

La **R**ose des Vents



Office municipal
d'habitation
de Montréal

Le bulletin des locataires de
l'Office municipal d'habitation de Montréal

Décembre 2021
Volume 20 No 1

Joyeuses Fêtes à tous les locataires!



Ligue de soccer
pour les jeunes

Plan d'action en
sécurité et prévention

La Rose des vents est aussi disponible au
www.omhm.qc.ca,
sous l'onglet Publications.



Suivez la page
Facebook de l'OMHM!

Ce mois-ci dans votre magazine



Conflit entre voisins **5**



Centre des femmes **9**



Immeubles sans fumée **7**

Édito

3 Mot de Danielle Cécile

Actualité

6 Nouveaux logements dans Rosemont

13 Ligue de soccer HLM

Sécurité

4 Nouveau plan d'action en sécurité et prévention

14 Feux de cuisson

Portrait

11 La grande Denise

Info HLM

12 Payer son loyer par virement bancaire

Mieux-être

15 Prendre soin de soi à petits prix

Environnement

8 Club Fleurs et Jardins

Le plaisir de se côtoyer

10 Nouvelles de chez vous!

QUESTIONS, COMMENTAIRES OU
SUJETS À PROPOSER?

Écrivez-nous!
rosedesvents@omhm.qc.ca



Joyeuses Fêtes à tous les locataires!

Prenez note que tous les bureaux de l'Office municipal d'habitation de Montréal seront **fermés les 24, 27, 28 et 31 décembre 2021** ainsi que les **3 et 4 janvier 2022**. Le centre d'appels restera toutefois ouvert pour les urgences. Vous pouvez le joindre en composant le 514 872-6646.



Office municipal
d'habitation
de Montréal

Le bulletin *La Rose des vents* est publié par le Service des communications de l'Office municipal d'habitation de Montréal à l'intention des locataires en HLM.

Direction de projet : Mathieu Vachon **Coordination :** Andrée-Anne Perrier

Rédaction : Martin Després, Ingrid Dirickx, Annette Frantz, Andrée-Anne Perrier, Valérie Rhême

Collaboration locataires : Tina-Lili Gagné, Suzanne Payant

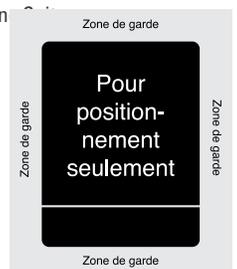
Photos : Martin Alarie, Andrée-Anne Gingras-Roy, Anne-Marie Hamel, Éco-quartier Ville-Marie, Myriam Baril-Tessier, Maritchu Leduc, Marie-Ève Rompré, Antoine Gauthier, Cuisines collectives du Grand Plateau, Cécile Vinez, OMHM, La Fondation La Clé, La Fondation des Canadiens pour l'enfance, Robert Pilon, Pixabay

Révision : Marie-Rose Basque, rév.a. Linguitech

Infographie : Communication Art & Graf **Impression :** Deschamps Impression

Tirage : 15 350 français, 4 300 anglais **Dépôt légal :** Bibliothèque nationale du Québec ISSN 1704-5754

PP 40051653 Retourner les revues non distribuées à l'adresse suivante:
415, rue Saint-Antoine Ouest, bureau 202, Montréal (Québec) H2Z 1H8





Un espoir et des rêves

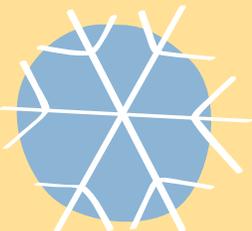
Danielle Cécile
Directrice générale
de l'OMHM



Une année complète à espérer de voir la fin des masques et des mains gercées par le désinfectant. Mais aussi, quatre saisons passées sous le signe de la bienveillance et de la résilience. La bienveillance que nous avons eue les unes et les uns pour les autres. La résilience dont vous avez fait preuve encore cette année.

La pandémie nous a ébranlés, mais elle ne nous a pas vaincus! Nous rêvons encore de milieux de vie vibrants et animés. Nous rêvons toujours de remettre nos immeubles en bon état et quelques annonces gouvernementales cette année nous ont redonné espoir. Et nous continuerons de rêver de fournir un toit à tous les ménages qui en ont tant besoin à Montréal.

Ces rêves sont possibles. Car nous sommes plusieurs, locataires, personnel de l'Office, partenaires, bénévoles, à y mettre tout notre cœur. Ensemble, nous pouvons aller loin et faire une différence.



Je vous souhaite une année en santé, pleine d'espoir et de rêves pour que nous puissions pleinement vivre le présent.

Bonne année 2022!



Danielle Cécile

Un **nouveau** plan d'action en sécurité et prévention



L'OMHM lance le tout nouveau Plan d'action intégré en sécurité et en prévention 2021-2025. Ce plan a été élaboré, pour la première fois, par un comité formé de locataires et d'employés de l'OMHM.

La sécurité, le sentiment de sécurité et la prévention ont toujours fait partie des enjeux de nos milieux de vie. Le plus récent plan d'action intégré en sécurité et en prévention est une continuité des plans précédents. Il met de l'avant la sensibilisation et l'implication des employés, la participation des résidents et la collaboration de divers partenaires externes.

Adapté au contexte

« Pour ce quatrième plan d'action, nous avons fait en sorte qu'il s'adapte à l'évolution du contexte et des besoins actuels en sécurité et en prévention », mentionne Michel Fortin, chargé de projet en prévention pour l'OMHM. « Les outils que nous avons mis en place depuis 2005 sont encore pertinents, mais les façons de faire ont évolué et doivent continuer à évoluer en fonction des besoins », précise-t-il.

Afin de parvenir à un plan qui répond aux besoins, une nouvelle approche a été mise en œuvre pour sa préparation. « Pour la première fois, un comité mixte, composé de quatre représentants du Comité consultatif des résidents en HLM (CCR) et de trois représentants de l'Office, est à l'origine du plan », ajoute M. Fortin. Le résultat des discussions est un plan qui touche trois clientèles : aînés, familles et personnes seules. Cette façon de faire permet d'avoir des objectifs précis, pensés et adaptés en fonction des populations visées.

Notons, en terminant, qu'un comité de suivi, qui est aussi composé d'employés et de représentants des locataires, assure la réalisation des actions du plan.



Pour en savoir plus
omhm.qc.ca/fr/publications

Conflits entre voisins : la **communication pacifique**

Nous vivons les uns près des autres, et chacun a son niveau de tolérance envers certaines situations. Les conflits entre voisins peuvent vite dégénérer si on les laisse aller. N'attendez pas que la situation devienne insupportable. La solution est parfois simple lorsque le problème est abordé rapidement.

Il y a plusieurs sources de conflit :

- le bruit;
- les odeurs de fumée;
- les animaux;
- les ordures.

La communication entre voisins est parfois difficile. Pourtant, c'est le meilleur moyen de régler un problème. Voici une méthode de communication pacifique qui pourra vous aider à trouver des solutions avec votre voisin :

1. Être calme

Les deux personnes doivent rester calmes pour pouvoir s'expliquer et, surtout, s'écouter. Ce n'est pas facile, mais elles doivent être calmes avant de s'expliquer.



2. S'expliquer

Les deux personnes ne doivent pas faire d'accusations ou de reproches. Chacun présente sa vision de la situation, fait part de ses émotions et explique pourquoi la situation est problématique à son avis. De plus, un bon moyen de s'expliquer est de parler au je. Par exemple : « Je trouve que vous faites trop de bruit en soirée alors que je dois me coucher tôt. »

3. Chercher des solutions

Les deux personnes doivent trouver plusieurs solutions au problème. Il est important que chacun respecte et écoute les solutions de l'autre.



4. Choisir une solution

Les deux personnes choisissent une solution qui convient aux deux et la mettent en application. C'est possible que la solution ne convienne pas parfaitement. Si la situation ne semble pas s'améliorer, une nouvelle discussion avec le voisin, dans le calme, sera peut-être nécessaire.



Le bâtiment est construit au-dessus de la station de métro Rosemont. Les autobus passeront sous l'immeuble. C'est toute une prouesse architecturale!

De nouveaux logements pour les aînés dans **Rosemont**



En septembre 2019, l'OMHM a entrepris un grand chantier au coin des rues Rosemont et Saint-Denis. L'Îlot Rosemont, le nom temporaire de l'immeuble, regroupera plusieurs bureaux de l'OMHM sur les trois premiers étages. Puis, au-dessus, ce sera une résidence pour aînés, la Résidence Des Ateliers du réseau ENHARMONIE. La construction sera finalisée à l'automne 2022.

La Résidence Des Ateliers : pour les personnes autonomes de 75 ans et +
À partir du 4^e étage, l'immeuble abritera une résidence pour personnes autonomes de 75 ans et plus. La plupart des 193 logements offrent une chambre à coucher, un balcon et de grandes fenêtres. Le loyer inclura un repas par jour et plusieurs services (électricité, chauffage, téléphone, câble, loisirs, etc.).

DEMANDE DE
RÉPARATION
PAR INTERNET

24h/24, 7j/7, pour mieux répondre à vos besoins!

Pas envie de téléphoner pour faire une demande de réparation?

Visitez omhm.qc.ca et cliquez sur demande de réparation pour accéder à notre formulaire en ligne.

Une utilisation simple et efficace! Dès la demande déposée, vous recevrez un avis automatisé par courriel.

Vous n'avez pas de courriel ni Internet? Ne vous inquiétez pas! Faites votre demande par téléphone au 514 872-6646. Elle aura le même traitement qu'une demande en ligne.



Un projet pilote accueilli comme une bouffée d'air frais

Depuis l'été 2020, 90 ménages des habitations Saint-Michel Nord vivent dans des immeubles désignés « sans fumée » dans le cadre d'un projet mené par l'Office municipal d'habitation de Montréal (OMHM). Un an plus tard, un sondage réalisé auprès de ces locataires confirme le succès de ce projet.



96 %

désirent que leur immeuble reste « sans fumée » pour toujours



93 %

souhaitent que l'OMHM étende ce projet d'immeuble sans fumée à d'autres HLM de Montréal.

« C'est bon pour ma santé et celle de mes enfants », disent des locataires. Ils rappellent également que l'interdiction de fumer des cigarettes, du cannabis ou une autre substance permet de garder les logements plus propres. Ils disent aussi que cela protège l'environnement et diminue les risques d'incendie.

« Notre évaluation indique que l'OMHM devrait maintenir le statut "sans fumée" aux habitations Saint-Michel Nord. On doit tenter d'implanter ce projet ailleurs, tout en trouvant des manières de respecter les droits des fumeurs », explique Nathalie Fortin, directrice de la gestion des milieux de vie à l'OMHM et responsable du projet.

Malgré l'interdiction, des odeurs de fumée

Le sondage a également soulevé une problématique du projet. La cohabitation n'est pas toujours harmonieuse entre les fumeurs et les non-fumeurs vivant dans le même immeuble sans fumée. Il y a des fumeurs qui ont aménagé dans un immeuble sans fumée et qui se sont engagés à respecter l'interdiction de fumer. Cependant, ce n'est pas toujours le cas. « Il faudra trouver des solutions si les immeubles sans fumée sont là pour de bon », commente Nathalie Fortin.



20 %

ont affirmé avoir vu une personne fumer sur les lieux, malgré l'interdiction

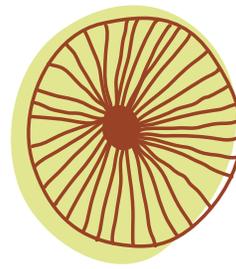


80 %

ont déjà senti une odeur de fumée chez eux.

La suite

Un rapport complet d'évaluation du projet a été remis au conseil d'administration de l'OMHM en décembre. Ce rapport comprend des recommandations en faveur du maintien du statut d'immeuble sans fumée aux habitations Saint-Michel Nord. Il recommande aussi l'ajout d'autres immeubles sans fumée dans le parc immobilier existant de l'OMHM.



Le Club Fleurs et Jardins : une saison **florissante**

Encore cette année, les activités organisées par le Club Fleurs et Jardins ont été un succès. Merci à tous les locataires qui ont participé à une ou plusieurs de ses activités. Petit survol en photos.

17 projets pour les jeunes

Il est important que les jeunes portent une attention particulière à bien se nourrir et à embellir leur milieu de vie. Parmi les 17 projets, il y a le projet d'agriculture urbaine aux habitations Delorimier et Thomas-Chapais.



Luz Stella Garcia Giraldo
et **Carole Tremblay**,
aux habitations
Du Parc Frontenac

« Nous travaillons fort pour embellir notre immeuble. Nous avons déjà plein d'idées pour l'an prochain! »

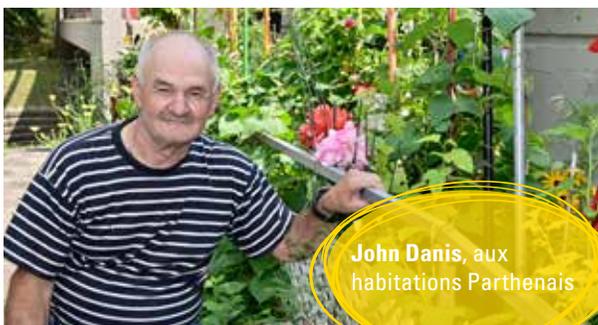


« Il y a 10 ans, nous avons démarré ce projet de jardinage avec l'Éco-quartier Ville-Marie. Et il est toujours aussi impliqué. C'est assez exceptionnel, cette belle et longue collaboration! », mentionne Elaine St-Onge, organisatrice communautaire de l'OMHM.

« Les enfants étaient fiers de leur travail », mentionne Manon Martin, intervenante de milieu aux habitations Thomas-Chapais. « Plusieurs parents ont également participé en donnant des conseils aux enfants ou en apportant une collation froide, des outils, etc. »

Le Club Fleurs et Jardins est soutenu par notre partenaire Sentier Urbain.

Bravo à tous ceux et celles qui ont jardiné cet été! Nous vous donnons rendez-vous l'an prochain. Pour bénéficier des services qui seront offerts par le Club au cours de la saison 2022, inscrivez-vous à compter du **lundi 28 mars 2022**.



John Danis, aux
habitations Parthenais

« J'aime m'investir dans la nature depuis que je suis tout jeune. »

GAGNANTS DU TIRAGE DE LA TROUSSE DE JARDINAGE

Guylaine Plourde,
habitations Pierre-de-Coubertin

Monica Regacho,
habitations Isabella

Solange Bonnier,
habitations De La Mennais

Luz Stella Garcia Giraldo,
habitations Du Parc Frontenac

Carol Couillard,
habitations Shevchenko

Adrienne Lambert,
habitations De Marseille

Jozef Kerkes,
habitations Terrasse Ontario

Lucie Hébert,
habitations Viauville

Éric Malette,
habitations Séguin

Elizabeth Engleman,
habitations André-Grasset



Hasan Selmoni,
aux habitations
André-Grasset

« Les fleurs et les plantes sont ma passion! »



Aider les femmes à s'aider elles-mêmes

Vous avez besoin d'aide dans votre vie personnelle? Votre budget est limité pour les achats essentiels? Que vous soyez née au Québec ou ailleurs, vous êtes la bienvenue au Centre des femmes. Les services du Centre sont offerts en français, en anglais, en espagnol et en créole. C'est également un endroit pour rencontrer d'autres femmes et partager vos connaissances et votre vécu avec elles. Tissez des liens d'entraide et d'amitié!

Le Centre des femmes de Montréal est un organisme créé en 1973 par des femmes, pour des femmes. Année après année, l'engagement de faire la différence dans la vie de milliers de femmes et de familles montréalaises perdure. Ce sont plusieurs services sous un même toit!

Vous êtes à la recherche d'un emploi?

Vous désirez retourner sur le marché du travail? Vous êtes récemment arrivées au pays? Vous aimeriez retourner aux études ou choisir un emploi majoritairement masculin? Vous pouvez bénéficier d'un accompagnement qui tiendra compte de vos besoins et de votre rythme. Respect, écoute et confidentialité sont au cœur de la démarche proposée par les conseillères.

Inscrivez-vous
gratuitement :



Possibilité de stage
Intégration dans
les secteurs à
forte demande!

Service d'aide à l'emploi

emploi@centredesfemmesdemtl.org

514 842-6652

Accompagnement vie personnelle

spl@centredesfemmesdemtl.org

514 842-4780

centredesfemmesdemtl.org



Services par vidéoconférence,
en personne ou par téléphone.

LE PLAISIR DE SE CÔTOYER

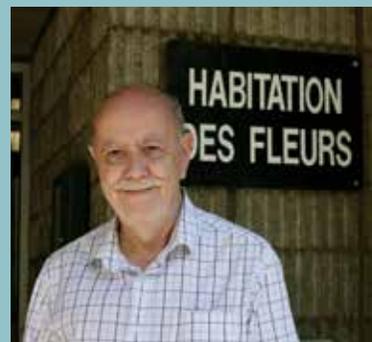


Mettre de la joie dans la vie des gens
Jacqueline Brière, résidante aux habitations Curé Vianney-Savaria, est une femme qui aime rendre service à tous les gens dans le besoin, elle est toujours présente pour ses voisins depuis 15 ans. Elle est dévouée, responsable et considère les gens comme sa propre famille. Récemment, elle a mis un peu de magie en décorant les étages de son habitation aux couleurs de Noël.



Merci pour tout Sylvain Labrecque!

C'est avec une profonde tristesse que nous avons appris le décès d'un membre du conseil d'administration de l'OMHM. Monsieur **Sylvain Labrecque**, membre locataire, était un bénévole actif depuis plusieurs années, autant auprès des locataires qu'auprès des instances. Nos plus sincères pensées vont à sa famille et à son entourage. Ils ont eu la chance de côtoyer cet homme passionné et doté d'une profonde volonté à débattre les idées pour le bien commun des locataires en HLM.



2 nouveaux élus au CA de l'OMHM

À la suite de la démission d'un membre locataire au conseil d'administration et au décès de monsieur Labrecque, il y a eu des élections pour les remplacer jusqu'à la fin du mandat. **Raymond Saulnier** et **Suzanne Payant** ont été élus. Ils siègent déjà sur le CA de l'OMHM depuis quelques mois. Les prochaines élections auront lieu en **avril 2022**.



Vivre en HLM : un gage de longévité?

Madame Prudence Désir a souligné son 100^e anniversaire. Elle est ici en compagnie de M^{me} Charland, présidente de l'association des locataires des habitations Marie-Victorin. Elle est la troisième locataire de son immeuble à passer ce cap! Saviez-vous qu'il y a 17 centaines qui vivent en HLM? Bonne santé à toutes et tous!

La grande **Denise :** vivre au présent



Comment peut-on rester longtemps en santé? Quel est le secret du bonheur? On se pose souvent ces questions et, pour y répondre, nous avons rencontré une locataire de 92 ans, Denise Lecours, ou la grande Denise, comme tout le monde l'appelle dans le quartier.

Denise est arrivée dans le quartier Saint-Jacques alors qu'elle avait à peine 1 an. C'est dire qu'elle a vu beaucoup de changements au fil du temps. « Mon père travaillait très fort. Je me rappelle qu'il a refait des planchers chez nous parce que notre logement était sur la terre. Ma mère s'occupait de nous et ne devait pas tomber malade à cause du froid », raconte-t-elle. Elle se souvient que son père espérait trouver un logement plus grand ailleurs, mais la petite Denise espérait ne jamais quitter le quartier et ses amies, et c'est ce qui est arrivé!

À l'âge de 13 ans, la jeune Denise a cessé l'école pour aller travailler, et elle n'a jamais arrêté, jusqu'à ses 70 ans. Levée très tôt le matin, elle allait rejoindre sa tante, qui offrait un service de traiteur. Elle a travaillé au même endroit pendant 56 ans! Selon elle, c'est le travail qui fait qu'elle est encore en santé. Après le décès de son père, elle a emménagé avec sa mère aux habitations Saint-André, qui venaient tout juste d'ouvrir ses portes. Elle y est restée pendant 47 ans. Il y a 4 ans, elle a dû déménager juste en face, aux habitations Sainte-Catherine d'Alexandrie, puisque l'immeuble devait subir de grands travaux.



**Le passé est passé,
on ne peut rien
changer. Chaque
jour est une
nouvelle journée et
demain je ne sais
pas ce qui s'en
vient. Je suis
heureuse, je parle
chaque jour à mes
amies, ma famille,
je les écoute.**



Après tant d'années dans le même logement, elle s'est sentie bouleversée : « J'ai eu des deuils à faire. C'était mon logement, et j'y étais attachée. Je devais aller dans un logement plus petit. C'est difficile de se séparer des choses qui nous appartiennent parce qu'il y aura moins d'espace. Maintenant, je vais mieux. Il faut bien l'accepter. »

Son secret?

Denise Lecours dit que, depuis son jeune âge, elle a une routine et que c'est important de prendre soin de soi. Chaque matin, elle se lève et prend le temps de s'habiller avec soin. Tous les jours, elle sort marcher. « Il faut sortir de son logement au moins une fois par jour et prendre de l'air », dit-elle. Le confinement a eu des effets, mais elle a gardé contact, car elle parle souvent au téléphone : « Ça me tient occupée! Je n'appelle jamais, car j'ai toujours peur de déranger. Mes amies et ma famille savent que je me lève tôt. Le soir, même si j'écoute une émission, je décroche le téléphone. C'est plus important », confie-t-elle.

Entretenir des liens

Elle n'a jamais eu envie d'aller ailleurs. Toute sa vie, elle n'a même jamais pensé à s'éloigner du quartier qui l'a vue grandir. Elle n'est pourtant pas nostalgique du passé. « Le passé est passé. On ne peut rien changer. Chaque jour est une nouvelle journée, et demain, je ne sais pas ce qui s'en vient. Je suis heureuse. Je parle chaque jour à mes amies, à ma famille. Je les écoute. »

Il est peut-être là, le secret du bonheur. Vivre au présent et avoir des liens forts avec la communauté, sa famille et les amis. Merci Denise pour ce message de sagesse!

Patrice Bernier, porte-parole de la Fondation, a donné la chance à sept jeunes de vivre une expérience inoubliable en assistant à un match de soccer du Club de Foot de Montréal, équipe dont il a été capitaine (sous le nom de l'Impact de Montréal). Raïssa Épale (à droite de la photo), nouvelle directrice générale de la Fondation, était avec eux.



La Fondation se renouvelle



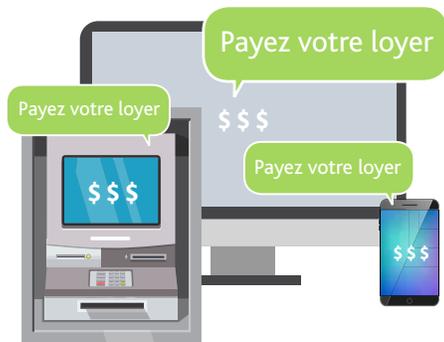
La Fondation de l'Office municipal d'habitation de Montréal a dévoilé son nouveau nom : La Fondation La Clé. De jeunes locataires ont fait partie d'un comité pour aider à créer la nouvelle image de la Fondation.

La Fondation La Clé a pour mission d'aider les jeunes des HLM de Montréal à persévérer dans leurs études et à s'accomplir pleinement. Le nouveau nom explique, de façon simple et efficace, le rôle de la Fondation et l'aide qu'elle apporte aux jeunes en leur donnant les outils nécessaires à leur réussite, à la réalisation de leurs rêves et au développement de leur plein potentiel.



Visitez le tout nouveau site Web : www.fondationlacle.ca

Payez votre loyer par virement bancaire



L'Office municipal d'habitation de Montréal vous offre maintenant la possibilité de payer votre loyer par virement bancaire auprès des institutions financières suivantes :

Banque Nationale • Banque Scotia • Desjardins
Banque Laurentienne • RBC Banque Royale • BMO Banque de Montréal

Trois façons de payer votre loyer :

- au guichet automatique ou au comptoir;
- sur le site Internet ou l'application de l'institution;
- en appelant l'institution.

Renseignez-vous auprès de votre institution financière pour connaître la façon d'effectuer des paiements en ligne.

Pour trouver et ajouter l'Office municipal d'habitation de Montréal comme destinataire pour votre virement, écrivez Office et choisissez l'Office municipal d'habitation de Montréal dans la liste. Indiquez ensuite votre numéro de référence de 11 chiffres. Pour trouver ce numéro, consultez votre avis de renouvellement du bail ou visitez la section *Tout sur mon immeuble/Mon loyer, mon bail* sur www.omhm.qc.ca.

Les jeunes lancent la nouvelle Ligue de **soccer HLM**



En cette période d'incertitude marquée, entre autres, par la baisse de l'activité physique chez les jeunes, Le MOUV (Mouvement des jeunes en HLM) et l'OMHM lancent la Ligue de soccer HLM.

Cette nouvelle ligue offre des activités sportives gratuites aux jeunes de 12 à 18 ans vivant dans les immeubles HLM de Montréal. Elle leur permet aussi d'élargir leurs intérêts et de faire de nouvelles rencontres. « Cette nouvelle activité a pour objectif d'offrir des alternatives aux jeunes par le sport et de leur fournir des modèles positifs », ajoute Iman Youbi, membre du MOUV et l'une des fondatrices de la Ligue.

Jusqu'au printemps

La saison devrait s'étendre jusqu'en mars 2022, si les consignes entourant la pandémie de COVID-19 le permettent. Les parties et les entraînements ont lieu en alternance chaque semaine, pour un total de deux matchs et de deux entraînements par mois. Les matchs ont lieu durant les fins de semaine, afin de s'adapter à la réalité scolaire des jeunes.

Deux catégories d'âge sont considérées : les 12-14 ans et les 15-18 ans. Bien entendu, la coordination des activités de la Ligue tient compte des consignes sanitaires de la Santé publique dans l'organisation de son calendrier.

Vous connaissez des jeunes qui aimeraient se joindre à eux? N'hésitez pas à leur dire de nous contacter!



Feux de cuisson : ça arrive si vite!

C'est la cause numéro 1 des incendies dans les habitations.

Quand vous utilisez la cuisinière, il faut faire attention aux distractions : un appel téléphonique, une émission qui attire votre attention ou la fatigue qui fait que vous vous endormez alors que les ronds sont allumés.

Ne cuisinez pas si vous avez consommé de l'alcool ou des substances. Attendez que les effets soient passés. Il en va de votre sécurité et de celle des autres.

Quelques conseils

- ✓ Restez dans la cuisine pendant toute la durée de cuisson des aliments. Ne changez pas de pièce.
- ✓ Ne laissez rien sur la surface de cuisson lorsqu'elle n'est pas utilisée.
- ✓ Éloignez les enfants de la cuisinière.
- ✓ Ayez toujours un couvercle à portée de main. Si ce n'est pas celui du chaudron, assurez-vous qu'il peut le couvrir complètement.
- ✓ Tournez les poignées des chaudrons vers le centre de la cuisinière afin que les enfants ne puissent pas les atteindre.

Si vous voyez des flammes, **composez rapidement le 9-1-1**

Soyons prudents à chaque cuisson!

Cet hiver, on sort!

Patinage, raquette, ski de fond, marche dans les parcs ou glissades? Cet hiver, on sort! Une foule d'activités gratuites à Montréal reprennent. C'est l'occasion de sortir de chez soi et de profiter du grand air. Les parcs vous offrent une foule d'activités et de festivités pour petits et grands! Il y a plus de 200 patinoires et les grands parcs de la ville vous permettront de vous évader et d'admirer la nature.

Luminothérapie

2 décembre 2021
au 27 février 2022

Place des Festivals

📍 Place-des-Arts

Noël dans le parc

Spectacles gratuits à l'extérieur tout le mois de décembre.

Voir la programmation :

www.noeldansleparc.com

Montréal en Fêtes

31 décembre 2021 en soirée

Vivez la magie des Fêtes dans le cadre historique du Vieux-Montréal.

Un endroit magique pour débiter l'année 2022!

Place Jacques-Cartier

📍 Place-d'Armes

Montréal en lumière - 23^e édition

17 au 27 février 2022

Célébrez l'hiver au Quartier des spectacles!

Au menu : arts, gastronomie et installations lumineuses.

📍 Place-des-Arts

Prendre soin de soi à petits prix

La nouvelle année s'en vient! Profitez-en pour prendre soin de vous. Il y a des endroits où on offre des services beaucoup moins chers.

COIFFURE

St-Laurent Académie

Téléphone : 514 284-0661

Web : stlaurentcoiffure.com/clients-services/

DENTISTE

Deux nouvelles cliniques de première ligne qui offrent des services gratuits aux plus vulnérables qui n'ont pas d'assurances.

Clinique dentaire Jim Lund

Faculté de médecine dentaire de l'Université McGill

Pour obtenir un rendez-vous, vous devez d'abord

ouvrir un dossier avec la Mission Bon Accueil

Téléphone : 514 937-9317

Clinique de dentisterie sociale Dentaville

Hôpital Notre-Dame

CIUSSS du Centre-Sud-de-l'île-de-Montréal

Téléphone : 514 413-8777

LUNETTES DE VUE

Bonhomme à lunettes : des lunettes à petits prix!

Téléphone : 514 303-4315

Web : bonhommealunettes.org

MASSOTHÉRAPIE

Clinique-école de l'Académie de massage

1001 rue Sherbrooke est

Téléphone : 1 800 475-1964

Réservation en ligne : academiedemassage.com/c clinique-ecole

PSYCHOLOGIE

Clinique universitaire de psychologie de Montréal

Téléphone : 514 343-7725

Le levier, services de

psychothérapie accessibles

Rendez-vous sur boîte vocale :

514 273-7365

Web : lelevier.ca





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 maintenant appeler le centre d'appels pour tous vos besoins :

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

Si l'employé n'a pas la réponse à votre question, il vous dira qui joindre dans la grande équipe de l'OMHM.

TROIS ADRESSES POUR DES SERVICES DIFFÉRENTS



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



**Station de métro
Assomption**



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



**Station de métro
Lionel-Groulx**



Services offerts

- ✓ Paiement du loyer
- ✓ Demandes et informations diverses
- ✓ Plaintes



Bureau administratif de la gestion des baux
255, boul. Crémazie Est,
Bureau 150
Montréal (Québec)
H2M 1M2



**Station de métro
Crémazie**

Services offerts

- ✓ Renouvellement et modifications au bail
- ✓ Résiliation du bail
- ✓ Attribution d'un stationnement
- ✓ Demande de changement de logement



Office municipal
d'habitation
de Montréal