



GUIDE D'ACCUEIL POUR LES FAMILLES DES MILITAIRES





Centre de ressources pour
les familles des militaires

Région de Montréal

ACCUEILLIR • SOUTENIR • RASSEMBLER

POUR NOUS REJOINDRE

Point de service de :

Saint-Hubert :

450 462-8777, poste 6810

Saint-Jean-sur-Richelieu :

450 358-7099, poste 7955

Montréal :

514 252-2777, poste 4984

Sherbrooke :

450 358-7099, poste 2349

Courriel d'information : info.crfm@forces.gc.ca

Site Web : [sbmfc.ca/region-montreal/
centre-de-ressources-pour-les-familles-des-
militaires-region-de-montreal](http://sbmfc.ca/region-montreal/centre-de-ressources-pour-les-familles-des-militaires-region-de-montreal)

Portail des services : crfmmfrcmtl.ca

Pour nous suivre :



Centre de ressources pour les familles
des militaires de la région de Montréal

Mot de la directrice



Chère famille,

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

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

Visite d'accueil à domicile

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

Programme de parrainage

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

Nous sommes là pour vous accompagner dans cette nouvelle étape. Pour plus d'informations concernant nos services, n'hésitez pas à communiquer avec nos responsables au service client et opérations : **450 462-8777, poste 6810** (Saint-Hubert et Montréal), **450 358-7099, poste 7955** (Saint-Jean-sur-Richelieu), ou par courriel à **info.crfm@forces.gc.ca**.

Visitez notre site Internet : **sbmfc.ca/region-montreal/centre-de-ressources-pour-les-familles-des-militaires-region-de-montreal**, suivez-nous sur notre page Facebook : **CRFM région de Montréal/MFRC Montreal Region** et inscrivez-vous sur notre plateforme au **crfmmfrcmtl.ca** pour connaître toutes nos activités à venir.

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

Table des matières

Mot de la directrice	3
Bienvenue au CRFM !	5
Intégration communautaire	6
Bénévolat	9
Vivre dans la grande région de Montréal	11
Vivre au Québec	13
Informations pratiques pour les familles de militaires	14
Santé	16
Immatriculation et permis de conduire au Québec	22
Enfance et jeunesse - Secteur Enfance	25
Service de garde au Québec	28
Enfance et jeunesse - Secteur Jeunesse	31
Emploi et éducation	33
Prévention, soutien et intervention	35
Pendant l'absence	36
Éducation spécialisée (enfance, jeunesse et soutien parental)	38
Maladie, blessure et décès (Officier de liaison aux familles)	40
Programme pour les familles de vétérans	41
Autres services gouvernementaux	42
Natalité au Québec	43
Allocations familiales	44
Municipalités	46
Lignes d'écoute	54

Bienvenue au CRFM !

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

Ses valeurs sont les suivantes :

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

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

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

Intégration communautaire

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

Nouvellement dans la région ?

Notre trousse d'accueil, outil indispensable pour les nouvelles familles, est conçue dans le but de faciliter l'intégration dans la nouvelle communauté. Il est possible de se la procurer en version électronique sur notre site Internet au sbmfc.ca/region-montreal/centre-de-ressources-pour-les-familles-des-militaires-region-de-montreal, sur le portail au cfrrmmfrcmtl.ca/fr/integration/integration-communautaire ou à nos différents points de services. La trousse d'accueil contient des informations à propos des divers services offerts au CRFM et des renseignements pratiques pour faciliter l'accommodement des nouveaux arrivés dans la région.

Guide accès santé

Celui-ci fait office de répertoire regroupant les principaux services de santé offerts dans les régions desservies par le CRFM région de Montréal. Ce guide contient la plupart des coordonnées des établissements médicaux (cliniques médicales, CLSC et centres hospitaliers) ainsi que leurs spécificités. Vous pouvez également retrouver des options disponibles pour avoir accès à un médecin dans l'éventualité où vous n'avez pas de médecin de famille. Si vous attendez un enfant, vous avez la possibilité de consulter la section concernant la natalité au Québec.

Vous pouvez trouver notre guide santé au lien suivant : cfrrmmfrcmtl.ca/fr/integration/integration-communautaire

L'intégration des familles au sein de leur nouvelle communauté se fait également par l'entremise de contacts avec d'autres familles militaires de la région. Pour se faire, le CRFM organise 2 événements sociaux par année, soit la Fête d'accueil ainsi que le rassemblement des fêtes. Ces événements permettent donc la création de nouveaux liens entre les familles qui sont dans la région depuis un certain moment et celles qui sont nouvellement arrivées. Surveillez notre infolettre mensuelle ainsi que notre programmation afin de pouvoir participer à ces événements.

Soutien à la recherche de services de santé

Considérant l'importance de soins de santé pour les familles arrivant dans la région, le CRFM offre du support et l'aide aux familles afin de les orienter dans le réseau de la santé tout en s'assurant de répondre à leurs besoins.

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

Rencontre avec les agentes à l'intégration communautaire

Dès votre arrivée dans la région, ou lors de votre voyage de recherche de domicile (VRD), nos agentes à l'intégration communautaire sont disponibles pour vous rencontrer. Nous vous invitons à prendre rendez-vous afin qu'elles puissent vous informer sur les services offerts au CRFM ainsi qu'au sein de la communauté. Elles répondront à vos questions tout en vous faisant visiter les installations du CRFM.

Programmation et calendrier saisonniers

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

Jumelage

Dans le but de faciliter l'intégration, il est possible de faire du jumelage entre les familles nouvellement arrivées et celles qui sont établies dans la région depuis un certain temps. Le programme est ouvert à tous et il est bénéfique afin d'obtenir des réponses aux multiples questions qui peuvent survenir lors de votre réinstallation. Pour avoir accès au service, il faut faire la demande auprès de l'agente à l'intégration communautaire de votre région.

Visite de bienvenue

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

Groupes de conjoints(es) sur les réseaux sociaux

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

La réinstallation comporte son lot de défis pour les familles des militaires. Elle peut causer la perte du réseau de soutien et l'isolement. La barrière de la langue peut entraîner chez certaines personnes des difficultés à intégrer le monde du travail et dans leur nouvelle communauté, et peut contribuer à leur solitude. Le programme d'activités en intégration communautaire a pour objectif de pallier ces enjeux.

Les activités prévues dans le programme d'intégration communautaire offrent aux conjoint(e)s l'opportunité de briser l'isolement et de tisser des liens avec d'autres membres de la communauté. Elles leur permettent également d'acquérir de nouvelles techniques et connaissances, favorisant ainsi le développement personnel et le bien-être. De plus, les participants ont l'occasion de développer de nouveaux intérêts qu'ils peuvent poursuivre dans la communauté, facilitant ainsi leur intégration. Enfin, la présence des agentes à l'intégration communautaire lors de ces activités donne l'occasion d'établir un contact positif et de développer un lien de confiance avec les participants, ce qui favorise le référencement et l'accès aux services.

Saint-Hubert :

- **Soirées créatives et causeries** : ont lieu les mardis de 18 h 30 à 21 h au Centre d'Intégration Communautaire Jeunesse (CICJ) situé au 40, rue de la Vérendrye à Saint-Hubert. Ces soirées permettent aux conjoint(e)s de se réunir tout en travaillant sur un ou plusieurs projets créatifs. Même si vous n'avez pas de projet en tête, vous pouvez quand même venir vous joindre au groupe pour discuter et siroter une tasse de café.

Bénévolat

Pour le CRFM, faire du bénévolat est non seulement une excellente façon de faire de nouvelles connaissances et de briser l'isolement, mais également d'acquérir des compétences, de s'engager au sein de sa communauté et de s'épanouir sur le plan personnel. Nos bénévoles jouent donc un rôle essentiel dans la mise en œuvre des différents programmes offerts et peuvent participer activement à certaines étapes de la mise de place de projets.

S'inscrire au bénévolat :

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

Opportunités de bénévolat

Voici quelques opportunités qui sont offertes aux bénévoles du CRFM :

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

Activités de reconnaissance

Afin de témoigner de la reconnaissance du CRFM envers le travail et l'implication des bénévoles, un programme de reconnaissance, basé sur le nombre d'heures effectuées, permet de reconnaître ces derniers sous différentes formes :

- Lettres de recommandations
- Souper de reconnaissance des bénévoles du CRFM
- Événement de reconnaissance des bénévoles du Programme de Reconnaissance des bénévoles CANEX

Les avantages offerts aux bénévoles par le CRFM sont :

- Service de garde gratuit couvrant la période des matinées bénévoles du mardi ou du jeudi matin
- Formations gratuites
- Intégration communautaire et activités thématiques lorsque possible



Pour joindre les agentes à l'intégration communautaire :

Saint-Hubert : **(450) 462-8777, poste 6835 ou poste 6803**

Saint-Jean : **(450) 358-7099, poste 5059 ou poste 2915**

Vivre dans la grande région de Montréal

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

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

Saint-Hubert :

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

Saint-Jean-sur-Richelieu :

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

Montréal :

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

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

Toutefois, n'oubliez pas que vous êtes les bienvenus à nos trois points de service. Pour de plus amples informations, n'hésitez pas à communiquer avec nos responsables au service client et opérations.

Voici quelques liens utiles :

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

Vivre au Québec

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

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

Le Québec sur Internet :

- **Apprendre le français au Québec**
quebec.ca/en/education/learn-french
S'installer et s'intégrer au Québec
- quebec.ca/immigration/installer-integrer
Portail du Gouvernement du Québec : Site contenant des
- informations et services gouvernementaux. Portail avec variétés de liens (ex: Études au Québec, aide financière étudiante) - quebec.ca

Pour joindre le service :

En ligne : quebec.ca/nous-joindre/reenseignements-generaux

Par téléphone : **(514) 644-4545**, sans frais : **1 (877) 644-4545**

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



Informations pratiques pour les familles militaires

**Ressources pour les familles des militaires : sbmfc.ca/region-montreal/
centre-de-ressources-pour-les-familles-des-militaires-region-de-montreal**

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

Quebec Community Groups Network : qcg.ca

- Site internet pouvant rejoindre des communautés anglophones

ARC – Assistance and Referral Center : arc-hss.ca

- Soutien la communauté anglophone de la Rive-Sud
- Multitudes de programmes offerts pour tous les âges

MEPEC-Partenariat de l'est de la Montérégie pour une communauté d'expression anglaise/ Monteregeie East Partnership for the English-Speaking Community : mepec-pemca.org

- Soutien et offre des services sociaux à la population d'expression anglaise
- Services variés offerts à tous les âges

Assermentation

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

Si, par exemple, les documents de résidence (ex. : bail, acte d'achat du domicile) sont au nom de votre conjoint(e), vous devez vous rendre à l'adresse suivante : **assermentation.justice.gouv.qc.ca/ServicesPublics/Accueil.aspx** sous l'onglet *Consulter le registre-Rechercher un commissaire à l'assermentation*.

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

SAVIEZ-VOUS QUE

- Au Québec, il faut faire deux déclarations de revenu : une auprès de Revenu Québec, et la seconde auprès de l'Agence de Revenu du Canada
- Certaines cartes d'identité sont émises uniquement avec le nom de jeune fille. Si vous voulez faire ajouter le nom de votre mari, il est important d'avoir votre certificat de mariage qui agira en tant que preuve pour l'ajout.
- Au Québec, les enfants se font vacciner dans un CLSC.

Pour joindre nos responsables au service client et opérations

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

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

Santé

Régie de l'assurance maladie du Québec (RAMQ)

Afin de bénéficier des services de santé offerts au Québec, il faudra vous inscrire à la **Régie de l'Assurance Maladie du Québec (RAMQ)** et ce, **dès votre arrivée**. Vous pouvez le faire en ligne en utilisant le lien suivant : ramq.gouv.qc.ca/fr/citoyens/assurance-maladie/inscrire

Voici les documents qui sont acceptés lorsque vous remplirez le formulaire pour obtenir votre carte d'assurance maladie :

Seul l'original (valide ou expiré) des documents suivants est accepté :

- Carte d'assurance maladie du Québec ou d'une autre province canadienne
- Permis de conduire du Québec ou d'une autre province canadienne
- Certificat de naissance ou copie d'acte de naissance délivré par un bureau d'état civil canadien. Si vous êtes né au Québec, seul le document délivré par le Directeur de l'état civil à partir du 1er janvier 1994 est accepté.
- Passeport
- Certificat de citoyenneté canadienne ou carte avec photo délivrée avant le 1^{er} février 2012
- Certificat de changement de nom délivré par un bureau d'état civil canadien
- Certificat de changement de mention du sexe délivré par un bureau d'état civil canadien
- Document délivré par les autorités canadiennes ou québécoises de l'immigration

Nous suggérons de prendre rendez-vous avec un agent de la RAMQ pour effectuer votre demande. De cette façon, vous pouvez expliquer votre situation et aussi leur mentionner que vous êtes une famille militaire. Le délai pour traiter votre demande de carte d'assurance maladie devrait être raccourci. Vous aurez besoin du message d'affectation des Forces Armées Canadiennes que votre conjoint(e) a reçu comme preuve.

Voici le numéro où appeler pour prendre rendez-vous :
1 800 561-9749, sinon, rendez-vous au ramq.gouv.qc.ca/fr.

Info-Santé et Info-Social (811)

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

Pour rejoindre ce service, vous n'avez qu'à composer le 8-1-1 à partir de votre téléphone résidentiel ou votre cellulaire.

Centre local de services communautaires (CLSC)

Les CLSC sont votre première porte d'accès aux soins de santé ayant pour mission de maintenir le bien-être de la population du quartier. À ces endroits, vous pouvez rencontrer médecins, psychologues, travailleurs sociaux, infirmiers, etc. En fonction de la grandeur du territoire de votre région, il y aura un ou plusieurs CLSC. Les CLSC offrent également une gamme de services personnalisés pour les jeunes, services concernant la sexualité, la contraception, les problèmes psychologiques, etc.

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



Guichet d'accès à un médecin de famille

Pour avoir accès à un médecin de famille qui accepte de nouveaux patients, vous devez vous inscrire au Guichet d'accès à un médecin de famille. Pour ce faire, vous devez vous rendre au lien suivant :

quebec.ca/sante/trouver-une-ressource/guichet-acces-medecin-famille

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

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

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

Dans la situation où les 2 parents sont militaires, il faut contacter le Guichet d'accès à un médecin de famille au **1(877) 644-4545** afin d'y inscrire votre ou vos enfant(s). Lorsque vous serez en communication avec un préposé, vous devez alors mentionner que vous êtes tous deux parents militaires et que votre ou vos enfant(s) sont des patients orphelins. L'inscription de vos enfants se fera alors par téléphone à ce moment.

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

Guichet accès de Première ligne (GAP)

Le Guichet d'accès à la première ligne (GAP) permet aux gens qui n'ont pas de médecin de famille d'obtenir un rendez-vous médical ou un service de santé, en cas de besoin. Pour y avoir accès, il faut impérativement :

- Être en attente d'un médecin de famille, à la suite d'une inscription au Guichet d'accès à un médecin de famille (GAMF);
- Ou être pris en charge par un groupe de médecins.

Lorsque vous prenez contact avec le Guichet d'accès à la première ligne, votre demande sera analysée pour ensuite vous orienter vers le service professionnel ou médical qui répond le mieux à votre besoin, comme une consultation médicale, une visite chez le pharmacien ou un programme de soutien. Il faut garder en tête que le GAP est un service pour les situations dites « non-urgentes ».

Pour joindre le GAP, composez le 811, option 3. Une infirmière vous répond et peut vous guider pour la suite.

Toutefois, vous devez savoir que pour utiliser le GAP, vous devez posséder une carte d'assurance maladie. Si vous êtes en attente de recevoir votre carte de la RAMQ, il n'y a pas de problème – vous pouvez quand même consulter les spécialistes du GAP. Lors de votre appel, simplement leur mentionner que vous n'avez pas de carte d'assurance maladie présentement, mais que vous êtes en attente de la recevoir. Souvent, vous recevez un numéro temporaire, dans le cas où vous en auriez besoin.

Vous trouver le lien pour avoir accès au GAP à l'adresse suivante :

quebec.ca/sante/trouver-une-ressource/guichet-acces-premiere-ligne

Des soins de santé virtuels sur demande, à votre portée

L'accès aux soins de santé est problématique pour les familles de militaires, qui, par leur mode de vie, sont amenées à vivre plusieurs relocalisations. Lors de l'arrivée au Québec, les familles doivent réaliser des démarches afin d'obtenir un médecin de famille. Les délais occasionnés et les situations qui en découlent ont, depuis longtemps, amené le CRFM de la région de Montréal à chercher des solutions pour faciliter l'accès au système de santé des familles de la communauté.

Le CRFM réalise un travail de sensibilisation auprès des acteurs du système de la santé. De plus, le CRFM accompagne ainsi les familles dans leur cheminement et leurs démarches visant l'accès aux soins de santé. Afin de palier aux délais d'attente pour obtenir un médecin de famille, diverses solutions sont possibles dont le recours à un service de santé virtuel. Les services de télémédecine sont conçus pour communiquer avec un professionnel de la santé. Cette consultation est réalisée à distance ou par téléphone.

Afin d'avoir plus d'information sur les services de télémédecine ou pour connaître les avantages et limites de ce type de consultation, communiquer avec nous par courriel à l'adresse suivante : info.crfm@forces.gc.ca. Il nous fera plaisir de vous guider pour la suite.

Documentations utiles pour les familles :

- **Guide de la communauté militaire** : guide pratique publié annuellement donnant toute l'information sur l'hébergement, le logement, les services financiers disponibles (ex. : SISIP), les loisirs, les services, le calendrier du CRFM et bien plus.

Vous pourrez trouver sa version électronique ici : issuu.com/journal-servir-newspaper/docs/14227_psp_guide_2024-2025_low

Autres options :

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

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

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

Rendez-vous au : **bonjour-sante.ca** pour débiter votre recherche.

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



Pour joindre les agentes à l'intégration communautaire
Saint-Hubert : (450) 462-8777, poste 6835 ou poste 6803
Saint-Jean : (450) 358-7099, poste 5059 ou poste 2915

Immatriculation et permis de conduire au Québec

La Société de l'assurance automobile du Québec (SAAQ) exige que les personnes avec le statut de résident permanent au Québec doivent se procurer un certificat d'immatriculation pour une automobile ainsi qu'un permis de conduire émis par le gouvernement provincial dans les 6 mois après avoir acquis leur résidence.

Vous devez vous rendre sur le site internet de la Société de l'assurance automobile du Québec à l'adresse suivante: saaq.gouv.qc.ca. Vous y retrouvez toutes les informations nécessaires, ainsi que les formulaires requis pour procéder à l'échange de votre permis et pour l'immatriculation de votre (vos) véhicules.

Conduire avec un permis canadien ou étranger

En tant que nouveau résident ou nouvelle résidente, vous pouvez conduire une auto, une moto ou un cyclomoteur (scooter ou mobylette) pendant une durée déterminée en fonction de la date de votre établissement au Québec, si votre permis :

- Est valide
- Vous autorise à conduire le type de véhicule que vous souhaitez conduire parmi ceux qui sont nommés ci-dessus

Normalement, vous pouvez conduire avec votre permis canadien ou étranger pendant les 6 mois suivant votre établissement au Québec. Toutefois, si la date de votre établissement au Québec se situe avant le 29 août 2023, une mesure temporaire vous permet de conduire avec votre permis canadien ou étranger pendant plus de 6 mois :

- Si vous vous êtes établis au Québec avant le 1^{er} janvier 2023, vous pouvez conduire avec votre permis jusqu'au 30 novembre 2023
- Si vous vous êtes établis au Québec entre le 1^{er} janvier et le 28 août 2023, vous pouvez conduire avec votre permis pendant les 9 mois suivant votre établissement au Québec

Si la date de votre installation au Québec se situe après le 28 août 2023, vous pouvez conduire avec votre permis canadien ou étranger pendant les 6 mois suivants, soit le délai habituel.

Au moment de procéder à l'échange de votre permis, voici une liste de documents requis afin de vérifier votre admissibilité :

- Permis de conduire canadien
- Preuve de résidence au Québec
- Preuve que vous résidiez dans la province ou territoire qui vous a délivré votre permis si vous l'avez depuis moins de 3 ans

Société de l'assurance automobile du Québec (SAAQ)

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

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

saaq.gouv.qc.ca

Inspection du véhicule

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

Voici quelques agences autorisées :

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

Immatriculation

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

Les documents nécessaires incluent :

- Votre permis de conduire du Québec ou tout autre document officiel avec photo
- Le contrat de vente ou de location de la voiture ou bien une facture relative au véhicule en question
- Le certificat de pesée du véhicule, si sa masse nette n'est pas inscrite dans les autres documents
- Certificat d'immatriculation toujours valide d'une autre province ou d'outre-mer

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

- Passeport
- Certificat de naissance

SAVIEZ-VOUS QUE

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

Vous avez un délai de 6 mois pour changer votre plaque d'immatriculation. Pour procéder au changement, vous n'avez pas besoin de prendre un rendez-vous (vous pouvez vous rendre directement dans une succursale de la SAAQ). N'hésitez pas à contacter les agentes à l'intégration communautaire qui vous aideront avec grand plaisir !

Enfance et jeunesse - secteur Enfance

Services offerts aux enfants de 0 à 5 ans

Nos services appuient les parents dans l'exercice de leur rôle et favorisent le développement des enfants. Nos activités visent le développement du langage, de l'autonomie, de la socialisation et de la créativité chez les jeunes enfants. Nous mettons l'accent sur l'apprentissage de nouvelles compétences tout en favorisant le développement du leadership chez les plus grands.

Ateliers

Élaborés de façon à s'appuyer sur les principes du programme éducatif des haltes-garderies communautaires au Québec ainsi que sur les principes énoncés dans le programme de formation de l'école québécoise (éducation préscolaire), les ateliers offrent des activités adaptées à l'âge et au stade de développement des participants. Ces ateliers favorisent le développement global de l'enfant : dimensions physique et motrice, cognitive, affective, sociale et morale, ainsi que langagière. Offerts dans nos 2 points de services, soit celui de Saint-Hubert et celui de Saint-Jean-sur-Richelieu, ces ateliers savent offrir de beaux outils à vos enfants.

Halte-garderie

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

- [Saint-Hubert](#) :
Ouverture : du lundi au vendredi, de 7 h 45 à 16 h 30;
Supervision du dîner de 12 h à 13 h;
Collations et repas non inclus.
- [Saint-Jean-sur-Richelieu](#) :
Ouverture : du lundi au vendredi de 7 h 45 à 16h30;
Supervision du dîner de 12 h à 13 h;
Collations et repas non inclus.
- [Conditions](#) :
Coût : 10 \$ par demi-journée;
Inscription obligatoire auprès de nos commis à l'accueil et à l'information;
Un maximum de 6 périodes par semaine est autorisé pour bénéficier de ce tarif.

Première inscription ?

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

Si l'inscription se fait au téléphone :

Le commis à l'accueil et à l'information inscrit le nom complet de l'enfant dans le cahier d'inscription et remplit le coupon afin de récolter les informations des parents. Ces informations sont remises directement aux coordonnatrices Enfance et jeunesse. Par la suite, le formulaire d'inscription est transmis par courriel ou il est possible de le remplir en personne à l'un de nos points de service avant la première visite de votre ou vos enfant(s).

Si l'inscription se fait sur place :

Le nom complet de l'enfant est inscrit dans le cahier d'inscription et vous devez remplir le coupon afin de récolter vos informations. Le coupon sera alors remis aux coordonnatrices Enfance et jeunesse, en même temps que la documentation nécessaire pour l'inscription de votre ou vos enfant(s).

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

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

Service de garde transitoire et dépannage-déménagement

Il est possible d'obtenir un service de garde pour plus de 6 périodes par semaines (et n'excédant pas 3 mois), option offerte aux familles qui sont à la recherche d'un service de garde dans leur communauté. Afin d'obtenir ce service, vous devez contacter les coordonnatrices Enfance et jeunesse qui évalueront vos besoins. Prenez note que les places sont limitées et que l'inscription est obligatoire. Le coût de ce service est de 36 \$ par jour par enfant.

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

Quand il est question de déménagement, les haltes-garderies sont ouvertes pour accueillir les enfants selon le coût régulier et l'horaire habituel, ainsi que selon la disponibilité de notre service. Consultez nos responsables au service client et opérations pour obtenir plus de renseignements.

Soutien parental

Afin d'appuyer et renforcer le rôle parental, les coordonnatrices Enfance et jeunesse peuvent offrir un soutien aux parents afin de les diriger vers les bonnes ressources.

Les coordonnatrices Enfance et jeunesse peuvent, entre autres :

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



Pour joindre les coordonnatrices Enfance et jeunesse

Région Saint-Hubert :

Saint-Jean : **450 358-7099 # 6118**

Saint-Hubert : **450 462-8777 # 6830**

Région Saint-Jean :

Saint-Jean : **450 358-7099 #7012**

Saint-Hubert : **450 462-8777 # 6824**

Service de garde au Québec

Afin de recevoir le service de soutien aux enfants du gouvernement provincial et la prestation fiscale canadienne pour enfant du gouvernement fédéral, vous devez en faire la demande. Si vous décidez d'utiliser un service de garde privé non subventionné, vous pouvez demander le remboursement anticipé du crédit d'impôt pour frais de garde du gouvernement du Québec.

Centre de la petite enfance (CPE)

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

- **En établissement**
 - Services de garde éducatifs pour les enfants de 0 à 5 ans (jusqu'à leur entrée à la maternelle);
 - Enfants regroupés selon leur âge;
 - Localisation : bâtiment pouvant accueillir entre 40 et 80 enfants.
- **En milieu familial**
 - Services de garde éducatifs pour les enfants de 0 à 5 ans (jusqu'à leur entrée à la maternelle);
 - Services coordonnés, contrôlés et supervisés par les Centres de la petite enfance (CPE);
 - Localisation : résidence privée;
 - Enfants en groupes multi âges;
 - Ratio de 6 enfants par éducatrice.



Garderie privée

Sans contribution réduite (avec crédit d'impôt).

• En établissement

- Services de garde éducatifs pour les enfants de 0 à 5 ans (jusqu'à leur entrée à la maternelle)
- Enfants regroupés selon leur âge
- Localisation : bâtiment pouvant accueillir entre 40 et 80 enfants
- Tarifs à contribution réduite dans certains établissements

• En milieu familial

- Services de garde éducatifs pour les enfants de 0 à 5 ans (jusqu'à leur entrée à la maternelle)
- Localisation : résidence privée
- Enfants en groupes multi âges
- Autonomie de l'éducatrice quant aux services offerts

Halte-garderie communautaire

- Services de garde éducatifs pour les enfants de 0 à 5 ans (jusqu'à leur entrée à la maternelle)
- Localisation : centre communautaire
- Enfants en groupes multi âges

Autre ressource

La Place 0-5

Votre enfant n'a pas encore de place en garderie ? Visitez le **laplace0-5.com** afin de vous inscrire à ce guichet unique regroupant tous les services de garde reconnus de la province. Tous les établissements présents sur La Place 0-5 ont un permis émis du ministère de la Famille. L'ensemble des garderies en milieu familial est géré par un bureau coordonnateur.

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

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

Vous avez trouvé une place ?

Un service de garde vous a offert une place ? Excellente nouvelle ! Vous devez alors fournir la lettre de confirmation d'inscription de votre enfant de *La Place 0-5* dès que vous signez une entente soit dans un CPE, une garderie ou bien dans une garderie en milieu familial. Ces dernière n'a pas, comme les CPE ou les garderies, de listes d'attentes sur cette *Place 0-5*.

Considérant que les responsables d'une garderie en milieu familiale ont un statut de travailleurs autonomes, ce sont eux qui gèrent l'octroi de leurs places. Ils peuvent alors accepter tout enfant inscrit à *La Place 0-5* selon leurs propres critères de sélection. Lorsque vous créer votre compte *La Place 0-5*, sélectionnez les garderies en milieu familial qui vous intéressent afin d'obtenir leurs coordonnées. Vous devez ensuite les contacter pour leur faire part de votre intérêt à obtenir une place au sein de leur établissement.

Ma Garderie

Le site **magarderie.com** est une autre option pour vous aider dans votre recherche de services de garde. *Ma Garderie* se veut également le point de rencontre des services de garde (garderies, CPE, gardiennes) et des parents du Québec. Cette plateforme fournit des informations détaillées sur la disponibilité des places en garderies selon votre région.

Ici, vous n'avez pas besoin de vous créer de compte – vous devez contacter les responsables en services de garde et établir le contact afin de connaître leur disponibilité.

Les délais d'attente ne sont pas officiels. Il est donc possible que vous soyez sur des listes d'attentes dans certains services de garde pour une durée indéterminée.

Pour joindre les coordonnatrices Enfance et jeunesse

Région Saint-Hubert :

Saint-Jean : **450 358-7099 # 6118**

Saint-Hubert : **450 462-8777 # 6830**

Région Saint-Jean :

Saint-Jean : **450 358-7099 #7012**

Saint-Hubert : **450 462-8777 # 6824**

Enfance et jeunesse - secteur Jeunesse

S'adressant aux jeunes d'âge scolaire de 5 à 17 ans, le secteur jeunesse offre une abondance d'activités et de formations aux points de service de Saint-Jean-sur-Richelieu et de Saint-Hubert.

Centre d'Intégration Communautaire Jeunesse (CICJ)

Le CICJ est un lieu de rassemblement pour les enfants de 5 à 17 ans. Situé au cœur des unités résidentielles de logements à Saint-Hubert, le centre ouvre gratuitement ses portes à tous les jeunes issus de familles militaires. Les activités sont gérées par nos animateurs chevronnés.

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

- **Inscriptions préalables :** Il est important de remplir le formulaire d'inscription en ligne via le portail lors de votre première visite au CICJ au 40, rue de La Vérendrye. Vous trouvez ce formulaire au lien suivant : crfmmfrcmtl.ca

Les activités pour les jeunes sont diversifiées :

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

Visites à domicile : Au besoin, un jeune déjà inscrit au CICJ peut faire une visite à domicile. Il peut avoir une conversation au sujet des services et des activités offerts afin de faciliter l'intégration de votre ou vos enfant(s) dans la communauté.

Bénévolat

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

Voici quelques exemples d'activités de bénévolat disponibles :

- Participation au comité consultatif
- Réalisation des tâches diverses
- Décoration du CICJ à l'occasion des événements spéciaux
- Participation aux activités de sociofinancement
- Aide à l'intégration des nouveaux arrivants

S'inscrire au bénévolat : pour en savoir plus sur les projets de bénévolat en cours, veuillez contacter le coordonnateur du Centre d'Intégration Communautaire Jeunesse.

Activités pour les enfants de 5 à 12 ans à Saint-Jean-sur-Richelieu

Des périodes d'activités pour les enfants de 5-12 ans sont organisées au point de service de la Garnison Saint-Jean. Les jeunes peuvent profiter d'activités thématiques avec des animateurs dynamiques. Ils bénéficient aussi d'activités animées comme des jeux de groupe, du bricolage, des ateliers de cuisine, etc. Les activités sont gratuites. Consultez la programmation pour l'horaire officiel. L'inscription est obligatoire à crfmmfrcmtl.ca.

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

Activités pour les enfants de 5 à 12 ans à Saint-Jean-sur-Richelieu

Plusieurs formations et ateliers sont offerts pour les adolescents. Pour de plus amples informations, contactez le coordonnateur du CICJ.

Ces formations comprennent, entre autres :

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

Pour joindre les coordonnatrices Enfance et jeunesse

Région Saint-Hubert :

Saint-Jean : 450 358-7099 # 6118

Saint-Hubert : 450 462-8777 # 6830

Région Saint-Jean :

Saint-Jean : 450 358-7099 #7012

Saint-Hubert : 450 462-8777 # 6824

Pour joindre le coordonnateur du CICJ

Saint-Jean : 450 358-7099 # 2911

Saint-Hubert : 450 462-8777 # 6824

Emploi et éducation

Les services relatifs à l'employabilité et à l'éducation sont offerts aux conjoint(e)s et enfants âgés de 16 ans et plus de militaire souhaitant suivre des cours de langue. À l'aide de services individuels et d'ateliers, il est possible de rafraîchir son curriculum vitae ou même d'obtenir un coup de main dans la recherche d'un emploi.

Employabilité

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

Voici une brève liste de services qui vous sont offerts :

- **Services individuels en emploi**
 - Conception ou mise à jour du curriculum vitae ainsi que de la lettre de présentation
 - Techniques d'entrevues
 - Conseils en recherche d'emploi
 - Informations concernant les potentiels employeurs de la région
 - Retour sur le marché du travail
- **Atelier sur l'emploi**
 - Séances d'information sur les emplois à la Fonction publique
 - Ateliers de recherche d'emploi pour les jeunes de 14 ans et plus



Éducation

Des cours de français et d'anglais langues secondes sont offerts aux conjoints(e)s et aux enfants âgés de 6 ans de familles de militaire. Tous les cours sont gratuits et sont offerts en ligne ou en personne à nos 3 points de service, soit Saint-Hubert, Saint-Jean ou Montréal, selon la demande. Un minimum de cinq étudiants de niveau similaire est requis pour former un groupe. L'horaire est déterminé selon les inscriptions.

- **Services individuels**

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

- Information sur les programmes de formation
- Retour aux études
- Information sur l'obtention d'équivalences des diplômes hors Québec

- **Cours et formations**

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

- **Cours de secourisme** : Le cours général de premiers soins et de réanimation cardio-respiratoire (RCR) est enseigné selon les normes de la Croix-Rouge. D'une durée de 8 heures, ce cours est offert à différentes périodes durant l'année.

Pour joindre la coordonnatrice Emploi et éducation

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

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

Prévention, soutien et intervention

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

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

Voici quelques exemples de services offerts :

- **Ateliers de prévention et formations sur divers sujets psychosociaux :** Nous connaissons les défis particuliers auxquels les familles de militaires font face. Afin de les soutenir, nous offrons différents ateliers sur des sujets qui touchent la réalité militaire.

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

- **Consultations psychosociales, service de référencement et d'accompagnement :** Les consultations psychosociales sont gratuites, confidentielles et sur rendez-vous. Ces consultations peuvent être individuelles, familiales, conjugales, s'adressant aux adultes comme aux enfants.

L'accent sera donc porté sur la cohésion au sein de la famille.

- **Programme de jumelage et soutien des pairs :** Les familles vivant des difficultés particulières liées au mode de vie militaire peuvent être épaulées par un bénévole qui connaît ce mode de vie. L'objectif est de briser l'isolement et d'apporter le soutien et le réconfort.

Le service est gratuit, une inscription est nécessaire.

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

Pour joindre l'accueil psychosocial

Saint-Hubert : (450) 462-8777, poste 6821

Saint-Jean : (450) 358-7099 poste 2917

Courriel : SvcPersCRFMSoutienPsyStJean@forces.gc.ca

Pendant l'absence

Le secteur Absence et déploiement offre des services aux familles et aux plus proches parents de militaires absents afin de les soutenir durant cette période. L'absence se produit, entre autres, lors du déploiement ou d'une mission militaire.

Voici des exemples de nos services qui sont offerts :

- **Pochette pré-déploiement** : elle contient plusieurs ressources utiles et elle est spécialement conçue pour les familles vivant le déploiement ou une absence prolongée.
- **Appel de courtoisie** : en cas de déploiement du militaire, un ou plusieurs appels peuvent être faits. En général, un premier appel est fait 2 semaines après le déploiement, un autre à mi-déploiement, et un dernier, 2 semaines après le retour. Lors de ces appels, l'intervenant s'assure que le proche souhaite continuer à les recevoir.
- **Service de garde de dernier recours** : en tout temps, une famille doit avoir un plan de garde d'urgence. Au cas où il n'est pas applicable, la famille peut demander d'avoir une rencontre avec un travailleur social. Il sera en mesure d'évaluer l'accessibilité aux services de garde d'urgence dans la communauté ou au CRFM.
- **Répît pendant l'absence** : ce service, à raison d'une demi-journée par semaine, est offert dans nos haltes-garderies pour les enfants âgés de 2 mois à 5 ans. Il est accordé aux familles vivant une absence, selon l'horaire habituel et la disponibilité des points de service. L'intervenant à l'accueil psychosocial doit préalablement faire l'analyse de la demande avant d'autoriser le service.

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

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

- **Consultations psychosociales** : ce service est offert pour accompagner les familles ainsi que les proches du membre militaire afin de favoriser le vécu positif de ces événements. Divers sujets peuvent être abordés tels que l'organisation de la routine, la relation parentale, la gestion du stress, la communication dans le couple, la préparation au déménagement, etc.

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

Programme de jumelage et soutiens des pairs

Les familles vivant l'absence du militaire peuvent être épaulées par un bénévole ayant vécu l'expérience du déploiement. L'objectif est de briser l'isolement et d'apporter du soutien et du réconfort. Pour plus d'informations, renseignez-vous auprès de notre intervenant à l'accueil psychosocial et responsable du volet Absence et déploiement.

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

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

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

Pour joindre l'accueil psychosocial

Saint-Hubert : (450) 462-8777, poste 6821

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

Courriel : SvcPersInfoAbsenceCRFM@forces.gc.ca

Éducation spécialisée

(Enfance, jeunesse et soutien parental)

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

Quelques exemples de situations abordées en consultation :

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

0-17 ans

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

Consultations familiales

L'éducation spécialisée est un domaine qui vise à apporter une aide concrète aux personnes qui en ont besoin. L'éducatrice spécialisée travaille à partir d'objectifs et de moyens définis afin de ciseler la manière d'aider et de répondre à la question « comment ? ».

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

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

Ateliers soutien parental

Offre de formations en ligne

Offerts gratuitement et animés par des spécialistes, les ateliers et les formations en ligne ont pour objectif d'outiller les parents et les enfants dans les problématiques qu'ils rencontrent dans la vie de tous les jours. Les sujets traités varient selon la demande et les besoins de la clientèle. Pour connaître notre programmation et pour vous y inscrire, veuillez vous rendre sur notre portail : **crfmmfrcmtl.ca**

Bibliothèque de prêt

Le secteur de l'Éducation spécialisée s'est doté d'une bibliothèque avec du matériel spécifique, des livres éducatifs et des jeux. Ce matériel peut être emprunté par les familles sans suivi de notre part. Pour accéder à cette bibliothèque, communiquez avec l'une de nos éducatrices spécialisées.



Pour joindre l'accueil psychosocial

Saint-Hubert : **(450) 462-8777, poste 6821**

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

Courriel : **SvcPersCRFMSoutienPsyStJean@forces.gc.ca**

Maladie, blessures et décès (Officier de liaison aux familles)

Des travailleur(e)s sociales, connu(e)s sous le nom d'Officier de liaison avec les familles (OLF), œuvrent dans les locaux des Centres de transition de la région (Saint-Jean et Montréal) afin de soutenir les familles des militaires blessés ou malades, et les familles endeuillées. Leurs rôles consistent, entre autres, à accueillir les militaires blessés ainsi que leur famille dès leur arrivée à l'unité, à évaluer leurs besoins et à leur offrir des services et du soutien adapté.

Les OLF sont également présents et disponibles pour les familles dont le militaire fait partie d'un programme de retour au service (PRAS) ou dont la situation de santé, physique ou mentale, est en péril ou difficile.

Lorsque le décès d'un militaire survient, l'OLF, de concert avec le Centre de transition, est impliqué auprès de la famille pour lui offrir un soutien psychosocial ou pour l'aider à trouver et à avoir accès aux ressources nécessaires.

Voici quelques exemples de services offerts :

- Suivis psychosociaux individuels, conjugaux ou familiaux
- Groupes de soutien
- Ateliers et formations sur des sujets psychosociaux tels que le deuil, la maladie et la blessure de stress opérationnel
- Accompagnement dans la recherche de service de garde d'urgence ou le remboursement des frais de garde selon la politique de l'AUOF

Voici quelques questions et préoccupations des familles qui consultent l'OLF:

- Je ne comprends pas ce qui se passe avec lui, je ne sais plus comment l'aider
- Comment parler aux enfants de la maladie, physique ou mentale?
- Comment parler de la mort ?
- Je suis inquiète pour lui, je ne sais pas quoi faire
- Je suis épuisée, je n'y arrive plus

Toutes les familles sont différentes, elles vivent toutes des défis particuliers.
N'hésitez pas à contacter l'OLF de votre région afin d'en discuter.

Pour joindre l'accueil psychosocial

Saint-Hubert : (450) 462-8777, poste 6821

Saint-Jean : (450) 358-7099 poste 2917

Courriel : SvcPersCRFMSoutienPsyStJean@forces.gc.ca

Programme pour les familles de vétérans

Est-ce que votre famille vit une transition de la vie militaire à la vie civile ? Si c'est le cas, le CRFM offre un service et des ressources pour les vétérans et leurs familles afin de vous aider lors de cette transition et de l'accommodement à la nouvelle vie.

Le Programme des familles de vétérans (PFV), financé par Anciens Combattants Canada, est spécifiquement conçu pour les membres qui quittent les Forces armées canadiennes pour des raisons médicales, pour les vétérans qui ont été libérés avec les mêmes raisons, ainsi que leurs familles. Nous ouvrons les portes également à tout autre type de décharge.

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

- Les Centres de ressources pour les familles des militaires
- La Ligne d'information pour les familles (Info-Familles au numéro suivant: 1-800-866-4546)
- **sbmfc.ca/region-montreal/centre-de-ressources-pour-les-familles-des-militaires-region-de-montreal**

La Coordonnatrice du PFV offre également les services suivants :

- Évaluation des besoins
- Consultations individuelles, de couple ou familiale afin d'aborder les enjeux psychosociaux vécus
- Informations, aiguillage et référence vers les ressources appropriées selon les besoins exprimés ou ceux à venir
- Accès à différents ateliers et formations
- Etc.

Le CRFM et la coordonnatrice du PFV sont conscients des enjeux possibles que la famille et le vétéran peuvent vivre avant, pendant et après la libération. Il n'y a pas de mauvaises questions ou de mauvais besoins. N'hésitez pas à nous contacter.

Pour joindre la coordonnatrice du Programme pour les familles de Vétérans

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

Courriel : **SvcPersCRFMSoutienPsyStJean@forces.gc.ca**

Autres services gouvernementaux

Impôts et taxes

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

Logement

- **Agence de logement des Forces canadiennes (ALFC)** **(450) 678-8054**
Urgences après les heures régulières **1 800-903-2342**
- **Tribunal administratif du logement** **(514) 873-2245**
tal.gouv.qc.ca/fr
 - Édifice Montval,
201, Place Charles-Lemoyne, Longueuil **1 (800) 683-2245**
 - 109, rue Saint-Charles, bureau RC-13,
Saint-Jean-sur-Richelieu **1 (800) 683-2245**
 - 5199, rue Sherbrooke Est,
Pyramide Ouest (D), (à l'angle de Viau)
Rez-de-chaussée, bureau 2095, Montréal **1 (800) 683-2245**

Depuis la pandémie, la grande majorité des services gouvernementaux sont maintenant en ligne. Pour prendre rendez-vous avec le Tribunal administratif du logement de votre région, dirigez-vous sur leur site internet.

Autres

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

Natalité au Québec

Si vous êtes dans la situation d'avoir un nouveau-né au Québec, vous avez l'obligation de déclarer la naissance dans les **30 jours suivants**. Lorsque le personnel médical ou le personnel de la maison de naissance signe votre congé, on vous remet plusieurs documents. Il s'agit de l'information au sujet de votre automédication (ex : Tylenol et anti-douleurs), des prescriptions (si les infirmières ne les ont pas déjà faxés à votre pharmacie), ou bien de la littérature sur les enjeux de cette nouvelle vie. On vous remet également un feuillet qui est le constat de naissance. Ce document est important, car il constitue l'outil dont vous avez besoin afin de déclarer la naissance de votre enfant au registre de l'état civil du Québec. Vous pouvez ensuite vous procurer le certificat de naissance.

Pour remplir la déclaration de naissance, vous avez deux options :

- Service en ligne à l'adresse suivante :
services.etatcivil.gouv.qc.ca/DeclarationNaissanceEnLigne/Default.aspx
- Formulaire papier *Déclaration de naissance*

Nous recommandons d'utiliser le service en ligne plutôt que le formulaire papier. Vous serez en mesure de transmettre plus rapidement le formulaire de Demande d'accès simplifié aux programmes et services gouvernementaux relatifs aux naissances tel que l'Allocation familiale du Québec et l'Allocation aux Familles (CAN). L'Allocation familiale du Québec est un montant remis aux familles ayant des enfants de moins de 18 ans à leur charge. Ce montant est établi selon le revenu familial et il est remis à la mère chaque 3 mois.

Également, en remplissant électroniquement la déclaration de naissance, vous pouvez exiger des certificats ou copies d'actes et de faire des suivis sur l'avancement du traitement de la déclaration de naissance ou d'autres documents.

Il est important de n'utiliser qu'un seul moyen (service en ligne ou formulaire papier) pour déclarer la naissance de votre enfant, car la réception de deux déclarations pour le même enfant entraîne des délais de traitement supplémentaires.

Allocation familiale

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

Cette mesure financière comprend l'Allocation familiale et le supplément pour l'achat de fournitures scolaires. Il peut y avoir le supplément pour un enfant handicapé et le supplément pour l'enfant handicapé nécessitant des soins exceptionnels au cas échéant.

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

- Être résident du Québec (selon la Loi sur les impôts)
- Être responsable des soins et de l'éducation d'un enfant de moins de 18 ans. Cet enfant réside avec vous, ou est placé par un centre jeunesse et vous payez la contribution exigée par ce centre
- Vous ou votre conjoint(e) avez l'un des statuts suivants :
 1. Vous êtes citoyen canadien
 2. Vous avez votre résidence permanente
 3. Vous êtes résident temporaire habitant au Canada depuis les 18 derniers mois
 4. Êtes-vous une personne protégée

Des documents additionnels vous seront demandés pour les situations suivantes :

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

Pour recevoir l'**Allocation famille** :

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

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

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

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

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

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

retraitequebec.gouv.qc.ca/fr/Pages/accueil.aspx

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

Municipalités

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

Les municipalités qui suivent sont classées par ordre alphabétique.

BELOEIL

Site Internet : beloeil.ca

Mairie

777, rue Laurier
(450) 467-2835

Bibliothèque municipale

620, rue Richelieu
(450) 467-7872

CLSC

347, rue Duvernay
(450) 536-2572

Centre de services scolaire des Patriotes

cssp.gouv.qc.ca
(450) 441-2919
1 (877) 449-2919

Commission scolaire Riverside

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

Centre aquatique Beloeil

2121, rue Saint-Jean-Baptiste
(450) 467-5678

Police (administration)

866, rue Laurier
(450) 922-7001

Sécurité incendie

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

BOUCHERVILLE

Site Internet : boucherville.ca

Mairie

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

Bibliothèque municipale

501, chemin du Lac
(450) 449-8650

CLSC

160, boulevard de Montarville
(450) 655-3630

Centre de services scolaire des Patriotes

cssp.gouv.qc.ca
(450) 441-2919
1 (877) 449-2919

Commission scolaire Riverside

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

Police (administration)

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

Sécurité incendie

600, chemin du Lac
(450) 463-7028

BROSSARD

Site Internet : brossard.ca

Mairie

2001, boulevard Rome
(450) 923-6300

Bibliothèque municipale

7855, avenue San Francisco
(450) 923-6530

CLSC

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

Centre de services scolaire Marie-Victorin

cssmv.gouv.qc.ca
(450) 670-0730

Commission scolaire Riverside

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

Police (administration)

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

Sécurité incendie

3300, boulevard Lapinière
(450) 463-7038

CANDIAC

Site Internet : candiac.ca

Mairie

100, boulevard Montcalm Nord
(450) 444-6000

Bibliothèque municipale

59, chemin Haendel
(450) 635-6032

CLSC

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

Centre de services scolaire des Grandes Seigneuries

cssdgs.gouv.qc.ca
(514) 380-8899

Commission scolaire Riverside

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

Police (administration)

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

Sécurité incendie

90, boulevard Montcalm Nord
(450) 444-6063

CHAMBLY

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

Mairie

58, rue Martel
(450) 658-8788

Bibliothèque municipale

1691, avenue Bourgogne
(450) 658-2711

CLSC

300, chemin de Marieville
(450) 658-7561

Centre de services scolaire des Patriotes

cssp.gouv.qc.ca
(450) 441-2919
1 (877) 449-2919

Commission scolaire Riverside

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

Police (administration)

1301, boulevard Fréchette
(450) 658-6655

Sécurité incendie

1301, boulevard Fréchette
(450) 658-6655

FARNHAM

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

Mairie

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

CLSC

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

Centre de service Val-des-Cerfs

cssvdc.gouv.qc.ca
(450) 372-0221

Commission scolaire Riverside

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

Service des loisirs

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

Sûreté du Québec

875, rue Principale Ouest

Sécurité incendie

875, rue Principale Ouest
(450) 293-5126

GREENFIELD PARK

Site Internet : longueuil.quebec/fr

Mairie

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

Bibliothèque municipale

225, rue Empire
(450) 463-7180

Centre de service scolaire Marie-Victorin

cssmv.gouv.qc.ca
(450) 670-0730

Commission scolaire Riverside

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

Police (administration)

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

Sécurité incendie

937, rue Macgregor
(514) 895-7304

LONGUEUIL

Site Internet : longueuil.quebec/fr

Mairie

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

CLSC—Longueuil Ouest

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

CLSC—Simone-Monet-Chartrant

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

Centre de service scolaire

Marie-Victorin

cssmv.gouv.qc.ca
(450) 670-0730

Commission scolaire Riverside

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

Police (administration)

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

Sécurité incendie

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

MONTREAL

Site Internet : montreal.ca

Hôtel de ville

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

Agence de la santé et des Services sociaux de Montréal

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

Commission scolaire de Montréal

cssdm.gouv.qc.ca
(514) 596-6000

Centre de service scolaire

Pointe-de-l'Île

csspi.gouv.qc.ca
(514) 642-9520

Commission scolaire English-Montréal

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

Police (administration)

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

Sécurité incendie

9-1-1

Services municipaux (Renseignements)

3-1-1

RICHELIEU

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

Mairie

200, boulevard Richelieu
(450) 658-1157

CLSC

300, chemin de Marieville
(450) 658-7561

Centre de service scolaire Des Hautes-Rivières

cssdhr.gouv.qc.ca
(450) 359-6411, poste 7510
1 (877) 359-6411

Commission scolaire Riverside

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

Sécurité incendie

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

SAINT-BRUNO-DE-MONTARVILLE

Site Internet : stbruno.ca

Mairie

1585, rue Montarville
(450) 653-2443

CLSC

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

Centre de service scolaire des Patriotes

cssp.gouv.qc.ca
(450) 441-2919
1 (877) 449-2919

Commission scolaire Riverside

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

Police (administration)

1585, rue Montarville
(450) 463-7057

Sécurité incendie

1585, rue Montarville
(450) 463-7028

SAINT-HUBERT

Site Internet : www.longueuil.ca

Mairie

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

CLSC

6800 boulevard Cousineau
(450) 443-7400

Centre de service scolaire

Marie-Victorin
cssmv.gouv.qc.ca
(450) 670-0730

Commission scolaire Riverside

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

Police (administration)

4800, rue Leckie
(450) 463-7011

Sécurité incendie

3300, boulevard Lapinière
(450) 463-7038

SAINT-JEAN-SUR-RICHELIEU

Site Internet : sjsr.ca

Mairie

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

CLSC

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

Centre de service scolaire

Des Hautes-Rivières
cssdhr.gouv.qc.ca
(450) 359-6411, poste 7510
1 (877) 359-6411

Commission scolaire Riverside

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

Police (administration)

325, rue Macdonald
(450) 359-9222

Sécurité incendie

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

SHERBROOKE

Site Internet : sherbrooke.ca/fr

Mairie

191, rue du Palais
(819) 821-5618

CLSC

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

Centre de service scolaire de la Région-de-Sherbrooke

cssrs.gouv.qc.ca/le-cssrs
(819) 822-5544

Commission scolaire Eastern Townships

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

Police (administration)

400, rue Marquette
(819) 821-5555

Sécurité incendie

202, rue Wellington Nord
(819) 821-5517

VARENNES

Site Internet : www.ville.varenn.es.qc.ca

Mairie

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

CLSC

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

Centre de service scolaire des Patriotes

cssp.gouv.qc.ca
(450) 441-2919

Commission scolaire Riverside

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

Police (administration)

1 (888) 678-7000

Sécurité incendie

(450) 652-9888

Ligne d'écoute

Alcooliques anonymes	(450) 670-9480
Drogue : aide et référence	(514) 527-2626
Interligne.co - Votre espace pour LGBTQ+	(514) 866-0103
Jeu : aide et référence	1 (800) 461-0140
Jeunesse, J'écoute	1 (800) 668-6868
LigneParents	1 (800) 361-5085
Direction de la protection de la jeunesse	(514) 721-1811
Tel-Aide Montréal	(514) 935-1101
Tel-jeunes	1 (800) 263-2266
Suicide Action Montréal	1 (866) 277-3553
Écoute Entraide	(514) 278-2130
Fondation québécoise du cancer	1 (800) 363-0063
Centre Multi-Écoute	(514) 737-3604



Centre de ressources pour
les familles des militaires
Région de Montréal

ACCUEILLIR • SOUTENIR • RASSEMBLER

Point de service de :

Saint-Hubert : 450 462-8777, poste 6810

Saint-Jean-sur-Richelieu : 450 358-7099, poste 7955

Montréal : 514 252-2777, poste 4984

Sherbrooke : 450 358-7099, poste 2349

Courriel d'information : info.crfm@forces.gc.ca

Site Web :

sbmfc.ca/region-montreal/centre-de-ressources-pour-les-familles-des-militaires-region-de-montreal

Portail des services : crfmmfrcmtl.ca