



AMÉLIORER

AMÉNAGER

PARTICIPER

CULTIVER

EMBELLIR

CONTRIBUER

Calendrier 2023

SOIGNER

SEMER



Office municipal
d'habitation
de Montréal

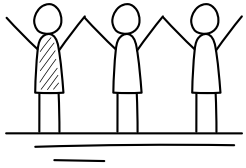
FLEURIR

RÉCOLTER

POUSSER

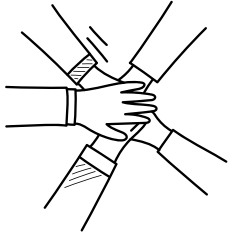
ENTREtenir





LA PARTICIPATION DES LOCATAIRES EST IMPORTANTE

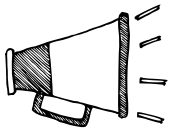
Autant chez les jeunes, les familles que les aînés, il est possible de s'impliquer. Il y a plusieurs groupes qui se forment, il est possible d'y trouver votre place!
Des questions? Contactez le Service de la gestion des milieux de vie au **514 872-2104**.



ASSOCIATION DE LOCATAIRES

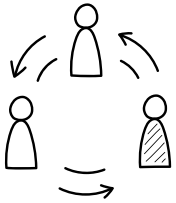
Les locataires d'un HLM partagent un milieu de vie. S'ils le désirent, ils peuvent se regrouper en association. Chaque association est libre de choisir ses objectifs et ses activités.

- Voir au bien-être et à l'amélioration de la qualité de vie des locataires.
- Représenter et défendre les intérêts et les droits des locataires.
- Favoriser la participation et la prise en charge des locataires dans la gestion des HLM.
- Offrir des services récréatifs, d'entraide, éducatifs, culturels et sociaux.



COMITÉ CONSULTATIF DES RÉSIDANTS

Le Comité consultatif des résidents (CCR) est votre porte-parole. Il est consulté par l'Office municipal d'habitation de Montréal (OMHM) sur plusieurs questions importantes et agit pour améliorer la qualité de votre milieu de vie. Le CCR représente l'ensemble des locataires. Voici leur adresse courriel : **ccr.mtl@gmail.com**



GROUPE LOCATAIRES-RESSOURCES

Depuis trois ans, l'équipe de locataires-ressources est là pour vous ! Ses membres expérimentés peuvent vous aider dans le fonctionnement et la gestion de votre association.

Pour obtenir leur aide, vous pouvez les contacter par courriel : **ccr.mtl@gmail.com**



LE MOUV

Le MOUV est le mouvement des jeunes vivant en HLM pour l'amélioration de leur condition de vie. L'objectif premier est de créer un espace d'échange et de dialogue avec la direction de l'OMHM. Ils organisent une foule d'activités sportives, artistiques et autres. Visitez leur page Facebook ou Instagram!

BESOIN D'AIDE ?



POUR TROUVER
DES RESSOURCES
SOCIOCOMMUNAUTAIRES
PRÈS DE CHEZ VOUS



2-1-1



211qc.ca

JANVIER



AMÉLIORER

Habitations
Thomas-Chapais

Murale de l'organisme
MU sur le mur du
Garage des jeunes

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
1 Loyer Nouvel An	2 Bureaux fermés	3 Bureaux fermés	4 Bureaux fermés	5	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				

Nouvelle lune Pleine lune



Saviez-vous que...

Il y a plusieurs murales sur nos murs à Montréal? Des projets réalisés avec des partenaires et des locataires, jeunes et moins jeunes! La créativité n'a pas d'âge.

CULTIVER

FÉVRIER



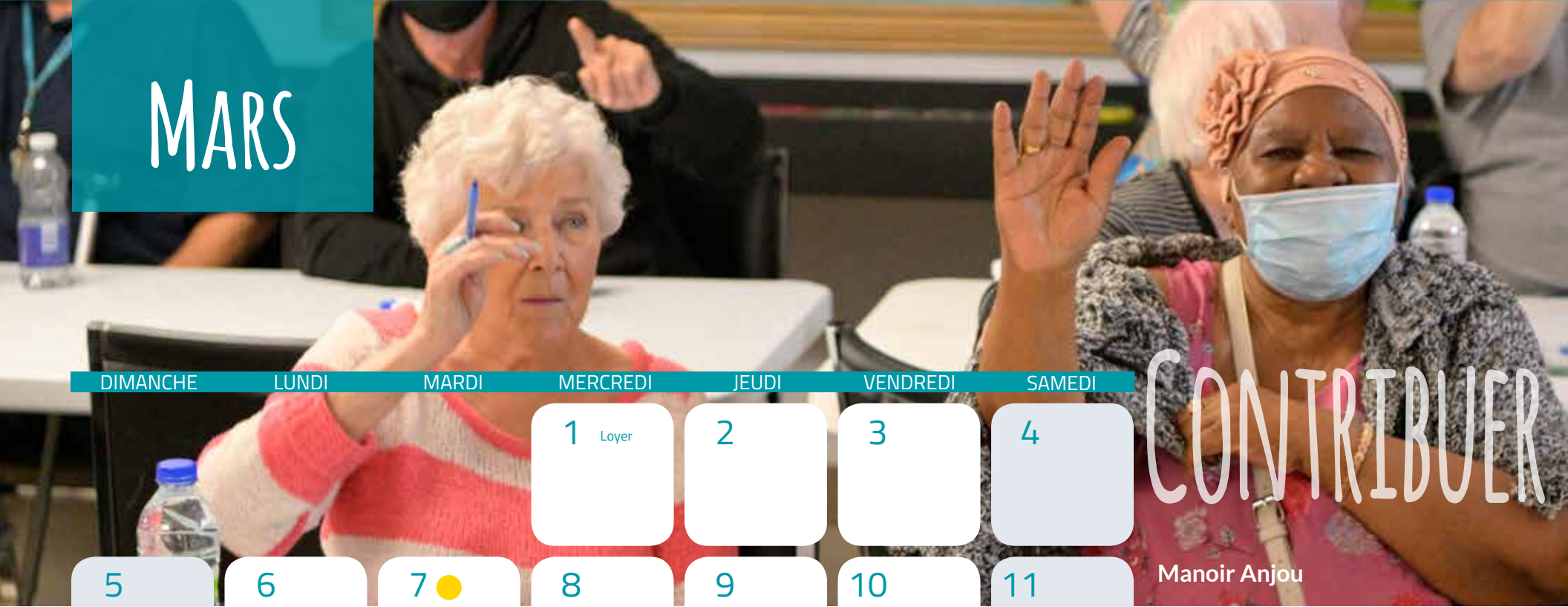
Habitations
Vinet A et B

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



« Devant chez moi, je voyais des gens jeter leurs déchets devant la porte. Je me suis dit que j'allais y planter des fleurs, un peu comme Rose le faisait à l'arrière du bâtiment », explique Pak Ling Cheng, alias Miko. Serez-vous le prochain à faire comme eux?

MARS



DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
		1 Loyer	2	3	4	
5	6	7 ● Rencontre Comité consultatif des résidents	8 Journée internationale des droits des femmes	9	10	11
12 Début de l'heure avancée	13	14	15	16	17	18
19	20 Équinoxe du printemps	21 ○	22 Journée mondiale de l'eau	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

CONTRIBUER

Manoir Anjou



Saviez-vous que...
Il y a des rencontres pour les locataires lors des travaux majeurs? Les locataires sont consultés, informés et accompagnés. Vous pouvez avoir de l'impact sur votre environnement en participant à ces rencontres!

AVRIL

SEMER

DIMANCHE LUNDI MARDI MERCREDI JEUDI VENDREDI SAMEDI

1 Loyer

Sortie au Jardin Botanique
Club Fleurs et Jardins



Saviez-vous que...

Il y a plus de 1 000 membres au Club Fleurs et Jardins? Vous pouvez aussi passer à l'action pour embellir nos milieux de vie! Plusieurs activités sont prévues pour les participants, dont une sortie au Jardin Botanique. Vous souhaitez devenir membre pour embellir votre milieu de vie? Appelez-nous au 514 521-5608. C'est gratuit!

2

3

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

4

5



6

7

Journée mondiale
de la santé
Vendredi Saint
Bureaux fermés

8

9

Pâques

10

Lundi de Pâques
Bureaux fermés

11

12

13

14

15

16

Semaine de
l'action bénévole

17

18

Rencontre
Comité
consultatif
des résidents

19



20

21

22

Jour de la Terre

23

30

24

25

26

27

28

29

MAI

RÉCOLTER

Habitations
Côte-Des-Neiges

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
	1 Loyer Date limite pour remettre vos déclarations de revenus	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14 Fête des mères	15 Journée internationale des familles	16	17	18	19	20
21 Journée mondiale de la diversité culturelle	22 Journée nationale des patriotes Bureaux fermés	23	24	25	26	27
28	29	30	31 Journée mondiale sans tabac			



« Je suis très fier de mes fleurs. Cette année, j'ai semé aussi de la menthe, des épices indiennes et médicinales ». M. Kanagaratnam est membre du Club Fleurs et Jardins. Allez-vous fleurir votre balcon vous aussi?

JUIN

AMÉNAGER

DIMANCHE

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

Habitations
Sackville

1 Loyer

2

3

4

5

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

Rencontre
Comité
consultatif
des résidents

Journée mondiale de
la sensibilisation à
la maltraitance des
personnes âgées

Fête des pères

Solstice d'été

Fête nationale
du Québec

Bureaux fermés

Journée canadienne
du multiculturalisme



Saviez-vous que...

Il y a 8 000 arbres et plus de 175 espèces différentes sur les terrains de l'OMHM? Moins il y a de végétation, plus il fait chaud. Aménager des terrains plus verts est important pour la santé des locataires.

JUILLET

ÉMBELLIR

DIMANCHE

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

1 Loyer

Fête du Canada

2

3

4

5

6

7

8



Bureaux fermés

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22



23

24

25

26

27

28

29

30

31

Habitations
Alexandra

Projet de L'abricot et
Éco-quartier Sud-Ouest.



Saviez-vous que...

Les stationnements servent souvent de terrain de jeu pour les enfants? Pourquoi ne pas y mettre des couleurs pour embellir la vie des enfants? Voyez avec votre organisatrice communautaire si un tel projet est possible!

FLEURIR

AOÛT

DIMANCHE LUNDI MARDI MERCREDI JEUDI VENDREDI SAMEDI

Habitations
De Marseille

1 Loyer

8

Saviez-vous que...

Addrienne Lambert est membre du Club Fleurs et Jardins depuis plusieurs années?

Elle fait fleurir le terrain devant l'immeuble avec beaucoup de plaisir. Elle fait le bonheur de plusieurs locataires!

« Je m'amuse bien! »

2

3

4

5

6

7

9

10

11

12

13

14

15

Journée internationale
de la jeunesse

16

17

18

19

20

21

22

Journée mondiale de
l'aide humanitaire

23

24

25

26

27

28

29

30

31



SEPTEMBRE

DIMANCHE

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

ENTRETIENIR

3

4

5

6

7

8

9

Fête du travail
Bureaux fermés

Rencontre
Comité
consultatif
des résidents

Journée internationale
de l'alphabétisation

10

11

12

13

14

15

16



17

18

19

20

21

22

23

Journée
internationale
de la paix

Équinoxe
d'automne

24

25

26

27

28

29

30

1 Loyer

2

Habitations
De Mentana



Saviez-vous que...

Édouard a vu l'impact de son travail sur les terrains de son habitation ? De semaine en semaine, ce jeune a amassé des centaines de déchets et mégots de cigarette.

Il a entretenu le terrain en enlevant les mauvaises herbes. Un exemple à suivre, bravo Édouard et à la centaine de jeunes qui ont fait comme lui!

POUSSER

OCTOBRE

Habitations
Beaumont-Durocher



Saviez-vous que...

Avoir moins d'asphalte et plus de végétation donne une meilleure qualité de vie? C'est beau de voir pousser les arbres qui grandiront en même temps que les enfants. Les locataires méritent de vivre dans des milieux où la nature peut prendre sa place.

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI
1 Loyer Journée internationale des aînés	2 Journée internationale de la non-violence	3	4	5	6	7
8	9 Action de grâce Bureaux fermés	10 Rencontre Comité consultatif des résidents Journée mondiale de la santé mentale	11	12	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				

NOVEMBRE

SOIGNER

DIMANCHE

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

1 Loyer

2

3

4

5

Retour à l'heure normale

6

7

8

9

10

11

Jour du Souvenir

12

13

14

15

16

Journée internationale de la tolérance

17

18

19

Semaine de l'intervention de milieu en HLM
Journée internationale de l'homme

20

Journée internationale des droits de l'enfant

21

22

23

24

25

26

27

28

Rencontre Comité consultatif des résidents

29

30

Habitations André-Grasset



Saviez-vous que...

Prendre soin de la nature, de notre environnement, c'est prendre soin des autres?
« Je pense que quelqu'un qui aime la nature et les plantes aime les gens! » Katia Gabriel mobilise ses voisines à embellir leur milieu de vie.

DÉCEMBRE

PARTICIPER

Habitations
Marie-Victorin



Saviez-vous que...

Tout le monde peut participer à prendre soin des milieux de vie? Vous n'êtes pas seuls. Demandez de l'aide si vous avez un projet d'embellissement pour votre habitation. Merci à celles et ceux qui font des efforts pour les générations futures!

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

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 disponibles 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)
aineavise.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)
trouvetoncje.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.com



L'OMHM à votre service!

7 jours sur 7 – 7 h à 23 h / Urgences et sécurité 24 h / 7 jours

Un seul numéro pour TOUTES vos demandes à l'OMHM

Centre d'appels : 514 872-6646



Demandes de réparation en ligne sur omhm.qc.ca

Pour vous simplifier la vie, vous pouvez appeler le centre d'appels pour tous vos besoins :

- ✓ Sécurité
- ✓ Réparation
- ✓ Bail
- ✓ Extermination
- ✓ Entretien
- ✓ Cohabitation
- ✓ Stationnement
- ✓ Règlement d'immeuble, etc.

DEUX ADRESSES POUR DES SERVICES EN PERSONNE



Bureau de services – Est
3330, boul. de l'Assomption
Montréal (Québec)
H1N 3S4



**Station de métro
Assomption**

Services offerts

- ✓ Questions sur le bail
- ✓ Paiement du loyer
- ✓ Demandes et informations diverses
- ✓ Plaintes



Bureau de services – Ouest
2247, rue Delisle
Bureau 300
Montréal (Québec)
H3J 1K4



**Station de métro
Lionel-Groulx**



Office municipal
d'habitation
de Montréal