

GUIDE DE RESSOURCES

COUP DE POUCE POUR LES PARENTS D'ENFANTS DE 0 À 5 ANS

MATERNITÉ



BOUCHERVILLE
CALIXA-LAVALLÉE
CONTRECOEUR
SAINT-AMABLE
SAINTE-JULIE
VARENNES
VERCHÈRES

ENFANCE



FAMILLE



PRÉSENTÉ PAR LES MEMBRÉS DE LA TABLE DE CONCERTATION INTERSECTORIELLE ENFANCE FAMILLE DU TERRITOIRE DU CLSC DES SEIGNEURIES

ACTIVITÉ	ENDROIT	INFORMATION	ACTIVITÉ	ENDROIT	INFORMATION
Aquaforme pour future maman	Complexe Aquatique de Varennes Varennes (450) 929-1111 www.ville.varennes.qc.ca pour horaire	Frais d'inscription	Transport pour familles à faible revenu	Centre d'entraide bénévole de Saint-Amable (450) 649-0604	Transport disponible pour visites médicales ou pour assister aux activités. Coût de l'essence seulement
Aquaforme pour future maman	Centre Sportif Pierre-Laporte Boucherville (450) 449-8640 www.ville.boucherville.qc.ca	Frais d'inscription	Transport pour familles à faible revenu	Centre d'action bénévole L'Envolée Sainte-Julie (450) 649-8874	Transport disponible pour visites médicales Faibles Frais
Aquaforme pour future maman	Centre de la culture et du sport de Ste-Julie Sainte-Julie (450) 922-3391 www.ville.sainte-julie.qc.ca	Frais d'inscription	Transport pour familles à faible revenu	Centre d'action bénévole À Plein Cœur Contrecoeur (450) 587-8227	Transport disponible pour visites médicales ou pour assister aux activités Gratuit pour les personnes qui reçoivent de la sécurité du revenu
Bedon de velours	Carrefour familial de Sainte-Julie (450) 922-7179	Sessions de cours prénataux données par une infirmière. Frais d'inscription	Transport pour familles à faible revenu	Centre d'action bénévole de Boucherville (450) 652-5256	Transport disponible pour visites médicales Frais variables
Programme de supplément alimentaire OLO (œufs, lait, orange)	CLSC des Seigneuries (450) 652-2917 www.olo.ca	Pour la femme enceinte qui vit des difficultés financières	Transport pour familles à faible revenu	Action Bénévole de Varennes (450) 652-5256	Frais variables
Centre d'hébergement pour femmes et adolescentes enceintes	Maison Adrienne Filon Longueuil (450) 670-0628	Aide et accompagne les jeunes femmes et adolescentes enceintes en difficulté.	Halte-éducative	Maison de la famille Joli-Cœur Contrecoeur (450) 587-2965	Frais selon la durée de garde
Réaffectation, modification du poste de travail ou retrait préventif de la travailleuse enceinte ou qui allaite	CLSC des Seigneuries (450) 652-3630 programme Santé au travail 1-888-277-2572 pour le secteur Saint-Laurent-du-Fleuve de Contrecoeur		Répit dépannage pour enfants avec besoins spéciaux	Centre de Répit et dépannage Aux 4 poches Boucherville (450) 641-1255 www.centreepi4poches.org	Répit de fins de semaine et urgence pour les familles du territoire qui vivent avec un enfant de 2 ans et plus, autiste ou avec une déficience intellectuelle moyenne ou sévère. Frais selon la durée de garde
Rencontres prénatales, et d'allaitement	CLSC des Seigneuries (450) 652-2917 www.sanitemontregie.qc.ca	Sur inscription, gratuit	Service de halte-garderie	Carrefour familial de Sainte-Julie (450) 922-7179	Pour enfants 0-5 ans Frais selon la durée de garde
Rencontres prénatales préparatoires à l'allaitement	CALM, Comité d'allaitement maternel (450) 652-1925 poste 621 Horaire sur le site internet www.calmement.org	2 rencontres conçues et données par des mairaines d'allaitement Sur inscription, gratuit	Cuisine collective et cuisine poupon	Centre d'entraide bénévole de Saint-Amable (450) 649-0604	Faibles frais selon les revenus
Répit parental	Centre d'action bénévole À Plein Cœur Contrecoeur (450) 587-8227	Dans le cadre du programme «Grand-maman caresse» la bénévole s'occupe du poupon seulement Gratuit	Cuisine collective et cuisine poupon	Centre d'action bénévole L'Envolée Sainte-Julie (450) 649-8874	Cuisine collective : faibles frais Cuisine poupon : gratuit
Relevailles	Centre d'action bénévole L'Envolée Sainte-Julie (450) 649-8874	Bénévole à votre domicile pour s'occuper du poupon seulement Gratuit ou très faible coût	Cuisine collective et cuisine poupon	Centre d'action bénévole À Plein Cœur Contrecoeur (450) 587-8227	Service de garderie offert par la Maison de la famille Joli-Cœur pendant cette activité Coût des aliments
Relevailles	Action Bénévole de Varennes (450) 652-5256	Bénévole à votre domicile pour s'occuper du poupon seulement. Sans frais pour Varennes, faible coût pour Boucherville	Cuisine collective	Action Bénévole de Varennes (450) 652-5256	Faibles frais
SITE INTERNET DU MINISTÈRE DE LA FAMILLE ET DE L'ENFANCE : WWW.MFACF.GOUV.QC.CA					
CPE			TÉLÉPHONE		
Clinique d'allaitement	CLSC des Seigneuries (450) 922-3670 www.sanitemontregie.qc.ca	Se présenter sans rendez-vous au point de service du CLSC à Sainte-Julie, les lundis entre 13h30 et 15h30	CPE de Boucherville	(450) 641-7267	
Groupes de soutien à l'allaitement	CALM Boîte vocale : (450) 652-1925, poste 621 www.calmement.org pour horaire des rencontres	Service de jumelage avec une marraine d'allaitement pour un suivi individuel, réponses aux questions ponctuelles, ateliers d'échange Gratuit	CPE Julie-Soleil de Sainte-Julie	(450) 649-6071	
Vaccination	CLSC des Seigneuries (450) 922-3670 (entre 13h et 16h30) 1-888-277-2572 pour le secteur Saint-Laurent-du-Fleuve de Contrecoeur	Dans chacune des municipalités Sur rendez-vous Gratuit	CPE La Grande Ours de Sainte-Julie	(450) 649-2273 www.cpegrandours.com	Bureau coordonnateur de la garde en milieu familial pour Sainte-Julie et Saint-Amable Installation avec services à l'horaire atypique, groupes multi-siège ou d'intégration pour enfants avec besoins particuliers
Secourisme et premiers soins	Ambulance St-Jean (450) 449-1341 www.asj812.org pour l'horaire	Cours de secourisme comportant des notions de RCR spécifiques aux enfants et aux bébés (0 à 8 ans) ainsi que les situations de premiers soins les plus courantes chez les jeunes victimes. Formation d'une journée, frais	CPE La Grande Ours de Varennes	(450) 929-3618 www.cpegrandours.com	Bureau coordonnateur de la garde en milieu familial pour Varennes, Verchères, Calixa-Lavallée et Contrecoeur
Vérification des sièges d'auto	Régie inter municipale de Police Richelieu St-Laurent, Saint-Amable et Sainte-Julie (450) 922-7000, Verchères et Contrecoeur 1-888-678-7000, Varennes (450) 652-9811 Boucherville (450) 462-8230	Prendre rendez-vous auprès de la sécurité publique de votre municipalité	CPE La Passerelle de Saint-Amable	(450) 649-9826	
Vérification des sièges d'auto	CLSC des Seigneuries (450) 652-2917 Héloïse Fournier	Sur rendez-vous seulement Gratuit	CPE La Roche Magique de Boucherville	(450) 641-2139 www.rochemagique.com	Bureau coordonnateur de la garde en milieu familial de Boucherville Groupe d'intégration pour enfants avec besoins particuliers
			SECURITE ENFANT/SIÈGE AUTO		
			SUIVIR/SANTÉ DU POUPON		
			RELEVAILLES		
			ACTIVITÉS POUR LA FEMME ENCEINTE		
TRANSPORT ET ACCOMPAGNEMENT					
REPIET HALTE-GARDERIE					
NUTRITION - COUPE COLLECTIVE					
CENTRE DE LA PETITE ENFANCE					

