

## AIDE ALIMENTAIRE ET ASSISTANCE MATÉRIELLE

### Carrefour d'entraide Lachine

1176, rue Provost  
[www.carrefourdentraide.org](http://www.carrefourdentraide.org)  
 514 634-3686, postes 222 et 228  
 Écoute, référence, friperie, cuisines collectives et d'urgence, sécurité alimentaire, loisirs, éducation populaire, épicerie solidaire.

### Popotes roulantes/ Meals on wheels

Centre de Lachine : 514 403-0511  
 Ouest de Lachine : 514 637-6805  
 Distribution de repas chauds aux personnes malades, handicapées et âgées.

### Le Relais populaire de Lachine

740, rue Esther-Blondin  
 514 855-4232, poste 9  
 Préparation de repas pour jeunes défavorisés, en collaboration avec le réseau scolaire.

## AÎNÉS



### Associations offrant des services, des programmes et des ressources :

#### La Théière/The Tea Pot

2901, boulevard Saint-Joseph  
[www.theteapot.org](http://www.theteapot.org)  
 514 637-5627

Activités éducatives, sociales, récréatives, culturelles, communautaires, cuisines collectives, dîners chauds, accompagnement, transport et soutien à domicile.

#### Centre multi-ressources de Lachine

800, rue Sherbrooke, bureau 206  
[www.cmrl.ca](http://www.cmrl.ca)  
 514 634-3658

Transport et accompagnement, visites et appels téléphoniques d'amitié, appels de sécurité, activités communautaires, déjeuners-causeries.

### Associations à vocation récréative :

**Club d'âge d'or de l'Annunziata** 514 634-8553

**Club d'âge d'or Le soleil de Lachine inc.** 514 634-0219

**Club d'âge d'or Saints-Anges** 514 422-1075

**Club d'âge d'or Saint-Pierre** 514 634-3471, poste 827

**Club social Or et Argent** 514 769-1883

**Le Réveil de Lachine** 514 634-8975

**Union des familles de Lachine** 514 634-4842  
 800, rue Sherbrooke

Sorties et activités sociales, sportives et culturelles.

## BÉNÉVOLAT

### Centre d'action bénévole Ouest-de-l'Île

1, rue de l'Église, Sainte-Anne-de-Bellevue  
[www.volunteerwestisland.org](http://www.volunteerwestisland.org)  
 514 457-5445, poste 222

### Centre multi-ressources de Lachine

800, rue Sherbrooke, bureau 204  
[www.cmrl.ca](http://www.cmrl.ca)  
 514 634-3658

### Parrainage civique

Succursale desservant Lachine :  
 750, rue Dawson, bureau 111, Dorval  
[www.volunteerwica.com](http://www.volunteerwica.com)  
 514 631-9151

## CHARITÉ

### La Guignolée de Lachine

2901, boulevard Saint-Joseph  
 514 634-3471, poste 348  
 Cueillette annuelle de nourriture et d'argent au profit des personnes démunies à l'occasion du temps des Fêtes.

### L'Oeuvre soupe maison (Lachine)

1170, rue Notre-Dame  
 514 469-9954  
 Distribution de trois repas chauds par semaine (mardi, mercredi et jeudi) aux personnes démunies. De septembre à mai. Inscription obligatoire.

### Société Saint-Vincent-de-Paul/ Resurrection of Our Lord

34, 34<sup>e</sup> Avenue  
 514 637-2379  
 Banque alimentaire.

### Société Saint-Vincent-de-Paul Saint-Pierre-aux-Liens

514 634-3471, poste 334 (boîte vocale)  
 Banque alimentaire pour les résidents du quartier Saint-Pierre.

## CLUBS DE SERVICES

**Chevaliers de Colomb de Lachine** 514 639-1776

**Chevaliers de Colomb de Saint-Pierre** 514 364-3567

### Club Lions Lachine

514 637-6299  
[contact@clublionslachine.org](mailto:contact@clublionslachine.org)

**Club Optimiste Lachine inc.** 514 634-9253

**Légion royale canadienne de Lachine, Succursale 85/90** 514 637-8002

## COMMUNAUTÉS CULTURELLES

### Centre social d'aide aux immigrants (CSAI)

Mme Lida Aghasi, Directrice générale  
 6201, rue Laurendeau  
 Montréal (Québec) H4E 3X8  
 514 932-2953  
[www.centrecsai.org](http://www.centrecsai.org)

Accueil des personnes immigrantes et réfugiées prises en charge par l'État. Services et activités facilitant l'intégration socio-professionnelle des personnes immigrantes. Aide et accompagnement aux demandeurs d'asile.

### Airsom Prisme

**Centre communautaire multiethnique**  
 414, rue Lafleur, bureau 1-10  
 LaSalle  
[www.airsomprisme.org](http://www.airsomprisme.org)  
 514 364-0939

Accueil et référence, intégration sociale et linguistique, cours de français, aide à l'intégration en emploi, activités et sorties parents-enfants.

## CONCERTATION

### Concert'Action Lachine

735, rue Notre-Dame  
[info@concertactionlachine.com](mailto:info@concertactionlachine.com)  
[www.concertactionlachine.com](http://www.concertactionlachine.com)  
 514 300-2045

Favorise la collaboration entre les différents acteurs de développement social, soutient et concerte la communauté afin d'améliorer les conditions de vie des citoyens dans une perspective de développement social et durable. Regroupe :

- Comité d'action en sécurité urbaine de l'arrondissement de Lachine (CASUAL) 514 634-3471, poste 825;
- Table de réflexion et d'actions interculturelles de Lachine (TRAIL);
- Comité habitation;
- Comité scolarisation;
- Groupe de travail en sécurité alimentaire de Lachine (GTSAL);
- Table des 50 ans et plus de Dorval-Lachine;
- Table de concertation jeunesse de Lachine;
- Table de concertation petite enfance de Dorval-Lachine.

## CULTURE

### Arts d'interprétation

**Choeur Ambiance**  
 514 273-7306

**Concerts Lachine**  
 514 571-0012

**Ensemble folklorique les Éclusiers de Lachine**  
 514 634-7526

**Festival de théâtre de rue de Lachine**  
 514 639-6403

**Harmonie de Lachine**  
 514 525-5406

**Les productions Multisens inc.**  
 514 639-8019

### Arts visuels

**Atelier de peinture**  
 514 634-6264

**Atelier de sculpture "Les Pics-Bois"**  
 514 634-3471, poste 310

**Atelier de verre**  
 514 637-9606

**Club Vision Photo**  
 514 697-4730

**Guilde de poterie de Lachine**  
 514 266-7315

**Guilde des tisserandes de Lachine**  
 514 453-0752

**Société d'arts visuels en direct**  
 514 634-4459

### Histoire et patrimoine

**Société d'histoire de Lachine**  
 514 634-9508

**Lieu historique national du Commerce-de-la-fourrure-à-Lachine**  
 514 637-7433

**Lieu historique national du Canal-de-Lachine**  
 514 283-6054

## ÉCO-QUARTIER LACHINE

735, rue Notre-Dame  
[www.grame.org](http://www.grame.org)  
 514 634-7205

Le GRAME (Groupe de recherche appliquée en macroécologie) agit à titre d'éco-quartier en sensibilisant la population à la protection de l'environnement.

## ÉDUCATION

### Centres de la petite enfance

**CPE de Lachine**  
 514 637-4323

**CPE Familigarde de LaSalle**  
 514 595-9955

**Le Jardin des Frimousses**  
 514 637-7733

**La Petite Caserne**  
 514 634-4787

**Les Petits Pierrots**  
 514 364-3993

### Écoles primaires

**Catherine-Soumillard**  
 514 855-4231

**Des Berges de Lachine**  
 514 748-4662

**Jardins-des-Saints-Anges**  
 514 855-4200

**Martin-Bélanger**  
 514 595-2057

**Maple Grove**  
 514 637-5868

**Paul-Jarry**  
 514 855-4201

**Philippe-Morin**  
 514 855-4233

**Très-Saint-Sacrement**  
 514 855-4234

**Victor-Thérien**  
 514 855-4202

### Écoles secondaires

**Collège Sainte-Anne (privé) (volets primaire, secondaire et collégial)**  
 514 637-3571

**Collège Saint-Louis**  
 514 855-4198

**École Dalbé-Viau**  
 514 855-4232

**Lakeside Academy**  
 514 637-2505

### Formation professionnelle

**Centre d'éducation aux adultes de LaSalle, édifice Boileau**  
 514 855-4197

**Centre de formation professionnelle de Lachine**

**Édifice Dalbé-Viau**  
 514 855-4185

**Édifice de la Rive**  
 514 855-4189

## ÉDUCATION POPULAIRE ET DÉFENSE DES DROITS

**Association d'économie familiale du Sud-Ouest de Montréal (ACEFSOM)**  
 6734, boulevard Monk, Montréal  
[www.consommateur.qc.ca/acef-som](http://www.consommateur.qc.ca/acef-som)  
 514 362-1771

Défense des droits individuels et collectifs pour mieux évaluer les choix de consommation.

### Comité logement Lachine-LaSalle

426, rue Saint-Jacques  
[logement.lachine-lasalle@videotron.ca](mailto:logement.lachine-lasalle@videotron.ca)  
 514 544-4294

Information et sensibilisation pour les locataires en difficulté, éducation populaire autonome, défense collective des droits, soutien individuel.

## EMPLOYABILITÉ

**Carrefour jeunesse-emploi de Marquette**  
 735, rue Notre-Dame  
[www.cjemarkquette.qc.ca](http://www.cjemarkquette.qc.ca)  
 514 634-0450

Programmes et services d'insertion professionnelle pour les 13 à 35 ans.

**Centre local d'emploi (CLE) de Lachine**  
 2740, rue Remembrance, bureau 70A  
 514 634-2425

**Corporation de développement économique et communautaire (CDEC) LaSalle/Lachine**  
 735, rue Notre-Dame  
[www.cdec-lasallelachine.ca](http://www.cdec-lasallelachine.ca)  
 514 469-0288

Aide à l'emploi, aide au recrutement, développement économique, immigration, budget d'initiative locale.

**Association centre-ville de Lachine**  
 1024, rue Notre-Dame  
 514 469-0288, poste 236

**Chambre de commerce de l'Ouest-de-l'Île**  
 71870, boul. des Sources, bureau 106  
 Pointe-Claire  
[info@ccoim.ca](mailto:info@ccoim.ca)  
 514 697-4228

**Chambre de commerce et d'industrie du Sud-Ouest de Montréal**  
 410, avenue Lafleur, bureau 32, LaSalle  
[www.ccisom.ca](http://www.ccisom.ca)  
 514 365-4575

**Club de recherche d'emploi du Sud-Ouest de Montréal inc.**  
 7625, boul. Newman, LaSalle  
[www.cresom.com](http://www.cresom.com)  
 514 366-0660

**PME MTL West Island**  
 7300, autoroute Transcanadienne  
 Pointe-Claire  
 514 426-2888

**Regroupement affaires Lachine inc. (R.A.L.I.)**  
 735, rue Notre-Dame  
 514 639-4881

## FAMILLE

**Centre jeunesse de Montréal (DPJ)**  
4675, rue Bélanger, Montréal  
[www.centrejeunessedemontreal.qc.ca](http://www.centrejeunessedemontreal.qc.ca)  
514 593-3979

**Centre de la jeunesse et de la famille Batshaw**  
191, place Frontenac, Pointe-Claire  
[www.batshaw.qc.ca](http://www.batshaw.qc.ca)  
514 935-6196 / 514 989-1885

Protection, soutien et réadaptation pour les jeunes victimes d'abus, de négligence ou présentant des troubles de comportement.

**Centre multi-ressources de Lachine**  
800, rue Sherbrooke, bureau 206  
[www.cmrl.ca](http://www.cmrl.ca)  
514 634-3658

Atelier de stimulation précoce pour parents d'enfants de 0 à 2 ans. Halte-répét (6 mois à 5 ans). Activités de développement (3 à 5 ans). Activités sociales pour adultes.

**Collective Community Services**  
451, de l'Église, Verdun  
514 937-5351

Soutien et activités de développement communautaire à la population anglophone du Grand Montréal misant sur l'entraide, le partage et la solidarité.

**Fondation de la Visite**  
[www.delavisite.org](http://www.delavisite.org)  
514 329-2800

Soutien et visite à domicile aux femmes enceintes et aux parents de nouveaux-nés.

**JAME (J'apprends avec mon enfant)**  
1201, rue Argyle, bureau 203  
[www.japprendsavecmonenfant.org](http://www.japprendsavecmonenfant.org)  
514 765-7686, poste 7017

Promotion du plaisir de la lecture à la maison et dans les écoles.

**Les Grands Frères et les Grandes Soeurs de l'Ouest-de-l'Île**  
[www.bbbsofwi.org](http://www.bbbsofwi.org)  
514 538-6100

## JEUNES

**Club Zone de Lachine**  
230, 15<sup>e</sup> Avenue, bureau 100  
[amansour514@gmail.com](mailto:amansour514@gmail.com)

Activités libres et sportives pour les jeunes de l'ouest de l'arrondissement âgés de 9 à 17 ans.

**Projet de prévention des toxicomanies : Cumulus**  
[www.projetcumulus.ca](http://www.projetcumulus.ca)  
514 634-5774

Prévention des toxicomanies (clientèle jeunesse et scolaire).

**Escadron 686 Lachine-Dorval**  
[www.escadron686.com](http://www.escadron686.com)  
514 634-3888

**Guides du Canada**  
[www.guidesquebec.ca](http://www.guidesquebec.ca)  
514 933-5839

**Groupe Scout Summerlea**  
514 245-9366  
514 769-5565

**La Maison des Jeunes l'Escalier de Lachine inc.**  
560, 5<sup>e</sup> Avenue  
[www.mdjescalier.com](http://www.mdjescalier.com)  
514 637-0934

Points de service quartier Saint-Pierre :

**La Caserne des Jeunes**  
59, avenue Saint-Pierre  
[lacaserne@hotmail.com](mailto:lacaserne@hotmail.com)  
514 634-3471, poste 822

Travail et intervention en milieu scolaire, activités parascolaires pour les 9 à 12 ans. Aide aux devoirs sur demande, activités libres et sportives, sorties organisées, ateliers culinaires, travail de milieu.

**TRAC - Travail de rue/action communautaire**  
75, rue Sir-Georges-Étienne-Cartier, bureau 212  
514 939-2122

TRAC intervient auprès des 12-35 ans par du travail de rue généralisé. L'organisme apporte une aide soutenue dans le milieu naturel : rues, parcs, écoles, etc. Il favorise le mieux-être des personnes vivant des situations de rupture sociale et fait le pont entre les personnes et les ressources adaptées.

## PERSONNES HANDICAPÉES

**Association de l'Ouest-de-l'Île pour les handicapés intellectuels**  
111, avenue Donegani, Pointe-Claire  
[www.wiaih.qc.ca](http://www.wiaih.qc.ca)  
514 694-7090

Activités sociales et culturelles.

**AVA-TIL inc.**  
387, 40<sup>e</sup> Avenue  
[www.avatil.org](http://www.avatil.org)  
514 634-8944

Services intégrés aux personnes présentant un handicap intellectuel léger.

**Club des personnes handicapées du Lac-Saint-Louis**  
3195, rue Remembrance  
514 634-0447

Accompagnement, transport adapté, cliniques santé, ateliers d'impôt, déneigement, prêt de fauteuils roulants, repas, informatique, jeux de société, artisanat.

**Corporation L'Espoir**  
55, avenue Dupras  
LaSalle  
[www.corporationespoir.org](http://www.corporationespoir.org)  
514 367-3757



Services adaptés aux besoins des handicapés intellectuels.

## SANTÉ

**CLSC de Dorval-Lachine**  
1900, rue Notre-Dame  
514 639-0660

**Hôpital de Lachine**  
650, 16<sup>e</sup> Avenue  
514 637-2351

**Centre de pédiatrie sociale communautaire de Lachine**  
Centre Fernand-Laplace, salle 103  
183, rue des Érables, Lachine  
[www.cpscldelachine.ca](http://www.cpscldelachine.ca)  
[cpscldelachine@hotmail.com](mailto:cpscldelachine@hotmail.com)

## SANTÉ MENTALE

**Groupe d'entraide Lachine**  
1310, rue Notre-Dame  
514 639-4941

Repas communautaires, cuisines collectives, hébergement supervisé, activités sociales, récréatives et sportives.

**Oméga**  
[www.omegacenter.org](http://www.omegacenter.org)  
514 631-2760

Centre de jour ouvert six jours par semaine. Activités, sorties et événements spéciaux.

**Projet suivi communautaire**  
[www.projetsuivicommunautaire.com](http://www.projetsuivicommunautaire.com)  
514 366-0891

Soutien individuel à moyen et long termes aux adultes souffrant de problèmes de santé mentale.

## SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE

**Société Alzheimer de Montréal**  
4505, Notre-Dame, Montréal  
[www.alzheimermontreal.ca](http://www.alzheimermontreal.ca)  
514 369-0800

**Groupe des Aidants du Sud-Ouest**  
Dorval, Lachine, LaSalle et Verdun  
7475, boulevard Newman, bureau 405  
LaSalle  
[www.aidantssudouest.org](http://www.aidantssudouest.org)  
514 564-3061  
[groupepedesaidantssudouest@videotron.ca](mailto:groupepedesaidantssudouest@videotron.ca)

Écoute, information et références, soutien psychosocial, conférences et ateliers entre proches-aidants.

**Ces organismes dirigent les citoyens vers des ressources locales :**

**Agoraphobes anonymes**  
514 368-0338

**Al-Anon/Al-Ateen**  
[www.al-anon-montreal.org](http://www.al-anon-montreal.org)  
514 866-9803

**Alcooliques anonymes**  
[www.aa-quebec.org](http://www.aa-quebec.org)  
514 376-9230

**Allô prof**  
[www.alloprof.qc.ca](http://www.alloprof.qc.ca)  
514 527-3726

**ANEB Québec (anorexie et boulimie)**  
55, rue Dupras, LaSalle  
[www.anebquebec.com](http://www.anebquebec.com)  
514 630-0907

## FEMMES

**Cercle de fermières de Lachine**  
514 639-3788

**Cercle de fermières de Saint-Pierre**  
514 634-3471, poste 837

**Le Parados inc.**  
514 637-3529

Soutien aux femmes et aux familles victimes de violence conjugale.

**Centre pour victimes d'agressions**[www.agressionsexuelle.com](http://www.agressionsexuelle.com)

514 934-4504

**Cocaïne anonyme**

514 527-9999

**DAA - Dépendants affectifs anonymes**[www.daa-quebec.org](http://www.daa-quebec.org)

514 990-4744

**Déprimés anonymes**

514 278-2130

**Drogue : aide et référence**[www.drogue-aidereference.qc.ca](http://www.drogue-aidereference.qc.ca)

514 527-2626

**Émotifs anonymes**[www.emotifs-anonymes.org](http://www.emotifs-anonymes.org)

514 990-5886

**Gai Écoute**[www.gai-ecoute.qc.ca](http://www.gai-ecoute.qc.ca)

514 866-0103

**Gamblers anonymes**[www.gamblersanonymous.org](http://www.gamblersanonymous.org)

514 484-6666

**Jeunesse J'écoute**

1 800 668-6868

[jeunessejeecoute.ca](http://jeunessejeecoute.ca)**Ligne parents (parents anonymes)**

1 800 361-5085

**Narcotiques anonymes**[www.naquebec.org](http://www.naquebec.org)

514 249-0555

**Phobies-Zéro**[www.phobies-zero.qc.ca](http://www.phobies-zero.qc.ca)

514 276-3105

**S.O.S. violence conjugale**[sosviolenceconjugale.ca](http://sosviolenceconjugale.ca)

514 873-9010

**Suicide action Montréal**[www.suicideactionmontreal.org](http://www.suicideactionmontreal.org)

514 723-4000

**Table de concertation des aînés de l'île de Montréal**[www.tcaim.org](http://www.tcaim.org)

514 286-8226

**Tel-Aide**[www.telaide.org](http://www.telaide.org)

514 935-1101

**Tel-Aînés**

514 353-2463

**Tel-Écoute**[www.tel\\_ecoute.org](http://www.tel_ecoute.org)

514 493-4484

**Tel-Jeunes**[www.teljeunes.com](http://www.teljeunes.com)

1 800 263-2266

**SPORTS ET LOISIRS****Art martial moderne**[www.artmartialmoderne.com](http://www.artmartialmoderne.com)

514 634-3471, poste 355

**Association de baseball amateur de Lachine inc.**[www.baseballlachine.com](http://www.baseballlachine.com)

514 634-3471, poste 313

**Association de basketball de Lachine**

514 601-2317

**Association de la piscine Dixie inc.**

(en saison seulement)

[www.piscinedixiepool.com](http://www.piscinedixiepool.com)

514 637-6149

**Association du hockey sur glace de Lachine inc.**[www.hockeylachine.com](http://www.hockeylachine.com)

514 634-2471

**Aviron Lachine**[www.avironlachine.ca](http://www.avironlachine.ca)

514 639-0006

**Badminton Lachine inc.**[www.badmintonlachine.com](http://www.badmintonlachine.com)

514 634-3471, poste 888

**Centre de loisirs Lachine**[www.centre-de-loisirs-lachine.com](http://www.centre-de-loisirs-lachine.com)[info@centre-de-loisirs-lachine.com](mailto:info@centre-de-loisirs-lachine.com)

438 504-2635

- Loisirs pour tous
- Club Déclic Lachine
- Camps de jour le Phoenix de Lachine

**Centre récréatif de Lachine Ouest inc.**

(en saison seulement)

[www.crlo-wlrc.ca](http://www.crlo-wlrc.ca)

514 637-0703

**Club d'athlétisme de Lachine**[athletismelachine@videotron.ca](mailto:athletismelachine@videotron.ca)

514 601-2317

**Club de canoë de course de Lachine inc.**[www.canoelachine.com](http://www.canoelachine.com)

514 634-4402

**Club de croquet**

514 634-0455

**Club de curling de Lachine inc.**[www.lachinecurling.com](http://www.lachinecurling.com)

514 637-9521

**Club de natation de Lachine (2007)**[www.clubnatationlachine.com](http://www.clubnatationlachine.com)

514 830-9978

**Club de patinage artistique de Lachine**[www.cpalachine.com](http://www.cpalachine.com)

514 307-3470

**Club de raquetteurs Le Marquette de Lachine inc.**

450 619-6200

**Club de soccer de Lachine SC**[www.lachinesoccer.com](http://www.lachinesoccer.com)

514 639-3573

**Club Gymnitours de Lachine**[www.gymnitours.ca](http://www.gymnitours.ca)

514 639-6510

**Karaté-Do Lachine**[titalistru@gmail.com](mailto:titalistru@gmail.com)

514 884-4899

**École de voile de Lachine inc.**[www.voilelachine.com](http://www.voilelachine.com)

514 634-4326

**Les pêcheurs et chasseurs sportifs du Lac-Saint-Louis inc.**

514 634-3908

**VIE DE QUARTIER****Comité de revitalisation urbaine intégrée du quartier Saint-Pierre**

183, rue des Érables

[www.revitalisationsaintpierre.ca](http://www.revitalisationsaintpierre.ca)

514 365-7000

Mobilisation des citoyens et des acteurs économiques, sociaux et culturels. Soutien aux activités et aux projets susceptibles d'améliorer la qualité de vie des citoyens et de revitaliser le quartier.

**Comité de vie de quartier Duff Court (COVQ)**

1830, rue Duff Court

514 634-5055

Aide aux devoirs, artisanat, ateliers familiaux, cuisines collectives, activités jeunesse, intervention interculturelle, halte-répit, sorties, cliniques d'impôt, friperie (occasionnelle), etc.

**Famille canine de Lachine**[chiens.lachine.dogs@gmail.com](mailto:chiens.lachine.dogs@gmail.com)

514 634-3471, poste 517

Gestion du parc à chiens de la rue Victoria (près de la 28<sup>e</sup> Avenue)

**La P'tite maison du quartier Saint-Pierre**

41, avenue Ouellette

514 544-1319

Café-rencontres, friperie, halte-garderie, ateliers d'éducation populaire et cuisines communautaires mensuelles.

**OBNL Regroupement de Lachine**

735, rue Notre-Dame

Pôle de services et regroupement d'organismes.

**ENTREPRISES PRIVÉES OFFRANT DES ACTIVITÉS DE LOISIRS SUR LE TERRITOIRE\*****Cardio Plein Air**

514 707-2050

[www.cardiopleinair.ca](http://www.cardiopleinair.ca)**Centre musical de Lachine**

L'Oreille Musclée

514 418-1511

[www.loreillemusclee.com](http://www.loreillemusclee.com)**Cubaritmo**

514 639-6780

[www.cubaritmo.ca](http://www.cubaritmo.ca)**École de danse Studio Avenue**

514 469-1625

[www.studioavenue.ca](http://www.studioavenue.ca)[facebook.com/studioavenue.lachine](https://facebook.com/studioavenue.lachine)**Empire Fitness Lachine**

514 886-3164

[Empirefitnesslachine@gmail.com](mailto:Empirefitnesslachine@gmail.com)**Spinning Rossi**

514 910-4240

**Studio Panache**

514 538-6599

[www.studiopanache.ca](http://www.studiopanache.ca)**Swet Performance Entraînement**

514 634-7938

[www.swet.ca](http://www.swet.ca)**Viveka Yoga**

514 634-2200

[www.viveka-yoga.com](http://www.viveka-yoga.com)

\* Si vous désirez paraître sur cette liste, communiquez avec nous au 514 634-3471, poste 302

**Le 211 Grand Montréal : quand vous ne savez pas vers qui vous tourner**

Géré par le Centre de Référence du Grand Montréal, le service 211 permet de combattre la pauvreté et l'exclusion sociale, en permettant aux gens aux prises avec des besoins sociaux non urgents d'être informés rapidement sur les ressources sociocommunautaires de proximité qui leur viendront en aide, et donc de pouvoir trouver les solutions pour se sortir d'une situation précaire.

[211qc.ca](http://211qc.ca)

- Orientation vers les ressources sociales et communautaires
  - Service d'aide multilingue (200 langues)
  - Accessible de 8 h à 18 h, 7 jours sur 7
  - Plus de 5 000 organismes pour vous aider