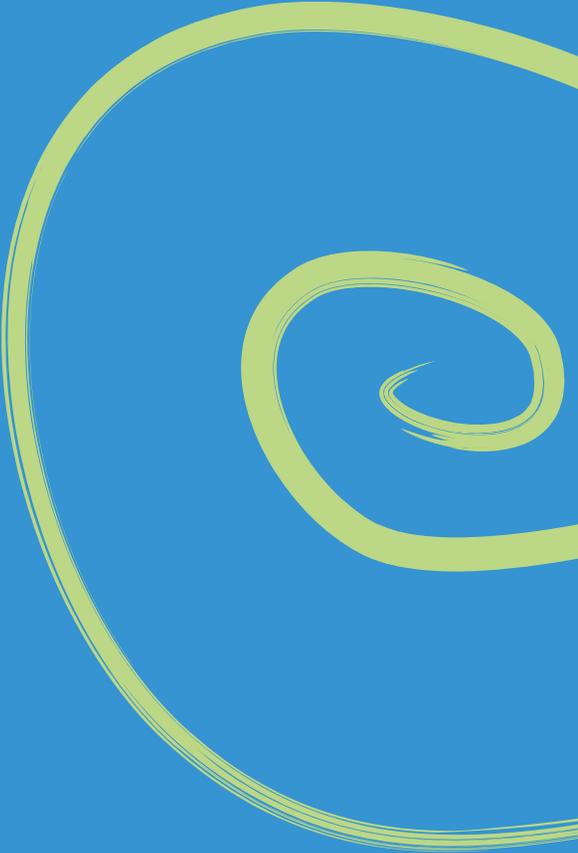


2020



CALENDRIER



Office municipal
d'habitation
de Montréal



L'hiver, des activités gratuites vous attendent et des ressources sont accessibles à tous. À vous d'en profiter!



À L'EXTÉRIEUR!

Noël dans le Parc

1^{er} au 24 décembre 2019

Place Émilie-Gamelin / Parc Lahaie
Parc des Compagnons-de-Saint-Laurent
GRATUIT

Infos : noeldansleparc.com

Montréal en Fêtes

19 au 31 décembre 2019

Place Jacques-Cartier et Place Nordique
GRATUIT

Infos : montrealenfetes.com

Fête des neiges de Montréal

18 janvier au 9 février 2020

Parc Jean-Drapeau (4 week-ends)
Prévente des passeports avant le 17 janvier
(25 % de rabais) pour accès à toutes les activités.
Infos : parcjeandrapeau.com

Montréal en lumière

20 février au 1^{er} mars 2020

Quartier des spectacles /
Place des Festivals
GRATUIT
Infos : montrealenlumiere.com

Nuit blanche

Samedi 29 février 2020

Plus de 200 activités culturelles partout en ville
GRATUIT (activités et métro aussi!)
Infos : nuitblanchemtl.com

Barbegazi – Festival de sports d'action

7 et 8 mars 2020

Esplanade du Parc olympique
GRATUIT
Infos : barbegazifest.ca

À L'INTÉRIEUR!

Festival Montréal joue

22 février au 8 mars 2020 (relâche scolaire)

Plus de 300 activités ludiques organisées dans les
45 bibliothèques de Montréal.
GRATUIT

Infos : montrealjoue.ca

Planétarium Rio Tinto Alcan

GRATUIT en tout temps, sauf pour les projections
multimédias en salle

8 \$ tous les jeudis soirs à partir de 17 h

Infos : espacepourlavie.ca

Musée des beaux-arts

21 décembre 2019 au 5 janvier 2020

GRATUIT du 21 décembre 2019 au 5 janvier 2020
et le 1^{er} dimanche de chaque mois.

Infos : mbam.qc.ca

Musée d'art contemporain

GRATUIT le 1^{er} dimanche de chaque mois.

Infos : macm.org

TOHU / Les ateliers de la Falla des enfants

Activité de création pour enfants de 4 à 12 ans
offerte un samedi par mois.

GRATUIT pour les résidants du quartier Saint-Michel.

Infos : tohu.ca

SERVICES À PETITS PRIX!



SOINS DE LA VUE

Examen chez l'optométriste

GRATUIT pour moins de 18 ans, 65 ans et plus
et prestataires de l'aide sociale.

Lunettes de vue

Le Bonhomme à lunettes

Petits prix pour les gens à faible revenu / 20 \$ pour les
prestataires de l'aide sociale / gratuit pour les enfants
Infos : 514 303-4315 / bonhommealunettes.org

Mieux voir pour réussir

Programme d'aide financière qui offre un
remboursement de 250 \$ à l'achat de lunettes ou de
lentilles pour enfant (- 18 ans)

Infos : formulaires.ramq.gouv.qc.ca/lunettes



SOINS DENTAIRES

Clinique-école du Collège de Maisonneuve

3800, rue Sherbrooke Est, porte extérieure A-28

Rendez-vous : 514 787-1702

Clinique dentaire de l'Université de Montréal

2900, boul. Édouard-Montpetit

Rendez-vous : 514 343-6750



SERVICES JURIDIQUES

Juripop

300-2006, rue Plessis

Rendez-vous : 514 705-1637 poste 245

Infos : juripop.org



SERVICES DE COIFFURE

Pure académie

3458, rue Saint-Denis Montréal

Rendez-vous : 514 849-9048

Infos : academiepure.com

Tornado

3460, rue Saint-Denis

Rendez-vous : 514 382-2021

Infos : tornadecoiffure.com

St-Laurent Académie

914A, rue Sainte-Catherine E.

Rendez-vous : 514 284-2206

Infos : stlaurentcoiffure.com

211 Grand Montréal

Service d'aide gratuit pour des ressources sociales et
communautaires.

Composez le 2-1-1 ou visitez le 211.qc.ca

7 jours sur 7 - 8 h à 18 h



JANVIER 2020



LUNDI MARDI MERCREDI JEUDI VENDREDI SAMEDI DIMANCHE

30	31	1 Nouvel An Loyer Bureaux fermés	2 Bureaux fermés	3	4	5
6	7 Bureaux fermés	8	9	10 ●	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24 ○	25	26
27	28	29	30	31		

● Pleine lune

○ Nouvelle lune



Les travaux majeurs changent la vie des locataires. Aux habitations Nicolet, les locataires sont heureux d'habiter dans un bâtiment transformé où il fait bon **vivre**.

Photo : Martin Alarie





L'environnement, un sujet qui tient à **cœur** à la jeune génération. Aux habitations André-Grasset, plusieurs jeunes ont participé à une corvée de propreté. En nettoyant les terrains extérieurs, ils ont posé un geste concret pour réduire la pollution.

Photo : Ndeye Fatou Mar



FÉVRIER 2020



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
27	28	29	30	31	1 Loyer	2 Jour de la marmotte
3	4 Rencontre Comité consultatif des résidents	5	6	7	8	9 ●
10	11	12	13	14 Saint-Valentin	15	16
17	18	19	20	21	22	23 ○
24	25	26	27	28	29	



MARS 2020



LUNDI MARDI MERCREDI JEUDI VENDREDI SAMEDI DIMANCHE

24

25

26

27

28

29

1

Loyer

2

3

4

5

6

7

8

Rencontre
Comité consultatif
des résidents

Journée
internationale
de la femme
Heure avancée
de l'Est

9



10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

Équinoxe
du printemps

Début des
inscriptions au
Club Fleurs et Jardins
514 521-5608

Journée mondiale
de l'eau

23

30

24

31

25

26

27

28

29



Le Club Fleurs et Jardins compte plus de 1 000 locataires-membres. Des activités sont organisées pour eux. Que vous ayez le pouce vert ou non, il n'est jamais trop tard pour s'inscrire et **cultiver** son savoir-faire!

Photo : Sentier Urbain





AVRIL 2020



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
30	31	1 Loyer	2	3	4	5
6	7 ● Rencontre Comité consultatif des résidents Journée mondiale de la santé	8	9	10 Vendredi Saint Bureaux fermés	11	12 Pâques
13 Lundi de Pâques Bureaux fermés	14	15	16	17	18	19 Semaine de l'action bénévole
20	21	22 ● Jour de la Terre	23	24	25	26
27	28	29	30 Date limite pour remettre vos déclarations de revenus			

La papillonnère des habitations La Pépinière accueille quelques centaines de papillons pendant l'été pour contribuer à la survie d'espèces menacées. Tout l'été, des ateliers sur l'**environnement** sont offerts aux jeunes du quartier par le Projet Harmonie.

Photo : Marie-Ève Lapointe





MAI 2020



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
27	28	29	30	1 Loyer	2	3
4	5 Rencontre Comité consultatif des résidents	6	7 ●	8	9	10 Fête des mères
11	12	13	14	15 Journée internationale de la famille	16	17
18 Journée des Patriotes	19	20	21	22 ○	23	24
Bureaux fermés			Journée mondiale de la diversité culturelle			
25	26	27	28	29	30	31 Journée mondiale sans tabac

Magalie Gaston est présidente de son association de locataires. En entrevue à Radio-Canada, elle parle de l'immense chantier des habitations Saint-Michel Nord qui change sa vie et celle de ses voisins. Elle a déjà hâte d'organiser des fêtes et des activités pour **rassembler** les locataires.

Photo : OMHM





JUIN 2020



Les jeunes du MOUV ont organisé la première édition de la KerMesse pour les jeunes. Les membres du MOUV sont des citoyens engagés activement qui font **entendre** leur voix et s'impliquent dans le développement social des jeunes vivant en HLM.

Photos : Martin Alarie

LUNDI MARDI MERCREDI JEUDI VENDREDI SAMEDI DIMANCHE

1	2	3	4	5 ●	6	7
Loyer	Rencontre Comité consultatif des résidents					
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21 ○ Fête des pères
Journée mondiale de la sensibilisation à la maltraitance des personnes âgées					Solstice d'été	
22	23	24 Fête nationale du Québec	25	26	27	28
		Bureaux fermés			Journée canadienne du multiculturalisme	
29	30					





JUILLET 2020



LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

DIMANCHE

1 Fête du
Canada

2

3

4 ●

5

Loyer
Bureaux fermés

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20 ●

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

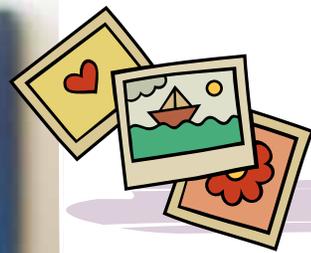
31



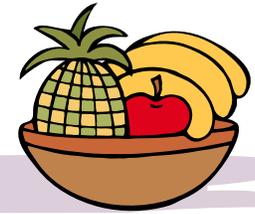
Un portrait d'Émile Nelligan accueille les locataires et les visiteurs des habitations Émile-Nelligan. Des citations de ce grand poète québécois ont été choisies avec plaisir par la locataire Suzanne Comptois et intégrées dans la murale.

Photo : Olivier Bousquet





AOÛT 2020



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
27	28	29	30	31	1 Loyer	2
3 ☀	4	5	6	7	8	9
10	11	12 Journée internationale de la jeunesse	13	14	15	16
17	18 ☀	19 Journée mondiale de l'aide humanitaire	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

L'OMHM organise une cérémonie de reconnaissance pour faire briller les bénévoles qui changent les milieux de vie en HLM. Chantal Daneau est une des bénévoles qui n'hésite pas à mettre son **énergie** débordante au service de sa communauté.

Photo : Martin Alarie





SEPTEMBRE 2020



LUNDI MARDI MERCREDI JEUDI VENDREDI SAMEDI DIMANCHE

31	1 Loyer	2 ●	3	4	5	6
7 Fête du travail Bureaux fermés	8 Rencontre Comité consultatif des résidents Journée internationale de l'alphabétisation	9	10	11	12	13
14	15	16	17 ○	18	19	20
21 Journée internationale de la paix	22 Équinoxe d'automne	23	24	25	26	27
28	29	30				

En 2019, l'OMHM célébrait 50 ans d'adresse au cœur des quartiers. Pour rappeler ces années, les habitations Bourret accueillent l'immense murale *Chez Nous* créée par l'artiste montréalaise Cécile Gariépy, ici accompagnée du locataire Mansour Ajab. L'œuvre exprime l'**entraide** pour bâtir une communauté avec les forces et les différences de chacun.

Photo : OMHM





OCTOBRE 2020



LUNDI MARDI MERCREDI JEUDI VENDREDI SAMEDI DIMANCHE

28	29	30	1 ● Loyer Journée internationale des aînés	2 Journée internationale de la non-violence	3	4
5 Journée mondiale de l'habitat	6 Rencontre Comité consultatif des résidents	7	8	9	10 Journée mondiale de la santé mentale	11
12 Action de grâce Bureaux fermés	13	14	15	16 ○	17 Journée internationale pour l'élimination de la pauvreté	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31 ● Halloween	

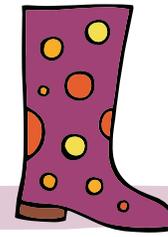
Les jeunes des HLM ont des rêves. Ils doivent y **croire** et croire en eux pour les atteindre. Lors de l'événement-bénéfice de la Fondation de l'OMHM, qui encourage les jeunes des HLM à persévérer dans leurs études, les danseurs en herbe de place Normandie ont impressionné les invités.

Photo : Martin Alarie





NOVEMBRE 2020



Les locataires sont des experts de leurs milieux de vie et participent à la vision et aux engagements de l'OMHM. Carole Guilbault, représentante élue au Comité consultatif des résidents, est déterminée à prendre la **parole**.

Photos : René Cordero / Martin Alarie



LUNDI MARDI MERCREDI JEUDI VENDREDI SAMEDI DIMANCHE

26	27	28	29	30		1 Loyer Fin de l'heure avancée de l'Est
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11 Jour du Souvenir	12	13	14	15 ☀
16 Journée internationale de la tolérance	17 Rencontre Comité consultatif des résidents	18	19	20 Journée internationale des droits de l'enfant	21	22 Journée nationale de l'habitation
23 30 ☀	24	25	26	27	28	29



DÉCEMBRE 2020



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
31	1 Loyer	2	3	4	5	6
7	8	9	10 Journée des droits de l'homme	11	12	13
14 ☀	15	16	17	18	19	20
21 Solstice d'hiver	22	23	24 Bureaux fermés	25 Noël Bureaux fermés	26	27
28 Bureaux fermés	29 ☀	30	31 Bureaux fermés			

L'OMHM construit une 11^e résidence ENHARMONIE au-dessus du métro Rosemont. En 2022, 193 logements avec services pourront **accueillir** des aînés. La mairesse de Montréal, Valérie Plante, et la directrice générale de l'OMHM, Danielle Cécile, sont fières de partager cette bonne nouvelle avec les médias.

Photo : Martin Alarie



RÉPERTOIRE DES RESSOURCES

811 Info-Santé et Info-Social

Une infirmière d'Info-Santé ou un intervenant d'Info-Social répond à vos questions, vous donne des conseils éclairés et vous oriente au besoin vers la bonne ressource du réseau de la santé et des services sociaux. 24 h sur 24, 7 jours sur 7. Gratuit et confidentiel.

311 Services de la Ville de Montréal

Numéro de téléphone unique pour toute question sur les services municipaux : 311

- Lundi au vendredi : 8 h 30 à 20 h 30
- Samedi, dimanche et jours fériés : 9 h à 17 h

211 Centre de Référence du Grand Montréal

Au téléphone

211 est un service d'information et de référence multilingue disponible 7 jours par semaine, de 8 h à 18 h.

Sur Internet

211 rend également disponibles sur Internet toutes les informations à jour sur les ressources sociocommunautaires : 211qc.ca

AÎNÉS

- FADOQ
(Regroupement des personnes de 50 ans et plus du Québec)
514 252-3017 fadoq.ca
- Ligne aide abus aînés
514 489-2287
- Tel-Aînés (centre d'écoute et de référence)
514 353-2463
- Aîné-Avisé
(Fraude, maltraitance et intimidation envers les aînés)
aîneavise.ca

JEUNESSE

- Tel-jeunes
1 800 263-2266
- LigneParents
1 800 361-5085
- Jeunesse, J'écoute
1 800 668-6868
- Direction de la protection de la jeunesse (DPJ)
514 896-3100
- Les centres de la jeunesse et de la famille Batshaw (DPJ anglophone)
514 935-6196

EMPLOI ET REVENUS

- Centres locaux d'emploi (CLE)
mess.gouv.qc.ca/services-en-ligne
- Centre des femmes de Montréal
514 842-4780 centredesfemmesdemtl.org
- Carrefour Jeunesse Emploi de votre quartier (16 à 35 ans)
trouvetonjce.com
- Association coopérative d'économie familiale (ACEF) (Aide au budget)
ACEF du Sud-Ouest : 514 362-1771
ACEF du Nord : 514 277-7959
ACEF de l'Est : 514 257-6622

VIOLENCE CONJUGALE ET FAMILIALE

- SOS violence conjugale
514 873-9010
sosviolenceconjugale.ca
- À cœur d'homme - Réseau d'aide aux hommes pour une société sans violence
1 877 660-7799
acoeurdhomme.com

VICTIMES D'ACTES CRIMINELS

- Centre d'aide aux victimes d'actes criminels (CAVAC)
1 866 532-2822 cavac.qc.ca
- Centre d'aide et de lutte contre les agressions à caractère sexuel (CALACS)
514 529-5252 rqcalacs.qc.ca

- Centre pour les victimes d'agression sexuelle de Montréal (CVASM)
(Ligne-ressource)
514 933-9007

SANTÉ MENTALE ET DÉPENDANCES

- Suicide action Montréal (ligne de prévention du suicide)
1 866 277-3553 suicideactionmontreal.org
- Tel-Aide (Ligne d'écoute anonyme 24 h / 7 j)
514 935-1101 telaide.org
- Les centres de crise
(Adultes en détresse psychologique ou psychosociale)
811 pour connaître le centre le plus proche
centredecrise.ca
- Drogue : aide et référence
(Soutien, information et référence aux personnes affectées par la toxicomanie. 24 h / 7 j)
514 527-2626 drogue-aidereference.qc.ca
- Jeu : aide et référence
(Soutien, information et référence sur le jeu excessif. 24 h / 7 j)
514 527-0140 jeu-aidereference.qc.ca

RESSOURCES GÉNÉRALES

- Aide juridique
514 864-2111 aidejuridiquedemontreal.ca
- Services Québec
514 644-4545 quebec.ca
- Interligne
(centre d'aide et de renseignements aux personnes LGBTQ+)
514 866-0103 Texto : 1 888 505-1010 interligne.co

Trois mots clés pour VOTRE SÉCURITÉ



VERROUILLEZ

Verrouillez toujours la porte de votre logement, même si votre absence est de courte durée.

IDENTIFIEZ

Demandez toujours aux personnes de s'identifier à l'interphone avant d'ouvrir.

REFERMEZ

Lorsque vous entrez ou sortez de l'immeuble, assurez-vous de bien refermer la porte derrière vous en ne laissant pas entrer des inconnus.