

APPRENDRE ET S'AMUSER

LEARNING AND HAVING FUN

Accorderie de Longueuil

Échange de services et l'éducation par la coopération

accorderie.ca/longueuil-accueil

Centre de bénévolat de la Rive-Sud

Toast et café : rencontres de groupe informatives et sociales

450 465-6130 • benevolatrivesud.ca

Conseil des aînés de Saint-Lambert

Saint-Lambert Council for Seniors

Clubs : scientifiques, trains miniatures et livres

Activités sociales : Tricot, bridge, scrabble, parties de cartes, bingo, sorties, conférences

Cours : arts, langues (français, anglais, espagnol)

Clubs : Computer, science, train and book

Activities : Knitting, bridge, scrabble, bingo, outings, conferences

Courses : painting, drawing, languages (French, English, Spanish)

450 671-1757 • ainesstlambertseniors.ca

Club de bridge de Saint-Lambert

Jeux et cours débutant, intermédiaire et expert

Play bridge and courses for beginners, intermediates and experts

450 465-9503 • bridgemontreal.ca/fr/clubs/st-lambert

La Mosaïque, centre d'action bénévole et communautaire

Escapades : visites d'établissements historiques, culturels et maraîchers, avec transport offert à coût modique.

450 465-1803 • lamosaigue.org

Réseau écocitoyen de Saint-Lambert

Agriculture urbaine, jardin collectifs, comité mobilité durable et groupe d'action sur les changements climatiques

reseaucocitoyen.org

Société d'horticulture de Saint-Lambert

Saint-Lambert Horticultural Club

Conférences, entretiens des parcs municipaux, visites de jardins
Lectures, maintenance of municipal parks, and garden visits

hortistlambert.wixsite.com/accueil

Société Chorale de Saint-Lambert (SCSL)

Saint-Lambert Choral Society

choralesaintlambert.com

Ville de Saint-Lambert

Programmation variée : bibliothèque, cours, spectacles, sports et ateliers

450 672-4444 • saint-lambert.ca/fr/evenements



MANGER MEALS

Comité Action populaire Lemoyne

Aide alimentaire - cuisine collective - paniers de fruits et légumes à prix abordables - repas congelés • Food bank - collective kitchen - affordable fruits and vegetables baskets - frozen meals

450 486-1400 • caplemoyne.org

Centre de bénévolat de la Rive-Sud

Popote roulante : dîners chauds et congelés, livrés chez vous.
Hot and frozen meals delivered to your home

450 465-6130 • benevolatrivesud.ca

Comité d'entraide - Unité pastorale Saint-Lambert

Dépannage alimentaire et paniers de noël

450 671-5721 poste 0

QUESTIONS ?

Maison Desaulniers

450 671-1757



La Vigie Rive Sud

514 961-9415

Cuisines de l'Amitié

Repas congelés et cuisine collective • Frozen meals and a collective kitchen

450 443-6770 • cuisinesdelamitie.org

La Petite Cuillère

Repas congelés livrés à domicile

450 748-4918 • lacroiseedelongueuil.qc.ca/petitecuillere

Marché fermier du Vieux Saint-Lambert

Un rendez-vous gourmand, local et écoresponsable.

Les jeudis de 15h à 19h de la mi-mai à la mi-octobre

marchefermierstlambert.com



TABLE DES
ORGANISMES
de Saint-Lambert

BOUGER GET MOVING

Club de boulingrin Saint-Lambert

Un jeu accessible à tous. Il suffit de rouler sa boule le plus près de la cible. • A game accessible to everyone — simply roll your ball as close to the target as possible.

450 923-6612 • boulingrinsaintlambertbowls.ca

Club de curling de St-Lambert

Sport accessible à toutes et à tous, différentes ligues ajustées pour tous les niveaux. Ligne de crible (cribbage)

Sports accessible to all, with various leagues adapted to all skill levels.

450 672-6990 (9h-13h) • stlambertcurling.com

Conseil des aînés de Saint-Lambert Saint-Lambert Council for Seniors

Aquaforme, club de marche, danse en ligne, yoga, et cours d'activités physiques

Aquaforme, walking club, line dancing, yoga, and various exercise classes

450 671-1757 • ainesstlambertseniors.ca

L'entreclefs

Parcours GénérActifs dans la ville, avec jeu-questionnaire

Urban circuits to explore with a self-guided game

organismes.saint-lambert.ca/section-bottin/lentreclefs

SE DÉPLACER GETTING AROUND

Centre de bénévolat de la Rive-Sud

Accompagnement aux rendez-vous médicaux et commissions (épicerie, pharmacie, banque) • Assistance with medical appointments and errands (grocery shopping, pharmacy, bank).

450 465-6130 • benevolatrivesud.qc.ca

Ville de Saint-Lambert

Accès 65 HORS POINTE : Transport en commun gratuit pour les 65 ans et plus.

Free public transit for those aged 65 and over.

450 672-4444 • saint-lambert.ca

AIDE À DOMICILE HELP AT HOME

Ménage, grand ménage, aide au bain, coiffure, répit, course
Housecleaning, tidying, help with bath, hair dressing, errands

Amélys : 450 466-8444 • amelys.ca

Aide chez soi Rive-Sud : 450-679-2433 • cooprivesud.com

PRENDRE SOIN DE SOI SELF CARE

Arthrite Rive-Sud

Dédié à informer, à soutenir et à aider les individus et leurs proches à mieux vivre avec toute forme d'arthrite. • Dedicated to informing, supporting, and helping individuals and their loved ones live better with any form of arthritis.

438 630-7215 poste 104 • arthriterivesud.org

Centre de bénévolat de la Rive-Sud (Programme SécuriCAB)

Appels automatisés quotidiens pour s'assurer de votre bon état de santé

450 679-5916 • benevolatrivesud.qc.ca

Centre de soutien Entr'Aidants

Soutien psychosocial et accompagnement aux aidants

Psychosocial help and support for caregivers

450 465-2520 • centredesoutienentraidants.com

Senior Respite Montérégie

Services offered to Caregivers of seniors • Day Center + In Home + In Residence

450 486-4722 • seniorsrespitemonteregie.ca

Société Alzheimer Rive-Sud

alzheimerrivesud.ca

JURIDIQUE LEGAL

Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes Montérégie (CAAP)

Pour tout problème dans une résidence privée pour aînés ou insatisfaction aux services de santé et sociaux • For assistance with problems in private senior residences or issues with health or social services

450 347-0670 poste 101 • caapmonteregie.ca

Équijustice Rive-Sud

Service de médiation citoyenne, démarche de dialogue, en marge des procédures traditionnelles. • Restorative justice and community mediation to ensure fair and accessible justice for all

450 647-9024 poste 230 • equijustice.ca

Maison Internationale Rive-Sud

Soutien aux nouveaux arrivants et aux réfugiés dans leurs démarches d'établissement et leur intégration socio-économique et culturel. Support for newcomers and refugees in their settlement process, socio-economic integration, and cultural adaptation.

450 445-8777 • mirs.qc.ca

Protecteur du citoyen

Enquêter plainte des citoyens des citoyens et citoyennes envers les services publics québécois, gratuit et confidentiel

protecteurducitoyen.qc.ca

INFORMATIONS ET ÉCOUTE INFORMATION AND REFERRALS

Assistance and referral Center (A.R.C.)

Assisting people to access health and social services, information, resources, programs, and activities in English on the South Shore

514 605-9500 • arc-hss.ca

La Vigie Rive-Sud

Écoute et références vers les ressources communautaires

Listening and referrals to community resources

514 961-9415 • lavigierivesud.org

Ligne Aide Maltraitance Adultes

514 489-2287

Tel-Aînés

514 353-1263

#211

Répertoire des organismes et services communautaires (OBNL), publics et parapublics de l'agglomération de Longueuil.

211qc.ca



URGENCES ET ASSISTANCE EMERGENCY AND ASSISTANCE

911

POLICE - AMBULANCE - POMPIER
POLICE - AMBULANCE - FIRE DEPARTMENT

811

INFO-SANTÉ #1 ET INFO-SOCIAL #2

311

ACCÈS AUX SERVICES MUNICIPAUX

Ligne d'intervention en prévention du suicide

1 866-APPELLE

Hydro-Québec

Information sur les pannes

1 800-790-2424

Ville de Saint-Lambert

Inscription aux Alertes en cas d'urgence

450 672-4444 • citoyen.saint-lambert.ca