOTHÈQUES / FORMATION / EMPLOIS**
LEISURE / LIBRAIRIES / EDUCATION / EMPLOYMENT
3 - 17

- **LOGEMENT ET HÉBERGEMENT**
LODGING AND LIVE-IN CARE CENTRES
18 - 23

- **SANTÉ ET SERVICES SOCIAUX**
HEALTH AND SOCIAL SERVICES
25 - 34

- **SERVICES À LA COMMUNAUTÉ**
COMMUNITY SERVICES
36 - 74

- **SERVICES GOUVERNEMENTAUX**
GOVERNMENT SERVICES
75 - 86

- **TRANSPORT**
TRANSPORTATION
88 - 93

- **INDEX ALPHABÉTIQUE**
ALPHABETICAL INDEX
95 - 97

URGENCES

- **Ambulance Police Pompiers**
911
avec cellulaire *4141

- **Info-Santé** Consultation pour problèmes de santé non urgents ou intervention psychosociale (24/7)
811

- **Abus aux aînés**
1-888-489-ABUS (2287)

- **Centre anti-poison du Québec**
1-800-463-5060 (24 h/7)

- **Centres de prévention du suicide**
1-866-APPELLE (277-3553)
Le tournant : 450 371-4090
Ligne d'intervention : 1 833 371-4090

- **Drogue : aide et référence**
1-800-265-2626

- **Hydro-Québec** pannes.hydroquebec.com
Électricité / pannes et urgences
1-800-790-2424

En cas de risques pour la sécurité publique, composez le 911. In the event of a risk to public safety, dial 911.

- **Jeu : aide et référence**
1-800-461-0140

- **Ligne sans frais pour les victimes d'agression sexuelle**
1-888-933-9007

- **SOS violence conjugale**
1-800-363-9010

- **Sûreté du Québec** www.sq.gouv.qc.ca
310-4141 (urgence)
450-829-2887 (renseignements)

- **Tel-Aide – Région du Suroît**
info@telaide.com
450-377-0600 ou 1 855-377-0600

EMERGENCY

- Ambulance Police and Fire station 911
with cellphone *4141

- Info-Santé For non-emergency health problems or psychosocial intervention (24 h/7 days)
811

- Seniors Abuse Line
1-888-489-ABUS (2287)

- Quebec Poison Control
1-800-463-5060 (24/7)

- Suicide Prevention Centres
1-866-APPELLE (277-3553)
Le tournant: 450-371-4090
Intervention: 1-833-371-4090

- Drugs: help and referral
1-800-265-2626

- Hydro-Québec - Electricity
Power failures / emergencies
1-800-790-2424

- Gambling: help and referral
1-800-461-0140

- Toll-free line for victims of sexual assault
1-888-933-9007

- SOS domestic violence
1-800-363-9010

- Sûreté du Québec
310-4141 (emergency)
450-829-2887 (info)

- Tel-Aide – Suroît
450-377-0600 or
1 855-377-0600

ACTIVITÉS DE LOISIR

Activités physiques, intergénérationnelles
et Programme Viactive

LEISURE ACTIVITIES

Physical Activity
Viative Program

- **Affaire de Famille (Une)** *Family center*
19, rue Bridge, Ormstown J0S 1K0
450-829-3782
uaf.reception@gmail.com



Une Affaire de Famille

- **Aidants du Haut-Saint-Laurent (Les)** *Natural Caregivers*
www.aidantshsl.org
23-A, rang Sainte-Anne, Saint-Chrysostome J0S 1R0
450-826-1243
Sans frais : 1-855-826-1243 (toll free)
info@aidantshsl.org



Aidants du Haut St-Laurent

- **Amis de la réserve nationale de faune du Lac-Saint-François (Les)**
www.amisrnfalacstfrancois.com
7600, chemin de la Pointe-Fraser, Dundee J0S 1L0
450-264-5908
info@amisrnfalacstfrancois.com



Les Amis de la réserve nationale de
faune du Lac Saint-François

Multiples activités : canot-kayak, rabaska, randonnée pédestre
Multiple activities : canoe kayak, rabaska, hiking

- **Cardio-Actifs du Haut-Saint-Laurent** *Cardio-Active*
171-A, rue Châteauguay, Huntingdon J0S 1H0
450-264-6657
cardioactif@gmail.com



Cardio-Actifs

- **Centre communautaire multiservices**
Un coin chez-nous 1983 *Community Center*
628, rue Notre-Dame, Saint-Chrysostome J0S 1R0
450-826-4425
ccmsuccn@cooptel.qc.ca



CCMS Un Coin Chez-Nous

La liste des parcs du Haut-Saint-Laurent peut vous être envoyée
par courriel en appelant au 450-829-2321, poste 1325.

The list of Haut-Saint-Laurent parks can be sent to you by email : 450-829-2321, ext. 1325

ACTIVITÉS DE LOISIR

Activités physiques, intergénérationnelles
et Programme Viactive

LEISURE ACTIVITIES

Physical Activity
Viative Program

- **Défi Visitons les Aînés Haut-Saint-Laurent** *Let's Visit our Seniors Challenge*
www.enbonnecompagnie.org

En juin et toute l'année visitons les aînés du Haut-Saint-Laurent.

In June and all year round, we visit the seniors of Haut-Saint-Laurent.

Comité de concertation des aînés du Haut-Saint-Laurent
Seniors Committee

450-829-2321

anyze.goyette.cssshsl16@ssss.gouv.qc.ca

En Bonne Compagnie dans le
Haut-Saint-Laurent



- **Je Clic Loisir en Montérégie** jeclicloisirenmonteregie.com
1-800-387-7979
info@clicloisir.com

Site pour trouver rapidement des activités, événements, festivals et
lieux de pratique de loisir et de sport (plein air, culturel et sportif) en
Montérégie. Profitez de ces lieux et activités pour sortir en famille!

*Website to quickly find activities, events, festivals and places to practice leisure and sports
(outdoor, cultural and sports) in the Montérégie.*

- **Maison des jeunes Huntingdon**
450-322-6140
Activités intergénérationnelles *Intergenerational activities*



Maison des jeunes
Huntingdon

- **Programme P.I.E.D. Programme Intégré Équilibre Dynamique**
Integrated stability Program (Fall Prevention)
Mylène Béchard
450-347-0910, poste 207
PIED@fadoqrrss.org

Pour prévenir les chutes et améliorer l'équilibre chez les aînés
autonomes vivant à domicile.

To prevent falls and improve balance for autonomous seniors living at home.

- **Projet Communic-Action** *Project*

1493, route 138, bureau 3, Godmanchester J0S 1H0
450-264-5197

info@projetcommunication.org

Projet Communic-Action
Project



ACTIVITÉS DE LOISIR
Activités physiques, intergénérationnelles
et Programme Viactive

LEISURE ACTIVITIES
Physical Activity
Viative Program

• Réseau communautaire Montérégie Ouest

Monteregie West Community Network

72, rue Dalhousie, Huntingdon J0S 1H0

450-264-3596

Centre de bien-être (activités variées)

Huntingdon wellness centre (various activities)



MWCN - Monteregie West
Community Network

ASSOCIATIONS ET CLUBS SOCIAUX

Clubs de l'âge d'or

ASSOCIATIONS AND

SOCIAL CLUBS

Seniors club

• Club FADOQ Ormstown

Colette Shinck Leduc

450-288-9636

• Club de l'âge d'or de Cazaville

André Picard

450-544-4832



Age d'Or Cazaville

• Club de l'âge d'or de Huntingdon

Nicole Haineault

450-264-6042

• Club de l'âge d'or de Saint-Chrysostome

Laurette Trépanier

438-985-6716

• Club FADOQ de Sainte-Barbe

Sylvie Lalonde

514-248-5973

- Vérifiez auprès de vos municipalités pour toutes les autres activités comme les ligues de sacs de sable, etc.

ASSOCIATIONS AND SOCIAL CLUBS

• Verify with your municipality for other activities (bean bag leagues, etc.)



MONTÉRÉGIE WEST COMMUNITY NETWORK

Réseau Communautaire Montérégie Ouest

NOTRE VISION

Développer une communauté d'expression anglaise forte et dynamique dans l'Ouest de la Montérégie.

OUR VISION

To develop a strong and vibrant English-speaking community in the Montérégie West

NOTRE MISSION

Réunir des individus, des associations communautaires, des organismes publics, des professionnels et des entreprises; Former des partenariats et des liens au sein de la communauté de la Montérégie Ouest et avec les régions avoisinantes; Encourager l'apprentissage tout au long de la vie pour tous, des jeunes aux personnes âgées.

OUR MISSION

Bring together individuals, community groups, public organizations, professionals and businesses; Form partnerships and bonds within the Montérégie West community and with its neighbours; Encourage lifelong learning for everyone from the youth to the elderly; Provide information and resources to promote improved access to health and social services for all.

CE QUE NOUS FAISONS

En collaboration avec les communautés de la Montérégie Ouest, nous fournissons des information et des ressources afin de promouvoir un meilleur accès aux services sociaux et de santé pour tous; nous offrons également :

- Ateliers et séminaires.
- Programmes d'exercices.
- Soutien intergénérationnel.
- Renforcement de la communauté par le biais d'excursions, de forums et d'événements sociaux.
- Apprentissage tout au long de la vie.
- Employabilité.
- Bourses d'études.
- Soutien, recrutement et reconnaissance des bénévoles.

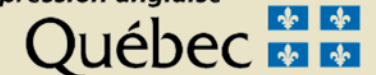
WHAT WE DO

Working with our Montérégie West communities, we provide information and resources to promote improved access to health and social services for everyone; we also provide:

- Workshops & Seminars.
- Exercise programs.
- Intergenerational support.
- Community-building through excursions, forums, and social events.
- Life-long learning & Education.
- Employability services.
- Bursaries.
- Volunteer support, recruitment, and recognition.



Secrétariat aux relations
avec les Québécois
d'expression anglaise



72 DALHOUSIE, SUITE 201 HUNTINGDON,
QC, J0S 1H0 | 450-264-3596

WWW.MWCN.CA

Cercles de fermières

Cercles de fermières

- **Cercle de fermières de Saint-Anicet**
Carole Quenneville
450-264-2832



- **Cercle de fermières de Sainte-Barbe**
Pierrette Girouard
450-371-5129



Cercle Ste-Barbe



Autres regroupements

Other groups

- **Association Marie-Reine**
Denise Poupart
450-826-4254



- **Catholic Women's League**
Kathleen Hackett
450-264-9385



- **Cercle des loisirs de Cazaville** *Leisure group*
René Hurteau
450-264-4546 centre
450-264-2478 maison



Clc Cazaville

- **Châteauguay Valley Garden Club** www.cvgc1991.org
Judy Doucette
450-829-3742



Chateauguay Valley Garden Club

Autres regroupements

Other groups

- **Chevaliers de Colomb Saint-Chrysostome, conseil 3584**
Gérald Bouthillier
450-826-3616
514-601-3584



- **Club Lions d'Ormstown**
Pierre Séguin
lionsormstown@hotmail.com



Club Lions Ormstown



- **Club Optimiste de Saint-Anicet**
Carole Éthier
cluboptimistanicet@gmail.com



Club Optimiste Saint-Anicet



- **Club Optimiste de Huntingdon**
Claude Taillefer
450-264-6468



Club optimiste de Huntingdon



- **Club philatélique du grand Valleyfield**
André Dumas
450-371-9236
andre.dumas01@gmail.com

Initiation à la philatélie, ateliers d'information, ateliers d'échange et de vente de timbres et service d'évaluation de collection.

Introduction to philately, information workshops, stamp exchange and sales workshops, and collection appraisal service.

- **Comité des loisirs de Saint-Chrysostome** *Leisure group*
Caroline Brunet



Loisirs Saint-Chrysostome

- **Dames auxiliaires du centre d'hébergement du comté de Huntingdon** *Women's Auxiliary Huntingdon Hospital*
198, rue Châteauguay, Huntingdon J0S 1H0
459-829-2321 poste 2004
Debbie Legros Clément
damesaux.ladiesaux@hotmail.com



Les Dames Auxiliaires du CHCH
- Ladies Auxiliary of the HCH

Autres regroupements

Other groups

- **Dames auxiliaires de l'Hôpital Barrie Memorial (HBM)**

Women's Auxiliary of the Barrie Memorial Hospital

28, rue Gale, Ormstown J0S 1K0

450-829-2684

Jacqueline Bourgoin

bourgoin39@hotmail.ca



Women's Auxiliary - Dames Auxiliaires
-Hopital Barrie Memorial

- **FADOQ Région Rive-Sud du Suroît** www.fadoqrrss.org

450-347-0910

Sans frais : 1-800-828-3344 (toll free)

fadoq@fadoqrrss.org



FADOQ Rive-Sud-Suroît

Point de service *Point of service*

110, rue Mathias, local 102, Salaberry-de-Valleyfield J6S 4V7

450-371-8271

diane.piche@fadoqrrss.org

- **Congrégation des dames Chrétiennes Huntingdon** *Christian Women*

Pauline Beauchamp

450-264-3281

- **Filles d'Isabelle Huntingdon**

450-451-5864

En processus de fusion avec le groupe de Rigaud. *Merging with Rigaud.*

- **Fondation de l'Hôpital Barrie Memorial** *Hospital Foundation*

29, rue Gale Ormstown J0S 1K0

450-829-2321, poste 3435

fondationbarriememorial@gmail.com



Fondation de l'Hôpital
Barrie Memorial

- **Fondation du centre hospitalier du comté de Huntingdon**

Huntingdon Hospital Foundation

198, rue Châteauguay, Huntingdon J0S 1H0

450-829-2321, poste 2038



Huntingdon County
Hospital Foundation

Autres regroupements

Other groups

- **Howick Senior Citizen Club**

450-825-2032

- **Légion royale canadienne filiale #81** *Royal Canadian Legion Branch 81*

8, chemin Fairview, Huntingdon J0S 1H0

Ron Critchley

514-895-6126

Lorraine Arthur

450-567-2997

lorraine.arthur@live.ca



Royal Canadian Legion Huntingdon

- **Légion royale canadienne filiale #196** *Royal Canadian Legion Branch 196*

33, rue Prince-Albert, Ormstown J0S 1K0

Nancy Campbell

450-829-2860



Ormstown Legion Branch 196

- **Société d'histoire et de généalogie de Salaberry**

www.shgsalaberry.com

80, rue St-Thomas

Salaberry-de-Valleyfield J6T 4J7

info@shgsalaberry.com

- **Société historique de la Vallée-de-la-Châteauguay**

Chateauguay Valley Historical Society www.cvhs.ca

315, route 202, Hinchinbrooke J0S 1E0

Ken Dolphin

450-829-2668

contact@cvhs.ca



Société historique de la Vallée de la
Châteauguay Valley Historical Society

- **Société historique de Saint-Anicet** *Historical Society*

1590, rue Saint-Anicet, Saint-Anicet J0S 1M0

Luc Quenneville

418-951-8651

shsa@hotmail.ca



Société Historique Saint-Anicet

- **Société Saint-Jean-Baptiste / bureau régional** *Regional Office*
www.ssjbvalleyfield.qc.ca
111, rue Ellice, Salaberry-de-Valleyfield J6T 1E7
450-373-5591
ssjb.valleyfield@cgocable.ca



Point de service Saint-Anicet, Dundee, Cazaville *Point of service*

Huguette Sauvé
450-288-2982

Point de service Sainte-Barbe *Point of service*

Marcel Leboeuf
450-373-5418

**Point de service Saint-Chrysostome, Havelock,
Saint-Antoine-Abbé, Howick** *Point of service*

Raymonde Payant
450-826-3810

**Point de service Ormstown, Huntingdon, Athelstan,
Hinchinbrooke, Godmanchester** *Point of service*

Réjean Chenail
450-288-3745

- **Rennie's United Church**

Susan Erskine
450-264-6582

- **United Church Women, Huntingdon**

Janice Knowles
450-264-3163

- **Women's Institute, Aubrey-Riverfield Branch**

Pat Clarke
450-825-1126

- **Women's Institute, Dewittville Branch**

Ellen Bulow
450-264-4024

- **Women's Institute, Howick Branch**

Grace Brown
450-825-2488

Bibliothèques

Libraries

- **Bibliothèque municipale d'Ormstown** *Municipal Library*

55, rue Isabelle, bureau 100, Ormstown J0S 1K0
450-829-3249
biblio@ormstown.ca



Bibliothèque municipale
d'Ormstown

- **Bibliothèque municipale de**

Saint-Chrysostome *Municipal Library*

624, rue Notre-Dame, 3^e étage, Saint-Chrysostome J0S 1R0
450-826-0980
bibliothequestchrysostome@outlook.com



Bibliothèque
Saint-Chrysostome

- **Bibliothèque municipale Lucie Benoît** *Municipal Library*

468, chemin de l'Église, Sainte-Barbe J0S 1P0
450-371-2324
biblio@ste-barbe.com



Municipalité de Sainte-Barbe

- **Bibliothèque municipale-scolaire de**

Saint-Anicet *Academic Municipal Library*

1547, route 132, Saint-Anicet J0S 1M0
450-264-9431
biblio@stanicet.com



Bibliothèque
municipale-scolaire
de Saint-Anicet

- **La Petite Bibliothèque verte** *Little Green Library*
www.pbv-lgl.org
 4, rue Lorne, bureau 103, Huntingdon J0S 1H0
 450-264-4872
 pbv.lgl@gmail.com



La Petite bibliothèque verte /
The Little Green Library

- **Petite Biblio** *Little Library*
Centre communautaire de Howick *Community Center*
 64, rue Lambton, Howick J0S 1G0
 450-825-2032



Municipalité
de Howick

Formation

Education

- Formation générale offerte par tous les établissements.
 • Adult general education available in all the facilities.

- **Antenne Universitaire du troisième âge en Montérégie (AUTAM)** *University level general knowledge programs for seniors*
www.usherbrooke.ca/uta/prog/mtg/
 Sans frais : 1-888-463-1835, poste 61747 (toll free)
 uta.monteregie@usherbrooke.ca

Point de service Salaberry-de-Valleyfield *Point of service*
 Réjean Rémillard
 450-601-1484

Point de service Mercier *Point of service*
 Jacques Delsemme
 450-691-8331

Point de service Châteauguay *Point of service*
 Christiane Tisseur
 450-698-1941 tisseurc@videotron.ca



Université du
troisième âge



Université de Sherbrooke

- **Centre d'éducation aux adultes et communautaire de Huntingdon** *Adult Education and Community Center*
<http://nfsb.me/vocational-training/our-centres/huntingdon>
 24, rue York, Huntingdon J0S 1H0
 450-264-9276

Formation en horticulture en anglais

Trade programs available: Horticulture and Garden Centre Operations



HAECC

- **Centre de formation de Huntingdon (CFH)**
Learning Center Huntingdon www.cfhhuntingdon.com
 163, rue Châteauguay, Huntingdon J0S 1H0
 450-264-5558
centreformationhuntingdon@gmail.com



Centre de formation
de Huntingdon

Alphabétisation et cours d'anglais
Literacy training in French and English

- **Centre de formation professionnelle Châteauguay Valley**
Châteauguay Valley Career Education Centre
<http://nfsb.me/vocational-training/our-centres/chateauguay-valley-cvcec>
<http://nfsb.me/fr/formation-professionnelle/centres/centre-de-formation-nova-2>

Commission scolaire New Frontiers *New Frontiers School Board*
 46, rue Roy, Ormstown J0S 1K0
 450-829-2396
cacvcec@csnewfrontiers.qc.ca



New Frontiers School Board

Programme de métiers offerts : réalisation d'aménagements paysagers; assistance aux personnes en établissement de santé; charpenterie menuiserie; santé, assistance et soins infirmiers; assistance aux personnes à domicile

Trade programs available: Landscaping Operations; Assistance in Health Care Facilities; Carpentry; Health, Assistance & Nursing; Home Care Assistance

- **Centre de formation professionnelle des Moissons**
www.centredesmoissons.ca
 260, rue Gagnon, Beauharnois J6N 2W8
 450-225-1084



Centre des Moissons

Programmes : secteur agricole – grandes cultures; mécanique agricole; production animale – volet équin; production animale – volet laitier; production horticole – secteur horticole – arboriculture – élagage; horticulture et jardinerie; réalisation d'aménagements paysagers

Training in agriculture and horticulture

- **Point de service : école Saint-Joseph à Saint-Chrysostome** *Point of service*
 51, rue St-Pierre, Saint-Chrysostome J0S 1R0

Mécanique agricole
Agriculture mechanics

- **Cégep de Valleyfield**

www.cegepvalleyfield.ca

169, rue Champlain, Salaberry-de-Valleyfield J6T 1X6

450-373-9441

Cégep de Valleyfield

Formation générale, technique et continue

General and continuing education, and technical training



Recherche d'emploi

Employment

- **Centre de recherche d'emploi du Sud-Ouest (CRESO)**

Employment research center

www.creso.osbl.ca

85, rue Champlain, Salaberry-de-Valleyfield J6T 1W4

450-377-4889

information@creso.osbl.ca

Centre de recherche
d'emploi du Sud-Ouest

Point de service Huntingdon *Point of service*

72, rue Dalhousie, local 100, Huntingdon J0S 1H0



- **Services Québec Huntingdon**

16, rue Prince, bureau 102, Huntingdon J0S 1H0

450-264-5323

Services Québec



- **Vision travail** *Employment research center*

www.visiontravail.qc.ca

19, rue du Marché, Salaberry-de-Valleyfield J6T 1P1

450-371-9533

valleyfield@visiontravail.qc.ca

Vision Travail



Centre-Conseil en emploi pour les 40 ans et plus

Employment advice center for people aged 40 and over

- Si vous voulez vous impliquer ou vous informer.

- If you would like to get involved or find out more about this topic.

- **Ambioterra**

624, rue Notre-Dame, local 32

Saint-Chrysostome J0S 1R0

Priscilla Gareau

450-637-8585



Ambioterra

- **Comité zone d'intervention prioritaire (ZIP) du Haut-Saint-Laurent**

www.ziphsl.org

222, rue Alphonse-Desjardins, suite 202, bureau 212

Salaberry-de-Valleyfield J6S 2N9

450-371-2492

Comité ZIP du HSL



- **Crivert** www.groupe-crivert.weebly.com

222, rue Alphonse-Desjardins, suite 202

Salaberry-de-Valleyfield J6S 2N9

450 371-2492

infocrivert@gmail.com



Crivert

Informer, éduquer, sensibiliser et intervenir auprès de la population à propos des problèmes environnementaux de la région du Suroît.

Inform, educate, raise awareness and intervene with the public on environmental issues in the Suroît region.

- **Genie in a bottle**

514-705-6667

shirleycavanagh@hotmail.com

Ramasse les cannettes, bouteilles, etc. pour dons aux organismes locaux. VOBOC fondation pour les jeunes atteints du cancer en particulier.

Collects cans, bottles, etc. for donation to local organizations. VOBOC foundation for young cancer patients in particular.

- **L'effet papillon Ormstown** *Butterflyway*

450-264-2590

mucknmagic@yahoo.com

Mobilisation citoyenne pour planter et encourager la plantation des fleurs sauvages indigènes pour soutenir les abeilles et les papillons locaux.

Activist group planting and encouraging others to plant native plants in their gardens in order to support our pollinators and ecosystems.

• **Société de conservation et d'aménagement du bassin de la rivière Châteauguay (SCABRIC)** www.scabric.ca

1, rue du Pont
Sainte-Martine J0S 1V0
450 427-0911
info@scabric.ca



Location d'embarcations – Boat rental

• **Société d'observation de la faune ailée du Sud-Ouest (SOFASO)** www.sofaso.com

450 371-6514
administration@sofaso.com Société d'Observation de la Faune Ailée - SOFA



Promouvoir la pratique et le développement du loisir ornithologique et protéger les oiseaux ainsi que leurs habitats.

Promote the practice and development of birdwatching and protect birds and their habitats.



110 rue Mathias, bureau 101
Salaberry-De-Valleyfield
Québec, J6T 3L6
Tél. : 450 370-0204



Centre d'aide et d'accompagnement
en défense de droit aux personnes
aînées et leurs proches.
450 807-2232

Le service CAAPA couvre
le Haut-Saint-Laurent

Service gratuit

VOS DROITS - NOTRE SOUTIEN



988 Chemin Rivière-aux-Outardes, Ormstown (Québec) J0S 1K0

Centres d'hébergement

CARE CENTRES

CISSS de la Montérégie-Ouest
(territoire du Haut-Saint-Laurent)

Home-care centres
CISSS de la Montérégie-Ouest
(Haut-Saint-Laurent Territory)

• **CISSS de la Montérégie-Ouest (Centre d'hébergement d'Ormstown)** Ormstown CHSLD
65, rue Hector, Ormstown J0S 1K0
450-829-2321, poste 4122

• **CISSS de la Montérégie-Ouest (Centre d'hébergement de Huntingdon)** Huntingdon CHSLD
198, rue Châteauguay, Huntingdon J0S 1H0
450-829-2321, poste 2004

Habitations à loyer modique (HLM) pour aînés / Office d'habitation du Haut-Saint-Laurent (OH) : gestion des HLM

Low-Cost Housing
Haut-Saint-Laurent housing authority (HA)

• **Habitations loyer modique (HLM) pour aînés / Office d'habitations (OH) du Haut-Saint-Laurent : gestion des HLM**
ohhsl.com
33, rue Hector, Ormstown J0S 1K0
Claude Arton
450-829-2522 poste 221
direction@ohsl.com

• **HLM Franklin - Le Manoir**
2550, du Parc, Saint-Antoine-Abbé J0S 1N0

• **HLM Howick**
60, rue Colville, Howick J0S 1G0

• **HLM Huntingdon**
21, rue Fairview, Huntingdon J0S 1H0

LOGEMENT ET HÉBERGEMENT

Habitations à loyer modique

(HLM) pour aînés / Offices d'habitation du Haut-Saint-Laurent (OH) : gestion des HLM

LODGING AND LIVE-IN CARE CENTRES

Low-Cost Housing
Haut-Saint-Laurent housing authority (HA)

- **HLM Ormstown – Manoir St-Paul**
26, rue St-Paul, Ormstown J0S 1K0

- **HLM Ormstown – Walshaven**
35, rue Hector, Ormstown J0S 1K0

- **HLM Saint-Chrysostome**
54, rue Robert-Décosse, Saint-Chrysostome J0S 1R0

• Liste sujette à changement. Veuillez appeler au CLSC pour obtenir une liste à jour (450-829-2321, poste 1325).

• Subject to change. Please call your CLSC for an up-to-date list (450-829-2321, extension 1325).

LOGEMENT ET HÉBERGEMENT

Coopérative d'habitation

LODGING AND LIVE-IN CARE CENTRES
Housing cooperative

- **La Coopérative de solidarité du Parc**
24, rue des Moissons, Sainte-Barbe J0S 1P0
450-802-8994

LOGEMENT ET HÉBERGEMENT

Hébergement en ressource intermédiaire

LODGING AND LIVE-IN CARE CENTRES
Housing cooperative

- **Maison La Source Bleue**
Vanessa Théorêt
1575, route 201, Ormstown J0S 1K0
450-829-2795



Maison La Source Bleue

LOGEMENT ET HÉBERGEMENT

Logements sociaux

LODGING AND LIVE-IN CARE CENTRES

Social Housing

- **Les Habitations des Tisserandes**
90, rue West, Huntingdon J0S 1H0
450-957-8557
joanieg.hdthsl@hotmail.com



Les Habitations des Tisserandes

LOGEMENT ET HÉBERGEMENT

Résidences privées pour personnes âgées

LODGING AND LIVE-IN CARE CENTRES

Private residences for seniors

- **Au Petit Bonheur**
Lynn Chantigny
6, rue King, Huntingdon J0S 1H0
450-264-2128

- **La Maison de la Renaissance**
André Dandurand
19, rue François-Cleyn, Huntingdon J0S 1H0
450-264-2779

- **Maison La Source Bleue**
Vanessa Théorêt
1575, route 201, Ormstown J0S 1K0
450-829-2795



Maison La Source Bleue

- **Résidence chez Karen**
Karen Laurin
17, rue Prince, Huntingdon J0S 1H0
450-957-8219

Résidences privées pour personnes âgées

Private residences for seniors

• Résidence chez Karen CM

Karen Laurin
72A, rue Châteauguay Huntingdon J0S 1H0
450-957-5936

• Résidence La Belle-Rose

Chantal Viau
535, rue Notre-Dame, Saint-Chrysostome J0S 1R0
450-826-1055

• Résidence Ormstown inc.

Ren Douglas
2, rue Church, Ormstown J0S 1K0
450-829-2261



Residence Ormstown

• Résidence Riviera

Julie Arthur
212, rue Châteauguay, Huntingdon J0S 1H0
450-264-3192



Résidence Riviera

- Liste sujette à changement. Veuillez appeler au CLSC pour obtenir une liste à jour (450-829-2321, poste 1325).

• Subject to change. Please call your CLSC for an up-to-date list (450-829-2321, extension 1325).

• Tribunal administratif du logement

www.tal.gouv.qc.ca
151, rue Salaberry, bureau 1.20, Salaberry-de-Valleyfield J6T 2H8
1-800-683-2245



Les Dames Auxiliaires de l'Hôpital Barrie Memorial
Women's Auxiliary of the Barrie Memorial Hospital

2 façons de donner :

- par transfert électronique
- par la poste par chèque

Site internet :
www.dahbm.org

Facebook : @BMHWA
Women's Auxiliary -
Dames Auxiliaires
-Hopital Barrie
Memorial



Campagne de souscription annuelle | L'Hôpital Barrie Memorial a besoin de votre soutien

C'est le moment de devenir membre pour 5 \$ et de faire un don pour lequel vous recevrez un reçu pour vos déclarations fiscales. Restez informés en visitant notre [site internet](#) ou notre [page Facebook](#).



1) Par transfert électronique :

- utilisez l'adresse courriel dabarriememorial@gmail.com;
- aucun mot de passe nécessaire;
- dans le message veuillez inclure :
 - votre adresse postale complète pour votre reçu;
 - votre adresse courriel pour l'envoi du reçu.



2) Par la poste par chèque :

- adressez et postez votre chèque à :
Dames auxiliaires de l'Hôpital Barrie Memorial
28, rue Gale, Ormstown QC J0S 1K0
- inclure l'adresse de retour pour recevoir votre reçu par la poste.



« Les dames auxiliaires » est un OBNL, géré par des bénévoles, dont la mission est d'amasser des dons pour soutenir l'Hôpital Barrie Memorial. Merci de votre générosité.



Les Dames Auxiliaires de l'Hôpital Barrie Memorial
Women's Auxiliary of the Barrie Memorial Hospital

2 options to donate:

- By E-transfer
- By mailing a cheque

Website:
www.dahbm.org

Facebook: @BMHWA
Women's Auxiliary -
Dames Auxiliaires
-Hopital Barrie
Memorial



Annual Membership Drive | The Barrie Memorial Hospital needs your support

Now is the time to become a member for \$5 and to make a tax-deductible donation for which you will receive a receipt. Stay informed by visiting our [website](#) or our [Facebook page](#).



1) By E-transfer:

- Use the email address: dabarriememorial@gmail.com;
- No password required;
- In the message, please include:
 - Your complete mailing address for your receipt;
 - Your email address for sending the receipt.



2) By mailing a cheque:

- Write and send your cheque to:
Women's Auxiliary of the Barrie Memorial Hospital
28 Gale Street, Ormstown QC J0S 1K0
- Include your return address to receive your receipt by mail.



« Women's Auxiliary » is a non-profit volunteer organization welcoming donations to support the Barrie Memorial Hospital. Thank you for your generosity.

Transition ou temporaire

Transitional or temporary

• Centre sur L'autre rive (Le)

www.centreautrerive.com

6800, boul. Hébert

Salaberry-de-Valleyfield (Québec)

J6S 6G4

450-371-5177

autrerive@bellnet.ca



Centre sur l'autre rive

Centre d'hébergement et de traitement pour personnes alcooliques ou toxicomanes.

Accommodation and treatment center for alcoholics or drug addicts.

• Maison d'hébergement dépannage de Valleyfield (MHDV)

79, rue du Zouave, Salaberry-de-Valleyfield J6T 2W4

450-371-9617

mhdv@cgocable.ca



Maison d'Hébergement
Dépannage de Valleyfield - MHDV

Offrir une aide temporaire d'hébergement aux femmes et aux hommes de 18 ans et plus, et aux familles en situation de crise (itinérance, sinistre, éviction de logement, dépendance, etc.).

Offer temporary housing assistance to women and men aged 18 and over, and to families in crisis (homelessness, disaster, eviction from housing, dependency, etc.)

Soutien à la recherche de logement et sensibilisation droits et obligations en logement

Support for housing search and awareness of rights and obligations in housing

• Comité logement Beauharnois

mob.clbeauharnois@gmail.com

450-429-3000



Comité Logement Beauharnois CLB

Lundi au vendredi de 9 h à 16 h : prise de rendez-vous préférable pour obtenir des services.

- Mardi (service mobile sur demande – on-site service on request)
- Vendredi (bureau de l'ADDS Huntingdon au 163, rue Châteauguay, Huntingdon)

From Monday to Friday, 9 a.m. to 4 p.m. telephone line. Appointment is preferable to obtain services.

Société Alzheimer Society

SUROIT

340 boul. du Havre, suite 101
Salaberry-de-Valleyfield (QC) J6S 1S6
info@alzheimersuroit.com
www.alzheimersuroit.com



L'AIDE EST TOUT PRÈS
1-877-773-0303
HELP IS CLOSE BY

Vous n'êtes pas seul.
Contactez-nous dès aujourd'hui pour de l'aide et du soutien.
You're not alone.
Call today for help and support.

POUR LES PERSONNES VIVANT AVEC UN TROUBLE NEUROCOGNITIF ET LEURS FAMILLES

- Information
- Ateliers de formation
- Consultations individuelles et familiales
- Soutien individuel ou en groupe

FOR PEOPLE LIVING WITH DEMENTIA AND THEIR FAMILIES

- Information
- Training workshops
- Individual or family consultations
- Individual or group support

SANTÉ ET SERVICES SOCIAUX
Centre intégré de santé et
de services sociaux de la
Montérégie-Ouest
(territoire du Haut-Saint-Laurent)

HEALTH AND SOCIAL
SERVICES
Centre intégré de santé et
de services sociaux de la
Montérégie-Ouest
(Haut-Saint-Laurent Territory)

• Un numéro de téléphone
unique pour toutes les installations :
450-829-2321

One phone number:
450-829-2321 

CISSS de la Montérégie-Ouest

• Site Internet :
www.santemonteregie.qc.ca/ouest

One web site:
www.santemonteregie.qc.ca/en/west

• **CLSC Huntingdon** *Huntingdon CLSC*
10, rue King, bureau 200, Huntingdon J0S 1H0
Prise de contact : poste 1222
Accueil psychosocial : poste 1299

Initial contact: extension 1222
Psychosocial service: extension 1299

Point de service à Saint-Chrysostome
Service location of the CLSC in Saint-Chrysostome
21, rang Ste-Anne, Saint-Chrysostome J0S 1R0

• **Centre d'hébergement d'Ormstown** *Ormstown CHSLD*
65, rue Hector, Ormstown J0S 1K0

• **Centre d'hébergement de Huntingdon** *Huntingdon CHSLD*
198, rue Châteauguay, Huntingdon J0S 1H0

• **Hôpital Barrie Memorial** *Barrie Memorial Hospital*
28, rue Gale, Ormstown J0S 1K0



Organisation communautaire
Pour en savoir davantage sur les concertations locales :
450-829-2321 poste 1325

To know more on local committees: 450-829-2321 extension 1325

SANTÉ ET SERVICES SOCIAUX
Cliniques

HEALTH AND SOCIAL SERVICES
Clinics

• **Centre d'abandon du tabagisme** *Quit Smoking Center*
1-866-603-7114

Rencontres individuelles ou de groupe proposées.
We offer individual and group meetings.

• **Clinique ambulatoire de réadaptation (physiothérapie, ergothérapie)**
450-829-2321, poste 3246

• **Clinique de diabète du Haut-Saint-Laurent – CISSMO**
Diabetic Information Clinic
Hôpital Barrie Memorial
28, rue Gale, Ormstown J0S 1K0
450-829-2321, poste 3227

SANTÉ ET SERVICES SOCIAUX

Cliniques médicales

HEALTH AND SOCIAL SERVICES
Medical centres

• **Clinique médicale d'Ormstown** *Ormstown Medical Center*
55, rue Isabelle, bureau 200, Ormstown J0S 1K0
(450) 859-9185

• **GMF du Haut-Saint-Laurent** *Family medicine group*
Bureau du docteur Julien Convain - Office of Dr Julien Convain
23, rang Sainte-Anne, Saint-Chrysostome J0S 1R0
450-829-2321 poste 5100

• **GMF du Haut-Saint-Laurent** *Family medicine group*
Centre médical de Huntingdon - Huntingdon Medical Center
60, rue François-Cleyn, bureau 204, Huntingdon J0S 1H0
450-264-6101

- **Coopérative Ici santé** *Local health care services*

63 B, rue Lambton, Howick J0S 1G0

514-773-7854

info@coopicisante.ca

Coopérative Ici santé

- **Comité des usagers du Haut-Saint-Laurent** *User Committee*

450-829-2321, poste 3401

CISSS de la Montérégie-Ouest

Assure une vigie des droits des usagers de l'établissement, que les usagers soient hébergés ou non. Il a la responsabilité de renseigner les usagers sur leurs droits ainsi que leurs obligations lorsqu'ils reçoivent des soins et des services.

Provides a vigil for the rights of users of the facility, whether they are residents or non-residents. Is responsible for informing users of their rights and obligations when receiving care and services.

- **Commissaire aux plaintes et à la qualité des services**

CISSS de la Montérégie-Ouest

Hôpital Anna-Laberge

200, boulevard Brisebois, Châteauguay (Québec) J6K 4W8

insatisfactions-plaintes.cisssmo16@ssss.gouv.qc.ca

1-800-694-9920, poste 2280

Télécopieur : 450-699-2551

Insatisfactions ou satisfactions face aux services peuvent être acheminées verbalement, par courriel ou par télécopieur. En tout temps, vous pouvez obtenir de l'aide du *Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes de la Montérégie* (CAAP-Montérégie) dont les services sont gratuits et confidentiels.

Dissatisfaction or satisfaction with services can be expressed verbally, by e-mail or by fax. At any time, you can obtain assistance from the Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes de la Montérégie (CAAP-Montérégie), whose services are free and confidential.



- **Hôpital Barrie Memorial** *Barrie Memorial Hospital*

www.santemo.quebec

28, rue Gale, Ormstown J0S 1K0

450-829-2321



- **Hôpital Anna-Laberge** *Hospital*

www.santemo.quebec

200, boul. Brisebois, Châteauguay J6K 4W8

450-699-2425



- **Hôpital du Suroît** *Hospital*

www.santemo.quebec

150, rue Saint-Thomas

Salaberry-de-Valleyfield J6T 6C1

450-371-9920

Sans frais : 1-800-694-9920 (toll free)



- **Hôpital Vaudreuil-Soulanges** *Hospital*

Ouverture 2026 opening

projet.hos.cisssmo16@ssss.gouv.qc.ca

579-217-1242

**Centre-conseil en emploi pour les 40 ans et plus**

19, rue du Marché

Salaberry-de-Valleyfield QC J6T 1P1

www.visiontravail.ca

450 371-9533

Prise de sang, prélèvement, vaccination

- **Prenez rendez-vous sur Clic santé** <https://portal3.clicsante.ca>

Pour de l'assistance pour prendre un rendez-vous, veuillez contacter Service Québec au numéro sans frais suivant 1-877-644-4545. Plusieurs organismes communautaires pour aînés peuvent aussi aider leurs usagers à prendre rendez-vous.

For assistance in booking an appointment, please contact Service Québec toll-free at 1-877-644-4545. Many community organizations for seniors can also help users book appointments.

Santé mentale

- **Ancre et Ailes du Haut-Saint-Laurent** *Anchor and Wings*

www.ancreetailes.com

10, rue Bridge, Ormstown J0S 1K0

450-829-3491

contact@ancreetailes.com

Groupe d'entraide et milieu de vie

Mutual help group and living environment in mental health



Ancre et Ailes du HSL/ Anchor and Wings of the HSL

- **Au Cœur des familles agricoles** www.acfareseaux.qc.ca

450-768-6995

acfa@acfareseaux.qc.ca

Ligne d'aide et services

Mental health helpline for farm workers and families



Au Coeur des Familles Agricoles (ACFA)

- **Centre communautaire multiservices Un Coin chez nous**

514-237-6118

Intervenant de milieu pour aînés 50 + (ITMAV)

Outreach worker 50+



CCMS Un Coin Chez-Nous

Santé mentale

- **CISSS de la Montérégie-Ouest (CLSC Huntingdon)**

10, rue King, bureau 200, Huntingdon J0S 1H0

450-829-2321

Accueil psychosocial : poste 1299

Psychosocial services, extension 1299



CISSS de la Montérégie-Ouest

- **Collectif de défense des droits de la Montérégie (CDDM)**

Collective defense of rights www.cddm.qc.ca

107, rue Jacques-Cartier, bureau 21

Salaberry-de-Valleyfield J6T 4R8

450-370-1807

Sans frais : 1-800-567-8080 (toll free)

valleyfield@cddm.qc.ca

Pour les personnes ayant eu des problèmes de santé mentale.

For people who have had mental health problems.



Collectif de
défense des droits
de la Montérégie

- **Pacte de rue**

450-370-2420, poste 2

Travail de rue

Street workers



Pacte de Rue

- **Pont du Suroît (Le)** www.lepont.com

88, rue Alexandre, Salaberry-de-Valleyfield J6S 3J9

450-377-3126

Sans frais : 1-888-377-4571 (toll free)

info@lepont.com

Soutien pour l'entourage d'une personne atteinte de maladie mentale.

Support for relatives of people living with mental disorder.



Le Pont du Suroît

- **Le Réseau d'éclaireurs**

450-829-2321 poste 1325

Programme post-pandémie pour favoriser le rétablissement de la communauté et recrutement d'éclaireurs pour détecter la détresse psychologique.

Post-pandemic program to support community recovery. Recruitment of individuals to detect psychological distress

- **Résidence-Elle du Haut-Saint-Laurent**

450-264-2999

Hébergement et soutien pour les femmes victimes de violences conjugales.

Shelter and support for women victims of domestic violence



Résidence-Elle

- **Ressource de transition Le Tournant** www.letournant.org

414, rue Salaberry O., Salaberry-de-Valleyfield J6T 2K3

450-371-2820 Administration

450-371-4090 Ligne d'intervention *Help Line*

Sans frais : 1-833-371-4090 ou 1-866-APPELLE (277-3553) (toll free)

Centre de crise et de prévention du suicide

Suicide prevention and crisis intervention center



LeTournant

- **TEL-Aide – Région du Suroît**

1-855-377-0600

telaideregiondusuroit.com

Ligne d'écoute

Help line



Tel-Aide Région du Suroît

- **Via l'Anse**

450-370-3200

vialanse.com

Soutien pour les hommes en prévention de la violence conjugale et familiale.

Support for men in preventing domestic and family violence.



Via l'Anse

- **Aidants du Haut-Saint-Laurent (Les) Natural Caregivers**

www.aidantshsl.org

23-A, rang Ste-Anne, Saint-Chrysostome J0S 1R0

450-826-1243

Sans frais : 1 855 826-1243 (toll free)

info@aidantshsl.org



Aidants du Haut St-Laurent

- **CISSS de la Montérégie-Ouest (CLSC Huntingdon)**

10, rue King, bureau 200, Huntingdon J0S 1H0

450-829-2321

Accueil psychosocial, poste 1299

Psychosocial services, extension 1299



CISSS de la Montérégie-Ouest

- **Soutien aux endeuillés**

Ligne d'écoute gratuite 1 888 LE DEUIL (1 888 533 3845) au centre Tel-Écoute/Tel-Aînés.

Accessible entre 10 h et 22 h - 365 jours/année. Écoute active, références en suivi de deuil.

Available between 10 a.m. and 10 p.m. - 365 days a year. Active listening, bereavement referrals.

- **Projet Communic-Action Project**

1493, route 138, bureau 3, Godmanchester J0S 1H0

450-264-5197

info@projectcommunication.org



Projet Communic-Action Project



Les services de Soutien à domicile (SAD)

- Admissibilité (clientèle cible) : Toute personne ayant une incapacité, temporaire ou permanente, qui ne peut se déplacer à l'extérieur de son domicile pour recevoir une partie ou la totalité des services requis à sa condition; ou dont l'évaluation et les interventions nécessitent qu'elles soient faites dans son milieu de vie.
- Notre mission : Permettre un maintien à domicile en assurant des soins et des services adaptés aux besoins de l'utilisateur. En offrant le degré de soutien requis qui reconnaît les besoins spécifiques de l'utilisateur et de ses proches; tout en encourageant son autonomie, le développement de ses compétences dans ses soins et son implication dans la prise de décision.
- Quelques-uns des services disponibles:
 - Évaluation des besoins
 - Service d'aide à l'hygiène
 - Services d'aide à la réalisation des habitudes de la vie quotidienne (aide à l'habillage, aide aux soins d'incontinence, etc.)
 - Suivi et évaluation par les services psychosociaux, les soins infirmiers, l'ergothérapie, la réadaptation, la nutrition, l'inhalothérapie.
 - Prêt d'équipements sous recommandation professionnelle, recommandation/adaptation du domicile
 - Soins palliatifs de fin de vie
 - Réadaptation physique post-opératoire
 - Aide et soutien aux proches aidants
 - Accompagnement dans les changements de milieu de vie

Composer le 1-833-774-2772 pour nous contacter

Home Care Services (SAD)

- Eligibility (target clientele): People with a temporary or permanent disability who are unable to leave their home to receive some or all of the services required for their condition; or whose assessment and interventions require that they be performed in their living environment.
- Our mission: To provide care and services adapted to the needs of the individual. To offer the degree of support required that recognizes the specific needs of the users and their caregivers while encouraging their autonomy, the development of their skills in their care and involvement in decision-making.
- Some of the services available:
 - Evaluation of services required
 - Help with hygiene
 - Assistance with daily living activities (getting dressed, incontinence care, etc)
 - Follow-up and assessment by different services: psychosocial, nursing, occupational therapy, rehabilitation, nutrition, respiratory therapy.
 - Loan of equipment, home adaptation/recommendation by a professional
 - End-of-life palliative care
 - Post-operative physical rehabilitation
 - Help and support for caregivers
 - Support during change of living environment

Call 1-833-774-2772 to contact us.

Centre intégré
de santé
et de services sociaux
de la Montérégie-Ouest
Québec

SANTÉ ET SERVICES SOCIAUX

HEALTH AND SOCIAL SERVICES

Autres

Other

• Conseil pour la protection des malades cpm.qc.ca

Your Rights and Health Network

3565, rue Berri, bureau 230, Montréal H2L 4G3

514-861-5922

Sans frais : 1-877-276-2433 (toll free)

info@cpm.qc.ca



Conseil pour la protection des malades

• Coopérative des techniciens ambulanciers de la Montérégie (CETAM) EMTs Montérégie Cooperative

1400, rue René-Descartes, Saint-Bruno-de-Montarville J3V 0B7

450-465-5000

Urgence 911

Points de service/Points of service: Saint-Chrysostome et Ormstown

questions@cetam.ca



La Coopérative des techniciens
ambulanciers de la Montérégie CETAM

• Héma-Québec www.hema-quebec.qc.ca

Organisation de collectes de sang Blood donors clinics

4045, boul. Côte-Vertu, Saint-Laurent H4R 2W7

Sans frais : 1-800-343-7264 (SANG) (toll free)

Sans frais : 1-888-666-4362 (HEMA) (toll free)

info@hema-quebec.qc.ca



Héma-Québec



CLUB LIONS

ORMSTOWN



CANCER INFANTILE
CHILDHOOD CANCER



DIABÈTE
DIABETES



ENVIRONNEMENT
ENVIRONMENT



FAIM
HUNGER



VUE
VISION

Distributeur des gâteaux Grant





Centre communautaire multiservices
Un coin chez-nous 1983
628, rue Notre-Dame, Saint-Chrysostome

Historique

Fondé en 1983, Le Centre communautaire multiservices Un coin chez-nous apporte depuis 33 ans, des services d'aide et de soutien à la population du Haut-Saint-Laurent : les aînés, les familles, les personnes préretraitées, les personnes à mobilité réduite ou à faible revenu.

Mission

Favoriser le maintien à domicile des gens du milieu, particulièrement les personnes en perte d'autonomie.
Fournir des services aux personnes de tous les âges en perte d'autonomie, aux familles ainsi qu'aux personnes défavorisées tout en encourageant leur autonomie.

Services

- Centre de jour
- Transport médical et local
- Service d'accompagnement
- Friperie
- Repas roulants (Popote roulante)
- Dépannage alimentaire
- Service de référence

Activités sociales

- Dîners communautaires
- Jeux de société : sacs de sable, bingo, cartes, tai-chi, etc.
- Cours et formations
- Soirées dansantes
- Location de la salle

Background

Founded in 1983, The Centre communautaire multiservices Un coin chez nous has, for more thirty-three years, offered support services to the residents of the Haut-Saint-Laurent : seniors, families, adults approaching retirement, persons with reduced mobility or individuals on low income.

Services

- Day center for seniors
- Medical and local transportation
- Accompaniment services
- Used clothing counter
- Meals on wheels
- Emergency food baskets
- etc.

Social activities

- Shared meals
- Social games
- Sand bags
- Bingo
- Playing cards
- Chess and more

Horaire : lundi au vendredi, de 8 h 30 à 16 h 30

Téléphone : 450-826-4425

Télécopieur : 450-826-1000

Courriel : ccmsuccn@cooptel.qc.ca

CCMS Un Coin Chez-Nous



35 Schedule: Monday to Friday, from 8:30 a.m. to 4:30 p.m.

SERVICES À LA COMMUNAUTÉ Aide à l'entretien ménager

COMMUNITY SERVICES
Help with housekeeping

• Coup de pouce des Moissons *Home Maintenance Services*

www.cpmaide.ca

196, chemin St-Louis, Beauharnois J6N 2J1

450-429-4229

Sans frais : 1-888-429-4229 (toll free)

direction@cpmaide.ca



Coup de pouce des Moissons

SERVICES À LA COMMUNAUTÉ

Comptoirs vestimentaires et d'ameublement

COMMUNITY SERVICES
Furniture and
clothing banks

• Centre communautaire multiservices

Un coin chez-nous 1983 *Community Center*

628, rue Notre-Dame, Saint-Chrysostome J0S 1R0

450-826-4425

ccmsuccn@cooptel.qc.ca



CCMS Un Coin Chez-Nous

• Comptoir de la Paroisse St-Viateur

Communauté St-Malachie d'Ormstown

Clothing Bank, Church Basement

10, rue Bridge, Ormstown J0S 1K0

450-829-2211

paroissestviateur@bellnet.ca



Paroisse Saint Viateur

Comptoir de vêtements : ouvert lundi et samedi de 10 h à 12 h

Clothing bank is open on Mondays and Saturdays, from 10 to noon.



Municipalité d'Ormstown

5, rue Gale
Ormstown, Qc, J0S 1K0
T 450.829.2625 ext: 209
www.ormstown.ca

Me Alain Fournier, avocat

Directeur général
dg@ormstown.ca

Dépannage alimentaire, popotes roulantes et cuisines collectives

Food bank,
Meals on Wheels and
Community kitchens

- **Ancre et Ailes du Haut-Saint-Laurent** *Anchor and Wings*

www.ancreetailes.com

10, rue Bridge, Ormstown J0S 1K0

450-829-3491

contact@ancreetailes.com

Cuisines collectives

Community kitchen



Ancre et Ailes

- **Bouffe additionnelle (La)** *Food Bank*

4, rue Lorne, bureau 105, Huntingdon J0S 1H0

450-264-2241

labouffeadditionnelle@bellnet.ca

Dépannage alimentaire, cuisines collectives

Food bank, community kitchen



La Bouffe Additionnelle

- **Centre communautaire multiservices**

Un coin chez-nous 1983 *Community Center*

628, rue Notre-Dame, Saint-Chrysostome J0S 1R0

450-826-4425

ccmsuccn@cooptel.qc.ca

Repas roulants et dépannage alimentaire

Meals on wheels and Food Bank



CCMS Un Coin Chez-Nous

- **Centre de Ressources Familiales du Haut-Saint-Laurent**

Family Resources Center

16, rue King, Huntingdon J0S 1H0

450-264-4598

infocrfhsl@gmail.com

Ateliers de cuisine en famille, dépannages d'urgence pour nourrissons.

Family cooking workshop, emergency food supplies for infants



Centre de Ressources Familiales

Dépannage alimentaire, popotes roulantes et cuisines collectives

Food bank,
Meals on Wheels and
Community kitchens

- **Meals on Wheels** *Community Meals Outreach*

514-449-2225

mcmillan@oricom.ca

Livraison de repas 2 fois semaine à Ormstown seulement

Delivery of meals twice a week – Ormstown only

- **Popote mobile Huntingdon**

8, chemin Fairview, Huntingdon J0S 1H0

450-264-3868

pmhuntingdonmow@gmail.com

Popote Mobile Huntingdon

De septembre à juin, livraison de repas à Huntingdon et les environs pour les personnes âgées et en convalescence. Collecte de repas possible sur place.

June to September, meal delivery in Huntingdon and surrounding areas for seniors and convalescents. Meal collection possible on site.



Jardins communautaires

Community Gardens

- **Jardins Communautaires du Haut-Saint-Laurent** *Community gardens*

10, rue King, Huntingdon J0S 1H0

450-829-2321, poste 1398

marie-france.meloche.cssshsl16@ssss.gouv.qc.ca

Écoute et référence

Phone help-lines

- **Aide aux trans du Québec (ATQ)**

514-254-9038

1-855-909-9038 (24/7)

www.atq1980.org

- **Centre d'écoute Montérégie** www.ecoutemonteregie.org
450-658-8509

Sans frais : 1-877-658-8509 (toll free)

info@ecoutemonteregie.org

Centre d'Écoute Montérégie



À l'écoute des aînés. Briser l'isolement des aînés par un service d'écoute téléphonique gratuit et confidentiel.

Listening to seniors. Fight isolation among seniors with a free and confidential telephone hot-line listening service.

- **L'Appui – ligne Info-Aidant** www.lappui.org
1-855-852-7784

- **Interligne (anciennement Gai-écoute)** www.interligne.co
Ligne sans frais pour tout le Québec : 1-888-505-1010
aide@interligne.co

Pour les personnes concernées par la diversité sexuelle et la pluralité des genres.

For anyone concerned with sexual and gender diversity.

- **Ligne d'écoute sur le deuil**

Bereavement - Listening Line

Sans frais : 1-888-LE-DEUIL (1-888-533-3845) (toll free)

- **Ligne info Abus aux aînés** *Seniors Abuse - Help Line*
Sans frais : 1-888-489-ABUS (2287) (toll free)

- **Ligne provinciale de prévention du suicide** *Suicide Prevention*

Pour la région du Suroît (Le Tournant) www.letournant.org

414, rue Salaberry O., Salaberry-de-Valleyfield J6T 2K3

450-371-2820 Administration

Ligne d'intervention 24 h, 7 jours *Help Line*

Sans frais : 1-833-371-4090 ou

1-866-APPELLE (1-866-277-3553) (toll free)

letournant@letournant.qc.ca



LeTournant

Intervention de crise, prévention du suicide et réinsertion sociale

Crisis intervention: suicide prevention and social reintegration.

- **Ligne téléphonique d'écoute, d'information et de référence pour les victimes d'agression sexuelle, leurs proches et les intervenants** *Sexual assault help line for victims, their family and counsellor*

infoaideviolencesexuelle.ca

Sans frais : 1-888-933-9007 (toll free)

www.agressionssexuelles.gouv.qc.ca/fr/ressources-aide/ligne-sans-frais.php

Bilingue et confidentielle 24 h, 7 jours

Bilingual and confidential service: listening, information and referrals 24/7



Info-aide violence sexuelle /
Sexual Violence Helpline

- **Tel-Aide région du Suroît** www.telaide.com

Salaberry-de-Valleyfield

450-377-0600

Ligne 24/7 sans frais : 1-855-377-0600 (24/7 toll-free line)

info@telaide.com



Tel Aide

- **Boutique Chic Chez vous** www.chicchezvous.ca
4220, rue de Rouen, bureau 400, Montréal H1V 3T2
vetements.adaptés@chicchezvous.com

1-888-923-9366

Les Boutiques Chic chez vous

Option de services : en livraison, en magasin, collecte en magasin

Service options: delivery, in store, in-store collection



- **Centre orthopédique du Suroît (CosPro)** *Orthopedic Center*
35, rue du Marché, Valleyfield J6T 1P3
450-370-4442

Cospro - Centre Orthopédique du Suroît



- **Équipement Médical du Sud-Ouest (EMSO)** *Medical equipment*
www.emso.ca

349, chemin Larocque, Salaberry-de-Valleyfield J6T 4C4

450-373-2121

info@emso.ca



EMSO

Équipements spécialisés (locations et réparations)

Specialized equipment
(rentals and repairs)

- **Organisme Voué aux Personnes Atteintes de Cancer (OVPAC)**

Organization dedicated to people with cancer www.ovpac.org

253, rue Jacques-Cartier, Salaberry-de-Valleyfield J6T 4S2

450-371-5400

Sans frais : 1-866-386-8722 (toll free)

info@ovpac.org



Organisme Voué aux
Personnes Atteintes de Cancer

Aides matérielles spécifiques : couvre-chefs, fauteuils
roulants et marchettes

Specific objects: headwear, wheelchairs, walkers

- **Royal Canadian Legion # 81**

8, chemin Fairview, Huntingdon J0S 1H0

514-895-6126

Équipements en location disponibles pour faciliter la
mobilité de personnes âgées dans le besoin.

Rental equipment available to facilitate the mobility of elderly people.

- Pour les équipements spécialisés, vous pouvez également vérifier
auprès des pharmacies.

- See pharmacies for specialized equipment.

Épiceries : service de livraisons à domicile

Grocery Stores: home
delivery services

- **IGA Famille Roy** www.iga.net

305, rue St-Joseph, Sainte-Martine J0S 1V0

450-427-3614, poste 230

7 jrs/semaine de 8 h à 21 h

Livraison à domicile à Howick

Frais de préparation et de livraison (livraison gratuite 70 ans +)

Seven days a week from 8 a.m. to 9 p.m.

Home delivery within Howick

Charges for preparation and delivery (free delivery for 70 years +)



IGA Famille Roy

Épiceries : service de livraisons à domicile

Grocery Stores: home
delivery services

- **IGA Huntingdon Supermarché Bergeron inc.**

2195, chemin Ridge, Huntingdon J0S 1H0

450-264-2909, poste 0 pour commander



IGA Bergeron

Heures d'ouverture : semaine de 8 h à 21 h; samedi et
dimanche 8 h à 20 h. Livraison à domicile : Huntingdon et
les environs. Frais de préparation et de livraison selon la
valeur de la commande et la destination.

*Opening hours: weekdays 8 a.m. to 9 p.m.; Saturday and Sunday
8 a.m. to 8 p.m. Home delivery: Huntingdon and surrounding area.
Charges for preparation and delivery depending on the cost of the
order and destination.*

- **IGA Ormstown** www.iga.net

4, rue Bridge, Ormstown J0S 1K0

450-829-3322



IGA, Vive la bouffe

Heures d'ouverture : semaine de 8 h à 21 h; samedi et
dimanche 8 h à 20 h

Livraison à domicile : Ormstown et les environs

Frais de préparation et livraison

*Opening hours: weekdays 8 a.m. to 9 p.m.; Saturday and Sunday
8 a.m. to 8 p.m. Home delivery: Ormstown and surrounding area.
Charges for preparation and delivery depending on the cost of
the order and destination.*

- **Marché D. Rochefort enr.**

3624, route 201, Saint-Antoine-Abbé J0S 1N0

450-827-2020

Livraison à domicile, Saint-Antoine-Abbé, Franklin
(commander avant 12 h).

Responsable : Linda Bergeron

*Home delivery, Saint-Antoine-Abbé, Franklin free of charge
(place your order before noon).*

• **Marché Métro Charette**

441, rue Notre-Dame, Saint-Chrysostome J0S 1R0
450-826-3193
metrocharette@outlook.com



Metro mon épicier

Livraison à domicile (frais de préparation) : Saint-Chrysostome
Responsables : François et Manon Charette

*Home delivery (preparation fee): Saint-Chrysostome
Contact: François and Manon Charrette*

• **Marché Tradition Éric Hébert inc.**

1562, route 132, Sainte-Anicet J0S 1M0
450-264-9503

Livraison à domicile et service de traiteur sur place
Home delivery and on-site catering service

• **Maxi Huntingdon** (projeté en 2024 | scheduled to open in 2024)

Rue François-Cleyn, Huntingdon J0S 1H0

• **Super C Ormstown**

1473, QC-201, Ormstown, J0S 1K0
450-829-4335

7 jours, de 8 h à 22 h

Commander : [instacart.ca](https://www.instacart.ca)

Pas de livraison / préparation pour commande en ligne /
frais de préparation applicable

Order from: [instacart.ca](https://www.instacart.ca)

No delivery / preparation for online order / preparation fee applicable

• Pour une meilleure gestion des circulaires, consultez-les en ligne pour rabais, promotions et concours à : circulaire-en-ligne.ca.

• An easy and environmentally-friendly way of keeping track of online flyers for discounts, promotions, contests: circulaire-en-ligne.ca.

**Il n'est jamais trop tard pour bien faire.
Et pour planifier votre retraite.**



Prenez un rendez-vous avec un conseiller ou visitez
desjardins.com/retraite

• **INFOSuroit.com** www.infosuroit.com
450-601-5389
info@infosuroit.com

• **Journaux La Voix Régionale, La Voix Agricole et The Southwest Voice**
www.viva-media.ca
450-371-8051
info@viva-media.ca

• **Journal Le Saint-François** www.journalsaint-francois.ca
450-371-6222
redactionjf@gravitemedia.com

• **Le Gleaner** www.the-gleaner.com
P.O. Box 1, Ormstown, J0S 1K0
1-844-450-5055, poste 711
contact@the-gleaner.com

METRO

MARCHÉ CHARETTE

441, Notre-Dame, St-Chrysostome, Qc J0S 1R0
Tél.: 450.826.3193 Téléc.: 450.826.0600

• **Aidants du Haut-Saint-Laurent (Les) *Natural Caregivers***
www.aidantshsl.org
23-A, rang Sainte-Anne, Saint-Chrysostome J0S 1R0
450-826-1243
Sans frais : 1-855-826-1243 (toll free)
info@aidantshsl.org



Aidants du Haut St-Laurent

• **Centre communautaire multiservices**
Un coin chez-nous 1983 *Community Center*
628, rue Notre-Dame, Saint-Chrysostome J0S 1R0
450-826-4425
ccmsuccn@cooptel.qc.ca



CCMS Un Coin Chez-Nous

• **CISSMO (CLSC Huntingdon – soutien à domicile)**
(Huntingdon CLSC - Home support)
10, rue King, bureau 200, Huntingdon J0S 1H0
450-829-2321, poste 1222
1-833-774-2772

• **Coup de pouce des Moissons** *Home Maintenance Services*
www.cpmaide.ca
196, chemin St-Louis, Beauharnois J6N 2J1
450-429-4229
Sans frais : 1-888-429-4229 (toll free)
direction@cpmaide.ca



Coup de pouce des Moissons

• **Projet Communic-Action** *Project*
1493, route 138, bureau 3, Godmanchester J0S 1H0
450-264-5197
info@projetcommunication.org



Projet Communic-Action
Project

- **Société Alzheimer du Suroît (SAS)** *Suroît Alzheimer Society*

www.alzheimersuroit.com

340, boul. du Havre, bureau 101

Salaberry-de-Valleyfield J6S 1S6

450-373-0303

Sans frais : 1-877-773-0303 (toll free)

info@alzheimersuroit.com



Société Alzheimer Society Suroît

- **Circuit du paysan** lecircuitdupaysan.com

- **Les Complices alimentaires**

450-807-1969

regional.pccsa@gmail.com



Les Complices Alimentaires

Congélateurs de fruits et légumes à moindre coût

Low-cost frozen fruits and vegetables in self-service freezers

- **Guide touristique Haut-Saint-Laurent**

<https://mrchsl.com/assets/pdfs/Carte-touristique-web-VF.pdf>

- **Marché fermier du comté de Huntingdon**

www.marchefermierhuntingdon.ca

34, rue Dalhousie suite 102-C, Huntingdon J0S 1H0

450-288-3159

marchefermierhuntingdon@gmail.com



Marché Fermier Huntingdon

Les mercredis, mi-mai à mi-octobre, 15 h à 18 h, rue Dalhousie, près du CLSC Huntingdon

Wednesdays, mid-May to mid-October, 3 to 6 p.m., Dalhousie Street, near CLSC Huntingdon

- **Affaire de Famille (Une)** *Family center*

19, rue Bridge, Ormstown J0S 1K0

450-829-3782

uaf.reception@gmail.com



Une Affaire de Famille

Vise à établir et maintenir un réseau de soutien pour les familles du Haut-Saint-Laurent en mettant sur pied des activités, des services et des programmes, répondant aux différents besoins des membres d'une famille. Pour le volet 50 ans et plus, l'organisme offre différentes activités adaptées, sportives, artistiques, cafés-causeries, club de marche et autres, variant selon la demande.

Aim is to establish and maintain a support network for families in the Haut-Saint-Laurent by setting up activities, services and programs answering to the various needs of each family member. For the 50 and older age group, the organization offers various adapted activities such as sports, arts, coffee-chat, walking club and more, depending on the demand.

- **Aidants du Haut Saint-Laurent (Les)** *Natural Caregivers*

www.aidantshsl.org

23-A, rang Sainte-Anne, Saint-Chrysostome J0S 1R0

450-826-1243

Sans frais : 1-855-826-1243 (toll free)

info@aidantshsl.org



Aidants du Haut St-Laurent

Ce service vise à prévenir l'épuisement et à offrir du soutien et des outils aux personnes proches aidantes responsables de personnes âgées en perte d'autonomie vivant à domicile ou de personnes de moins de 65 ans vivant avec une déficience intellectuelle ou physique ou un trouble du spectre de l'autisme.

This service aims to prevent exhaustion and offer support and tools to caregivers responsible for elderly persons with loss of autonomy living at home or a person under 65 living with an intellectual or physical disability or an autism spectrum disorder.

- **AL-ANON** (problèmes familiaux reliés à l'alcoolisme)

www.al-anon-montreal.org

450-371-2519

Anonyme – ligne téléphonique

Aider les familles et les amis des alcooliques.

Anonymous - telephone line. Helping families and friends of alcoholics.



Les Aidants du Haut-Saint-Laurent

23-A Sainte-Anne,
Saint-Chrysostome
(Qc), J0S 1R0

Je suis un proche aidant

- Soutien et écoute
- Formations
- Ateliers
- Répit
- Référencement

Prendre soin de mon proche commence par prendre soin de moi.

I am a caregiver

- Support and listening
- Training
- Workshops
- Respite
- References

Caring for my loved one starts with caring for myself.

450-826-1243 www.aidantshsl.org

• **Alcooliques Anonymes (AA)** *Alcoholics Anonymous (AA)*

514-376-9230

Sans frais : 1-877-790-2526 (toll free)  Alcooliques Anonymes Canada

Entraide pour les personnes aux prises avec un problème d'alcool et désirant se libérer de leur dépendance à l'alcool.

Mutual aid for people with an alcohol problem who would like to be free of their addiction to alcohol.

• **Ancre et Ailes du Haut-Saint-Laurent** *Anchor and Wings*

www.ancretailes.com

10, rue Bridge, Ormstown J0S 1K0

450-829-3491

contact@ancretailes.com



Ancre et Ailes

Offrir un milieu de vie à toutes les personnes de 18 ans et plus vivant ou ayant vécu un problème de santé mentale ou de détresse psychologique, leur permettant de vivre l'entraide et de briser l'isolement social dans une ambiance chaleureuse et accueillante.

Offer a living environment for anyone 18 years of age and over experiencing or having experienced problems with mental health or psychological stress to allow them to experience mutual aid and ease social isolation in a welcoming and supportive atmosphere.

• **Association Coopérative d'économie Familiale Rive-Sud** **Point de service Valleyfield (ACEF)** *Family Economy Cooperative association*

www.acefrsm.com

19, rue Ste-Cécile, Salaberry-de-Valleyfield J6T 1L4

450-371-3470 Sans frais: 1-888-450-3470

acefrsv@acefrsm.com



ACEF Rive-Sud de MTL

Organisme de défense collective des droits. Offre différents cours et ateliers sur les pistes de solutions à l'endettement, L'ABC d'un budget, les pièges de la consommation, les lois sur la protection du consommateur.

Organization for the collective defence of rights. Offering various courses and workshops on possible solutions for debt, the ABCs of budgeting, consumer traps, laws protecting consumers.

• **Association des devenus sourds et des malentendants du Québec - Secteur Sud-Ouest** *Association for the deaf – South Western Quebec*

35, rue Grande-Île, bureau 1

Salaberry-de-Valleyfield J6S 3L9

450-377-5941

adsmqso@gmail.com



ADSMQSO

Rompre l'isolement des personnes devenues sourdes et malentendantes et leur donner des moyens pour jouir d'une meilleure qualité de vie. Défense des droits des personnes vivant avec une surdité. Différentes activités et cours.

Break isolation for the deaf and hard of hearing and give them the tools to enjoy a better quality of life. Defend the rights of people living with deafness. Various activities and courses.

• **Association pour la défense des droits sociaux de Huntingdon (ADDS)** *Social Rights Defence Association*

www.addshuntingdon.org

163, rue Châteauguay, Huntingdon J0S 1H0

450-264-6888

adds.reception@outlook.com



ADDS Huntingdon

Accompagnement et soutien dans des démarches de reconnaissance des droits. Aide à remplir des formulaires et/ou entrer en contact avec des agences gouvernementales. Ateliers d'éducation populaire. Sensibilisation et information. Mobilisation citoyenne. Clinique d'impôt populaire (annuelle).

Maintenant en association avec le Défi des Handicapés du Haut-Saint-Laurent

Help and support for gaining recognition of rights. Assistance with filling out forms and or making contact with government agencies, workshops on public education. Advocacy and information. Citizen groups. Public tax clinics (yearly). Now in association with the Défi des Handicapés du Haut-Saint-Laurent.

• **Association Québécoise de Défense des droits des personnes Retraitées et préretraitées (AQDR) section Salaberry-de-Valleyfield** *Retired People Rights Defence Association*

www.aqdr.org/section/valleyfield-suroit

110, rue Mathias, bureau 101

Salaberry-de-Valleyfield J6S 4V7

450-370-0204

aqdrvalleyfield@cgocable.ca



AQDR Valleyfield-Suroît

La défense exclusive des droits culturels, économiques et sociaux des personnes retraitées et préretraitées. Activités socio-récréatives/éducatives, actions/informations sur tous les sujets relatifs aux aînés, trousse info-sécurité, conférences, prévention contre l'abus et la violence envers les aînés. **Centre d'aide et d'accompagnement en défense de droit aux personnes âgées et leurs proches (CAAPA). Service gratuit offert dans le Haut-Saint-Laurent : 450-807-2232.**

*Exclusive defence of cultural, economic and social rights of retirees and pre-retirees. Socio-recreational and educational activities, information on all subjects relating to seniors, security information kit. Conferences on prevention of abuse and violence towards seniors. **Free help and support service in the Haut-Saint-Laurent for the defense of the rights of seniors and their families: 450-807-2232.***

• **Bouffe additionnelle (La)** *Food Bank*

4, rue Lorne, bureau 105, Huntingdon J0S 1H0

450-264-2241

labouffeadditionnelle@bellnet.ca



La Bouffe Additionnelle

Service d'aide alimentaire pour les personnes qui vivent une période difficile. Promouvoir et encourager la prise en charge. Informer les usagers sur les ressources de la communauté, ateliers de cuisine collective et éducative, dépannage alimentaire, distribution de paniers de Noël.

Food assistance for people experiencing a difficult period in their lives. Promote and encourage taking responsibility. Inform users about resources in the community, community kitchen and educational workshops, food bank, distribution of Christmas baskets.

• **Calacs La Vigie – Centre d’aide et de lutte contre les agressions à caractère sexuel** *Sexual Abuse Help Centre*

Salaberry-de-Valleyfield

450-371-4222

info@calacslavigie.org



Calacs Lavigie

Venir en aide aux femmes et adolescentes qui ont vécu une agression à caractère sexuel dans le passé ou récemment. Sensibiliser la population sur la problématique des agressions à caractère sexuel. Défendre les droits des femmes agressées sexuellement, suivi individuel et groupes de soutien, écoute téléphonique, accompagnement médical et judiciaire.

Assist women and adolescents who have experienced sexual assault in their past or recently. Public awareness campaigns about the issue of sexual assault. Defend the rights of women who have suffered sexual abuse, individual and support group follow-ups, help line, accompaniment for medical and legal appointments.

• **Camp Soleil de Mélissa** campsoleildemelissa.weebly.com

24, rue York, Huntingdon J0S 1H0

450-264-6340

melissasunshinecamp@gmail.com



Melissa's Sunshine
Camp Soleil de Mélissa

Organisme à but non lucratif pour personnes handicapées intellectuelles ou physiques de tous âges : répit, halte-répit, activités.

Non-profit organization for people of all ages living with an intellectual or physical disability: respite, drop-in, activities.

• **Centre communautaire multiservices**

Un coin chez-nous 1983 *Community Center*

628, rue Notre-Dame, Saint-Chrysostome J0S 1R0

450-826-4425

ccmsuccn@cooptel.qc.ca



CCMS Un Coin Chez-Nous

Favoriser le maintien à domicile des gens du milieu, particulièrement les personnes en perte d'autonomie. Briser l'isolement.

Dépannage alimentaire, transport médical et local, repas roulants, activités journalières, friperie, repas communautaires.

Improve homecare services for retired and pre-retired persons. Fight isolation. Food bank, local and medical transportation, meals on wheels, daily activity, thrift store, community meals.

• **Centre d'aide aux victimes d'actes criminels de la Montérégie (CAVAC) Point de service de Valleyfield**

Victims of criminal acts resource centre www.cavac.qc.ca

74, rue Académie, local 204, Salaberry-de-Valleyfield J6T 0B8

450-370-4029

Sans frais : 1-888-670-3401 (toll free)

infocavac@cavacmonteregie.com



Le Réseau des Centres d'Aide
aux Victimes d'Actes Criminels

Aider les victimes à surmonter les conséquences physiques, psychologiques, sociales d'un crime et les aider à obtenir une indemnisation pour les préjudices subis. Accompagnement auprès de l'appareil judiciaire, assistance technique, information sur les procédures judiciaires.

Assist victims to overcome the physical, psychological, social consequences of a crime and obtain compensation for losses suffered. Provide support dealing with the judicial system, technical assistance, information about legal procedures.

• **Centre d'Assistance et d'Accompagnement aux Plaintes Montérégie (CAAP Montérégie)** *Resource Centre for Customer Complaints of the Monteregie* www.caapmonteregie.ca

125, rue Saint-Charles, Saint-Jean-sur-Richelieu J3B 2C4
450-928-3223

Sans Frais : 1-800-263-0670 (toll free)

caap@caapmonteregie.ca



Caap Montérégie

Accompagner l'utilisateur dans l'expression de son insatisfaction face aux services de santé et aux services sociaux.

Assist users wishing to file a complaint to express dissatisfaction with health and social services.

• **Club la joie de vivre** www.clubjoiedevivre.net

748, avenue de Grande-Île, Salaberry-de-Valleyfield J6S 3N8
450-377-1213

admin@clubjoiedevivre.net



Club Joie de Vivre

Offrir aux adultes vivant avec une déficience intellectuelle ou un trouble du spectre de l'autisme des services d'activités de jour, ateliers divers, loisirs créatifs, sorties d'intégration, zoothérapie, etc.

Offer adults living with an intellectual disability or an autism spectrum disorder daytime activities, various workshops, creative leisure activities, integration outings, zotherapy, etc.

• **Collectif de défense des droits de la Montérégie (CDDM)**

Collective defence of rights www.cddm.qc.ca

107, rue Jacques-Cartier, bureau 21
Salaberry-de-Valleyfield J6T 4R8
450-370-1807

Sans frais : 1-800-567-8080 (toll free)

valleyfield@cddm.qc.ca



Collectif de défense des droits de la Montérégie

Promotion et respect des droits aux personnes ayant ou ayant eu des problèmes de santé mentale. Défense des droits, séance d'information en santé mentale.

Promotion of and respect for the rights of persons with or having had mental health issues. Defence of rights, information session on mental health.

• **Coup de pouce des Moissons** *Home Maintenance Services*

www.cpmaide.ca

196, chemin Saint-Louis, Beauharnois J6N 2J1

450-429-4229

Sans frais : 1-888-429-4229 (toll free)

direction@cpmaide.ca



Coup de pouce des Moissons

Services d'aide à domicile légers ou plus lourds et services d'aide à la personne (entretien ménager, préparation repas sans diète, lessive, repassage, accompagnement aux courses, peinture, grand ménage)

Light or heavy housekeeping services and personal support services (household maintenance, meal preparation-no diet, laundry, vacuuming, assistance with shopping, painting, major cleaning).

• **Défi des Handicapés du Haut-Saint-Laurent maintenant affilié à l'ADDS**

Group for people with disabilities *Now affiliated with ADDS*

163, rue Châteauguay, Huntingdon J0S 1H0

450-264-6888

adds.huntingdon@hotmail.ca



ADDS Huntingdon

Briser l'isolement et sensibiliser la population à l'intégration des personnes handicapées. Suivez-nous sur Facebook!

Break isolation, share our experiences, raise public awareness about people with disabilities. Follow us on Facebook!

• **Grands Frères Grandes Soeurs de la Montérégie – secteur du Suroît** www.gfgsm.org

87, rue Ste-Cécile, bureau 226, Salaberry-de-Valleyfield J6T 1L9

Sans frais: 1-866-464-6188

info.monteregie@grandsfreresgrandessoeurs.ca

Créer des relations de mentorat inspirantes et déterminantes qui révèlent le plein potentiel des jeunes et les outillent pour l'avenir.

Create inspiring and decisive mentoring relationships that reveal young people's full potential and equip them for the future.

- **Institut Nazareth et Louis-Braille (INLB)** inlb.qc.ca

1111, rue Saint-Charles Ouest, Longueuil J4K 5G4

450-463-1710

1-800-361-7063

info.inlb@ssss.gouv.qc.ca



Institut Nazareth et Louis-Braille

- **JAG organisme communautaire LGBT+** www.lejag.org

Point de service : 107, rue Jacques-Cartier, bureau 11

Salaberry-de-Valleyfield J6T 4R8

450 774-1349

direction@lejag.org



JAG, Organisme LGBT+

Organisme communautaire de sensibilisation, de soutien et de référencement.

Community-based awareness, support and referral organization.

- **Réseau communautaire Montérégie Ouest**

Monteregie West Community Network

72, rue Dalhousie, Huntingdon J0S 1H0

450-264-3596

MWCN - Monteregie West Community Network



Réunir les communautés, encourager l'apprentissage tout au long de la vie pour tous et fournir des informations et des ressources pour un meilleur accès aux services sociaux et de santé pour tous.

Bring communities together, encourage lifelong learning for everyone and provide information and resources to promote improved access to health and social services for all.

- **Moulin de la source (Au)** www.mouлиндelasource.com

226, rue Montcalm, Salaberry-de-Valleyfield J6T 2E4

450-377-5254

info@mouлиндelasource.com



Au Moulin de la Source

Répit, centre de jour pour personnes handicapées physiques.

Respite, day center for the physically disabled.

- **Narcotiques Anonymes Québec (NA)** *Narcotics anonymous (NA)*

www.naquebec.org/monteregie.htm

Sans frais : 1-855-544-6362 (24/7) (toll free)

info@naquebec.org

Narcotiques Anonymes Québec



Venir en aide aux toxicomanes. Réunions régulières. Service téléphonique pour obtenir de l'information concernant les réunions.

Assistance for addicts. Regular meetings. Telephone service for information about meetings.

- **O'Hangar magasin communautaire** ohangar.ca

42, rue Edmond, Salaberry-de-Valleyfield J6S 1L8

450-377-8597

info@ohangar.ca

O'Hangar magasin communautaire



Aider les personnes défavorisées. Collecte et vente d'objets de la cave au grenier.

Helping disadvantaged people. Collect and sell items from the cellar to the attic.

- **Organisme Voué aux Personnes Atteintes de Cancer (OVPAC)** *Organisation dedicated to people with cancer* www.ovpac.org

253, rue Jacques-Cartier, Salaberry-de-Valleyfield J6T 4S2

450-371-5400

Sans frais : 1-866-386-8722 (toll free)

info@ovpac.org

Organisme Voué aux Personnes Atteintes de Cancer



Soutenir les personnes atteintes de cancer et leurs proches en leur offrant différents services dont celui de les transporter vers les centres d'oncologie de la région métropolitaine pour y recevoir des traitements et des soins et autres services de soutien.

Support people with cancer and their families mainly through providing transportation services to oncology centres for treatment and care in the greater Montreal region and other support services.

- **Outremangeurs Anonymes (OA) (Bouée d'espoir)**

www.outremangeurs.org

1, rue Bélanger

Salaberry-de-Valleyfield J6S 5T5

450-267-4693

Accueil de tous ceux et celles qui veulent arrêter de manger compulsivement.

Welcoming all those who want to stop eating compulsively.



Intergroupe Outremangeurs
Anonymes Français Montréal

- **Pacte de rue** *Street workers* www.pactederue.com

Salaberry-de-Valleyfield J6T 4R8

450-370-2420 Ligne d'intervention Help line (téléphone/
téléavertisseur)

24 h/5 jours lundi au vendredi (fin de semaine sur rendez-vous)

24 d/5 days Monday to Friday (week-end by appointment)

450-373-1333 administration

info@pactederue.com



Pacte de Rue

Travailler par le biais de la rue à améliorer la condition de vie des jeunes et adultes. Activités et services : accompagnement individualisé pour jeunes et jeunes adultes; éducation/information; intervention de crise; prévention; écoute et support;

référence personnalisée; sensibilisation; travail de rue, projets.

Work to improve the lives of youth and adults through street level activities and services: outreach, individualized support for youth and young adults; education/information; crisis intervention; prevention; listening and support; personalized follow-up; raising awareness; street work, projects.

Cabinet en assurance de
dommages

1 866.961.3553

gosselinassurances.ca

commercial@gosselinassurances.ca



Gosselin
COURTIERS D'ASSURANCES

- **Pont du Suroît (Le)** www.lepont.com

88, rue Alexandre, Salaberry-de-Valleyfield J6S 3J9

450-377-3126

Sans frais : 1-888-377-4571 (toll free)

info@lepont.com

Services de soutien aux membres de l'entourage de la personne atteinte de la maladie mentale.

Support services for the family and close friends of an individual with mental health problems.



Le Pont du Suroît

- **Projet Communic-Action** *Project*

1493, route 138, bureau 3, Godmanchester J0S 1H0

450-264-5197

info@projetcommunication.org

Briser l'isolement des personnes âgées qui souffrent d'une perte d'autonomie et qui demeurent à domicile. Visites à domicile, conversations téléphoniques, gardiennage, accompagnements aux courses, transport pour visites et activités locales.

Break isolation among seniors experiencing loss of autonomy and still living at home. Home visits, telephone conversations, sitting services, assistance with shopping, transportation to go visiting and attend local activities.



Projet Communic-Action
Project

- **Résidence-Elle du Haut-Saint-Laurent**

Temporary lodging for abused women and children

Huntingdon J0S 1H0

450-264-2999 Ligne d'urgence 24 h/7

Sans frais : 1-877-264-2999 (toll free)

mjleduc.residence-elle@outlook.com

Hébergement temporaire pour femmes victimes de violence, ligne d'écoute, promouvoir et défendre les droits des femmes.

Temporary accommodation for women who are victims of violence, help line, promote and defend the rights of women.



Résidence-Elle



Résidence-Elle Volet Jeunesse



PROJET
COMMUNIC-ACTION
PROJECT



NOTRE MISSION

Projet COMMUNIC-ACTION est un organisme communautaire à but non-lucratif, composé de bénévoles, qui a pour but de promouvoir l'état de santé et de bien-être des personnes âgées en perte d'autonomie qui demeurent à domicile.

Pour les personnes âgées de 65 ans et plus, en perte d'autonomie, demeurant à domicile.

OUR MISSION

COMMUNIC-ACTION Project is a non-profit community organization, composed of volunteers, whose purpose is to promote the health and well-being of elderly people living at home.

For seniors over 65, experiencing a lack of autonomy, living in their own home.

Nos services sont offerts dans les municipalités suivantes / Our services are offered in the following municipalities :

Huntingdon, Hinchinbrooke, Godmanchester, Dundee, Elgin, Saint-Anicet, Sainte-Barbe, Ormstown.



projetcommunication.org

Tél : 450 264-5197 — Fax : 450 264-8116
info@projetcommunication.org



adresse du bureau

Projet COMMUNIC-ACTION
C.P. 90027, 1493 Route 138, Suite 3
Godmanchester, QC, J0S 1H0



heures du bureau

Lundi au Vendredi — 9:00 à 17:00
(Fermé de 12:00 à 13:00)



L'audace d'agir différemment !



Des produits d'ici et à bas prix, ça vous dit ?

Découvrez nos fruits et légumes congelés aux formats de 100g à 500g dans nos 3 points de vente !

- **Clinique médicale de Huntingdon:** 60 rue F. Cleyn Suite 204, Huntingdon
- **La Bouffe Additionnelle:** 4 rue Lorne, Huntingdon
- **MRC du Haut-Saint-Laurent:** 10 rue King, Huntingdon

The audacity to act differently !

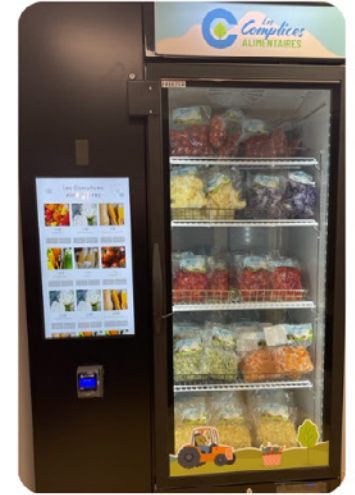
Products from here and at low prices, are you interested ?

Discover our frozen fruits and vegetables in formats from 100g to 500g in our 3 points of sale !

- **Clinique médicale de Huntingdon:** 60 rue F. Cleyn Suite 204, Huntingdon
- **La Bouffe Additionnelle:** 4 rue Lorne, Huntingdon
- **MRC du Haut-Saint-Laurent:** 10 rue King, Huntingdon



@LesComplicesAlimentaires



• **Ressource de transition Le Tournant** *Transition resources*

Le Tournant www.letournant.org

414, rue Salaberry O., Salaberry-de-Valleyfield J6T 2K3

450-371-2820 Administration

Ligne d'intervention *Hotline and crisis intervention*

Sans frais : 1-833-371-4090 ou

1-866-APPELLE (277-3553) (toll free)



LeTournant

Ligne d'accueil et d'intervention de crise 24 h/7.

Service d'accompagnement aux individus et aux groupes.

Programme d'Intervention de Crise & Prévention du suicide.

Programme de réadaptation (court et moyen terme).

Formation à l'intervention de crise suicidaire

et à la postvention.

24/7 telephone hotline and crisis intervention. Support service for individuals and groups. Suicide prevention and crisis intervention program. Rehabilitation program (short and long term).

Training in suicide intervention and postvention.

• **Service d'accompagnement bénévole et communautaire (SABEC)** *Volunteer medical transportation*

1493, route 138, bureau 2, Godmanchester J0S 1H0

450-264-1131

Sans frais : 1-866-764-1131 (toll free)

sabec2641131@hotmail.com



SABEC

Transport médical

Medical transportation

• **Service Réadaptation Sud-Ouest et du Renfort (SRSOR)**

Readaptation and reinforcement services www.srsor.qc.ca

80, rue du Marché, Salaberry-de-Valleyfield J6T 1P5

450-371-4816

CRDI/SRSOR/CISSMO/ toute catégorie

Services spécialisés en adaptation et réadaptation DI et TED.

Specialized services in adaptation and rehabilitation CI and PDD.



• **Société Alzheimer du Suroît (SAS)** *Suroît Alzheimer Society*

www.alzheimersuroit.com

340, boul. du Havre, bureau 101

Salaberry-de-Valleyfield J6S 1S6

450-373-0303

Sans frais : 1-877-773-0303 (toll free)

info@alzheimersuroit.com



Société Alzheimer Society Suroît

Informations sur la maladie, services et ressources, consultations téléphoniques, rencontres individuelles et familiales, groupes de soutien pour personnes atteintes et aidantes, sécu-retour, médic-alert.

Information about the disease, services and resources, telephone consultation, meetings with individuals or families, support group for the person affected and caregiver, Safely Home program.

• **Société Canadienne du Cancer (SCC)**

Canadian Cancer Society www.cancer.ca

Bureau régional Sud-Ouest, 161-B, boul. St-Jean-Baptiste, bureau 201, Châteauguay J6K 1G2

450-692-5110

info@sic.cancer.ca



Société canadienne du cancer

Soutien par téléphone, ateliers thématiques, conférences, formations et aide matérielle.

Telephone support, themed workshops, conferences, training and material assistance.

• **Via l'Anse** www.vialanse.com

340, boul. du Havre, bureau 103

Salaberry-de-Valleyfield J6S 1S6

450-370-3200

mario.trepanier@vialanse.com



VIA L'Anse

Prévenir la violence conjugale et familiale en intervenant auprès des personnes à risque de comportements violents.

Prevent spousal and family violence by intervening with people at risk of violent behavior.

Anglicanes *Anglican Churches*

- **Saint-James, Ormstown**
19, rue Church, Ormstown J0S 1K0
450-829-2504

Ouverte d'avril à décembre
Open from April to December

Responsable : Cindy Ovans

- **Saint-John, Huntingdon**
18, rue King, Huntingdon J0S 1H0
450-264-2504

Trésorier : Gerry Carrigan

- **Saint-Paul, Herdman's Corner**
1035, chemin Brook, Hinchinbrooke J0S 1A0

Deux services par an
Two services per year

- **Trinity Church, Havelock**
Route 202, Havelock J0S 2C0
450-826-4807

Services à Pâques, en juillet et à Noël
Services on Easter, in July and on Christmas

Responsable : Ms Kelly Allen

Églises indépendantes *Independant Churches*

- **Village Church of the Nazarene**
52, rue Lambton, Ormstown J0S 1K0
450-829-2123

franklinchurch@gmail.com

Responsable : Randy Barrington



Village Church of the Nazarene

- **Union Church, Havelock**
42, Covey Hill Road, Havelock J0S 2C0
450-826-4648

Église fermée
Accès au cimetière
Church closed
Access to the cemetery

Responsable : Greg Edwards

Églises Unies *United Churches*

- **Franklin United Church**
1675, route 202, Franklin J0S 1E0
450-829-3855

Responsable : Reverend Barbara Bryce

- **Howick United Church** howickunitedchurch.ca
2, rue Bridge, Howick J0S 1G0
450-829-3855

Responsable : Reverend Barbara Bryce

- **Huntingdon United Church**
182A, rue Châteauguay, Huntingdon J0S 1H0
450-264-2998

rdrennie@gmail.com

Secrétaire : Randy Rennie

Service : dimanche, 10 h
Vendredi : café muffin :
9 h 30 à 10 h30

Service: Sunday, 10 a.m.
Friday: muffin and coffee
9:30 a.m. to 10:30 a.m.



Huntingdon United Church

- **Rennies United Church, Hinchinbrooke**
1722, route 202, Hinchinbrooke J0S 1A0
450-264-6582

susanerskine@hotmail.ca

Ministre : Reverend Mher Khatchikian

- **Russeltown United Church**
Rang Notre-Dame
Saint-Chrysostome J0S 1R0
450-826-4648

Église fermée
Accès au cimetière
Church closed
Access to the cemetery

- **Saint Paul's United Church**
19, rue Lambton, Ormstown J0S 1K0
450-829-3855

ormstownfranklin59@yahoo.ca

Responsable : Reverend Barbara Bryce

- **Zion United Church, Dundee**
1831, montée Smallman, Dundee J0S 1L0
450-264-5768

gordonandrachelle@hotmail.com

1^{er} dimanche du mois
à 10 h 30
1st Sunday of the month at
10:30 a.m.



Dundee Zion United Church

Paroisses catholiques *Catholic Parishes*• **Paroisse Saint-Joseph**

16, rue York, Huntingdon J0S 1H0

450-264-5403

presbyterehuntingdon@hotmail.com

Chargé de ministère : père Gabriel Clément

Secrétaire : Lise Castagner

• **Paroisse Saint-Laurent****(Saint-Anicet, Sainte-Barbe, Saint-Stanislas-Kostka)**

225, avenue de la Fabrique, C.P. 95, Saint-Anicet J0S 1M0

450-264-2059

secretaire.paroisse.st-laurent@hotmail.com

Secrétaire : Brigitte Landry

Communauté Saint-Anicet

225, avenue de la Fabrique, Saint-Anicet J0S 1M0

Communauté Sainte-Barbe

471, rue de l'Église, Sainte-Barbe J0S 1P0

• **Paroisse Saint-Padre Pio****(Sainte-Clotilde, Saint-Jean-Chrysostome, Hemmingford)**

608, rue Notre-Dame, C.P. 9, Saint-Chrysostome J0S 1R0

450-826-4934

stpadre.pio@hotmail.com

Curé : Père Jean-Guy Lanthier

Secrétaires : Catherine Poupart et Rachel Rochefort

• **Communauté Saint-Jean-Chrysostome**

608, rue Notre-Dame, C.P. 9, Saint-Chrysostome J0S 1R0

450-826-4934

stpadre.pio@hotmail.com

Curé : Père Jean-Guy Lanthier

• **Paroisse Saint-Viateur (Saint-Antoine-Abbé, Saint-Louis-de-Gonzague, Saint-Malachie)**

10, rue Bridge, Ormstown J0S 1K0

450-829-2211

paroissestviateur@bellnet.ca

Secrétaire : Monique Duchesne

Communauté Saint-Antoine-Abbé

2514, route 209, Saint-Antoine-Abbé J0S 1N0

450-827-2831

eglisestantoineabbe@gmail.com

Secrétaire : Micheline Lavigne

Communauté Saint-Malachie

10, rue Bridge, Ormstown J0S 1K0

450-829-2211

paroissestviateur@bellnet.ca

Secrétaire : Monique Duchesne

• **Paroisse Sainte-Martine (Sainte-Martine, Saint-Urbain-Premier, Très-Saint-Sacrement)**

122, rue Saint-Joseph, Sainte-Martine J0S 1V0

450-427-2106

fabstema@videotron.ca

Administrateur paroissial : Abbé Jean-Sébastien Villeneuve

Secrétaire : Linda Riendeau

Presbytériennes *Presbyterian Churches*• **Presbyterian Church Athelstan**

139, chemin Ridge, Athelstan J0S 1A0

450-264-6895

450-601-6897

Douglas Grant

Responsable : Reverend Mher Khatchikian

- **Georgetown Presbyterian Church**
920, route 138, Très-Saint-Sacrement J0S 1G0
andrewandcarma@sympatico.ca
Responsable : Reverend Andrew Cameron

- **Rockburn Presbyterian Church, Hinchinbrooke**
2475, Rockburn Sideroad, Hinchinbrooke J0S 1A0
rockburnpresbyterian@gmail.com
Secrétaire : Elizabeth Waller

- **St-Andrew's Presbyterian Church**
33, rue Prince, Huntingdon J0S 1H0
450-264-6226
armhurstfarm@gmail.com

INVENTAIRE DES LIEUX DE CULTE DU HAUT-SAINT-LAURENT :

Inventory the Haut-Saint-Laurent Religious Buildings

<https://mrchsl.com/services/culture/patrimoine>



MICHEL HOHUU & DANH NGUYEN



4, rue Bridge, local A-7, Ormstown J0S 1K0
Tél. : 450 829-2367 Téléc. : 450 829-3125

55, rue Isabelle, suite 110, Ormstown J0S 1K0
Tél. : 450 829-2323 Téléc. : 450 829-2727



Pharmacie
Olivier Pham et Alexandre Pham

72 Rue Châteauguay
Huntingdon (Québec) J0S 1H0

T. 450-264-5347
F. 450-264-3174

Affiliée à :



60 Rue F.-Cleyne
Huntingdon (Québec) J0S 1H0

T. 450-264-8070
F. 450-264-8071

- **Familiprix Michel Ky-Tran Hohuu et Danh Nguyen**
4, rue Bridge, local A-7, Ormstown J0S 1K0
450-829-2367

55, rue Isabelle, bureau 110, Ormstown J0S 1K0
450-829-2323



Familiprix Ormstown

Lundi au vendredi 9 h à 19 h; samedi 9 h à 17 h; dimanche 11 h à 17 h. Livraison dans le Haut-Saint-Laurent sauf Elgin, Saint-Anicet, Dundee. Prise de tension artérielle, prise de photo.

Monday to Friday from 9 a.m. to 7 p.m.; Saturday from 9 a.m. to 5 p.m.; Sunday from 11 a.m. to 5 p.m. Delivery in the Haut-Saint-Laurent, except in Elgin, Saint-Anicet, Dundee. Blood pressure check, ID photo service.

- **Proxim Claude Villeneuve, Lucie Senneville et Nicolas Lamoureux**

506, Notre-Dame, Saint-Chrysostome J0S 1R0
450-826-3773



Proxim Villeneuve, Senneville et Lamoureux

Livraison, prise de tension artérielle, préparation de médicaments, service d'infirmière

Delivery, blood pressure check, medication preparation, nurse service

- **Proxim Hubert Miroslav Zakrzewski-Jakubiak et Imad El Masri Inc.**
1-305, rue Saint-Joseph, Sainte-Martine J0S 1V0
450-427-2213

Livraison et prise de tension artérielle, service d'infirmière

Delivery and blood pressure check, nurse service

- **Uniprix Olivier Pham et Alexandre Pham**
72, rue Châteauguay, Huntingdon J0S 1H0
450-264-5347

60, rue François-Cleyne, local 101, Huntingdon J0S 1H0
450-264-8070



Uniprix Olivier Pham et Alexandre Pham

Livraison, prise de tension artérielle, préparation des médicaments

Delivery, blood pressure check, medication preparation



Présents
dans votre
communauté
**depuis plus
de 15 ans**



Informez-vous sur nos différents services :

- Gestion de la médication sous forme de piluliers
- Service d'infirmière :
 - Vaccination (grippe, voyage, zona)
 - Nettoyage d'oreilles
 - Injection de médicaments prescrits
 - Suivi spécialisé (hypertension artérielle, diabète, hypercholestérolémie)
 - Pansements spéciaux
- Service de location :
 - Béquilles
 - Marchette
 - Canne
 - Fauteuil roulant
- Service de livraison gratuit

Plusieurs autres services sont disponibles, renseignez-vous auprès de l'équipe du laboratoire.

On est là pour vous.

Pharmaciens dans l'âme.

**Claude Villeneuve, Lucie Senneville
et Nicolas Lamoureux**

506, rue Notre Dame, Saint-Chrysostome
450 826-3773

Pharmaciens-propriétaires affiliés à **Proxim**

Les pharmaciens sont les seuls responsables de l'exercice de la pharmacie.

PROJET GÉNIE DANS UNE BOUTEILLE



GENIE IN A BOTTLE PROJECT

Qu'en est-il du projet Génie dans une bouteille:

Grâce à la participation communautaire, nous aidons les organismes de bienfaisance à changer la vie des patients atteints du cancer et de personnes handicapées.

Our Goal:

Through community participation, help charities change the lives of cancer patients or with disabilities and help save the environment one bottle and can at a time.

Voici les dons que nous acceptons lors de nos collectes :

- Bouteilles vides de vin et d'alcool (gin, vodka, rhum, cognac..)
- Canettes et bouteilles de bière ou boissons gazeuses vides
- Goupilles (opercules - languettes) de canettes
- Attaches à pain en plastique (celles en carton vont pour le recyclage municipal)
- Bouchons de bouteilles en métal (*vin, alcool, capsule de bouteilles de bière...*)
- Contenant pour médicaments oraux, Piluliers (dispill)
- Conserves en aluminium ou en métal (*exemple : thon, sauce, légumes, soupe...*)

What we collect:

- Wine and alcohol bottles
- Soft drink and beer cans or bottles
- Soft drink tabs
- Plastic Bread tabs (no cardboard)
- Metal tops from wine and beer bottles
- Pill containers (Prescription only)
- Metal and aluminum cans (such as tuna or soup, cat food cans)

Lieux de dépôt /Drop Off Location:

822 Route 138 Godmanchester, Quebec J0S 1H0

Information: Shirley Cavanagh: 514-705-6667 shirleycavanagh@hotmail.com

Facebook: Genie in A Bottle Project

Courriel/ Email: info genie23@gmail.com



Salon Funéraire Gibeau-Gendron

Parce que chaque départ mérite d'être souligné

FUNÉRAILLES TRADITIONNELLES • CRÉMATION • GRAND SALON
STATIONNEMENT • COLUMBARIUM • SALLE DE MONTRE
MONTAGE VIDÉO GRATUIT OFFERT À CHAQUE FAMILLE



*Service personnalisé,
dans le respect de vos traditions*

*25 années
d'expérience auprès
des familles en deuil*

Stéphane Gendron

Directeur de funérailles • Propriétaire

450.826.3131

107 VINCENT, ST-CHRYSOSTOME
www.complexegendron.com

SERVICES À LA COMMUNAUTÉ

Salons funéraires et
monuments

COMMUNITY SERVICES

Funeral homes and
monuments

• **B. Brunet Monument**

82, rue Roy, Ormstown J0S 1K0
450-829-2386
adele@brunetmonuments.ca



Brunet Monuments

• **Salon funéraire Gibeau-Gendron** *Funeral Home*

complexegendron.ca
107, rue Vincent, Saint-Chrysostome J0S 1R0
450-826-3131



Complexe funéraire Stephane Gendron

• **Salon funéraire McGerrigle** *Funeral Home* mcgerrigle.com

70, rue Lambton, Ormstown J0S 1K0
450-829-2214

• **Salon funéraire Rodrigue Montpetit & fils**

Funeral Home rodriguemontpetitfils.com
170, rue Châteauguay, Huntingdon J0S 1H0
450-264-5331

1580, route 132, Saint-Anicet J0S 1M0
450-264-5331



Salon Funéraire Rodrigue Montpetit et fils Inc.



RODRIGUE MONTPETIT & FILS INC.

Salons Funéraires • Funeral Homes
www.rodriguemontpetitfils.com
HUNTINGDON - SAINT-ANICET

RÉSIDENCE FUNÉRAIRE



Mc GERRIGLE

FUNERAL HOME INC.

Incineration/Cremation
Pré-arrangements/Pre-arrangements

Prop.: Ilse Laliberté
www.mcgerrigle.com

70 LAMBTON, ORMSTOWN, QUÉ. J0S 1K0 TÉL.: 450.829.2214

• **Circonscription Salaberry-Suroît** *District*
Madame la députée Claude DeBellefeuille
106, rue Saint-Jean-Baptiste
Salaberry-de-Valleyfield J6T 1Z8
1-866-561-0644
claudе.debellefeuille@parl.gc.ca



Claude DeBellefeuille Bloc Québécois

• **Circonscription de Huntingdon** *District*
Présidente de séance *Session Chair*
Madame la députée Carole Mallette
177, rue Saint-Joseph, Sainte-Martine J0S 1V0
470, chemin de l'Église, Sainte-Barbe J0S 1P0
450-427-2150
Sans frais : 1-866-540-9097
Carole.Mallette.HUNT@assnat.qc.ca



Carole Mallette -
députée de Huntingdon
à l'Assemblée nationale

• **Association Coopérative d'économie Familiale Rive-Sud**
Point de service Valleyfield (ACEF) *Family Economy Cooperative*
association www.acefrsm.com
19, rue Ste-Cécile, Salaberry-de-Valleyfield J6T 1L4
450-371-3470
Sans frais: 1-888-450-3470
acefrsv@acefrsm.com



ACEF Rive-Sud de MTL

• **AQDR - Association Québécoise de Défense des droits des personnes Retraitées et préretraitées** *Retired people rights*
defence association www.aqdr.org
110, rue Mathias, bureau 101, Salaberry-de-Valleyfield J6T 3L6
450-370-0204
aqdrvalleyfield@cgocable.ca
CAAPA : 450-807-2232



Caapa De l'Aqdr Valleyfield-Suroît

**Ne cessez jamais d'apporter
vos couleurs dans
le Haut-Saint-Laurent**



Nous regroupons une foule d'organismes
communautaires qui vous offrent toutes
sortes d'occasions de le faire.

**Pour ne rien manquer,
inscrivez-vous à notre infolettre.**

CDCHSL.ORG/INFOLETTRE

#showyourstripes

LES SOIRÉES COMMUNAU-T

VOTRE LIEU DE RASSEMBLEMENT ET DE PARTAGE!

4 fois par an • Thématiques différentes à chaque soirée • Repas gratuit
Présences de nombreux organismes avec qui venir échanger • Et bien plus encore!

Pour connaître les dates des prochaines soirées abonnez-vous à notre [page Facebook!](#)

À TRAVERS LE HAUT-SAINT-LAURENT

SAINT
BARBE

SAINTE
CHRYSOSTOME

ORMSTOWN

HUNTINGDON

ACROSS THE HAUT-SAINT-LAURENT

THE COMMUNI-T NIGHTS

YOUR PLACE TO MEET AND SHARE!

4 times a year • Various themes for each evening • Free meal
Numerous organizations to meet and exchange with • And much more!

To stay informed about upcoming events, subscribe to our [Facebook page!](#)



COMMUNAUT-HSL.ORG

Des ressources disponibles pour vous!

Vous avez entre les mains un répertoire de haute qualité.

D'une part, il regroupe au même endroit les ressources disponibles pour les aînés dans le vaste territoire du Haut-Saint-Laurent. Je suis certaine que vous y découvrirez un service utile près de chez vous.

D'autre part, le répertoire vous met en lien avec des organismes dévoués, des experts dans leur domaine, prêts à vous soutenir dans vos petites et grandes demandes, ou celles de vos proches.

On sait que souvent, un horaire de retraité, ce n'est pas reposant. Si vous avez du temps libre, les organismes accueillent presque tous des bénévoles. En s'alliant, les aînés bâtissent encore aujourd'hui nos villages. Notre communauté a besoin de vos talents et de vos connaissances!

N'oubliez pas que mon équipe et moi sommes toujours disponibles pour vous. Que ce soit pour votre Supplément de revenu garanti, vos prestations de la Sécurité de la vieillesse ou pour tous autres dossiers fédéraux, n'hésitez jamais à faire appel à nous.

Il fait bon vivre dans le Haut-Saint-Laurent : profitons-en!

Pour me joindre

450-371-0644 | 1 866 561-0644
106, rue Saint-Jean-Baptiste
Salaberry-de-Valleyfield, J6T 1Z8
claudedebellefeuille@parl.gc.ca
www.claudedebellefeuille.quebec

Claude
DeBellefeuille
Députée de Salaberry-Suroît



- **Collectif de défense des droits de la Montérégie (CDDM)**

Collective defense of rights www.cddm.qc.ca

107, rue Jacques-Cartier, bureau 21

Salaberry-de-Valleyfield J6T 4R8

450-370-1807

Sans frais : 1-800-567-8080 (toll free)

valleyfield@cddm.qc.ca

Collectif de défense des droits de la Montérégie



- **Commissaire à la santé et au bien-être**

Health and Welfare Commission www.csbe.gouv.qc.ca

880, chemin Ste-Foy bureau 4.40, Québec G1S 2L2

2021, avenue Union, bureau 855, Montréal H3A 2S9

418-642-3040

csbe@csbe.gouv.qc.ca

Commissaire à la santé et au bien-être



- **Commission d'accès à l'information du Québec**

Information access Quebec www.cai.gouv.qc.ca

Bureau 900

2045, rue Stanley, Montréal H3A 2V4

514-873-4196

Sans frais : 1- 888-528-7741 (toll free)

renseignements@cai.gouv.qc.ca

- **Commission des droits de la personne et des droits de la jeunesse (CDPDJ) *Human Rights and Youth Protection Commission***

www.cd pj.qc.ca

360, rue St-Jacques, 2^e étage, Montréal H2Y 1P5

514-873-5146

Sans frais : 1-800-361-6477 (toll free)

information@cdpdj.qc.ca

Commission des droits de la personne et des droits de la jeunesse



- **Conseil pour la protection des malades**

Your Rights and the Health Network www.cpm.qc.ca

3565, rue Berri, bureau 230, Montréal H2L 4G3

514-861-5922

Sans frais : 1-877-CPM-AIDE (1-877-276-2433) (toll free)

info@cpm.qc.ca

Conseil pour la protection des malades



- **Curateur public du Québec / Direction territoriale *Public***

Curator of Québec - Southern District

201, place Charles-LeMoyne, bureau RC02, Longueuil J4K 2T5

450-928-8800

Sans frais : 1-877-663-8174 (toll free)

Curateur public du Québec



- **Ligne contre les abus du télémarketing (GRC)**

Centre antifraude du Canada *Telemarketing fraud line (RCMP)*

Canadian Anti-Fraud Centre www.centreatifraude.ca

C.P. 686, North Bay, Ontario P1B 8J8

1-888-495-8501

Sans frais : 1-888-654-9426 (toll free)

info@centreatifraude.ca

Centre antifraude du Canada



- **Ligne fraude NAS (Carte Assurance Sociale)**

SIN Fraud Line (Social Insurance Number Card)

Equifax : 1-800-465-7166

TransUnion : 1-800-663-9980

Pour résidents du Québec : 1-877-713-3393

(for the residents of the province of Québec)

- **Office de la protection du consommateur**

Consumer Protection Office www.opc.gouv.qc.ca

Montréal - Laval - Montérégie

5199, rue Sherbrooke Est, aile A, bureau 3671

Montréal H1T 3X2

514-253-6556

Office de la protection du consommateur



- **Palais de justice de Valleyfield** Courthouse www.justice.gouv.qc.ca
74, rue Académie, Salaberry-de-Valleyfield J6T 0B8
450-370-4006
Sans frais : 1-866-455-1585 (toll free)

- **Protecteur du citoyen** Québec Ombudsman
www.protecteurducitoyen.qc.ca
1080, Côte du Beaver Hall, 10^e étage, bureau 1000, Montréal H2Z 1S8
514-873-2032
Sans frais : 1-800-463-5070 (toll free)
protecteur@protecteurducitoyen.qc.ca



Protecteur du citoyen

- **Canton de Dundee** Township of Dundee cantondundee.ca
3296, montée Smallman, Dundee J0S 1L0
450-264-4674
info@cantondundee.ca
Personne-ressource : Marc Michot



Mairesse de Dundee

- **Canton de Godmanchester** Township of Godmanchester
godmanchester.ca
2282, chemin Ridge, Godmanchester J0S 1H0
450-264-4116
dg@godmanchester.ca
adm@godmanchester.ca
Personnes-ressources : Élane Duhème et Jacinthe Murphy

Municipalité de
Godmanchester

- **Canton de Havelock** Township of Havelock mun-havelock.ca
481, route 203, Havelock J0S 2C0
450-826-4741
admin@mun-havelock.ca
Personnes-ressources : Mylène Vincent et Athena Vatisstas



Canton Havelock Township

- **Municipalité d'Elgin** Municipality of Elgin munelgin.ca
933, 2^e concession, Elgin J0S 2E0
450-264-2320
dg@munelgin.ca
Personne-ressource : Guylaine Carrière

- **Municipalité d'Ormstown** Municipality of Ormstown
ormstown.ca
5, rue Gale, Ormstown J0S 1K0
450-829-2625
loisirs@ormstown.ca
Personne-ressource : Colette Rochefort



Ormstown

- **Municipalité de Franklin** Municipality of Franklin
municipalitedefranklin.ca
1670, route 202, Franklin J0S 1E0
450-827-2538
info@municipalitedefranklin.ca
Personnes-ressources : Geneviève Carrière et Guylaine Durocher



Municipalité de Franklin

- **Municipalité de Hinchinbrooke** Municipality of Hinchinbrooke
1056, chemin Brook, Hinchinbrooke J0S 1A0
450-264-5353
info@hinchinbrooke.com
Personne-ressource : Adam Antonopoulos

- **Municipalité de Howick** *Municipality of Howick*

villagehowick.com

51, rue Colville, Howick J0S 1G0

450-825-2032

municipalite@villagehowick.com

cprovost@villagehowick.com

Personne-ressource : Claudette Provost

Responsable MADA¹ : Patrice Roe



Communauté de Howick
et Très Saint Sacrement

- **Municipalité de Saint-Anicet**

Municipality of Saint-Anicet www.stanicet.com

335, avenue Jules-Léger, Saint-Anicet J0S 1M0

450-264-9431

info@saint-anicet.com

Personne-ressource : Denis Lévesque

Responsables MADA : Audrey Caza / Fanny Fournier



Municipalité de Saint-Anicet

- **Municipalité de Saint-Chrysostome**

Municipality of Saint-Chrysostome www.mun-sc.ca

624, rue Notre-Dame, 2^e étage, Saint-Chrysostome J0S 1R0

450-826-3911

dg@mun-sc.ca

Personne-ressource : Manuel Bouthillette

Responsable MADA : Jean-Luc Payant



Municipalité de Saint-Chrysostome

- **Municipalité de Sainte-Barbe**

Municipality of Sainte-Barbe www.ste-barbe.com

470, chemin de l'Église, Sainte-Barbe J0S 1P0

450-371-2504

info@ste-barbe.com

Personne-ressource : Chantal Girouard

Responsable MADA : Marilou Carrier



Municipalité de Sainte-Barbe

- **Paroisse de Très-Saint-Sacrement**

Parish of Très-Saint-Sacrement www.tres-st-sacrement.ca

1180, route 203, C.P. 160, Howick J0S 1G0

450-825-0192

mun-trst@videotron.ca

Personne-ressource : Suzanne Côté



Communauté de Howick
et Très Saint Sacrement

- **Ville de Huntingdon**

Town of Huntingdon www.villehuntingdon.com

23, rue King, Huntingdon J0S 1H0

450-264-5389

dg@villehuntingdon.com

Personne-ressource : Johanne Hébert



Ville de Huntingdon

- **MRC du Haut-Saint-Laurent** www.mrchsl.com

10, rue King, Huntingdon, bureau 400 J0S 1H0

450-264-5411

mrchsl@mrchsl.com

Personnes-ressources : Cynthia Tellier et Michelle Beauchesne (transport); Julie Dionne (développement des communautés) Nathalie Trépanier et Anick Lacroix (information générale)



Haut-Saint-Laurent

- **Office des Personnes Handicapés du Québec (OPHQ)**

People with disabilities office of Quebec

Siège social : 309, rue Brock, Drummondville J2B 1C5

(Head office)

1-800-567-1465

Téléscripteur : 1-800-567-1477 (teleprinter)



Office des personnes
handicapées du Québec

- **Passeport Canada Centre Service Canada** servicecanada.gc.ca

Canada Point of service Passports

63, rue Champlain, bureau 100
Salaberry-de-Valleyfield J6T 1W4

Sans frais : 1-800-O-Canada
(1-800-622-6232) (toll free)

Service Canada Fr (Passeport Canada)
Service Canada En (Passport Canada)



Complexe Guy-Favreau

200, boulevard René-Lévesque O., bureau 103

Tour Ouest, Montréal H2Z 1X4

Sans frais : 1-800-O-Canada (1-800-622-6232) (toll free)

- **Programmes logements adaptés pour les aînés**

- **Société d'habitation du Québec**

Adapted housing program for seniors

www.habitation.gouv.qc.ca

500, boulevard René-Lévesque O., 5^e étage

Montréal H2Z 1W7

infoshq@shq.gouv.qc.ca

Sans frais : 1-800-463-4315 (toll free)



Société d'habitation
du Québec (SHQ)

- **Régie de l'assurance-maladie du Québec (RAMQ)**

Health Care Board – for medicare Cards www.ramq.gouv.qc.ca

425, boul. de Maisonneuve Ouest, 3^e étage

bureau 300, Montréal H3A 3G5

Sans frais : 1-800-561-9749 (toll free)



Régie de l'assurance
maladie du Québec - RAMQ

- **Service Canada Salaberry-de-Valleyfield**

- **Régime de pension Canada** *Canada pension plan*

www.servicecanada.gc.ca

63, rue Champain, bureau 100

Salaberry-de-Valleyfield J6T 1W4

Sans frais : 1-800-O-CANADA

(1-800-622-6232) (toll free)

guylaine.leduc@servicecanada.gc.ca

Service Canada Fr (Passeport Canada)
Service Canada En (Passport Canada)



- **Bureau Service Québec de Salaberry-de-Valleyfield**

- **Régie des rentes du Québec**

Quebec pension plan

www.quebec.ca

63, rue Champlain, bureau 110

Salaberry-de-Valleyfield J6T 1W4

450-370-3027

Sans frais : 1-800-567-1029 (toll free)



Gouvernement du Québec

- **Société d'assurance automobile du Québec (SAAQ)**

Auto Insurance Board of Québec

Motor Vehicle Registration Office

www.saaq.gouv.qc.ca

85, rue Notre-Dame, bureau 15

Salaberry-de-Valleyfield J6S 1E7

Sans frais : 1-800-361-7620 (toll free)



Société de l'assurance
automobile du Québec - SAAQ

Point de service *Point of service*

16, rue Prince, Huntingdon

450-264-5212

Vignette pour personne handicapée

Parking permit for persons with a disability

Sans frais : 1-800-361-7620 (toll free)



DEVENEZ BÉNÉVOLE EN TRANSPORT

GET INVOLVED AS A VOLUNTEER
PROVIDING TRANSPORTATION

NOS BÉNÉVOLES, C'EST DU MONDE QUI AIME LE MONDE

OUR VOLUNTEERS ARE PEOPLE WHO LIKE PEOPLE

CHAQUE MOIS C'EST 500 TRANSPORTS QUI SONT ASSURÉS
PAR DES BÉNÉVOLES DANS LE HAUT-SAINT-LAURENT.

500 TRIPS ARE DONE BY VOLUNTEERS
EVERY MONTH IN THE HAUT-SAINT-LAURENT



NOUS PAYONS VOTRE KILOMÉTRAGE
VOUS OFFREZ VOTRE TEMPS
VOLUNTEER YOUR TIME
GET TRAVEL ALLOWANCE

TIRAGES

TOUT UN RÉSEAU DE RECONNAISSANCE
RÉCOMPENSE NOS BÉNÉVOLES

DONNEZ VOTRE NOM!

SIGN UP WITH US

DRAWS : AN ENTIRE NETWORK REWARDS
OUR VOLUNTEERS

**TRANSPORT MÉDICAL
SABEC**



ACCOMPAGNEMENT &
TRANSPORT MÉDICAL
(450) 264-1131
sabec2641131@hotmail.com
<https://www.sabecduhsl.com/devenir-benevole>

ACCOMPANIMENT AND TRANSPORT
FOR MEDICAL APPOINTMENTS

**TRANSPORT LOCAL
PROJET COMMUNIC-ACTION**



COMMISSIONS &
ACTIVITÉS ORGANISÉES POUR +65 ANS
(450) 264-5197
info@projetcommunication.org
<http://www.projetcommunication.org/FR/Contact/index.php>

TRANSPORTATION FOR VISITS
AND FOR LOCAL ACTIVITIES FOR 65+

TRANSPORT

Transport d'accompagnement
(aide aux courses)

TRANSPORTATION

Transportation Support
(help with errands)

- **Centre communautaire multiservices**
Un coin chez-nous 1983 Community Center
628, rue Notre-Dame, Saint-Chrysostome J0S 1R0
450-826-4425
ccmsuccn@cooptel.qc.ca



CCMS Un Coin Chez-Nous

- **Coup de pouce des Moissons** Home Maintenance Services
www.cpmaide.ca
196, chemin Saint-Louis, Beauharnois J6N 2J1
450-429-4229
Sans frais : 1-888-429-4229 (toll free)
direction@cpmaide.ca



Coup de pouce des Moissons

- **Projet Communic-Action** Project
1493, route 138, bureau 3
Godmanchester J0S 1H0
450-264-5197
info@projetcommunication.org



Projet Communic-Action
Project

- Recherche de bénévoles : Vision Bénévolat Haut-Saint-Laurent : <https://mrchsl.com/services/vision-benevolat>.
- Looking for volunteers: Vision Bénévolat Haut-Saint-Laurent : <https://mrchsl.com/services/vision-benevolat>.



**FLEURS & CADEAUX
FLOWERS & GIFTS**

ISABELLE ARNAU
fleuriste@bellnet.ca
131, RUE CHÂTEAUGUAY,
HUNTINGDON
450 264-4844
fleuristehuntingdon.ca





Transport collectif par autobus

Trois circuits réguliers à horaires fixes, du lundi au vendredi.
Sans frais, ni réservation.

- Pour l'horaire, la liste complète des arrêts et les conditions d'utilisation visitez le : www.mrchsl.com/services/transport
- Pour le suivi des véhicules en temps réel : www.zenbus.net/haut-saint-laurent ou téléchargez l'application *zenbus*.



zenbus

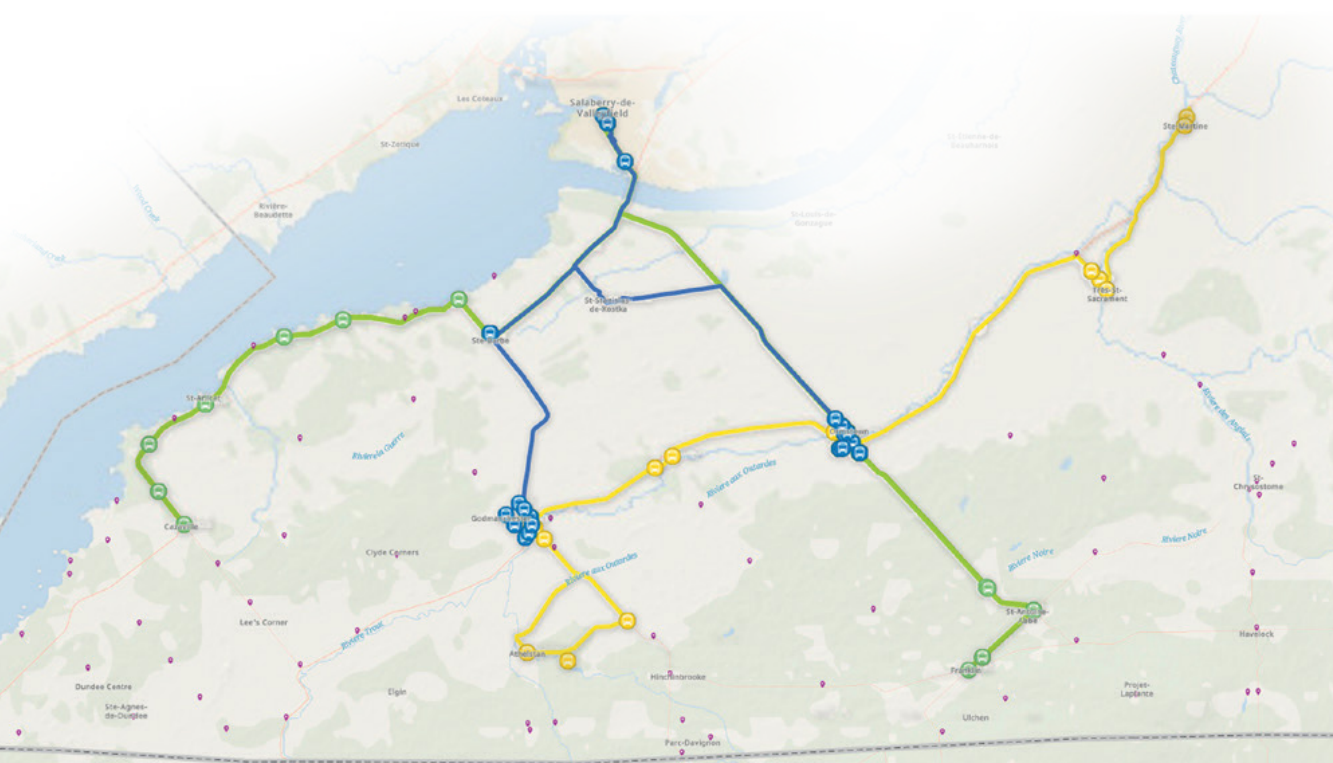
Application de suivi des autobus en temps réel

- Ligne jaune**
- Hinchinbrooke
 - Huntingdon
 - Godmanchester
 - Ormstown
 - Howick
 - Très-Saint-Sacrement
 - Sainte-Martine

- Ligne verte**
- Saint-Anicet
 - Sainte-Barbe
 - Salaberry-de-Valleyfield
 - Ormstown
 - Franklin



- Ligne bleue**
- Huntingdon
 - Sainte-Barbe
 - Salaberry-de-Valleyfield
 - Ormstown



Transport sur demande

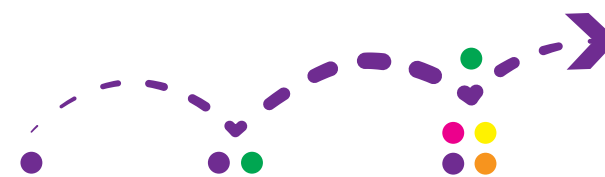
Taxibus : service permettant à tout usager de se déplacer, sur demande et selon les horaires prédéterminés, entre deux arrêts d'un même secteur, du lundi au vendredi.

- Pour les tarifs, l'horaire, la liste des arrêts et les conditions d'utilisation : www.mrchsl.com/services/transport
- Pour devenir membre, réserver un transport ou pour toute autre question : 450 264-5411, poste 300, ou 1 877 699-2267

Transport adapté : service permettant à tout usager répondant aux critères d'admissibilité de se déplacer, sur demande, 7 jours sur 7 entre 7 h et 21 h.

- Pour les critères d'admissibilité et les tarifs : www.mrchsl.com/services/transport
- Pour devenir membre, réserver un transport ou pour toute autre question : 450 264-5411, poste 300, ou 1 877 699-2267
- Secteur de Saint-Chrysostome : communiquer avec le Transport adapté du Haut-Richelieu au 1-844-359-6024, poste 3123.

Arrêts du taxibus



Transport adapté

Pour être admissible au service, un professionnel de la santé doit remplir un formulaire et l'acheminer au transporteur pour vérifier l'admissibilité à ce type de transport.

To qualify for the service, a health care professional must send a written request addressed to the transportation company offering adapted transit.

- **Regroupement des personnes handicapées du Haut-Richelieu Autobus Transbus 86 inc.**

Transportation for people with disabilities

435, rue Notre-Dame

Saint-Chrysostome J0S 1R0

450-826-3245, poste 1

Regroupement des personnes
handicapées région du Haut-Richelieu



Pour les résidents de Saint-Chrysostome seulement

For Saint-Chrysostome residents only

- **Transport adapté de la MRC du Haut-Saint-Laurent**

www.mrchsl.com/services/transport

10, rue King, local 400, Huntingdon J0S 1H0

450-264-5411, poste 300 ou 450 264-2267

Sans frais : 1 877 699-2267 (toll free)

transport@mrchsl.com

Transport adapté porte-à-porte selon les modalités en vigueur.

Door-to-door paratransit according to the terms and conditions in effect.

Transport collectif

- **EXO –Secteur Haut-Saint-Laurent**

exo.quebec/fr/planifier-trajet/autobus/CITHSL/111/1

450-287-2464

Exo - Réseau de transport métropolitain

Peut amener les usagers par autobus de Sainte-Martine à Montréal par la ligne 111 Haut-Saint-Laurent (direction terminus Angrignon ou terminus Centre-Ville)

Bus route from Sainte-Martine to Montreal on line 111 Haut-Saint-Laurent (Angrignon terminus or Centre-Ville terminus)



Adapted Transit

Transport collectif

Public Transit

- **Transport collectif de la MRC du Haut-Saint-Laurent**

www.mrchsl.com/services/transport

10, rue King, local 400, Huntingdon J0S 1H0

450-264-5411, poste 300 ou 450 264-2267

Sans frais : 1 877 699-2267 (toll free)

transport@mrchsl.com

Transport collectif du Haut-Saint-Laurent



Transport collectif (autobus et taxibus)

Public transit (bus and taxibus) services

Transport médical

Medical Transportation

- **Centre communautaire multiservices**

Un coin chez-nous 1983 *Community Center*

628, rue Notre-Dame, Saint-Chrysostome J0S 1R0

450-826-4425

ccmsuccn@cooptel.qc.ca

CCMS Un Coin Chez-Nous



- **Organisme Voué aux Personnes Atteintes de Cancer**

(OVPAC) *Organisation dedicated to people with cancer* www.ovpac.org

253, rue Jacques-Cartier, Salaberry-de-Valleyfield J6T 4S2

450-371-5400, poste 221

Sans frais : 1-866-386-8722 (toll free)

info@ovpac.org

Organisme Voué aux
Personnes Atteintes de Cancer



Transport vers les centres d'oncologie de Montréal et des environs, à partir de l'organisme OVPAC.

Transportation to oncology centres in and around Montreal from OVPAC, in Salaberry-de-Valleyfield.

- **Programme québécois de dépistage du cancer du sein (PQDCS)**

Offrir le transport gratuit aux femmes pour mammographie ou autres examens complémentaires. On contacte SABEC (page 93) ou encore téléphoner au 1 888 845-SEIN (7346).

Offers free transportation to women for mammograms or other complementary examinations. Contact SABEC (page 93) or call 1 888 845-SEIN (7346).

Transport médical

• **Service d'accompagnement bénévole et communautaire**

(SABEC) Volunteer medical transportation sabecduhsl.com

1493-2, route 138, Godmanchester J0S 1H0

450-264-1131

Sans frais : 1-866-764-1131 (toll free)

sabec2641131@hotmail.com



Medical Transportation

Transport par taxi

• **Taxi Ormstown**

450-829-3259

Taxis



160 ans d'histoire et une vision sur l'avenir! Le Gleaner : par et pour des gens d'ici!

If you are looking for **BILINGUAL** news that is truly **LOCAL**, turn to the newspaper that pairs a 160-year history with a vision for a long future ahead!

Appuyez votre journal local (bilingue) **EN VOUS ABONNANT** pour seulement 60 \$ par année et bénéficiez :

- 24 éditions que vous recevez directement à votre boîte aux lettres à toutes les deux semaines.
- Accès gratuit en tout temps sur notre site web aux articles de dernière heure entre les éditions.
- Du contenu de qualité par des journalistes locaux ainsi que des concours, des archives historiques, des entrevues, des opinions, toutes les informations sur les activités locales et plus encore!

Support your community newspaper by **SUBSCRIBING** for \$60 a year, and you will:

- Receive the latest local news in your mailbox every two weeks (24 editions per year) with free access to breaking news and updates on our website between editions.
- Be connected to the Chateauguy Valley community through quality content such as news, profiles, opinion pieces, upcoming events, notices, contests and activities – all the content in The Gleaner is produced by local people and for local people.
- Ensure the community remains informed, engaged and thriving as its local newspaper thrives as well.

MultiGraph

ORMSTOWN

DANIEL DUMAS

Conception graphique
Impression sur presse
Photocopie couleur
Affiche et bannière
Étiquette

Tél. 450 829-2204
imprimeriemultigraph@gmail.com

Graphic design
Traditionnal print
Color print
Poster and banner
Sticker

COMMENT S'ABONNER
HOW TO SUBSCRIBE

1.844.450.5055

contact@the-gleaner.com

www.the-gleaner.com/subscribe

THE/LE **Gleaner**

since/depuis 1863

INDEX ALPHABÉTIQUE

ALPHABETICAL INDEX Page(s)

• Abus aux aînés et ligne info	2, 39
• Affaire de Famille (Une).....	3, 48
• Agression sexuelle	2, 40, 53
• Aidants du Haut-Saint-Laurent (Les).....	3, 32, 46, 48, 49
• Alcooliques Anonymes (AA).....	50
• Ambulance Police Pompier/Fire station	2
• Amis de la réserve nationale de faune du Lac Saint-François (Les)	3
• Ancre et Ailes du Haut-Saint-Laurent	29, 37, 50
• Antenne Universitaire du troisième âge en Montérégie (AUTAM).....	13
• Association Coopérative d'économie Familiale Rive-Sud (ACEF).....	50, 75
• Association des devenus sourds et des malentendants du Québec	51
• Association Marie-Reine.....	7
• Association pour la défense des droits sociaux de Huntingdon (ADDS)	51
• Association Québécoise de Défense des droits des personnes Retraitées et préretraitées (AQDR).....	17 , 52, 75
• <i>Bereavement</i>	32
• Bouffe additionnelle (La)	37, 52
• Bibliothèques	12-13
• CAAPA (AQDR)	17 , 52, 75
• Calacs La Vigie – Centre d'aide et de lutte contre les agressions à caractère sexuel.....	53
• Cardio-Actifs du Haut-Saint-Laurent	3
• Catholic Women's League.....	7
• Cégep de Valleyfield	15
• Centre anti-poison du Québec	2
• Centre communautaire multiservices Un coin chez-nous 1983.....	3, 29, 35 , 36, 37, 46, 54, 88, 92
• Centre d'aide aux victimes d'actes criminels de la Montérégie (CAVAC)	54
• Centre d'Assistance et d'Accompagnement aux Plaintes Montérégie (CAAP).....	27, 55
• Centre d'écoute Montérégie	39
• Centre d'éducation aux adultes et communautaire de Huntingdon	13
• Centres de prévention du suicide	2, 31, 39, 63
• Centre de recherche d'emploi du Sud-Ouest (CRESO)	15
• Centre de Ressources Familiales du Haut-Saint-Laurent	37
• Centre Intégré de Santé et de Services Sociaux de la Montérégie-Ouest	18, 25, 27, 30, 32, 33 , 46
• Centre orthopédique du Suroît (CosPro).....	40
• Centres d'hébergement.....	18, 25
• Centres de formation.....	13-15
• Centres médicaux.....	26-27
• Cercles de fermières	7
• Cercle des loisirs de Cazaville.....	7
• Chevaliers de Colomb Saint-Chrysostome	8
• <i>Christian Women</i>	9
• <i>Churches</i>	65-69
• CISSSMO (territoire Haut-Saint-Laurent).....	18, 25, 27, 30, 32, 33 , 46
• Clinique de diabète du Haut-Saint-Laurent - CISSSMO	26
• Cliniques médicales	26-27
• <i>Clothing and furniture banks</i>	36
• CLSC Huntingdon	25, 30, 32, 33 , 46
• Clubs de l'âge d'or	5
• Club Lions	8, 34
• Clubs Optimistes	8
• Collectif de défense des droits de la Montérégie (CDDM)	30, 55, 79
• Comité des loisirs de Saint-Chrysostome.....	8
• Commissaire à la santé et au bien-être	79
• Commissaire aux plaintes et à la qualité des services.....	27
• Commission d'accès à l'information du Québec.....	79
• Commission des droits de la personne et des droits de la jeunesse (CDPDJ).....	79
• Communautés religieuses	65-69
• <i>Community Gardens</i>	38
• Complices alimentaires (Les)	47, 62
• Comptoir de la Paroisse St-Viateur Communauté St-Malachie d'Ormstown	36
• Comptoirs vestimentaire et d'ameublement	36
• Congrégation des dames Chrétiennes Huntingdon	9
• Conseil pour la protection des malades.....	34, 80

INDEX ALPHABÉTIQUE

ALPHABETICAL INDEX Page(s)

• Coopérative de solidarité du Parc (La)	19
• Coopérative des techniciens ambulanciers de la Montérégie (CETAM)	34
• Coopérative Ici santé	27
• Corporation de développement communautaire (CDC)	76
• Coup de pouce des Moissons	36, 46, 56, 88
• Curateur public du Québec / Direction territoriale	80
• Dames auxiliaires	8, 9, 22
• Défi Visitons les Aînés Haut-Saint-Laurent	4
• Défi des Handicapés du Haut-Saint-Laurent.....	56
• Dépannage alimentaire	35, 37, 38
• Députées.....	75, 78 , 86
• Deuil	32
• <i>Diabetic Information Clinic</i>	26
• Droits et justice	75, 79-81
• Drogue : Aide et référence.....	2
• <i>Drugs: help and referral</i>	2
• Écoute et référence.....	38-40
• <i>Education</i>	13-15
• Églises	65-69
• Épiceries - Livraisons	41-43
• Équipement Médical du Sud-Ouest (EMSO)	40
• Emergencies	2
• Emplois.....	15
• <i>Employment</i>	15
• Entretien ménager (aide à l')	36, 46, 56, 88
• Environnement	16-17
• Équipement spécialisés	40-41
• FADOQ	5, 9
• Filles d'Isabelle Huntingdon.....	9
• Fondation de l'Hôpital Barrie Memorial	9
• Fondation du centre hospitalier du comté de Huntingdon	9
• <i>Food bank, meals on wheels and community kitchen</i>	35, 37, 38
• Formation.....	13-15
• Funérailles	73-74
• <i>Funeral homes</i>	73-74
• <i>Gambling: help and referral</i>	2
• Genie in a bottle	16, 72
• <i>Grocery stores (home delivery services)</i>	41-43
• Groupes de médecine familiale (GFM).....	26-27
• Habitations à loyer modique (HLM)	18-19
• Habitations des Tisserandes (Les)	20
• Hébergement temporaire ou de transition	23
• Héma-Québec.....	34
• <i>Historical Societies</i>	10
• Hôpitaux.....	28
• <i>Hospitals</i>	28
• <i>Housekeeping (help with)</i>	36, 46, 56, 88
• Hydro-Québec	2
• Info-Santé	2
• Jardins communautaires	38
• Je Clic Loisir en Montérégie.....	4
• Jeu : Aide et référence.....	2
• Journaux locaux	45, 94
• Légion Canadienne	10
• <i>Leisure Groups, Volunteering and Social Clubs</i>	3-13
• <i>Librairies</i>	12-13
• Ligne contre les abus du télémarketing (GRC) Centre antifraude du Canada.....	80
• Ligne d'écoute sur le deuil.....	32, 39
• Ligne info Abus aux aînés	2, 39
• Ligne fraude NAS (Carte Assurance Sociale).....	80
• <i>Low-Cost Housing</i>	18-19

INDEX ALPHABÉTIQUE

ALPHABETICAL INDEX	Page(s)
• Loisirs, associations, bénévolat, clubs, comités et regroupement sociaux	3-13
• Maintien à domicile	46-47
• <i>Meals on wheels</i>	37-38
• <i>Medical Centres</i>	26-27
• <i>Mental Health</i>	29-31
• <i>Monteregie West Community Network</i>	5, 6, 57
• Monuments funéraires	74
• Municipalités	81-84
• Narcotiques Anonymes (NA)	58
• Newspapers (local)	45, 94
• Office de la protection du consommateur	80
• Office des Personnes Handicapées du Québec (OPHQ)	84
• Organisme Voué aux Personnes Atteintes de Cancer (OVPA)	41, 58, 92
• Pacte de rue	30, 59
• Palais de justice de Valleyfield	81
• Passeport Canada Centre Service Canada	85
• Pharmacies	69-71
• <i>Phone help lines</i>	38-40
• <i>Poison Control (Québec)</i>	2
• Pont du Suroît (Le)	30, 60
• <i>Private residences for seniors</i>	20-21
• Programme P.I.E.D. (Programme Intégré Équilibre Dynamique)	4
• Programme québécois de dépistage du cancer du sein (PQDCS)	92
• Projet Communic-Action	4, 32, 46, 60, 61, 87, 88
• Protecteur du citoyen	81
• Réadaptation (clinique ambulatoire de physiothérapie, ergothérapie)	26
• Régie de l'assurance-maladie du Québec (RAMQ)	85
• Regroupement des personnes handicapées du Haut-Richelieu Transbus 86 inc.	91
• <i>Religious organizations</i>	65-69
• Réseau communautaire Montérégie-Ouest	5, 6, 57
• Réseau d'éclaireurs (Le)	31
• Résidence-Elle du Haut-Saint-Laurent	31, 60
• Résidences privées pour personnes âgées	20-21
• <i>Rights and Justice</i>	75, 79-81
• Salons funéraires	73-74
• Santé mentale	29-31
• <i>Seniors Abuse Line</i>	2, 39
• Service Canada Salaberry-de-Valleyfield Régime de pension Canada	85
• Service d'accompagnement bénévole et communautaire (SABEC)	63, 87, 92, 93
• Service Québec Régie des rentes du Québec	86
• Service Réadaptation Sud-Ouest et du Renfort (SRSOR)	63
• Sexualité	38-40, 57
• Société Alzheimer du Suroît (SAS)	24, 47, 64
• Société Canadienne du Cancer (SCC)	64
• Société d'assurance automobile du Québec (SAAQ)	86
• Sociétés historiques	10
• Société Saint-Jean-Baptiste	11
• Soirées Communau-T	77
• <i>SOS domestic violence</i>	2
• <i>SOS violence conjugale</i>	2
• <i>Specialized Equipment</i>	40-41
• <i>Suicide Prevention Centres</i>	2, 31, 39, 63
• Sûreté du Québec	2
• Tel-Aide	2, 31, 40
• Tournant (Le)	2, 31, 39, 63
• Transport	87-93
• Transport adapté et collectif de la MRC du Haut-Saint-Laurent	89-92
• United Church Women	11
• Urgences	2
• Via l'Anse	31, 64
• Vision travail	15, 28
• <i>Women's Auxiliary</i>	8, 9, 22
• <i>Women's Institute</i>	11-12

RÉPERTOIRE DES RESSOURCES POUR LES AÎNÉS DU HAUT-SAINT-LAURENT ET LEURS FAMILLES

Les municipalités

du Haut-Saint-Laurent :

- Dundee
- Elgin
- Franklin
- Godmanchester
- Havelock
- Hinchinbrooke
- Howick
- Huntingdon
- Ormstown
- Saint-Anicet
- Sainte-Barbe
- Saint-Chrysostome
- Très-Saint-Sacrement



Ce répertoire est une initiative du *Comité de concertation des aînés du Haut-Saint-Laurent* en collaboration avec plusieurs partenaires et bénévoles du Haut-Saint-Laurent.

Chargée de projet : Anyze Goyette, organisatrice communautaire
 Comité de production : Anyze Goyette, Lynn McWhinnie, Fannie Fournier, Kim Wilson, Colette Rochefort, Monique Quesnel
 Mise en page : Anick Lacroix Communication Design
 Traduction : Lynn McWhinnie, Monique Quesnel
 Impression : Multigraph

Participation bénévole :

Monique Martin, Diane Dandurand, Françoise Mainville, Diane Ouimet, Lucille Morin

Ce projet est rendu possible grâce au soutien financier de Projet Communic-Action, de la députée de la circonscription de Huntingdon Madame Carole Mallette, de la députée fédérale de Salaberry-Suroît, Mme Claude Debellefeuille, les municipalités d'Ormstown et Saint-Anicet, la Ville de Huntingdon et des généreux annonceurs publicitaires. Le projet *En Bonne Compagnie dans le Haut-Saint-Laurent* a été initié par le Comité de concertation des aînés du Haut-Saint-Laurent.

DIRECTORY OF RESOURCES IN THE HAUT-SAINT-LAURENT FOR SENIORS AND THEIR FAMILIES

Municipalities in the Haut-Saint-Laurent

- Dundee
- Elgin
- Franklin
- Godmanchester
- Havelock
- Hinchinbrooke
- Howick
- Huntingdon
- Ormstown
- Saint-Anicet
- Sainte-Barbe
- Saint-Chrysostome
- Très-Saint-Sacrement

An initiative of the Committee representing seniors in the Haut-Saint-Laurent territory in cooperation with the various partners and volunteers in the Haut-Saint-Laurent taking part in the project *En Bonne Compagnie dans le Haut-Saint-Laurent*.

Project coordinator: Anyze Goyette,
 Production Committee: Anyze Goyette, Lynn McWhinnie, Fannie Fournier, Kim Wilson, Colette Rochefort, Monique Quesnel
 Graphic design: Anick Lacroix Communication Design
 Translation : Lynn McWhinnie, Monique Quesnel
 Printing: Multigraph

Volunteers:

Monique Martin, Diane Dandurand, Françoise Mainville, Diane Ouimet, Lucille Morin

This project was made possible thanks to the financial support of Projet Communic-Action, Mrs Carole Mallette, Deputy of Huntingdon, Mrs Claude DeBellefeuille, Deputy of Salaberry-Suroît, the municipalities of Ormstown and Saint-Anicet, the Town of Huntingdon and the generous advertisers. *En Bonne Compagnie dans le Haut-Saint-Laurent* is an initiative of the Committee representing seniors in the Haut-Saint-Laurent region.



