

Guide 2021

# Élevez votre vie

Comment Vivre Dans La Région De York  
Avec Un Budget Limité

---



**uphub**

YORK SUPPORT  
SERVICES NETWORK

**AERY**  
ASSOCIATION DES FRANCOPHONES  
DE LA RÉGION DE YORK



## LISTE DES NUMÉROS DE TÉLÉPHONE IMPORTANTS

<b>York Region Police ligne d'urgence</b>	<b>9-1-1</b>
Ligne ordinaire	<a href="tel:18668765423">1 866 876-5423</a>
<b>Échec au crime</b>	<a href="tel:18002228477">1 800 222-8477</a>
<b>Hate Crime Hotline</b>	<a href="tel:18773544283">1 877 354-4283</a>
<hr/>	
<b>Services d'intervention en cas de crises dans la communauté :</b>	<a href="tel:18553102673">1 855 310-2673</a>
Accès simplifié	<a href="tel:18446606602">1 844 660-6602</a>
Ligne d'aide en cas de crise de santé mentale	<a href="tel:18665312600">1 866 531-2600</a>
Warm Line and Peer Crisis Support Service	<a href="tel:18887770979">1 888 777-0979</a>
Ligne d'aide pour le traitement de la toxicomanie et l'alcoolisme	<a href="tel:18005658603">1 800 565-8603</a>
Ligne nationale de prévention du suicide	<a href="tel:18002738255">1 800 273-8255</a>
<hr/>	
<b>Ligne d'aide pour les femmes violentées</b>	<a href="tel:18668630511">1 866 863-0511</a>
Centre de soins pour les victimes d'abus domestiques et d'agressions sexuelles	<a href="tel:9058831212">905 883-1212</a>
<b>Services aux victimes de la région de York</b>	<a href="tel:18668765423">1 866 876-5423</a> poste 6790
Ligne d'écoute du Centre d'aide aux victimes de viol de Toronto	<a href="tel:4165978808">416 597-8808</a>
Ligne d'aide pour les victimes de la traite des personnes	<a href="tel:18002636734">1 800 263-6734</a>
<hr/>	
<b>Réseau de soutien aux femmes de la région de York</b>	
Ligne d'écoute	<a href="tel:18002636734">1 800 263-6734</a>
Ligne d'aide pour les victimes de la traite des personnes	<a href="tel:9057585285">905 758-5285</a>
Soutien par SMS	<a href="tel:6474925188">647 492-5188</a>
<hr/>	
<b>Ligne d'aide aux victimes</b>	<a href="tel:1888792888">1 888 79-2888</a>
<b>Services de soutien aux survivants de sexe masculin qui ont été victimes de violence sexuelle</b>	<a href="tel:18668870015">1 866 887-0015</a>
<hr/>	
<b>PFLAG, ligne anonyme d'aide pour les membres de la famille et les amis</b>	<a href="tel:18669773524">1 866 977-3524</a>
<b>Ligne d'aide aux personnes jeunes lesbiennes, gay, bisexuelles, transsexuelles</b>	<a href="tel:18002689688">1 800 268-9688</a>
<b>York Rainbow Support Line</b>	<a href="tel:18889675542">1 888 967-5542</a>
<hr/>	
<b>Jeunesse, j'écoute</b>	<a href="tel:18006686868">1 800 668-6868</a>
Services de l'Ontario pour les personnes ayant une déficience intellectuelle de la région du Centre-Est	<a href="tel:18552772121">1 855 277-2121</a>
Société d'aide à l'enfance de la région de York	<a href="tel:18007183850">1 800 718-3850</a>
Centre antipoison	<a href="tel:18002689017">1 800 268-9017</a>
<hr/>	
<b>Fourgonnette Street Outreach – LOFT et Crosslinks</b>	<a href="tel:18665534053">1 866 553-4053</a>
Ligne d'écoute d'espoir pour le mieux-être des Premières Nations et des Inuits	<a href="tel:18552423310">1 855 242-3310</a>
Ligne d'assistance aux personnes âgées – Prévention de la maltraitance envers les aînés	<a href="tel:18662991011">1 866 299-1011</a>
<hr/>	
<b>Refuges</b>	
Belinda's Place	<a href="tel:2893664673">289 366-4673</a>
Blue Door Shelters	<a href="tel:18885545525">1 888 554-5525</a>
Sandgate Women's Shelter	<a href="tel:18006618294">1 800 661-8294</a>
Sutton Youth Shelter	<a href="tel:9057229076">905 722 9076</a>
Yellow Brick House	<a href="tel:18772228438">1 877 222-8438</a>



## NOTRE HISTOIRE

Ce guide a été inspiré par un groupe de personnes qui se demandaient comment bien vivre et manger d'une façon abordable. Les personnes ayant un revenu limité ont formé un comité. On leur a donné l'occasion de rechercher des options afin d'étirer leur budget. En 1997, leur travail a abouti à la publication du guide Comment vivre dans la région de York avec un budget limité.

Depuis la production initiale, le York Support Services Network (YSSN ou Réseau de services de soutien de la région de York) a entrepris la mise à jour et l'impression de plusieurs tirages révisés de ce guide, souvent avec l'aide du public. De plus en plus connu, ce guide a suscité l'intérêt et le soutien généreux de partenaires importants de la région.

Récemment, le Réseau a reçu le soutien de la Fondation Trillium de l'Ontario pour mettre à jour ce guide afin qu'il reflète mieux l'évolution et la diversité des habitants de la région de York. Le Réseau s'est associé à des membres de la région et à des personnes ayant une certaine expérience de la vie, ainsi qu'à un groupe de partenaires pour réviser ce guide afin qu'il soit plus inclusif et qu'il reflète mieux notre communauté.

**REMARQUE:** Nous avons fait tout notre possible pour que les informations contenues dans ce guide soient à jour et exactes.

Vous trouverez des mises à jour et de plus amples informations en ligne sur [uphub.ca](http://uphub.ca)

Veillez nous indiquer si l'inscription de votre organisme dans le guide n'est pas à jour. Envoyez-nous un courriel à [uphub@yssn.ca](mailto:uphub@yssn.ca) ou consultez [uphub.ca](http://uphub.ca) pour créer un compte.

Le répertoire a été mis à jour pour refléter les changements apportés aux services à la suite de la pandémie de COVID-19.



# À PROPOS DU RÉSEAU DE SERVICES DE SOUTIEN DE LA RÉGION DE YORK



Le Réseau de services de soutien de la région de York offre des programmes et des services dans toute la région de York, y compris la gestion de cas, l'accès aux soutiens et aux services communautaires d'intervention en cas de crise qui s'étendent également à la région sud de Simcoe. Notre objectif est de soutenir les personnes et les familles en les aidant à accéder aux services nécessaires pour mener une vie saine.

Santé mentale	Services pour les personnes ayant une déficience sur le plan du développement
Gestion de cas	Gestion de cas pour les enfants, les adolescents et leurs familles Gestion de cas pour les adultes
<b>Services d'intervention en cas de crise dans la communauté – <a href="tel:18553102673">1 855 310-2673</a></b>	<b>Services de l'Ontario pour les personnes ayant une déficience intellectuelle de la région du Centre-Est</b>
<b>Accès simplifié</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Il s'agit d'un partenariat entre des organismes de santé mentale et de lutte contre la toxicomanie qui met en relation des personnes âgées de 16 ans ou plus ayant des problèmes de santé mentale ou de toxicomanie avec des services et des aides en matière de santé mentale au sein de leur communauté.</li> </ul>	<b>Services additionnels pour les personnes ayant une déficience intellectuelle de la région de York</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Coordination des cas d'enfants</li> <li>• Aides communautaires pour une participation active</li> <li>• Coordination des services d'intervention en cas de crise dans la communauté</li> <li>• Coordination de la résolution des cas de proximité</li> <li>• Accès aux services de relève</li> <li>• Programme Passeport</li> <li>• Programme ontarien des services en matière d'autisme</li> </ul>

## COMMUNIQUEZ AVEC NOUS!

Adresse : 240, rue Edward, local 3, Aurora (Ontario) L4G 3S9  
 Téléphone : [905 898-6455](tel:9058986455) • Ligne sans frais : [1 866 257-9776](tel:18662579776)  
 Courriel : [contact@yssn.ca](mailto:contact@yssn.ca) • Site Web : [yssn.ca](http://yssn.ca)

### Légende

-  Options de service en ligne
-  Services payants



# TABLE DES MATIÈRES

Lignes d'aide et d'écoute pour les personnes LGBTQ2+ .....	6
Lignes d'aide et d'écoute pour les victimes de violence .....	8
Services de soutien en cas de deuil ou de perte et services de soins palliatifs dans la région de York .....	12
Ressources et lignes d'aide pour les enfants et les adolescents .....	13
Ressources médicales .....	17
Conseils scolaires de la région de York .....	18
Vêtements et meubles .....	18
Soins dentaires .....	22
Services pour les personnes ayant une déficience sur le plan du développement.....	22
Soutien aux personnes souffrant de troubles alimentaires .....	26
Emploi, éducation et formation.....	26
Premières Nations, Métis et Inuits.....	29
Banques alimentaires, comptoirs et armoires .....	31
Repas communautaires.....	34
Autres ressources d'alimentation.....	36
Assistance médicale.....	38
Hôpitaux .....	40
Services aux immigrants.....	40
Sources de revenu et aide financière .....	43
Fiche budgétaire mensuelle.....	44
Assistance juridique .....	45
Vivre avec un handicap physique.....	46
Lignes d'aide pour les personnes ayant des problèmes de santé mentale et de toxicomanie.....	48
Enfants et adolescents .....	50
Hôpitaux .....	51
Toxicomanies – Programmes anonymes .....	52
Lignes d'aide pour les fumeurs.....	54
Soutien prénatal et postnatal.....	55
Animaux de compagnie.....	57
Bibliothèques publiques.....	58
Annuaire publics .....	60
Transport en commun .....	62
Transport accessible.....	62
Programmes de loisirs et de sports .....	63
Programmes de soutien aux enfants et aux adolescents .....	64
Programmes ON y va .....	65
Lignes d'aide pour les personnes âgées .....	67
Lignes d'aide contre la violence.....	69
Refuges, logements d'urgence et lignes d'assistance en cas de crise.....	69
Refuges saisonniers .....	70
Autre soutien de logement .....	71



# LGBTQ2+

## LIGNES D'AIDE ET D'ÉCOUTE EN CAS DE CRISE

Ligne d'aide pour les adolescents LGBT	<a href="tel:18002689688">1 800 268-9688</a>
Soutien par SMS	<a href="tel:6476944275">647 694-4275</a>
Clavardage en ligne youthline.ca	<a href="http://youthline.ca">youthline.ca</a>
PFLAG, Ligne anonyme d'aide aux victimes	<a href="tel:18669773524">1 866 977-3524</a>
Ligne d'aide de York Rainbow – Services aux familles de la région de York	<a href="tel:18889675542">1 888 967-5542</a> <a href="mailto:info@fsyr.ca">info@fsyr.ca</a>

### 360°kids

Soutien et services pour les jeunes (conseils, logement, aides au logement, programmes d'éducation, de perfectionnement et d'emploi). 2SLGBTQ+ positive spaces. Espaces positifs pour les jeunes LGBTQ2+.

80F Centurian Drive, Bureau 200, Markham

[905 475-6694](tel:9054756694)  
[360kids.ca](http://360kids.ca)

[info@360kids.ca](mailto:info@360kids.ca)

### CAYR Community Connections



L'organisme offre des services et des espaces plus sécurisés, confidentiels et inclusifs dans la région de York où il est possible d'accéder à un soutien décent et à son propre chemin vers le bien-être.

17665, rue Leslie, Newmarket

[1 800 243-7717](tel:18002437717)      [905 884-0613](tel:9058840613)  
[cayrcc.org](http://cayrcc.org)      [info@cayrcc.org](mailto:info@cayrcc.org)

Programmes de réduction des méfaits

[908 884-0613](tel:9088840613) poste 211

[harmreduction@cayrcc.org](mailto:harmreduction@cayrcc.org)

Programme de VIH

[905 884-0613](tel:9058840613) poste 208

[mmezaopazo@cayrcc.org](mailto:mmezaopazo@cayrcc.org)

Programme Rainbow Space

[905 884-0613](tel:9058840613) poste 205

[rainbowspace@cayrcc.org](mailto:rainbowspace@cayrcc.org)



Être gay et faire son coming out a été un parcours compliqué et a souvent mené à l'isolement. Mon sentiment de sécurité peut changer selon l'endroit où je me trouve et les personnes avec qui je suis. Cela n'a pas été facile, mais j'ai atteint un stade de ma vie où je peux offrir du soutien aux personnes qui ont des difficultés, notamment en matière de santé mentale. Nous ne sommes pas seuls à vivre une telle situation même si on en doute parfois.

## Gay York Region

Offre un point de référence central pour tous les services et ressources pour les personnes LGBTQ+ de la région de York.

[gayyorkregion.com](http://gayyorkregion.com)

[1 888 905-5428](tel:18889055428) poste 71

---

## Mobile York South Simcoe (MOBYSS)

Offre des services confidentiels, sans jugement. La carte Santé de l'Ontario n'est pas nécessaire. Les cliniques se trouvent à Markham, à Richmond Hill, à Newmarket, à Vaughan et à Georgina.

[mobyss.ca](http://mobyss.ca)

---

## PFLAG

Un réseau de soutien, de ressources et d'éducation dirigé par des bénévoles qui rassemble tous les membres de la communauté.

4630 Highway 7 Est, C.P. 64530, Markham

[647 700-7676](tel:6477007676)

[pflagyork.ca](http://pflagyork.ca)

[1 888 905-5428](tel:18889055428) poste 73

[289-879-2376](tel:2898792376)

---

## Rainbow Youth York Region

[rainbowyouthyork.com](http://rainbowyouthyork.com)

[1 888 905-5428](tel:18889055428) poste 74

[info@rainbowyouthyork.com](mailto:info@rainbowyouthyork.com)

---

## York Pride Fest

165-A Pony Dr., Newmarket

[yorkpridefest.com](http://yorkpridefest.com)

[905 235-3186](tel:9052353186) poste 2

---



La recherche des soutiens peut représenter un défi de taille lorsqu'on se trouve en difficultés, surtout pour ceux d'entre nous qui font partie de la communauté LGBTQ. Nous avons parfois besoin de services spécialisés qui sont propres à nos expériences vécues, mais qui sont souvent difficiles à trouver.

J'ai moi-même constaté ce que c'est que de se sentir isolé et exclu, et ressenti la frustration de parcourir divers sites Web et de passer des appels téléphoniques à d'innombrables organisations dans l'espoir de trouver les bonnes ressources pour m'aider à faire face à la situation. J'aurais aimé connaître le guide « Comment vivre dans la région de York avec un budget limité » à l'époque. Cela aurait tout changé. Mais ce dont je suis sûr aujourd'hui, c'est que :

si j'ai des difficultés à l'avenir, il existe une ressource que je peux utiliser pour trouver du soutien. Et maintenant vous le savez aussi. J'espère que le guide vous sera utile.

————— **J.R.**

## Cliniques de santé sexuelle de la région de York

Les cliniques se trouvent à Markham, à Richmond Hill, à Newmarket, à Vaughan et à Georgina.

- Conseil et éducation sur la régulation de la fécondité, les infections sexuellement transmissibles et véhiculées par le sang, le VIH et le SIDA, l'orientation sexuelle, la sexualité et les relations.
- Contraceptifs à prix réduit
- Contraceptifs d'urgence, tests de grossesse, conseil et orientation.
- Dépistage et traitement des infections sexuellement transmissibles.
- Dépistage du VIH (y compris le dépistage anonyme et rapide du VIH)
- Examens de santé sexuelle
- Services d'échange de seringues

[1 800 361-5653](tel:18003615653)

ATS: [1 866 512-6228](tel:18665126228)  
[accessyork@york.ca](mailto:accessyork@york.ca)



## VIOLENCE

### LIGNES D'AIDE et D'ÉCOUTE EN CAS DE CRISE

Ligne d'aide pour les femmes violentées [1 888 364-1210](tel:18883641210)  
Ligne d'écoute [1 866 863-0511](tel:18668630511)  
Mobile [#7233](tel:#7233)

Centre de soins pour les victimes d'abus domestiques et d'agressions sexuelles de la région de York  
Composez le 0 pour parler à une infirmière [905 883-1212](tel:9058831212)

Ligne de services de soutien aux survivants de sexe masculin qui ont été victimes de violence sexuelle [1 866 887-0015](tel:18668870015)

Centre d'aide aux victimes de viol de Toronto  
Multicultural Women Against Rape [416 597-8808](tel:4165978808)

Services aux victimes de la région de York [1 866 876-5423](tel:18668765423) poste 6790

Ligne d'aide aux victimes [1 888 579-2888](tel:18885792888)

Réseau de soutien aux femmes de la région de York  
Ligne d'aide pour les victimes de la traite des personnes [905 758-5285](tel:9057585285)  
Ligne d'écoute [908 895-7313](tel:9088957313)  
Soutien par SMS [647 492-5188](tel:6474925188)

Yellow Brick House [1 800 263-3247](tel:18002633247)

#### Ligne d'aide pour les femmes violentées

Offre une **ligne d'écoute en cas de crise 24 heures sur 24** à toutes les femmes qui ont été victimes d'abus. Disponible en 200 langues.

[1 888 364-1210](tel:18883641210)  
[awhl.org](http://awhl.org)

ATS: [1 866 863-7868](tel:18668637868)  
[hpham@awhl.org](mailto:hpham@awhl.org)



## **Abuse Hurts - Canadian Centre for Abuse Awareness**

Le Centre fournit un accès au soutien, à la guérison et à l'autonomisation individuelle pour les victimes, leurs familles et leurs soignants. Programmes pour les femmes, les enfants, les hommes, les personnes âgées, les Premières Nations, les victimes de la traite des personnes et des services de proximité.

120, Harry Walker Parkway, Nord, Newmarket

[905 727-4357](tel:9057274357)

[abusehurts.ca](http://abusehurts.ca)

[1 800 379-8858](tel:18003798858)

[info@abusehurts.ca](mailto:info@abusehurts.ca)

---

## **Centre Canadien pour les victimes de torture**

Le Centre offre du soutien aux victimes de la torture, de la guerre, du génocide, des crimes contre l'humanité et de la violence organisée afin de surmonter les effets durables qui en découlent.

92, rue Jarvis, 2<sup>e</sup> étage, Toronto

[416 363-1066](tel:4163631066)

[ccvt.org](http://ccvt.org)

[1 877 292-2288](tel:18772922288)

---

## **Centre Cedar**



Le Centre offre du soutien aux victimes d'abus et de traumatismes sous forme de séances de thérapie, de sensibilisation et d'activités de plaidoyer. Services de thérapie pour les victimes de traumatismes de l'enfance.

17705, rue Leslie, suite 12, Newmarket

[905 853-3040](tel:9058533040)

[cedarcentre.ca](http://cedarcentre.ca)

[1 800 263-2240](tel:18002632240)

[cedar@cedarcentre.ca](mailto:cedar@cedarcentre.ca)

---

## **Chinese Family Services of Ontario (CFSO)**

Axée sur l'aide à la communauté canadienne d'origine chinoise, l'organisation offre des services professionnels de conseil et d'établissement aux familles dans la région. Elle offre aussi des programmes de lutte contre la toxicomanie et la violence à l'égard des femmes.

5665, 14<sup>e</sup> avenue, Est, Markham

[416 979-8299](tel:4169798299)

[1 866 979-8298](tel:18669798298)

[chinesefamilyso.com](http://chinesefamilyso.com)

---

## **Domestic Abuse and Sexual Assault Care Centre of York Region (DASA)**

Le Centre offre des soins gratuits aux victimes d'abus domestiques et d'agressions sexuelles, y compris des soins d'urgence après avoir subi un abus ou une agression, des examens, des tests, des soins de suivi et des services de conseil sur rendez-vous. **Services d'urgence disponibles**

**24 heures sur 24, 7 jours sur 7.**

10 rue Trench, Richmond Hill

[905 883-2216](tel:9058832216)

[mackenziehealth.ca/dasa](http://mackenziehealth.ca/dasa)

[1 800 521-6004](tel:18005216004)

[dasa@mackenziehealth.ca](mailto:dasa@mackenziehealth.ca)

---

## **Prévention de la maltraitance envers les aînés (ON)**

Propose des renseignements sur la maltraitance des personnes âgées, la prévention, l'intervention et des connaissances générales.

2 Billingham Road, bureau 306, Toronto

[eapon.ca](http://eapon.ca)

[1 866 299-1011](tel:18662991011)

[info@eapon.ca](mailto:info@eapon.ca)

# C'est quoi l'abus?

Il peut prendre la forme d'un comportement physique, sexuel, émotionnel, verbal ou de négligence non désiré. Les personnes que vous connaissez, dignes de votre confiance et même celles que vous aimez, ou des parfaits inconnus peuvent se rendre responsables d'abus à votre égard. Si vous avez été victime d'un abus :

1. Sachez que vous n'êtes pas seul et que vous avez le droit de vivre sans être maltraité.
2. Demandez de l'aide. Un soutien est disponible pour vous ici même, dans la communauté.

## Stop aux abus

Stop aux abus vous permet de signaler les mauvais traitements ou la négligence (constatés ou soupçonnés) subis par des adultes ayant une déficience sur le plan du développement.

[1 800 575-2222](tel:18005752222)

[www.mcass.gov.on.ca](http://www.mcass.gov.on.ca)

[reportONdisability@ontario.ca](mailto:reportONdisability@ontario.ca)

## Centre d'aide aux victimes de viol de Toronto - Multicultural Women Against Rape



Le Centre offre un large éventail de services à toutes les victimes de violences sexuelles, aux membres de leurs familles et à leurs amis, y compris des conseils et un soutien judiciaire.

[416 597-1171](tel:4165971171)

[trccmwar.ca](http://trccmwar.ca)

[info@trccmwar.ca](mailto:info@trccmwar.ca)

## Services aux victimes de la région de York

En partenariat avec la police régionale de York et la police provinciale de l'Ontario, on offre un **soutien émotionnel et une aide pratique 24 heures sur 24** aux victimes de crimes ou de circonstances tragiques.

[905 953-5363](tel:9059535363)

[victimservices-york.org](http://victimservices-york.org)

[1 866 876-5423](tel:18668765423) poste 6790

[victimservices@yrp.ca](mailto:victimservices@yrp.ca)

## Ligne d'aide aux victimes

Ligne multilingue sans frais d'aide aux victimes de crimes.

[attorneygeneral.jus.gov.on.ca](http://attorneygeneral.jus.gov.on.ca)

[1 888 579-2888](tel:18885792888)

## Ligne multilingue sans frais d'aide aux victimes de crimes.



Le Centre offre des programmes de groupe et du soutien individuel.  
16775, rue Yonge, bureau 207, Newmarket

[905 853-9270](tel:9058539270)

[wcyr.ca](http://wcyr.ca)

[1 855 853-9270](tel:18558539270)

[info@wcyr.ca](mailto:info@wcyr.ca)

## Réseau de soutien aux femmes de la région de York

Offre des services gratuits, confidentiels et sans jugement à toute personne ayant subi toute forme de violence sexuelle.

1110 Stellar Drive, bureau 109, Newmarket

[905 895-3646](tel:9058953646)

[womenssupportnetwork.ca](http://womenssupportnetwork.ca)

[1 800 263-6734](tel:18002636734)

[info@womenssupportnetwork.ca](mailto:info@womenssupportnetwork.ca)

## Yellow Brick House



Refuge d'urgence offrant du soutien aux femmes maltraitées et à leurs enfants, ainsi qu'aux femmes qui risquent d'être maltraitées. Au refuge, on fournit des services de conseils pour les femmes et les enfants, du soutien judiciaire, des logements de transition et une assistance à la recherche d'un logement **24 heures sur 24, 7 jours sur 7.**

[905 709-0900](tel:9057090900)

**Outreach Shelter:** [905 727-1944](tel:9057271944)

[yellowbrickhouse.org](http://yellowbrickhouse.org)

[1 800 263-2231](tel:18002632231)

[1 877 222-8438](tel:18772228438)

[info@yellowbrickhouse.org](mailto:info@yellowbrickhouse.org)

## York Region Centre for Community Safety

Le Centre met en relation les adultes et les enfants qui ont été victimes d'actes de violence domestique avec des services qui peuvent les aider à obtenir le soutien dont ils ont besoin.

25 Deverill Court, bureau 107, Markham

[905 836-7601](tel:9058367601)

[yrccs.ca](http://yrccs.ca)

[info@yrccs.ca](mailto:info@yrccs.ca)

## Société d'aide à l'enfance de la région de York

**Services de protection de l'enfance 24 heures sur 24, 7 jours sur 7.** La Société offre un soutien aux familles vulnérables et les met en relation avec les services communautaires essentiels.

16915, rue Leslie, Newmarket

[905 895-2318](tel:9058952318)

[yorkcas.org](http://yorkcas.org)

[1 800 718-3850](tel:18007183850)



J'ai souffert de dépression toute ma vie et on a abusé de moi, mais j'ai survécu. J'ai reçu beaucoup d'aide du Réseau de services de soutien de la région de York et de la ligne d'aide 1 855 310-2673. J'en suis très reconnaissante. On m'a également trouvé une personne de soutien par les pairs qui m'a beaucoup aidée. Elle m'a montré ce que cela signifiait de prendre soin de soi et cela a beaucoup compté pour moi. Je suis devenue une paire travailleuse afin de pouvoir aider les autres en leur racontant mon histoire personnelle. Maintenant, beaucoup de gens remarquent comment je vais bien. C'est merveilleux comme tout a changé.

\_\_\_\_\_ **D.**

### Légende

-  Options de service en ligne
-  Services payants



# SOUTIEN EN CAS DE DEUIL OU DE PERTE

## Services de soins palliatifs dans la région de York

Soutien en cas de deuil ou de perte d'un proche.

### Doane House Hospice

17100 Yonge St., Newmarket

[doanehospice.org](http://doanehospice.org)



[905 967-0259](tel:9059670259)

### Evergreen Hospice

5762 Highway 7 Est, bureau 201, Markham

[evgcares.org](http://evgcares.org)

[416 499-2185](tel:4164992185)

### Hope House Community Hospice

350, Industrial Parkway South, bureau 4, Aurora

[hopehousehospice.com](http://hopehousehospice.com)



[905 727-6815](tel:9057276815)

### Hospice Georgina

20849 Dalton Road, Unité C, Georgina

[hospicegeorgina.com](http://hospicegeorgina.com)

[905 722-9333](tel:9057229333)

### Hospice Vaughan

31, avenue Woodbridge, Vaughan

[hospicevaughan.com](http://hospicevaughan.com)

[905 850-6266](tel:9058506266)

### Margaret Bahen Hospice

653, rue Queen, Newmarket

[myhospice.ca](http://myhospice.ca)



[905 967-1515](tel:9059671515)

## TESTAMENTS ET PROCURATIONS

**Pensez à rédiger votre testament et votre procuration** Pensez à rédiger votre testament et votre procuration afin que les décisions soient prises conformément à vos souhaits. Il existe des sites Web qui vous aident à créer ces documents à prix bas ou gratuitement. Le seul coût applicable sera de les faire authentifier par un notaire ou un avocat.

Un **testament** vous permet de désigner un exécuteur testamentaire chargé d'administrer vos biens après votre décès conformément à vos souhaits.

Une **procuracion** est utilisée pour donner des pouvoirs à une autre personne afin qu'elle agisse en votre nom, par exemple pour gérer vos affaires médicales, juridiques ou financières.

## Bereaved Families of York Region

L'organisme offre des services de soutien aux personnes et aux familles en deuil d'un proche.

17070, rue Yonge, Newmarket

[905 898-6265](tel:9058986265)

[1 800 969-6904](tel:18009696904)

[bfoyr.com](http://bfoyr.com)

## Prestation de décès du Régime de pensions du Canada

Le Régime de pensions du Canada offre une prestation de décès, jusqu'à 2 500 \$, qui peut être versée à la succession d'un cotisant au régime de pensions du Canada décédé.

[1 800 277-9914](tel:18002779914)

ATS: [1 800 255-4786](tel:18002554786)

[canada.ca/en/services/benefits/publicpensions/cpp/cpp-death-benefit.html](http://canada.ca/en/services/benefits/publicpensions/cpp/cpp-death-benefit.html)



# RESSOURCES ET LIGNES D'AIDE

## POUR LES ENFANTS ET LES ADOLESCENTS

[kidshelpphone.ca](http://kidshelpphone.ca)

[1 800 668-6868](tel:18006686868)

York Hills

[905 503-9561](tel:9055039561)

Ligne d'aide (non urgente) pour les enfants  
de la région de York

[1 888 703-5437](tel:18887035437)

### 360° kids



360° kids offre des services de soutien aux jeunes vulnérables sans abri de la région de York, notamment des programmes de bien-être, de soutien et d'éducation, et pour trouver un logement et un emploi.

80F Centurian Drive, Bureau 200, Markham

[905 475-6694](tel:9054756694)

[360kids.ca](http://360kids.ca)

[info@360kids.ca](mailto:info@360kids.ca)

### Across U-hub



L'organisme fournit un espace visant à favoriser le développement des jeunes, leur croissance sociale, émotionnelle, culturelle, physique et spirituelle.

232 Hood Road, Markham

[905 944-1944](tel:9059441944)

[acrossuhub.com](http://acrossuhub.com)

[info@acrossuhub.com](mailto:info@acrossuhub.com)

## La société catholique de l'aide à l'enfance de Toronto

22206, avenue Eglinton, Toronto

[ccas.toronto.on.ca](http://ccas.toronto.on.ca)

[416-395-1500](tel:416-395-1500)

---

## Centre for Behaviour Health Sciences - Mackenzie Health

Le Centre fournit des services axés sur le comportement aux personnes ayant une déficience sur le plan du développement ou un retard cognitif important, les personnes autistes ou celles qui présentent les effets d'une lésion cérébrale.

[mackenziehealth.ca](http://mackenziehealth.ca)

[905-773-2362](tel:905-773-2362)

---

## Children's Treatment Network of Simcoe York (CTNSY)

Le réseau offre un soutien aux enfants et aux jeunes ayant des besoins particuliers chez eux, dans la communauté et à l'école.

13175 rue Yonge, Richmond Hill

[905-773-4779](tel:905-773-4779)

[ctnsy.ca](http://ctnsy.ca)

[1 866 377-0286](tel:1-866-377-0286)

[info@ctnsy.ca](mailto:info@ctnsy.ca)

---

## Chippewas of Georgina Island

Services visant à préserver, promouvoir et faire progresser la culture, la santé, l'éducation et le bien-être de notre communauté des Premières Nations, y compris la langue, l'histoire et la spiritualité.

route rurale 2 C.P. N-13, Georgina

[georginaisland.com/community-services/health](http://georginaisland.com/community-services/health)

Health Centre

Child and Family Services

[905 960-9133](tel:905-960-9133)

[705 437-4242](tel:705-437-4242)

[705 437-1337](tel:705-437-1337) poste 4223

---

## Services de conseil pour les personnes de la région de York



7845 avenue Kipling, Vaughan

[416 999-3437](tel:416-999-3437)

[csyorkregion.com](http://csyorkregion.com)

[info@csyorkregion.com](mailto:info@csyorkregion.com)

---



## Programme d'intervention précoce auprès des enfants

Offre des programmes de soutien pour les enfants ayant des besoins spéciaux et leurs familles. Les programmes sont disponibles pour les enfants de la région de York jusqu'à l'âge scolaire.

[1 877 464-9675](tel:18774649675)  
[york.ca](http://york.ca)

ATS: [1 866 512-6228](tel:18665126228)  
[1 888 703-5437](tel:18887035437)  
[accessyork@york.ca](mailto:accessyork@york.ca)

## Family Services York Region



Offre des services des services de conseils pour les enfants, les jeunes, les femmes, les hommes, leurs familles et dans plusieurs langues.

[fsyr.ca](http://fsyr.ca)

[info@fsyr.ca](mailto:info@fsyr.ca)  
[groupservices@fsyr.ca](mailto:groupservices@fsyr.ca)

### Georgina

25202, avenue Warden,

[905 476-3611](tel:9054763611)

### Markham

4261 Highway 7, bureau 203,

[905 415-9719](tel:9054159719)

[1 866 415-9723](tel:18664159723)

### Richmond Hill

10610, avenue Bayview, local 18,

[905 883-6572](tel:9058836572)

[1 888 820-9986](tel:18888209986)

### Newmarket

1091, rue Gorham, bureau 300,

[905 895-2371](tel:9058952371)

[1 888 223-3999](tel:18882233999)

## Immigrant Youth Centre

5284 Highway 7 Est, local 2, Markham

[647 456-1971](tel:6474561971)  
[cicsiyc.org](http://cicsiyc.org)

[infoiyc@cicscanada.com](mailto:infoiyc@cicscanada.com)

## Jewish Family and Child Services

L'organisme offre du soutien pour les enfants, les jeunes, les femmes, les hommes, leurs familles grâce aux services de prévention, de protection, de conseil, d'éducation et de défense.

9600, rue Bathurst, bureau 242, Vaughan

[905 303-5838](tel:9053035838)  
[jfundcs.com](http://jfundcs.com)

[info@jfundcs.com](mailto:info@jfundcs.com)

## John Howard Society of York Region (JHS)



La société offre une gamme de programmes tels que HYPE, un programme gratuit pour les personnes entre 12 et 25 ans axé sur les relations positives et saines ainsi que le programme de régulation émotionnelle MiNDSET.

[johnhoward.on.ca/yorkregion](http://johnhoward.on.ca/yorkregion)

[admin@johnhoward.yorkregion.on.ca](mailto:admin@johnhoward.yorkregion.on.ca)

3075, 14<sup>e</sup> avenue, bureau 220, Markham

[905 470-0003](tel:9054700003)

16600, avenue Bayview, Unité 306, Newmarket

[905 895-9943](tel:9058959943)

## Kerry's Place Autism Services



L'organisme offre du soutien et des services aux enfants et aux adultes autistes.

34, rue Berczy, bureau 130, Aurora

[905 713-6808](tel:9057136808)  
[kerrysplace.org](http://kerrysplace.org)

[1-833-775-3779](tel:18337753779)  
[info@kerrysplace.org](mailto:info@kerrysplace.org)

---

## Kinark Child and Family Services

L'organisme offre des programmes et des services dans toute la région pour les enfants et les adolescents ayant des besoins complexes en matière de santé mentale.

218 Earl Stewart Drive, bureau 7, Aurora

[905 713-0700](tel:9057130700)  
[kinark.on.ca](http://kinark.on.ca)

ATS: [1 888 454-6275](tel:18884546275)  
[1 800 230-8529](tel:18002308529)  
[info@kinark.on.ca](mailto:info@kinark.on.ca)

---

## Springboard

L'organisme offre des programmes pour les adultes et les adolescents qui se trouvent à différents stades dans leurs procédures juridiques.

Newmarket Courthouse, 50 rue Eagle, Newmarket

[905 895-7674](tel:9058957674)  
[springboardservices.ca](http://springboardservices.ca)

[info@springboardservices.ca](mailto:info@springboardservices.ca)

---

## York Hills



L'organisme offre une gamme de services de santé mentale aux enfants jusqu'à l'âge de 18 ans et à leurs familles. Il possède une expertise dans le traitement des problèmes sociaux, émotionnels et comportementaux des enfants, des jeunes et de leurs familles.

402 Bloomington Road, Aurora

[905 503-9560](tel:9055039560)  
[yorkhills.ca](http://yorkhills.ca)

[1-866-536-7608](tel:18665367608)  
[yorkhills@yorkhills.ca](mailto:yorkhills@yorkhills.ca)

---

## York Outreach

L'organisme offre des sports, des camps, des programmes de sensibilisation dans les écoles et d'autres initiatives pour les jeunes. Il offre également des conseils, des ateliers et des cours de langue.

4261 Highway 7 Est, bureau A14-114, Markham

[905 534-0637](tel:9055340637)  
[yorkoutreach.com](http://yorkoutreach.com)

[info@yorkoutreach.com](mailto:info@yorkoutreach.com)

---

## Société d'aide à l'enfance de la région de York

**Services de protection de l'enfance 24 heures sur 24, 7 jours sur 7.** La société offre des programmes de prévention et de sensibilisation pour assurer la sécurité des enfants.

16915, rue Leslie, Newmarket

[905 895-2318](tel:9058952318)

[1 800 718-3850](tel:18007183850)  
[yorkcas.org](http://yorkcas.org)



## Région de York - Services aux familles et aux enfants

[1 888 703-5437](tel:18887035437)

[york.ca](http://york.ca)

ATS: [1 866 512-6228](tel:18665126228)

[accessyork@york.ca](mailto:accessyork@york.ca)

### Appuis financiers pour la garde d'enfants

[feesubsidywaitlist@yokr.ca](mailto:feesubsidywaitlist@yokr.ca)

Ce programme offre des appuis financiers aux familles admissibles de la région de York qui ont besoin d'aide pour payer les frais de garde d'enfants de moins de 12 ans.

### KidsLine

[1 888 703-5437](tel:18887035437)

La ligne d'aide offre des informations sur l'éducation préscolaire et des ressources sur les services aux enfants, y compris des informations sur les options de garde d'enfants agréées, les programmes ON y va, la subvention pour la garde d'enfants, le dépistage néonatal des troubles auditifs, les camps d'été et les programmes approuvés de loisirs.

## Ressources médicales

### Hospital for Sick Children - Sick Kids

555, avenue University, Toronto

[sickkids.ca](http://sickkids.ca)

[416 813-1500](tel:4168131500)

### Mackenzie Richmond Hill Hospital-Outpatient Child/Family Services

10 rue Trench, Richmond Hill

[mackenziehealth.ca](http://mackenziehealth.ca)

[905 883-1212](tel:9058831212)

### Hôpital Markham Stouffville – Programmes de santé mentale

L'hôpital offre des services de santé mentale et des programmes pour les enfants, les adolescents et leurs familles. Une référence médicale est nécessaire.

[msh.on.ca](http://msh.on.ca)

[myhospital@msh.on.ca](mailto:myhospital@msh.on.ca)

381, rue Church, Markham

[905 472-7373](tel:9054727373)

Guide de la santé mentale pour les patients

[416 804-9386](tel:4168049386)

Services aux enfants et aux adolescents

[905 472-7530](tel:9054727530)

### Mobile York South Simcoe (MOBYSS)

Offre des services ambulatoires de soins de santé (physique, mentale et sexuelle) dans la région de York et de Simcoe Sud aux personnes âgées de 12 à 25 ans et aux personnes LGBTQIA.

[mobyss.ca](http://mobyss.ca)

[289 879-2376](tel:2898792376)

### Southlake Regional Health Centre - Programmes de santé mentale

L'hôpital offre des services de santé mentale et des programmes pour les enfants, les adolescents et les familles. Services d'urgences et sur rendez-vous disponibles.

96 Davis Drive, Newmarket

[southlakeregional.org](http://southlakeregional.org)

[905 895-4521](tel:9058954521) poste 2215

# Conseils scolaires de la région de York

## Conseil Scolaire Catholique Mon Avenir

(Conseil scolaire catholique de langue française)

[416 397-6564](tel:4163976564)

[1 800 274-3764](tel:18002743764)  
[cscmonavenir.ca](http://cscmonavenir.ca)

## Conseil Scolaire Viamonde

(Conseil scolaire public de langue française)

[416 614-0844](tel:4166140844)

[1 888 58-ELEVE \(35383\)](tel:188858ELEV)  
[csviamonde.ca](http://csviamonde.ca)

## York Catholic District School Board

[1 800 363-2711](tel:18003632711)  
[ycdsb.ca](http://ycdsb.ca)

[905 713-1211](tel:9057131211)  
[416 221-5051](tel:4162215051)  
[communications@ycdsb.ca](mailto:communications@ycdsb.ca)

## York Region District School Board

[yrdsb.ca](http://yrdsb.ca)

[905 727-3141](tel:9057273141)



## VÊTEMENTS ET MEUBLES

### Vêtements

#### Armoire de vêtements – Trinity Anglican Church



Vente de vêtements à un prix réduit et, dans certains cas, gratuitement si vous possédez un bon signé par Welcoming Arms.

79, rue Victoria, Aurora

[905 727-6101](tel:9057276101)

#### LOFT/Crosslinks - Services d'aide en matière de logement

L'organisme offre un soutien aux clients qui sont sans abri ou risquent de l'être.

102, rue Main Sud, Newmarket

[905 967-0357](tel:9059670357)

[loftcs.org/what-we-do/specialized-services/housing](http://loftcs.org/what-we-do/specialized-services/housing)

[1 888 967-0357](tel:18889670357)

[info@loftcs.org](mailto:info@loftcs.org)

## Once Upon A Child



Achat et vente des articles pour enfants peu utilisés.

1285, Elgin Mills Road Est, Richmond Hill  
130 Davis Drive, Newmarket  
[onceuponachild.com](http://onceuponachild.com)

[905 508-0005](tel:9055080005)  
[905 898-2002](tel:9058982002)

---

## Plato's Closet



Achat et vente de vêtements pour adultes peu utilisés et en bon état.

16655, rue Yonge, Newmarket  
[platosclosetnewmarket.com](http://platosclosetnewmarket.com)

[905 853-8880](tel:9058538880)

---

## Share and Care Clothing Depot

Appelez-nous pour connaître nos heures d'ouverture.

333 Davis Drive, Newmarket  
[bethelnewmarket.com](http://bethelnewmarket.com)

[905 895-8341](tel:9058958341)

---

## St. James the Apostle Church

Banque alimentaire et de vêtements  
18794, rue Leslie Est, Gwillimbury

[stjamessharon.com/community-outreach](http://stjamessharon.com/community-outreach)

[905 478-1959](tel:9054781959)

---

## St. Vincent de Paul Society

St. Vincent de Paul Society offre de l'aide pour répondre aux besoins pour ce qui est des aliments, des vêtements et des meubles. Communiquez avec un membre d'une Église catholique romaine près de chez vous pour parler avec un membre de la St. Vincent de Paul Society.

[ssvp.on.ca](http://ssvp.on.ca)

[416 364-5577](tel:4163645577)

---

## Unionville Alliance Church - Master's Pantry

Appelez-nous pour connaître nos heures d'ouverture.

4898, 16<sup>e</sup> avenue, Markham  
[uachome.org](http://uachome.org)

[905 477-1104](tel:9054771104)  
[info@uachome.org](mailto:info@uachome.org)

---

## Welcoming Arms - Bridging The Gap

L'organisme offre des bons d'alimentation d'urgence, des bons pour le Clothes Closet et des articles de toilette essentiels aux résidents d'Aurora.

4, rue Metcalfe, Aurora  
[welcomingarms.ca/bridging-the-gap](http://welcomingarms.ca/bridging-the-gap)

[905 726-1483](tel:9057261483)  
[welcomingarmsinfo@gmail.com](mailto:welcomingarmsinfo@gmail.com)



Je travaille en tant que soignante et conseillère de familles. Mon travail consiste à renforcer et à soutenir la résilience chez les soignants. J'offre des services de sensibilisation aux personnes pour les aider à gérer les hauts et les bas de la vie.

— **Cindy H.**

# Meubles

## Restore par Habitat pour l'humanité



Revendez des articles ménagers neufs ou peu utilisés, notamment des meubles, des articles de cuisine, de salle de bain, des luminaires, des appareils électroménagers, des revêtements de sol, etc.

[HabitatReStore.ca](https://www.habitatrestore.ca)

### Markham

20, avenue Fincham,

[416 755-7353](tel:4167557353) poste 5312  
[ReStoreME@habitatgta.ca](mailto:ReStoreME@habitatgta.ca)

### Markham

7701, avenue Woodbine,

[416 755-7353](tel:4167557353) poste 5305  
[ReStoreMK@habitatgta.ca](mailto:ReStoreMK@habitatgta.ca)

### Newmarket

116715, rue Yonge, Unité C,

[416 755-7353](tel:4167557353) poste 5308  
[ReStoreNM@habitatgta.ca](mailto:ReStoreNM@habitatgta.ca)

### Vaughan

2180, avenue Steeles Ouest,

[416 755-7353](tel:4167557353) poste 5307  
[ReStoreVW@habitatgta.ca](mailto:ReStoreVW@habitatgta.ca)

### Vaughan

551, boulevard Cityview,

[416 755-7353](tel:4167557353) poste 5311  
[ReStoreWN@habitatgta.ca](mailto:ReStoreWN@habitatgta.ca)

## Jewish Russian Community Centre - Dépôt de meubles (JRCC)



1416, rue Centre, Unité 6, Vaughan

[416 222-7105](tel:4162227105) poste 500

Le centre offre des meubles mais il faut aller les chercher.

[www.jrcc.org](http://www.jrcc.org)

## L'Armée du Salut – Services communautaires et d'aide à la famille

Services offerts sur rendez-vous seulement. Markham ou Stouffville à la succursale de Scarborough Nord.

3080 Birchmount Rd., Scarborough

[salvationarmy.org](http://salvationarmy.org)

[905 472-3009](tel:9054723009)

# Vêtements et meubles

## Magasin d'occasion de la mission



17255, rue Yonge, Newmarket

[289 803-3044](tel:2898033044)

[missionthriftstore.com/store/newmarket](https://missionthriftstore.com/store/newmarket)

[newmarket@missionthriftstore.com](mailto:newmarket@missionthriftstore.com)

## The MCC Care and Share Thrift Shop



Offre des vêtements, des articles de décoration intérieure, des articles ménagers et des meubles d'occasion à prix bas.

33 Ringwood Drive, Whitchurch-Stouffville

[905 640-1410](tel:9056401410)

[stouffvillethrift.ca](http://stouffvillethrift.ca)

[careandshare@mcco.ca](mailto:careandshare@mcco.ca)

## L'Armée du Salut Northridge Community Church

L'église offre des aliments, des vêtements, des meubles et des programmes d'assistance financière pour les frais de loyer et d'électricité.

15338, rue Leslie, Aurora  
[northridgesa.com](http://northridgesa.com)

[905 895-6276](tel:9058956276)  
[mail@northridgesa.com](mailto:mail@northridgesa.com)

## L'Armée du Salut et le magasin d'occasion de la mission [thriftstore.ca](http://thriftstore.ca)

1300, rue Yonge, Richmond Hill  
130 Davis Drive, Newmarket  
9293 Markham Road, Markham

[905 787-8993](tel:9057878993)  
[905 830-1656](tel:9058301656)  
[905 472-6506](tel:9054726506)

## L'Armée du Salut Georgina Community Church



Banque alimentaire et de vêtements.

1816 Metro Road, Georgina  
[salvationarmy.ca](http://salvationarmy.ca)

[905 895-6276](tel:9058956276)

## The Salvation Army Community Family Services

L'Armée du Salut – Services communautaires et d'aide à la famille. Services disponibles pour les personnes de Markham et Stouffville à la succursale de Scarborough Nord.

3080 Birchmount Road, Scarborough  
[salvationarmy.ca](http://salvationarmy.ca)

[905 472-3009](tel:9054723009)

## Village des Valeurs



Offre des vêtements, accessoires et articles ménagers à prix bas.

[valuevillage.com](http://valuevillage.com)

### Markham

7655 Markham Road, Unités C-1 et C-2,

[905 201-6164](tel:9052016164)

### Newmarket

130 Davis Drive

[905 953-1344](tel:9059531344)

### Richmond Hill

10620, rue Yonge,

[905 735-7444](tel:9057357444)

### Vaughan

101, boulevard Northview,

[905 830-8535](tel:9058308535)

### Vaughan

1520, avenue Steeles Ouest, ,

[905 761-7990](tel:9057617990)

### Légende

-  Options de service en ligne
-  Services payants



## SOINS DENTAIRES

### Oral Health Clinic

1 Georgian Drive, Barrie  
[georgiancollege.ca](http://georgiancollege.ca)



**705 722-5114**

[oralhealthclinic@georgiancollege.ca](mailto:oralhealthclinic@georgiancollege.ca)

### Beaux sourires Ontario

Programme de soins dentaires gratuits pour les enfants de familles en difficulté financière. Pour faire une demande, les familles peuvent visiter un bureau de santé publique ou visiter [york.ca/dental](http://york.ca/dental) en ligne.

[ontario.ca/fr/page/obtenir-des-soins-dentaires](http://ontario.ca/fr/page/obtenir-des-soins-dentaires)

**1 844 296-6306**

### Faculté de médecine dentaire de l'Université de Toronto

L'université offre des nettoyages dentaires et des rendez-vous d'urgence aux personnes admissibles.

01, rue Elm Toronto  
[dentistry.utoronto.ca](http://dentistry.utoronto.ca)

**416 864-8000**

### York Region Public Health Dental

Offre des dépistages dentaires, des services préventifs et le programme Beaux sourires Ontario.

**1 800 361-5653**  
[york.ca/dental](http://york.ca/dental)

**ATS: 1 866 512-6228**  
[childfamily@york.ca](mailto:childfamily@york.ca)



## SERVICES POUR LES PERSONNES AYANT UNE DÉFICIENCE DÉVELOPPEMENTALE

### Aptus Treatment Centre

Offre un soutien aux enfants, aux adolescents et aux adultes qui ont un handicap de développement.

40 Samor Road, North York  
[aptustc.com](http://aptustc.com)

**416 663-3397**  
[info@aptus.com](mailto:info@aptus.com)

### Autisme Ontario - Chapitre région de York



L'organisme offre du soutien ainsi que des opportunités sociales et scolaires pour les enfants, les adolescents et les adultes autistes ainsi que leurs familles.

11181, rue Yonge, Richmond Hill  
**905 780-1590**  
[autismontario.com/york](http://autismontario.com/york)

**1 800 472-7789**  
[chaptermgr.york@autismontario.com](mailto:chaptermgr.york@autismontario.com)

## [ConnectABILITY.ca](http://ConnectABILITY.ca)

Il s'agit d'une communauté virtuelle axée sur l'apprentissage tout au long de la vie et le soutien aux enfants, aux jeunes, aux adultes et aux personnes âgées ayant une déficience intellectuelle, ainsi qu'à leurs familles, leurs soignants et leurs réseaux de soutien. Il y a des articles, des renseignements en matière de services, d'événements et de groupes.

### **Centre for Behaviour Health Sciences - Mackenzie Health**

Le Centre offre des services axés sur le comportement aux habitants de la région de York ou du comté de Simcoe qui ont une déficience sur le plan du développement avec un retard cognitif important, qui sont autistes ou qui vivent avec les effets d'une lésion cérébrale.

13311, rue Yonge, Richmond Hill

[mackenziehealth.ca](http://mackenziehealth.ca)

[905 773-2362](tel:9057732362)

### **Children's Treatment Network of Simcoe York**

Le réseau offre un soutien aux enfants et aux jeunes ayant des besoins particuliers chez eux, dans la communauté et à l'école. On propose des services d'accueil, d'orientation vers les services, d'évaluation, de diagnostic, des cliniques spécialisées et des services de réadaptation.

13175, rue Yonge, Richmond Hill

[1 866 377-0286](tel:18663770286)

[ctnsy.ca](http://ctnsy.ca)

[905 773-4779](tel:9057734779)

[1 877 719-4795](tel:18777194795)

[info@ctnsy.ca](mailto:info@ctnsy.ca)

### **Community Living Central York**

L'organisme offre un soutien aux personnes ayant une déficience intellectuelle qui vivent à Newmarket et à Aurora.

575, rue Penrose, Newmarket

[clnad.com](http://clnad.com)

[905 898-3000](tel:9058983000)

[clnad@clnad.com](mailto:clnad@clnad.com)

### **Community Living Georgina**

L'organisme offre du soutien et des services aux personnes ayant une déficience sur le plan du développement qui vivent à Georgina.

220849 Dalton Road, Sutton

[communityliving.georgina.com](http://communityliving.georgina.com)

[905 722-8947](tel:9057228947)

[admin@communitylivinggeorgina.com](mailto:admin@communitylivinggeorgina.com)

### **Community Living York South**

L'organisme offre des services de soutien aux enfants, aux jeunes, aux adultes et aux personnes âgées ayant une déficience sur le plan du développement qui habitent dans le sud de la Région York.

101, rue Edward, Richmond Hill

[communitylivingyorksouth.ca](http://communitylivingyorksouth.ca)

[905 884-9110](tel:9058849110)

[info@communitylivingyorksouth.ca](mailto:info@communitylivingyorksouth.ca)

## Services de l'Ontario pour les personnes ayant une déficience intellectuelle de la région du Centre-Est

Point d'accès et d'orientation principal pour accéder aux services financés par le Ministère des Services à l'enfance et des Services sociaux et communautaires pour les adultes ayant une déficience intellectuelle.

240, rue Edward, local 3, Aurora

[yssn.ca/dso](http://yssn.ca/dso)  
[dsontario.ca](http://dsontario.ca)

[905 953-0796](tel:9059530796)

[1 855 277-2121](tel:18552772121)

[DSOcentraleast@yssn.ca](mailto:DSOcentraleast@yssn.ca)

---

## Programme d'intervention précoce auprès des enfants

Offre des programmes de soutien pour les enfants ayant des besoins spéciaux et leurs familles. Les services sont disponibles aux enfants jusqu'à l'âge scolaire qui vivent dans la région de York.

17310, rue Yonge, Unité 9 Newmarket

[1 888 703-5437](tel:18887035437)  
[york.ca](http://york.ca)

[905 830-4444](tel:9058304444)

ATS: [1 866 512-6228](tel:18665126228)

[accessyork@york.ca](mailto:accessyork@york.ca)

---

## Réseau de soutien aux familles

Le réseau offre un soutien aux familles qui s'occupent des enfants et des adultes ayant une déficience sur le plan du développement.

[905 723-8111](tel:9057238111)

[family-alliance.com](http://family-alliance.com)

[info@familysupportnetwork.ca](mailto:info@familysupportnetwork.ca)

---

## Kerry's Place Autism Services

L'organisme offre un soutien et des services aux enfants et aux adultes autistes.

34, rue Berczy, bureau 130, Aurora

[905 713-6808](tel:9057136808) - Intake  
[kerrysplace.org](http://kerrysplace.org)

[905 841-6611](tel:9058416611) - Réception

[info@kerrysplace.org](mailto:info@kerrysplace.org)

---

## Kinark Child and Family Services

L'organisme offre des programmes et des services dans toute la région pour les enfants et les adolescents ayant des besoins complexes en matière de santé mentale.

218 Earl Stewart Drive, local 7, Aurora

[905 713-0700](tel:9057130700)  
[kinark.on.ca](http://kinark.on.ca)

ATS: [1 888 454-6275](tel:18884546275)

[1 800 230-8529](tel:18002308529)

[info@kinark.on.ca](mailto:info@kinark.on.ca)



Notre fils adulte est autiste et nous avons reçu beaucoup d'aide du réseau de services de soutien de la région de York. On nous a assigné, à moi et à mon fils, des travailleurs sociaux merveilleux qui ont fait de leur mieux pour nous guider dans notre situation. Ils nous ont donné des conseils essentiels au fur et à mesure et ils ont trouvé des financements pour que mon fils puisse bénéficier de soins de répit. J'ai assisté à des cours de pleine conscience et de musique qui m'ont aidé à surmonter une maladie mentale. On nous a donné tellement de conseils et de ressources.

————— **Carina S.**



## Meta Centre

Le Centre offre des programmes à divers endroits pour répondre aux besoins particuliers des enfants, des adolescents et des adultes ayant une déficience sur le plan du développement physique ou mental.

401, Campagne Drive, North York  
10, rue West Pearce, local 10, Richmond Hill  
7465, avenue Kipling, Vaughan, Ontario, L4K 5K8

[metacentre.ca](http://metacentre.ca)

[416 736-0199](tel:4167360199)  
[info@metacentre.ca](mailto:info@metacentre.ca)

---

## New Leaf Living and Learning Together

Offre des services communautaires pour les personnes ayant une déficience intellectuelle et des besoins complexes.

19601, rue Leslie, Queensville

[newleaf.ca](http://newleaf.ca)

[905 478-1418](tel:9054781418)

---

## Participation House

Offre des services pour les personnes ayant des différentes déficiences sur le plan physique ou du développement, y compris la paralysie cérébrale, l'épilepsie et le spina bifida.

9 Butternut Lane., Markham

[participationhouse.net](http://participationhouse.net)

[905 294-0944](tel:9052940944)  
[postmaster@participationhouse.net](mailto:postmaster@participationhouse.net)

---

## Reena

Reena est une organisation à but non lucratif qui favorise la dignité, l'individualité, l'indépendance, l'épanouissement personnel et l'inclusion chez les personnes ayant une déficience sur le plan du développement, dans le cadre de la culture et des valeurs juives.

927, avenue Clarke Ouest, Vaughan

[905 889-6484](tel:9058896484)  
[reena.org](http://reena.org)

[1 866 667-3362](tel:18666673362)  
[info@reena.org](mailto:info@reena.org)

---

## Vita Community Living Services

L'organisme offre une gamme de services dirigés par des personnes issues de la communauté pour des adultes ayant une déficience sur le plan du développement physique ou mental.

4301 Weston Road, North York

[vitacls.org](http://vitacls.org)

[416 749-6234](tel:4167496234)  
[myvita@vitacls.org](mailto:myvita@vitacls.org)

---

## Réseau de services de soutien de la région de York

Le réseau offre un soutien aux familles dont les enfants sont inscrits au Programme ontarien des services en matière d'autisme ainsi que des services de gestion de cas aux enfants, aux adolescents et aux adultes ayant une déficience sur le plan du développement et à leurs familles.

240, rue Edward, local 3, Aurora

[905 898-6455](tel:9058986455)  
[yssn.ca](http://yssn.ca)

[1 866 257-9776](tel:18662579776)  
[contact@yssn.ca](mailto:contact@yssn.ca)



## SOUTIEN AUX PERSONNES SOUFFRANT DE TROUBLES ALIMENTAIRES

### Traitement des troubles alimentaires par le York Region's Riverwalk Wellness Centre

Offre un soutien aux personnes souffrant de troubles alimentaires de tous âges et du soutien aux familles.

16 Industrial Parkway South, Aurora  
[edoyr.com](http://edoyr.com)

[905 886-6632](tel:9058866632)  
[info@edoyr.com](mailto:info@edoyr.com)

Ligne d'information nationale sur les troubles alimentaires [1 866 633-4220](tel:18666334220)

### Southlake Regional - Programme sur les troubles de l'alimentation chez les adolescents

Veillez noter qu'il faut présenter une référence médicale.

596 Davis Drive, Newmarket  
[southlakeregional.org](http://southlakeregional.org)

[905 895-4521](tel:9058954521) poste 2429



## EMPLOIS, ÉDUCATION ET FORMATION

### aptitudes professionnelles - Programmes d'emploi



On offre des solutions d'emploi en faisant correspondre les compétences de chercheurs d'emploi aux besoins des employeurs.

[jobskills.org](http://jobskills.org)

[info@jobskills.org](mailto:info@jobskills.org)

#### Ligne ATS du bureau principale :

14-130 Davis Drive, C.P. 34, Newmarket

ATS: [905 898-4465](tel:9058984465)

[1 866 592-6278](tel:18665926278)

#### Keswick - Services d'emploi

155 Riverglen Drive, Unité 7

[905 476-8088](tel:9054768088)

[1 866 470-5947](tel:18664705947)

#### Markham - Services d'emploi

4961 Highway 7, Unités 100 et 101

[905 948-9996](tel:9059489996)

[1 866 592-6278](tel:18665926278)

#### Markham North - Welcome Centre

8400 Woodbine Ave., Suite 102-103

[289 846-3645](tel:2898463645)

[1 866 592-6278](tel:18665926278)

#### Newmarket - SIMPACT Practice Firm

16775, rue Yonge, bureau

[905 235-7001](tel:9052357001)

[1 866 592-6278](tel:18665926278)

#### Programmes mobiles

Services disponibles dans plusieurs endroits de la région de York

[905 898-5138](tel:9058985138)

[1 866 256-0861](tel:18662560861)

## 360°kids



Offre des programmes d'emploi dans la région de York pour les personnes de 16 à 29 ans.

80F Centurian Drive, Bureau 200, Markham

[905 853-6279](tel:9058536279)

[360kids.ca](http://360kids.ca)

[info@360kids.ca](mailto:info@360kids.ca)

[employment.programs@360kids.ca](mailto:employment.programs@360kids.ca)

Formation spécialisée pour l'emploi

[647 637-6023](tel:6476376023)

Youth Job Connections

[647 218-0178](tel:6472180178)

Stratégie de réussite jeunesse

[647 229-4183](tel:6472294183)

Chaque bouchée compte (EBM)

[416 938-7472](tel:4169387472)

Programme d'emploi pour les jeunes Base 4 Success

[416 768-7074](tel:4167687074)

## Services d'emploi COSTI (8 succursales dans la région de York)

Services de planification et d'évaluation de carrière, des services aux employeurs, des services d'emploi pour les nouveaux arrivants et les personnes qui ont reçu une formation à l'étranger, des centres de services d'emploi, des services en ligne et des ressources d'emploi aux adolescents.

[costi.org](http://costi.org)

[info@costi.org](mailto:info@costi.org)

## Elspeth Heyworth Centre for Women



Le Centre offre des programmes d'emploi et une formation continue.

133 Fieldstone Drive, Vaughan

[905 747-1515](tel:9057471515)

[ehcw.ca](http://ehcw.ca)

[416 663-2978](tel:4166632978)

[info@ehcw.ca](mailto:info@ehcw.ca)

## EMETemployment

9600, rue Bathurst, bureau 242, Vaughan

[emetemployment.ca](http://emetemployment.ca)

[905 303-5838](tel:9053035838) poste 3249

[info@emetemployment.ca](mailto:info@emetemployment.ca)

## Centre de service d'Emploi Ontario

33 Bloor Street Est, 2<sup>e</sup> étage, Toronto

[416 326-5656](tel:4163265656)

[ontario.ca/page/employment-ontario](http://ontario.ca/page/employment-ontario)

[1 800 387-5656](tel:18003875656)

[contactEO@ontario.ca](mailto:contactEO@ontario.ca)

## Georgina Trades Training Inc.

Aide à la formation axée sur la carrière et aux certifications industrielles.

5207 Baseline Road, Georgina

[gtti.ca](http://gtti.ca)

[905 722-6300](tel:9057226300)

[inquiry@gtti.ca](mailto:inquiry@gtti.ca)

## JVS Toronto Employment Source Markham

Aide individuelle à la recherche d'emploi et carrière, ateliers sur l'emploi et accès aux aides financières à l'emploi.

30 Karachi Drive, Unité 66, Markham

[jvstoronto.org/markham](http://jvstoronto.org/markham)

[905 470-9675](tel:9054709675)

[MarkhamOnline@jvstoronto.org](mailto:MarkhamOnline@jvstoronto.org)

## Learning Centre for Georgina

443 The Queensway Sud, Unité 17, Georgina  
[lcgeorgina.org](http://lcgeorgina.org)

[905 476-9900](tel:9054769900)  
[info@lcgeorgina.org](mailto:info@lcgeorgina.org)

## Literacy Council York-Simcoe (LCYS)



Aide les adultes à obtenir un emploi et des compétences de vie.

1100, rue Gorham, bureau 15, Newmarket  
[skillsupgrading.ca](http://skillsupgrading.ca)

[905 836-7323](tel:9058367323)  
[info@skillsupgrading.ca](mailto:info@skillsupgrading.ca)

## Ministère de l'éducation

[416 325-2929](tel:4163252929)  
[edu.gov.on.ca](http://edu.gov.on.ca)

[1 800 387-5514](tel:18003875514)

## Programme d'apprentissage pour les jeunes de l'Ontario (PAYO)

[oyap.com/fr/](http://oyap.com/fr/)

## Ontario au travail

Si vous êtes admissible au programme Ontario au travail, vous aurez accès à une gamme de services de soutien à l'emploi et de programmes éducatifs.

[1-877-464-9675](tel:18774649675)  
[mcss.gov.on.ca](http://mcss.gov.on.ca)

[1-877-669-6658](tel:18776696658)

24262, avenue Woodbine, Georgina  
50 High Tech Road, Richmond Hill  
62 Bayview Parkway, Newmarket  
9060, rue Jane, Vaughan

[905 989-1883](tel:9059891883)

[905 762-2095](tel:9057622095)

[905 895-5166](tel:9058955166)

[905 660-4882](tel:9056604882)

## Richmond Hill YMCA - Services communautaires et d'emploi



Offre des programmes communautaires et d'emploi dans la région de York.

10610, avenue Bayview, Unité 12, Richmond Hill

[ymcagta.org](http://ymcagta.org)

[905 780-9622](tel:9057809622)

[yorkjobs@ymcagta.org](mailto:yorkjobs@ymcagta.org)

## Seneca College Workforce Skills Centre

Offre des ressources, des informations, un soutien à la recherche d'emploi et une mise à niveau académique pour les personnes qui cherchent un emploi.

[workforceready.ca](http://workforceready.ca)

1490 Major Mackenzie Drive Ouest, Unité D5, Vaughan  
16655, rue Yonge, Unité 3 Newmarket

[905 417-1781](tel:9054171781)

[905 898-6199](tel:9058986199)

## Services de soutien à l'emploi pour les nouveaux arrivants

Pour obtenir plus de renseignements, consultez la section des services aux immigrants :

- Services d'emploi COSTI
- Compétences professionnelles – Parcours de travail autonome pour les nouveaux arrivants
- Welcome Centre Immigrant Services (Centre d'accueil pour les immigrants)

## Springboard

L'organisme offre des ateliers de perfectionnement professionnel pour les chômeurs âgés de 16 ans et plus qui se trouvent à différents stades dans leurs procédures juridiques.

Tribunal de Newmarket, 50 rue Eagle, Newmarket

[905 895-7674](tel:9058957674)

[springboardservices.ca](http://springboardservices.ca)

[info@springboardservices.ca](mailto:info@springboardservices.ca)

## Solutions stratégiques d'emploi - La marche de dix sous



Contribuer aux possibilités d'emploi des personnes handicapées.

465 Davis Drive, Unité 128, Newmarket

[905 895-7529](tel:9058957529)

[1 833 612-6632](tel:18336126632)

[modcemploymentservices.ca](http://modcemploymentservices.ca)

[es@marchofdimes.ca](mailto:es@marchofdimes.ca)

## Une carrière dans l'industrie alimentaire vous intéresse?

### Bureau de santé publique de la région de York - Certification des manipulateurs d'aliments

On propose des formations gratuites et peu coûteuses sur la sécurité alimentaire.

[york.ca/foodhandlercertification](http://york.ca/foodhandlercertification)

[1-877-464-9675](tel:18774649675)

ATS: [1-866-512-6228](tel:18665126228)

## Yorkworks Employment Services



On aide les personnes sans emploi ou sous-employées à réintégrer le marché du travail et les employeurs à embaucher et à conserver des travailleurs qualifiés.

111 Sandiford Drive, 2<sup>e</sup> étage, Stouffville

[905 640-2352](tel:9056402352) poste 2801

[contactstouffville@yorkworks.ca](mailto:contactstouffville@yorkworks.ca)

20887 Dalton Road, Georgina

[905 722-1480](tel:9057221480)

[contactsutton@yorkworks.ca](mailto:contactsutton@yorkworks.ca)

## Centre des femmes de la région de York



Offre une gamme de programmes d'emploi et d'affaires.

16775, rue Yonge, bureau 207, Newmarket

[905 853-9270](tel:9058539270)

[1 855 853-9270](tel:18558539270)

[wcyr.ca](http://wcyr.ca)

[info@wcyr.ca](mailto:info@wcyr.ca)



**LES PERSONNES DES  
PREMIÈRES NATIONS, LES  
MÉTIS ET LES INUITS**

## Abuse Hurts/Canadian Centre for Abuse Awareness

Offre des services adaptés à la culture des personnes des Premières nations, des Métis et des Inuits.

120, Harry Walker ParkwayNord, Newmarket

[905 727-4357](tel:9057274357)

[1 800 379-8858](tel:18003798858)

[abusehurts.ca](http://abusehurts.ca)

[info@abusehurts.ca](mailto:info@abusehurts.ca)

## Biindigen Healing and Arts

On offre des programmes et des opportunités de guérison aux familles des Premières Nations, des Métis et des Inuits.

153 Moores Beach Road, Georgina

[biindigenhealingandarts@gmail.com](mailto:biindigenhealingandarts@gmail.com)

[905 960-7144](tel:9059607144)

---

## Chippewas of Georgina Island

On offre des services visant à préserver, à promouvoir et à faire progresser la culture, la santé, l'éducation et le bien-être de notre communauté des Premières Nations, y compris la langue, l'histoire et la spiritualité.

route rurale 2 C.P. N-13, Georgina

[georginaisland.com/community-services/health](http://georginaisland.com/community-services/health)

[905 960-9133](tel:9059609133)

Health Centre

[705 437-4242](tel:7054374242)

Child and Family Services

[705 437-1337](tel:7054371337) poste 4223

---

## Nation métisse de l'Ontario

On offre des programmes et des services aux Métis de l'Ontario, dans les domaines de la guérison et du bien-être, de l'éducation, du logement, des relations communautaires et des connaissances traditionnelles.

75, rue Sherbourne, local 311, Toronto

[metisnation.org](http://metisnation.org)

[416 977-9881](tel:4169779881)

---

## Ninoskomtin Native Cultural Friendship Centre of York Region

Le Centre permet d'entretenir les liens entre les Autochtones qui vivent dans la région de York. On transmet les connaissances de la culture autochtone des aînés aux jeunes.

76 rue Prospect, Unité 5, Newmarket

[www.facebook.com/ninoskomtin](http://www.facebook.com/ninoskomtin)

[289 338-0508](tel:2893380508)

[info@ninoskomtin.org](mailto:info@ninoskomtin.org)

---

## Services de santé non assurés

Le programme offre aux membres des Premières nations et aux Inuits admissibles une couverture pour les demandes de prestations relatives à une gamme précise de médicaments, de soins dentaires, de soins de la vue, d'équipement médical, de fournitures médicales, d'interventions de crise à court terme, de conseils en santé mentale et de transport médical.

[1 800 640-0642](tel:18006400642)

ATS: [1 800 267-1245](tel:18002671245)

---



Mes racines font partie d'une culture autochtone. Je suis capable d'utiliser la terre mère et tout ce qu'elle a pu nous offrir. Nous faisons de la purification avec de la sauge pour obtenir la paix et la clarté. Nous prenons du tabac et l'offrons à la terre mère pour qu'elle nous protège et écoute nos prières. Nous demandons au créateur de nous guider et de nous protéger tout au long de notre parcours. Par conséquent, j'ai réussi à me remettre d'un traumatisme.

— Mary W.

## Conseil scolaire de district de la région de York

Pour les élèves et leurs familles qui se considèrent Autochtones, les possibilités et services suivants sont disponibles dans toute la région.

- Possibilités d'apprentissage culturel, notamment les enseignements traditionnels, les tambours et les récits.
- Possibilités de rencontrer d'autres élèves autochtones de tout le conseil scolaire.
- Soutien social et émotionnel adapté à la culture des élèves.
- Soutien aux parcours d'études secondaires adaptés à la culture, y compris le programme particulier d'apprentissage pour les jeunes Autochtones de l'Ontario.

Pour vous inscrire et obtenir plus de renseignements, veuillez communiquer avec un membre de l'école.



## BANQUES ALIMENTAIRES, COMPTOIRS ET GARDES

### Réseau alimentaire de la région de York



**Jardins communautaires** - Entretien et soutien des jardins communautaires dans toute la région de York : les jardins collectifs, les jardins communautaires et les petits jardins dans les écoles, les lieux de travail et les logements.

**Cuisines communautaires** - Permettent aux personnes et aux groupes de préparer et partager des repas nutritifs.

**Ateliers sur les compétences alimentaires** - Offre une variété d'ateliers sur les compétences alimentaires, y compris la maîtrise du couteau, la conservation, la nutrition, les semis et le jardinage.

**Glanage** - Une façon de ramasser les légumes et les fruits dans les champs qui seraient autrement détruits ou laissés à pourrir. Le programme de glanage permet aux personnes qui sont dans le besoin de cueillir (ou de glaner) les produits du champ pour elles-mêmes et leurs familles, sans frais.

**Boîte de Good Food** - Une boîte mensuelle de fruits et légumes frais et nutritifs à prix abordable. Vous pouvez aller chercher des boîtes de fruits et légumes le premier et le troisième mercredi de chaque mois. Les commandes et le paiement doivent être effectués une semaine avant la date de ramassage.

350, Industrial Parkway Sud, Aurora  
[yrfn.ca](http://yrfn.ca)

[905 841-3101](tel:9058413101)  
[4moreinfo@yrfn.ca](mailto:4moreinfo@yrfn.ca)

## Aurora

### Aurora Food Pantry

350, Industrial Parkway Sud, Aurora  
[aurorafoodpantry.ca](http://aurorafoodpantry.ca)

[905 841-1577](tel:9058411577)  
[info@aurorafoodpantry.ca](mailto:info@aurorafoodpantry.ca)

### Welcoming Arms - Martha's Table

2, rue Mosley, Aurora  
[welcomingarms.ca/marthas-table](http://welcomingarms.ca/marthas-table)

[905 726-1483](tel:9057261483)  
[welcomingarmsinfo@gmail.com](mailto:welcomingarmsinfo@gmail.com)

### Welcoming Arms - Welcome Table

79, rue Victoria, Aurora 905 726-1483  
[welcomingarms.ca/welcome-table](http://welcomingarms.ca/welcome-table)

[905 726-1483](tel:9057261483)  
[welcomingarmsinfo@gmail.com](mailto:welcomingarmsinfo@gmail.com)

### Welcoming Arms Aurora

44, rue Metcalfe, Aurora  
[welcomingarms.ca](http://welcomingarms.ca)

[905 726-1483](tel:9057261483)  
[welcomingarmsinfo@gmail.com](mailto:welcomingarmsinfo@gmail.com)

## East Gwillimbury

### East Gwillimbury Food Pantry - East Gwillimbury Public Library - Holland Landing Branch

19513, rue Yonge Est, Gwillimbury  
[egpl.ca/services/egpl-food-pantry](http://egpl.ca/services/egpl-food-pantry)

[905 836-6492](tel:9058366492)  
[info@egpl.ca](mailto:info@egpl.ca)

### Helping Hand Food Bank

123, rue Moore, Bradford  
[bradfordfoodbank.ca](http://bradfordfoodbank.ca)

[905 775-2824](tel:9057752824)  
[helpinghandfoodbankbradford@gmail.com](mailto:helpinghandfoodbankbradford@gmail.com)

### Mount Albert United Church Food Pantry

41, rue Alice Est, Gwillimbury  
[mauc.ca](http://mauc.ca)

[905 473-2562](tel:9054732562)

### St. James the Apostle Church

18794, rue Leslie Est, Gwillimbury  
[stjamessharon.com/community-outreach](http://stjamessharon.com/community-outreach)

[905 478-1959](tel:9054781959)

## Georgina

### Georgina Community Food Pantry

20849 Dalton Road, Georgina  
[georginafoodpantry.ca](http://georginafoodpantry.ca)

[905 596-0557](tel:9055960557)



## Helping Hands Food Pantry - Maple Hill Baptist Church

215, avenue Glenwoods, Georgina

[maplehillbaptist.org](http://maplehillbaptist.org)

905 476-2541

[helpinghandsfoodpantrymhbc@gmail.com](mailto:helpinghandsfoodpantrymhbc@gmail.com)

## King

### King Township Food Bank

Trois points de collecte.

[ktfb.ca](http://ktfb.ca)

905 806-1125

[ktfoodbank@gmail.com](mailto:ktfoodbank@gmail.com)

## Markham

### Markham Food Bank

190 Bullock Drive, suite 11, Markham

[markhamfoodbank.ca](http://markhamfoodbank.ca)

905 472-2437

### St. James the Apostle Church

18794, rue Leslie Est, Gwillimbury

[stjamessharon.com/community-outreach](http://stjamessharon.com/community-outreach)

905 478-1959

## Newmarket

### Newmarket Food Pantry (NFP)

1251, rue Gorham, local 9, Newmarket

[newmarketfoodpantry.ca](http://newmarketfoodpantry.ca)

905 895-6823

## Richmond Hill

### Richmond Hill Community Food Bank

55, avenue Newkirk, Richmond Hill

[richmondhillcommunityfoodbank.ca](http://richmondhillcommunityfoodbank.ca)

905 508-4761

[rhfoodbank@bellnet.ca](mailto:rhfoodbank@bellnet.ca)

## Que faire avec une boîte de pois chiches en trop?

### Des biscuits au beurre d'arachide et aux pépites de chocolat

- 2 tasses de pois chiches en conserve (bien lavés)
- 1/2 tasse de beurre d'arachide naturel
- 1/2 tasse de beurre d'arachide naturel
- 1 œuf
- 2 ou 3 c. à thé d'extrait de vanille
- 1 c. à thé de poudre à pâte
- 3/4 de tasse de pépites de chocolat noir

Réduire en purée tous les ingrédients, sauf les pépites de chocolat, dans un robot culinaire ou un mélangeur puissant, jusqu'à ce que le mélange ressemble à une pâte à biscuits lisse (environ 30 à 60 secondes). Incorporer ensuite les pépites de chocolat. Déposer la pâte par cuillères à soupe sur une plaque à pâtisserie graissée pour obtenir environ 18 biscuits. Faites cuire au four pendant 12 à 15 minutes. Laissez-les refroidir et dégustez-les!

(Recette publiée sur [redefineyourbalance.com](http://redefineyourbalance.com))

## Vaughan

### Banque d'alimentation Humanity First

600 Bowes Road, Unité 40, Vaughan[2]

[humanityfirstcanada.ca](http://humanityfirstcanada.ca)

[416 440-0346](tel:4164400346)

### Banque d'alimentation de Vaughan

5732 Highway 7, Unités 3 et 4, Vaughan

[vaughanfoodbank.ca](http://vaughanfoodbank.ca)

[905 851-2333](tel:9058512333)

## Whitchurch-Stouffville

### Whitchurch-Stouffville Food Bank

86 Ringwood Drive, Whitchurch-Stouffville

[wsfoodbank.ca](http://wsfoodbank.ca)

[905 591-4443](tel:9055914443)

[wsfoodbank1@gmail.com](mailto:wsfoodbank1@gmail.com)

## Repas communautaires

## Aurora

### Rise and Shine Community Breakfast

79, rue Victoria, Aurora

[aucrisenshine@gmail.com](mailto:aucrisenshine@gmail.com)

[auroraunitedchurch.ca/serve-at-aurora-united/rise-shine](http://auroraunitedchurch.ca/serve-at-aurora-united/rise-shine)

[905 727-1935](tel:9057271935) poste 23

### St. Andrew's Presbyterian Church - Martha's Table

2, rue Mosley, Aurora

[welcomingarms.ca](http://welcomingarms.ca)

[905 726-1483](tel:9057261483)

### Église anglicane Trinité - Accueil

79, rue Victoria, Aurora

[welcomingarms.ca](http://welcomingarms.ca)

[905 726-1483](tel:9057261483)

### Réseau alimentaire de la région de York - Déjeuner à l'improviste

350, Industrial Parkway Sud, Aurora

[yrfn.ca](http://yrfn.ca)

[905 841-3101](tel:9058413101)

## Georgina

### Église chrétienne Keswick

2 Old Homestead Road, Georgina

[905 476-4548](tel:9054764548)

**St. Johns Chrysostum Church**

432, rue Ontario, Newmarket

[905 898-4137](tel:9058984137)

---

**Église unie Trinity - Lunch chez moi**

461, avenue Park, Newmarket

[905 895-4851](tel:9058954851)

---

**Valleyview Alliance Church - Repas communautaire**

800 Davis Drive, Newmarket

[905 830-9619](tel:9058309619)

## Richmond Hill

**Église anglicane St. Mary's**

10030, rue Yonge, Richmond Hill

[905 884-2227](tel:9058842227)

---

**Église unie Keswick**

177, rue Church, Georgina

[905 476-5532](tel:9054765532)

---

**Église presbytérienne St. Andrew**

20858 Dalton Road Ouest, Georgina

[905 722-3544](tel:9057223544)

---

**Georgina Community Church, l'Armée du salut**

1816 Metro Road, Georgina

[salvationarmy.org](http://salvationarmy.org)[905 722-3059](tel:9057223059)

## Markham

**Église anglicane Grace - lunch avec Grace**

19, avenue Parkway, Markham

[905 294-3184](tel:9052943184)

---

**Église presbytérienne de Saint-André (St. Andrew)  
Lunch/Lunch entre amis**

143, rue Main, Markham

[905 294-4736](tel:9052944736)

## Newmarket

**Église Crosslands - souper communautaire**

47, avenue Millard, Newmarket

[905 868-9920](tel:9058689920)

---

**Inn from the Cold**

510, rue Penrose, Newmarket

[905 895-8889](tel:9058958889)

## St. Andrew's – lunch communautaire

484, rue Water, Newmarket

[905 895-5512](tel:9058955512)

## Autres ressources d'alimentation

### Cedarview Community Church

Régions desservies : Newmarket avec la recommandation d'un organisme social reconnu. Laisser un message pour la livraison des aliments.

1000, rue Gorham, Newmarket

[cedarview.org](http://cedarview.org)

[905 895-8893](tel:9058958893)

[ccc@cedarview.org](mailto:ccc@cedarview.org)

### Georgina Community Food Pantry

La banque alimentaire offre des jardins communautaires, un programme de glanage et une cuisine communautaire. Appelez-nous pour obtenir plus de renseignements.

20849, Dalton Road, Georgina

[georginafoodpantry.ca](http://georginafoodpantry.ca)

[905 596-0557](tel:9055960557)

### St. Vincent de Paul Society

St. Vincent de Paul Society offre de l'aide pour répondre aux besoins pour ce qui est des aliments, des vêtements et des meubles. Communiquez avec un membre d'une Église catholique romaine près de chez vous pour parler avec un membre de la St. Vincent de Paul Society.

[ssvp.on.ca](http://ssvp.on.ca)

[416 364-5577](tel:4163645577)

### L'Armée du Salut Northridge Community Church

L'église offre des aliments, des vêtements, des meubles et de l'assistance financière pour les frais de loyer et d'électricité.

15338, rue Leslie, Aurora

[northridgesa.com](http://northridgesa.com)

[905 895-6276](tel:9058956276)

[mail@northridgesa.com](mailto:mail@northridgesa.com)

### Welcoming Arms - Bridging The Gap

L'organisme aide les personnes à faible revenu de la région de York, y compris les personnes âgées, à combler certains besoins fondamentaux en leur offrant des bons d'alimentation d'urgence, des bons pour le Clothes Closet et des articles de toilette essentiels aux résidents d'Aurora.

44, rue Metcalfe, Aurora

[welcomingarms.ca/bridging-the-gap](http://welcomingarms.ca/bridging-the-gap)

[905 726-1483](tel:9057261483)

[welcomingarmsinfo@gmail.com](mailto:welcomingarmsinfo@gmail.com)

#### Légende

-  Options de service en ligne
-  Services payants

Avez-vous **besoin de services**  
**ou du soutien** dans la région de  
York? Allez sur **uphub.ca**

**uphub**  
Élevez votre vie



## CONSEILS POUR RÉDUIRE LES COÛTS ALIMENTAIRES



- 1** Recherchez un rayon de produits frais à prix réduit dans votre épicerie. Achetez des fruits et légumes mûrs que vous pourrez utiliser à court terme ou les congeler pour les consommer plus tard.
- 2** Faites les soldes et planifiez vos repas en fonction de ces produits. Par exemple, si les pommes de terre sont en solde, prévoyez des repas comprenant des soupes, des pommes de terre farcies, une salade de pommes de terre, un hachis de légumes, etc.
- 3** Les prix sont souvent (mais pas toujours) meilleurs lorsque vous achetez en gros et dans des emballages plus grands.
- 4** Achetez des légumes frais de saison. Faites-les bouillir et congelez-les dans des sacs ou des récipients de la taille d'une portion.
- 5** Recherchez les promotions sur les gros morceaux de viande. Par exemple, achetez le poulet entier plutôt que ses parties. Coupez et congelez les viandes dans des sacs de portions.
- 6** Visitez les épicereries qui pratiquent le jumelage des prix, afin d'obtenir les meilleurs prix dans le même endroit.



# SERVICES D'APPUI DE SANTÉ



## CAYR Community Connections

17665, rue Leslie, Newmarket

[1 800 243-7717](tel:18002437717)

[cayrcc.org](http://cayrcc.org)

[905 884-0613](tel:9058840613)

[info@cayrcc.org](mailto:info@cayrcc.org)

### Programmes de réduction des méfaits

[908 884-0613](tel:9058840613) poste 211

[harmreduction@cayrcc.org](mailto:harmreduction@cayrcc.org)

L'organisme offre un soutien et des services aux personnes qui consomment des drogues et autres substances. Les services comprennent des outils pour la réduction des risques sanitaires, l'élimination en toute sécurité du matériel de consommation de drogues usagées, des kits de Naloxone, des formations sur la prévention des surdoses, des informations sur la sensibilisation de la santé sexuelle et de l'utilisation des drogues, des tests de dépistage du VIH, de l'hépatite C et autres.

### Programme de VIH

[905 884-0613](tel:9058840613) poste 208

[mmezaopazo@cayrcc.org](mailto:mmezaopazo@cayrcc.org)

L'organisme donne accès à des soutiens tels que la gestion des cas de VIH, le conseil avant et après le dépistage, le soutien à l'observance du traitement et des médicaments, le transport, l'alimentation, l'interprétation, ainsi que l'assistance pratique et d'urgence, le bien-être et les programmes pour développer les compétences de vie.

## Société canadienne du cancer)

La société offre des renseignements sur le cancer et sur des choix plus sains.

[cancer.ca](http://cancer.ca)

[1 866 786-3934](tel:18667863934)

## Chippewas of Georgina Island

Services visant à préserver, promouvoir et faire progresser la culture, la santé, l'éducation et le bien-être de notre communauté des Premières Nations, y compris la langue, l'histoire et la spiritualité.

route rurale 2 C.P. N-13, Georgina

[georginaisland.com/community-services/health](http://georginaisland.com/community-services/health)

Health Centre

Child and Family Services

[905 960-9133](tel:9059609133)

[705 437-4242](tel:7054374242)

[705 437-1337](tel:7054371337) poste 4223

## Trouver un médecin

Ordre des médecins et chirurgiens de l'Ontario

[cpso.on.ca/Public](http://cpso.on.ca/Public)

[inquiries@cpso.on.ca](mailto:inquiries@cpso.on.ca)

## Mobile York South Simcoe (MOBYSS)

Offre des services ambulatoires de soins de santé (physique, mentale et sexuelle) dans la région de York aux personnes de 12 à 25 ans et aux personnes LGBTQIA.

[mobyss.ca](http://mobyss.ca)

[289 879-2376](tel:2898792376)

## York Region Health Connection - Ligne d'information sur la santé

Ligne sans frais et confidentielle. Les infirmières de santé publique offrent des informations, des conseils et des orientations vers des programmes et des ressources de santé publique et communautaires. Les sujets abordés comprennent la grossesse, l'allaitement et les soins à apporter à votre enfant, notamment l'alimentation, la sécurité, les soins durant la croissance et le développement, la dépression, l'anxiété et les abus, etc.

[1 800 361-5653](tel:18003615653)  
[york.ca/health](http://york.ca/health)

[1 877 464-9675](tel:18774649675)  
ATS: [1 866 512-6228](tel:18665126228)  
[accessyork@york.ca](mailto:accessyork@york.ca)

## Carte Santé de l'Ontario (Service Ontario)

[1 888 376-5197](tel:18883765197)  
[ontario.ca/fr/page/cartes-sante](http://ontario.ca/fr/page/cartes-sante)

### E Health

L'organisme offre des services de soins à domicile et de réadaptation aux résidents de la région de York, ainsi que des programmes destinés aux personnes des Premières Nations, aux Métis et aux Inuits.

90 Allstate Parkway, bureau 300, Markham

[905 940-9655](tel:9059409655)  
[sehc.com](http://sehc.com)

[1 800 463-1763](tel:18004631763)  
[communicationsSEHC@sehc.com](mailto:communicationsSEHC@sehc.com)

### Télé Santé Ontario

[1 866 797-0000](tel:18667970000)

### Vaughan Community Health Centre

Le Centre offre des soins de santé primaires, des programmes sociaux et des services de promotion de la santé en mettant l'accent sur les groupes prioritaires qui ont du mal à obtenir des soins de santé. Les programmes comprennent la promotion de la santé, la médecine familiale et la gestion des maladies chroniques.

19401, rue Jane, bureau 206, Vaughan  
716, The Queensway Sud, Georgina  
[vaughanchc.com](http://vaughanchc.com)

[905 832-0093](tel:9058320093)  
[905 476-3008](tel:9054763008)  
[info@vaughanchc.com](mailto:info@vaughanchc.com)

### Cliniques de santé sexuelle de la région de York


Offre des services confidentiels, sans jugement. La carte Santé de l'Ontario n'est pas nécessaire. Les cliniques se trouvent à Markham, à Richmond Hill, à Newmarket, à Vaughan et à Georgina.

- Contraceptifs à prix réduit
- Contraceptifs d'urgence, tests de grossesse, conseils et orientations.
- Dépistage et traitement des infections sexuellement transmissibles.
- Dépistage du VIH (y compris le dépistage anonyme et rapide du VIH)
- Examens de santé sexuelle
- Services d'échange de seringues

[1 800 361-5653](tel:18003615653)

ATS: [1 866 512-6228](tel:18665126228)  
[accessyork@york.ca](mailto:accessyork@york.ca)

#### Légende

-  Options de service en ligne
-  Services payants

# Hôpitaux

## Hôpital Mackenzie Richmond Hill

10, rue Trench, Richmond Hill

[905 883-1212](tel:9058831212)

[mackenziehealth.ca](http://mackenziehealth.ca)

## Hôpital Mackenzie Vaughan

3200, Major Mackenzie Drive, Vaughan

[905 883-1212](tel:9058831212)

[mackenziehealth.ca/about-us/cortellucci-vaughan-hospital](http://mackenziehealth.ca/about-us/cortellucci-vaughan-hospital)

## Hôpital Markham Stouffville

381, rue Church, Markham

[905 472-7373](tel:9054727373)

[msh.on.ca](http://msh.on.ca)

## Southlake Regional Health Centre

596, Davis Drive, Newmarket

[905 895-4521](tel:9058954521)

[southlakeregional.org](http://southlakeregional.org)



## SERVICES AUX IMMIGRANTS

### Services communautaires catholiques de la région de York

Offre des services de conseil et d'établissement des immigrants.

21, rue Dunlop, Unité 101, Richmond Hill

[905 770-7040](tel:9057707040)

[ccsyr.org](http://ccsyr.org)

[1 800 263-2075](tel:18002632075)

### Centre For Immigrant and Community Services (CICS)

Offre une gamme de programmes et des services d'établissement dans la région de York aux personnes de tous âges dans 20 langues.

7220, Kennedy Road, Markham

[905 479-7926](tel:9054797926)

[cicscanada.com](http://cicscanada.com)

[1 877 761-1155](tel:18777611155) x 3201/3202

[info@welcomecentre.ca](mailto:info@welcomecentre.ca)

### Association des francophones de la région de York Inc. (AFRY)

Fournit de l'aide aux nouveaux arrivants francophones dans la région de York, par le biais d'écoles francophones, de camps d'été, de garderies et de services résidentiels.

1145, Chemin Nicholson, Unité 1, 2<sup>e</sup> étage, Newmarket

[289 552-4297](tel:2895524297)

[info@afry.ca](mailto:info@afry.ca)



## Chinese Family Services of Ontario

Axée sur la communauté canadienne d'origine chinoise, l'organisation offre des services professionnels de conseils et d'établissement aux familles dans la région. Elle offre aussi des programmes de lutte contre la toxicomanie et la violence à l'égard des femmes.

5665, 14<sup>e</sup> Avenue Est, Markham

[416 979-8299](tel:4169798299)

[chinesefamilyso.com](http://chinesefamilyso.com)

[1 866 979-8298](tel:18669798298)

[info@chinesefamilyso.com](mailto:info@chinesefamilyso.com)

---

## Immigrant Women Resource Centre (CICS)



Le Centre offre aux immigrées des moyens pour renforcer leur autonomie financière, établir des bonnes relations et devenir plus sûres d'elles-mêmes.

7220 Kennedy Road, Unité 5, Markham

[cicscanada.com](http://cicscanada.com)

[905 415-9763](tel:9054159763)

[info@cicscanada.com](mailto:info@cicscanada.com)

---

## COSTI Immigrant Services

Les services sont offerts à tous les résidents de la région de York qui sont à la recherche d'un emploi, de conseils aux familles et de services d'établissement. **Consultez la liste du Welcome Centre ci-dessous pour connaître l'adresse des différentes succursales.**

[costi.org](http://costi.org)

---

## Elsbeth Heyworth Centre for Women



Le Centre offre des programmes de soutien aux femmes dans les domaines de l'établissement, l'intégration, la prévention des abus et l'habilitation.

133 Fieldstone Drive, Vaughan

[905 747-1515](tel:9057471515)

[ehcw.ca](http://ehcw.ca)

[416 663-2978](tel:4166632978)

[info@ehcw.ca](mailto:info@ehcw.ca)

---

## Immigrant Youth Centre

Les services sont offerts à tous les résidents de la région de York qui sont à la recherche d'un emploi, de conseils aux familles et de services d'établissement.

5284 Hwy. 7 E., Unit 2, Markham

[cicsiy.org](http://cicsiy.org)

[905 294-8868](tel:9052948868)

[info@cicscanada.com](mailto:info@cicscanada.com)

---

## Welcome Centre – Services aux immigrants



Le Centre offre un point d'accès unique aux services de guide et de soutien aux immigrants dans la région de York. Services d'établissement et d'intégration, formation en anglais, accréditation, aide à l'emploi et autres.

[1 877 761-1155](tel:18777611155)

[welcomecentre.ca](http://welcomecentre.ca)

[info@welcomecentre.ca](mailto:info@welcomecentre.ca)

Markham Nord 8400, avenue Woodbine, bureaux 102 et 103

[289 846-3645](tel:2898463645)

Markham Sud 7220 Kennedy Road

[905 479-7926](tel:9054797926)

Newmarket 16655, rue Yonge, local 26

[289 841-3032](tel:2898413032)

Richmond Hill 9325, rue Yonge, local 31A

[289 842-3124](tel:2898423124)

Vaughan

9100 rue Jane, Immeuble H, locaux 56 et 67

[905 761-1155](tel:9057611155)

Mobile Outreach

[mobileunit@welcomecentre.ca](mailto:mobileunit@welcomecentre.ca)

## Jewish Immigrant Aid Services – une porte ouverte (JIAS)



Offre des services et des programmes d'établissement et d'intégration complets pour aider les nouveaux arrivants (immigrants et réfugiés) à se sentir les bienvenus et à s'intégrer dans la communauté.

Lebovic Campus, 9600, rue Bathurst, bureau 242, Vaughan [905 881-6500](tel:9058816500)  
[jiastoronto.org](http://jiastoronto.org) [info@jiastoronto.org](mailto:info@jiastoronto.org)

## Compétences professionnelles – Parcours de travail autonome pour les nouveaux arrivants



On aide les nouveaux arrivants à explorer l'idée de créer une entreprise.

8400, avenue Woodbine, bureaux 102 et 103, Markham

[905 477-4639](tel:9054774639)

[1 855 234-8868](tel:18552348868)

[jobskills.org](http://jobskills.org)

[pathways@jobskills.org](mailto:pathways@jobskills.org)

## Support Enhance Access Service Centre (S.E.A.S)

Le centre se consacre aux services aux familles et aux immigrants. Les services sont disponibles à tous les groupes ethniques, mais avec une attention particulière pour les personnes des communautés chinoise, vietnamienne et philippine.

32, avenue Unionville Sud, locaux 2036 et 2038, Markham

[905 305-1808](tel:9053051808)

[seascentre.org](http://seascentre.org)

[info@seascentre.org](mailto:info@seascentre.org)

## Réseau des services sociaux de la région de York

Le réseau offre un soutien communautaire aux personnes des différentes régions sud-asiatiques.

8, rue Shadlock, local 5A, Markham

[ssnon.com](http://ssnon.com)

[905 554-9033](tel:9055549033)

## York Outreach

On offre des services d'établissement pour les adolescents : conseils individuels, ateliers et orientation vers d'autres services et ressources appropriés. Programmes de formation en langue anglaise (CLIC et CLNA).

4261 Highway 7 Est, bureau A14-114, Markham

[905 534-0637](tel:9055340637)

[yorkoutreach.com](http://yorkoutreach.com)

[info@yorkoutreach.com](mailto:info@yorkoutreach.com)



Je suis une femme de couleur. J'ai été victime de violence domestique et j'ai demandé l'asile. Je suis une mère célibataire, professionnelle formée à l'étranger, entrepreneuse ambitieuse et autonome, qui a passé plus de dix ans sur une liste d'attente pour avoir accès à un logement abordable. Parmi les services communautaires auxquels j'ai eu recours, citons notamment le Domestic Abuse Sexual Assault Care Centre of York Region, le Women's College Hospital, le réseau de services de soutien aux femmes, le Centre des femmes de la région de York et le Réseau de services de soutien de la région de York. Je suis ravie de faire partie de la communauté de la région de York et j'ai beaucoup à dire sur les possibilités offertes aux personnes pour obtenir les services dont elles ont besoin.

**Carleen M.**



# SOURCES DE REVENU ET AIDE FINANCIÈRE

## Régime de pensions du Canada, Pension de la Sécurité de vieillesse et Supplément de revenu garanti

Informations sur les pensions, les prestations d'invalidité et les pensions de survivant.

Hepburn Block, 80 rue Grosvenor, 6<sup>e</sup> étage, Toronto

[1 800 277-9914](tel:18002779914)

ATS : [1 800 255-4786](tel:18002554786)

## Ministère des Services à l'enfance et des Services sociaux et communautaires

17310, rue Yonge, bureau 1, Newmarket

[905 868-8900](tel:9058688900)

[1 877 669-6658](tel:18776696658)

### Family Responsibility Office (FRO)

Il offre de l'aide afin d'obtenir une pension alimentaire.

Hepburn Block, 80, rue Grosvenor, 6<sup>e</sup> étage, Toronto

[416 326-1817](tel:4163261817)

[1 800 267-4330](tel:18002674330)

### Programme ontarien de soutien aux personnes handicapées

[mcss.gov.on.ca](http://mcss.gov.on.ca)

[dsp.newmarket@ontario.ca](mailto:dsp.newmarket@ontario.ca)

Le programme offre une aide financière et un soutien à l'emploi aux adultes handicapés.

### Services particuliers à domicile

[children.gov.on.ca](http://children.gov.on.ca)

Aide les familles qui s'occupent d'un enfant ayant une déficience physique ou sur le plan du développement.

### Aide à l'égard d'enfants qui ont un handicap grave

[children.gov.on.ca](http://children.gov.on.ca)

Aide les parents à revenu moyen ou faible d'enfants souffrant de handicaps graves qui vivent à domicile.

## Ontario au travail

Ontario au travail est un programme d'assistance à l'échelle de la province pour aider les personnes en difficulté. Le programme peut aider les résidents à trouver un emploi et à couvrir les frais de subsistance de base jusqu'à ce qu'ils deviennent autonomes.

[1 877 464-9675](tel:18774649675)

[1 877 669-6658](tel:18776696658)

[mcss.gov.on.ca](http://mcss.gov.on.ca)

### Georgina

avenue Woodbine,

[905 989-1883](tel:9059891883)

### Newmarket

62 Bayview Parkway

[905 895-5166](tel:9058955166)

### Richmond Hill

50 High Tech Road,

[905 762-2095](tel:9057622095)

### Vaughan

9060, rue Jane,

[905 660-4882](tel:9056604882)

# Fiche budgétaire mensuelle

Mois \_\_\_\_\_

Revenu mensuel \$ \_\_\_\_\_ Montant initial \$ \_\_\_\_\_ Dette \$ \_\_\_\_\_

DESCRIPTION	MONTANT	PAYÉ
<b>Logement</b>		
Hypothèque ou loyer	\$	\$
Électricité et gaz	\$	\$
Téléphone	\$	\$
Internet et télévision	\$	\$
Autres coûts du ménage	\$	\$
<b>Alimentation</b>		
Épicerie	\$	\$
Restaurants	\$	\$
<b>Transports</b>		
Prêt ou location automobile	\$	\$
Assurance automobile	\$	\$
Frais de transport	\$	\$
<b>Services médicaux</b>		
Factures de services médicaux et dentaires	\$	\$
Médicaments	\$	\$
<b>Biens personnels</b>		
Vêtements	\$	\$
Loisirs	\$	\$
Articles de toilette	\$	\$
Autres	\$	\$
<b>Dettes</b>		
Cartes de crédit	\$	\$
Autres dettes	\$	\$
<b>Total mensuel</b>		

Pour obtenir une version imprimable consultez :

[WWW.UPHUB.CA/FR/UP-TOOLS/UP-TOOLS.ASPX](http://WWW.UPHUB.CA/FR/UP-TOOLS/UP-TOOLS.ASPX)



# ASSISTANCE JURIDIQUE

## Aboriginal Legal Services

211 rue Yonge, bureau 500, Toronto

[416-408-3967](tel:416-408-3967)  
[aboriginallegal.ca](http://aboriginallegal.ca)

[1 844 633-2886](tel:18446332886)  
[info@aboriginallegal.ca](mailto:info@aboriginallegal.ca)

## ARCH Disability Law Centre

Le Centre offre des services d'assistance juridique aux personnes ayant un handicap en Ontario. Il est dédié à la défense des droits, aux cas de discrimination et aux lois sur l'accessibilité.

55, avenue University, 15<sup>e</sup> étage, Toronto

[416 482-8255](tel:4164828255)  
[archdisabilitylaw.ca](http://archdisabilitylaw.ca)

[1 866 881-2724](tel:18668812724)  
ATS: [1 416 482-1254](tel:14164821254)  
[archgen@lao.on.ca](mailto:archgen@lao.on.ca) - for intake

## Clinique communautaire d'aide juridique – Région de York

Le Centre emploie des avocats, des parajuristes et du personnel de soutien qui offrent l'assistance juridique gratuite aux personnes admissibles selon nos critères d'admissibilité financière.

21, rue Dunlop, bureau 200, Richmond Hill

[905 508-7539](tel:9055087539)  
[clcyr.on.ca](http://clcyr.on.ca)

[1 800 668-8258](tel:18006688258)  
[1 888 365-5226](tel:18883655226)  
[mailbox@clcyr.on.ca](mailto:mailbox@clcyr.on.ca)

## Centre de services de droit de la famille - Aide juridique Ontario

17070, rue Yonge, bureau 102, Newmarket

[905 898-3943](tel:9058983943)  
[www.legalaid.on.ca/fr/](http://www.legalaid.on.ca/fr/)

[1 888 613-8775](tel:18886138775)

## Ligne d'aide pour les victimes de la traite des personnes



Offre des services d'assistance juridique gratuits aux victimes de la traite des personnes. Les services sont disponibles pour toutes les femmes, tous les hommes, toutes les personnes transsexuelles et les personnes diversifiées sur le plan du genre.

[1 833 999-9211](tel:18339999211)  
[ontario.ca/fr/page/traite-des-personnes](http://ontario.ca/fr/page/traite-des-personnes)

ATS: [1 888 340-1001](tel:18883401001)

## John Howard Society of York Region (JHSYR)

La société offre des programmes de soutien aux personnes impliquées dans une procédure juridique.

[johnhoward.on.ca/yorkregion](http://johnhoward.on.ca/yorkregion)

[admin@johnhoward.yorkregion.on.ca](mailto:admin@johnhoward.yorkregion.on.ca)

3075, 14<sup>e</sup> avenue, bureau 220, Markham  
16600, avenue Bayview, local 306, Newmarket

[905 470-0003](tel:9054700003)  
[905 895-9943](tel:9058959943)

## Justice for Children and Youth (JFCY)

La clinique offre des services juridiques et de représentation pour les jeunes personnes âgées de moins de 17 ans et les jeunes itinérants de l'Ontario de moins de 24 ans.

55, avenue University, 15<sup>e</sup> étage, Toronto

[416 347-8689](tel:4163478689)

[jfcy.org](http://jfcy.org)

[1 866 999-5329](tel:18669995329)

[info@jfcy.org](mailto:info@jfcy.org)

## Springboard

L'organisme offre des programmes pour les adultes et les adolescents qui se trouvent à différents stades dans leurs procédures juridiques.

Newmarket Courthouse, 50 rue Eagle, Newmarket

[905 895-7674](tel:9058957674)

[springboardservices.ca](http://springboardservices.ca)

[info@springboardservices.ca](mailto:info@springboardservices.ca)

## Centre d'aide aux victimes de viol de Toronto - Multicultural Women Against Rape



Le Centre offre un large éventail de services à toutes les victimes de violences sexuelles.

[416 597-1171](tel:4165971171)

[trccmwar.ca](http://trccmwar.ca)

[info@trccmwar.ca](mailto:info@trccmwar.ca)



# VIVRE AVEC UN HANDICAP PHYSIQUE

## Programme d'appareils et accessoires fonctionnels - Ministère de la Santé et des Soins de Longue durée

Le Programme d'appareils et accessoires fonctionnels aide les résidents de l'Ontario qui vivent avec un handicap de longue durée en leur offrant une aide financière pour payer les coûts d'appareils tels que les fauteuils roulants, les appareils respiratoires, les aides visuelles et autres.

[1 800 268-6021](tel:18002686021)

[health.gov.on.ca/adp](http://health.gov.on.ca/adp)

ATS: [1 800 387-5559](tel:18003875559)

[adp@ontario.ca](mailto:adp@ontario.ca)

## Central Local Health Integration Network - Home & Community Care (LHIN)

Offre une gamme de services de soins de santé et de ressources pour vous aider à la maison, à l'école ou dans la communauté.

11 Allstate Parkway, bureau 500, Markham

[905 895-1240](tel:9058951240)

[centrallhin.on.ca](http://centrallhin.on.ca)

[1 866 392-LHIN\(5446\)](tel:1866392LHIN5446)

ATS: [416 222-0876](tel:4162220876)

[central.lhin@lhins.on.ca](mailto:central.lhin@lhins.on.ca)



## Réadaptation en déficience visuelle Ontario



En tant que fournisseur de services de soins de santé indépendant, financé par le gouvernement de l'Ontario, Réadaptation en déficience visuelle Ontario est le plus important fournisseur de services de réadaptation pour les personnes vivant avec une perte de vision. Vous avez besoin d'obtenir une recommandation de votre médecin.

1091, rue Gorham, bureau 202, Newmarket

[905 898-6413](tel:9058986413)  
[visionlossrehab.ca](http://visionlossrehab.ca)

[1 844 877-8572](tel:18448778572)  
[info@vlrehab.ca](mailto:info@vlrehab.ca)

## Lésions médullaires Ontario



Offre des programmes de soutien par les pairs pour les personnes qui viennent de subir une lésion médullaire et des programmes de coordination des services régionaux pour vous offrir un soutien spécialisé.

520 Sutherland Drive, Toronto

[416 422-5943](tel:4164225943)  
[sciontario.org](http://sciontario.org)

[1 877 422-1112](tel:18774221112)  
[info@sciontario.org](mailto:info@sciontario.org)



Vivre avec un handicap physique est un véritable défi. Pourtant, faire de l'exercice avec ma famille et mes amis près de chez moi m'a fait du bien. Qu'il s'agisse de pratiquer du sport (regarder, jouer et s'entraîner), d'activités récréatives et de loisirs, de sorties au restaurant, de réunions de famille, de fréquenter l'église ou d'assister aux études bibliques, etc. Les sorties m'ont aidé à devenir une « personne qui profite bien de la vie » au lieu d'être qu'un « patient » de plus.

————— **Charlie Warriner**



# LIGNES D'AIDE

## POUR LES PERSONNES AYANT DES PROBLÈMES DE SANTÉ MENTALE ET DE TOXICOMANIE

Community Response Crisis Services

[310-2673](tel:310-2673)

Allo j'écoute

[1 866 925-5454](tel:18669255454)

Krasman Centre - Warm Line and Peer Crisis Support Service

[1 888 777-0979](tel:18887770979)

Ligne d'aide en cas de crise de santé mentale

[1 866 531-2600](tel:18665312600)

York Hill

[905 503-9561](tel:9055039561)

### Réseau de services de soutien de la région de York



Le réseau fournit un soutien individualisé par le biais d'interventions en cas de crise, de la gestion de cas et de services de soutien par les pairs aux adultes souffrant de problèmes importants de santé mentale, de toxicomanie ou des deux.

240, rue Edward, local 3, Aurora

[905 898-6455](tel:9058986455)

[yssn.ca](http://yssn.ca)

[1 866 257-9776](tel:18662579776)

[contact@yssn.ca](mailto:contact@yssn.ca)

### Community Crisis Response Services

[1 855 310-2673](tel:18553102673)

Fournit un soutien confidentiel pour aider les personnes en situation de crise de santé mentale par téléphone, SMS, par un service de messagerie en temps réel et par le biais de ressources communautaires. Appelez ou envoyez un SMS au [1-855-310-2673](tel:18553102673), ou consultez le site Web [cope.yssn.ca](http://cope.yssn.ca) pour utiliser le service de messagerie en ligne.

### Accès simplifié

[1 844 660-6602](tel:18446606602) | [289 340-0348](tel:2893400348)

Cette ligne d'aide relie les gens aux services de santé mentale et de toxicomanie ou des deux dans la région de York et de Simcoe Sud.

### Retrouver son entrain Ontario



Offre du soutien aux adultes et aux adolescents de plus de 15 ans pour l'acquisition de compétences pour gérer les problèmes d'anxiété, combattre le discours interne négatif, devenir plus intégrés et augmenter la confiance en eux.

[1 866 345-0224](tel:18663450224)

[bouncebackontario.ca](http://bouncebackontario.ca)

[bounceback@ontario.cmha.ca](mailto:bounceback@ontario.cmha.ca)

[bb-referral@cmha-yr.on.ca](mailto:bb-referral@cmha-yr.on.ca)

### Canadian Mental Health Association York Region



Offre une grande gamme de services et de programmes pour les adolescents et les adultes ayant des problèmes de santé mentale.

1101 Nicholson Road, local 5, Newmarket

[905 841-3977](tel:9058413977)

[cmha-yr.on.ca](http://cmha-yr.on.ca)

[1 866 345-0183](tel:18663450183)

[yorkregion@cmha-yr.on.ca](mailto:yorkregion@cmha-yr.on.ca)



## Hong Fook Mental Health

Offre un soutien en matière de santé mentale aux communautés cambodgienne, chinoise, cantonaise, mandarine, coréenne et vietnamienne.

3320, avenue Midland, bureau 201, Scarborough

[416 493-4242](tel:4164934242)

[hongfook.ca](http://hongfook.ca)

[info@hongfook.ca](mailto:info@hongfook.ca)

## Krasman Centre

Le Centre offre des programmes de soutien par les pairs, de rétablissement de la santé mentale et de services sociaux destinés aux personnes ayant des problèmes de santé mentale et aux personnes sans-abri.

10121, rue Yonge, Richmond Hill

[905 780-0491](tel:9057800491)

[krasmancentre.com](http://krasmancentre.com)

[1 888 780-0724](tel:18887800724)

[postmaster@krasmancentre.com](mailto:postmaster@krasmancentre.com)

### Centre de jour (partenariat avec LOFT/Crosslinks)

102, rue Main Sud, Newmarket

10121, rue Yonge, Richmond Hill

[289 763-3388](tel:2897633388)

[905 780-0491](tel:9057800491)

### Warm Line and Peer Crisis Support Service

[1 888 777-0979](tel:18887770979)

Ligne d'aide en cas de crise et de non-crise, disponible 24 heures sur 24, 7 jours sur 7. Une personne ayant une expérience vécue en matière de problèmes de santé mentale, de toxicomanie ou de traumatisme répondra à votre appel et vous offrira du soutien de son point de vue.

## LOFT/Crosslinks - Services d'aide en matière de logement

Crosslinks propose une gamme d'aides et des logements individuels aux clients souffrant de problèmes de santé mentale, qui sont sans abri ou risquent de le devenir.

102, rue Main Sud, Newmarket

[905 967-0357](tel:9059670357)

[loftcs.org/what-we-do/specialized-services/housing](http://loftcs.org/what-we-do/specialized-services/housing)

[1 888 967-0357](tel:18889670357)

[info@loftcs.org](mailto:info@loftcs.org)

## LOFT/Crosslinks - Fourgonnette Street Outreach

Offre des services aux personnes confrontées à des situations complexes, telles que les maladies mentales, les toxicomanies et qui sont sans-abri. On fournit de la nourriture, des vêtements, un échange de seringues, une aide pour trouver un abri, des sacs de couchage et un soutien en cas de crise.

102 Main St. S., Newmarket

[905 853-3400](tel:9058533400)

[loftcs.org](http://loftcs.org) [info@lofts.org](mailto:info@lofts.org)

[1 866 553-4053](tel:18665534053)

[416 274-4972](tel:4162744972) (SMS)

## 102, rue Main Sud, Newmarket

Une personne chargée de l'information et de l'orientation répondra à votre **appel**, à votre **courriel** ou à **vosre discussion en ligne** 24 heures sur 24, 7 jours sur 7 concernant la toxicomanie, la santé mentale et le jeu. Services gratuits et confidentiels.

[1 866 531-2600](tel:18665312600)

[connexontario.ca](http://connexontario.ca)

# Santé mentale - Enfants et adolescents

## 360°kids Home - Principal centre d'accueil



Le Centre offre des services aux personnes de 13 à 26 ans, qui sont vulnérables ou sans abri dans la région de York. Il offre du soutien en matière d'emploi, de problèmes familiaux, d'aptitudes à la vie quotidienne, de logement, de nourriture chaude, de conseils, d'activités récréatives et de vêtements.

[360kids.ca](http://360kids.ca)

10415, rue Yonge, bureau E., Richmond Hill  
1441, avenue Clark Ouest, Vaughan

[info@360kids.ca](mailto:info@360kids.ca)

**905 475-6694 poste 2**  
**647 459-7773 | 416 873-8004**

## Allo j'écoute – ligne d'aide aux étudiants

Il s'agit d'une ligne d'aide gratuite et confidentielle disponible **24 heures sur 24, 7 jours sur 7** offrant des conseils professionnels, des informations et des recommandations en matière de santé mentale, de toxicomanie et de bien-être aux étudiants en Ontario.

[1 866 925-5454](tel:18669255454)

Textez [ALLOJECOUTEON](https://www.allojecouteon.ca) au **686868**

## Kinark Child and Family Services

L'organisme offre des programmes et des services dans toute la région pour les enfants et les jeunes ayant des besoins complexes en matière de santé mentale.

218 Earl Stewart Drive, local 7, Aurora

[905 713-0700](tel:9057130700)

[kinark.on.ca](http://kinark.on.ca)

**ATS : 1 888 454-6275**

**1 800 230-8529**

[info@kinark.on.ca](mailto:info@kinark.on.ca)

## Mobile York South Simcoe (MOBYSS)



Offre des services ambulatoires de soins de santé (physique, mentale et sexuelle) dans la région de York et de Simcoe Sudaux personnes âgées de 12 à 25 ans et aux personnes LGBTQIA+.

[mobyss.ca](http://mobyss.ca)

**289 879-2376**

## York Hills

L'organisme offre une gamme de services de santé mentale aux enfants jusqu'à l'âge de 18 ans et à leurs familles. Il possède une expertise dans le traitement des problèmes sociaux, émotionnels et comportementaux des enfants, des jeunes et de leurs familles.

402 Bloomington Road, Aurora

[905 503-9560](tel:9055039560)

[yorkhills.ca](http://yorkhills.ca)

**1 866 536-7608**

[yorkhills@yorkhills.ca](mailto:yorkhills@yorkhills.ca)

## York Outreach

Offre des conseils individuels, des ateliers et des aiguillages.

4261 Highway 7 Est, bureau A14-114, Markham

[905 534-0637](tel:9055340637)

[yorkoutreach.com](http://yorkoutreach.com)

[info@yorkoutreach.com](mailto:info@yorkoutreach.com)

# Santé mentale - Hôpitaux

## Hôpital Mackenzie Richmond Hill

10 rue Trench, Richmond Hill

[mackenziehealth.ca](http://mackenziehealth.ca)

[905 883-1212](tel:9058831212)

## Hôpital Markham Stouffville – Programmes de santé mentale

L'hôpital offre des services de santé mentale et des programmes pour les enfants, les adolescents et les familles. Une recommandation médicale est nécessaire.

[msh.on.ca](http://msh.on.ca)

381, rue Church, Markham

[myhospital@msh.on.ca](mailto:myhospital@msh.on.ca)

**Guide de la santé mentale pour patients**  
**Services aux enfants et aux adolescents**

[416 804-9386](tel:4168049386)  
[905 472-7530](tel:9054727530)

## Southlake Regional Health Centre - Programmes de santé mentale

L'hôpital offre des services de santé mentale et des programmes pour les enfants, les adolescents et les familles. Services d'urgences et sur rendez-vous disponibles.

596 Davis Drive, Newmarket

[southlakeregional.org](http://southlakeregional.org)

[905 895-4521](tel:9058954521) poste 2215



Je n'ai jamais pensé que ma maladie mentale me permettrait d'atteindre cet âge. Je me suis posée les questions suivantes : par où commencer? Comment parler de moi en évitant un discours interne négatif et de gêner mon rétablissement. Serai-je capable? On m'a guidée vers le réseau des services de soutien de la région de York il y a environ 7 ans et j'ai commencé à les utiliser, ainsi que vers la Canadian Mental Health Association (CMHA) et le réseau de soutien aux femmes. J'ai commencé à m'informer et à défendre mes intérêts.

————— **Randee K.**

### Légende

-  Options de service en ligne
-  Services payants

# Toxicomanies – Programmes anonymes

## GROUPES FAMILIAUX AL-ANON ET ALATEEN

[416 410-3809](tel:4164103809)

[al-anon.alateen.on.ca](http://al-anon.alateen.on.ca)

[1 888 425-2666](tel:18884252666)

## ALCOOLIKES ANONYMES - Intergroupe de la région du grand Toronto

[416 487-5591](tel:4164875591)

[AAToronto.org](http://AAToronto.org)

[1 877 404-5591](tel:18774045591)

[info@aatoronto.org](mailto:info@aatoronto.org)

## COCAÏNOMANES ANONYMES

[416 927-7858](tel:4169277858)

[ca-on.org](http://ca-on.org)

[1-866-622-4636](tel:18666224636)

## GAMBLERS ANONYMES (GA)

[416 366-7613](tel:4163667613)

[gamblersanonymoussontario.org](http://gamblersanonymoussontario.org)

[1 855 222-5542](tel:18552225542)

## NARCOTIQUES ANONYMES

[orscna.org](http://orscna.org)

[1 888 811-3887](tel:18888113887)



## ÊTES-VOUS À RISQUE D'AVOIR UNE DÉPENDANCE?

(Cochez toutes les cases qui s'appliquent)

- Votre tolérance aux drogues a augmenté.
- Vous subissez des symptômes de sevrage de drogue lorsque vous ne les utilisez pas.
- Vous consommez des drogues plus souvent que souhaité ou prévu.
- Vous souhaitez diminuer votre consommation mais vous n'y parvenez pas.
- Vous consacrez beaucoup de temps et d'énergie aux substances ou aux activités liées à la consommation (vous conduisez chez plusieurs médecins pour obtenir des ordonnances, vous passez régulièrement des heures excessives dans un casino, vous fumez à la chaîne, vous planifiez votre journée en fonction d'une gueule de bois ou du sommeil après la consommation).
- Vous négligez ou abandonnez des activités sociales, professionnelles ou récréatives importantes à cause de cette substance ou activité.
- Vous continuez à consommer cette substance ou à pratiquer cette activité tout en sachant qu'elle vous donne des problèmes ou qu'elle les aggrave.

**Vous pouvez avoir une dépendance si vous avez coché trois des cases ci-dessus. Un soutien est disponible ici même, dans la communauté.**

## Addiction Services for York Region



On offre des services de conseil, de gestion de cas, de soins infirmiers, de soutien médical et de soutien par les pairs aux personnes ayant des problèmes liés à la consommation de substances et de problèmes de jeu.

14785, local 210, rue Yonge, Aurora

[905 841-7007](tel:9058417007) x 322

[asyr.ca](http://asyr.ca)

[1 800 263-2288](tel:18002632288)

[info@asyr.ca](mailto:info@asyr.ca)

---

## CAYR Community Connections



On offre des services aux personnes qui cherchent du soutien en matière de toxicomanie.

17665, rue Leslie, Newmarket

[905 884-0613](tel:9058840613)

[cayrcc.org](http://cayrcc.org)

[1 800 243-7717](tel:18002437717)

[info@cayrcc.org](mailto:info@cayrcc.org)

### Programme de réduction des méfaits

[905 884-0613](tel:9058840613) poste 211

[harmreduction@cayrcc.org](mailto:harmreduction@cayrcc.org)

### Programme de VIH

[905 884-0613](tel:9058840613) poste 208

[mmezaopazo@cayrcc.org](mailto:mmezaopazo@cayrcc.org)

---

## Caritas School of Life

Un centre de traitement des dépendances et de la santé mentale qui offre un espace de thérapie sécuritaire aux personnes et aux familles pour guérir et s'épanouir.

241 Hanlan Road, locaux 1 et 2, Vaughan

[416 748-9988](tel:4167489988)

[caritas.ca](http://caritas.ca)

[info@caritas.ca](mailto:info@caritas.ca)

---

## Cornerstone to Recovery



On offre des services aux hommes et aux femmes, des conseils, des conseils familiaux, des services de toxicomanie pour toute personne confrontée ou touchée par l'abus ou la mauvaise utilisation de substances, les toxicomanies et les maladies mentales.

570 Steven Court, local B, Newmarket

[cornerstonetorecovery.com](http://cornerstonetorecovery.com)

[905 762-1551](tel:9057621551)

[info@cornerstonetorecovery.com](mailto:info@cornerstonetorecovery.com)

### Kettleby Ranch

[286 716-9956](tel:2867169956)

Il s'agit d'une communauté résidentielle de rétablissement pour les hommes.

### Wellness Centre

[905 762-1551](tel:9057621551) x 403

[wellness@cornerstonetorecovery.com](mailto:wellness@cornerstonetorecovery.com)

Propose des programmes et des installations de bien-être physique et mental.

---

## Horizons Opioid Treatment Services

Les cliniques de méthadone et de suboxone proposent des programmes qui aident les personnes à reprendre leur vie. Plusieurs sites disponibles dans la région du Grand Toronto.

[horizonsclinic.ca](http://horizonsclinic.ca)

[1 855 742-9449](tel:18557429449)

## Road to Recovery Clinic

Une clinique de santé pour les troubles liés aux opioïdes et autres substances.

15, rue John Ouest, Bradford

[roadtorecoveryclinic](http://roadtorecoveryclinic.com)

[905 775-4999](tel:9057754999)

## Vitanova

On offre une gamme de services liés à la dépendance aux personnes et aux familles de la région.

6299 Rutherford Road, Vaughan

[vitanova.ca](http://vitanova.ca)

[416 744-8940](tel:4167448940) - [905 850-3690](tel:9058503690)

[info@vitanova.ca](mailto:info@vitanova.ca)

## Toxicomanies - Lignes d'aide pour les fumeurs

### Téléassistance pour fumeurs

On offre un soutien et des informations aux personnes qui essaient d'arrêter de fumer.

[smokershelpline.ca](http://smokershelpline.ca)

[1 877 513-5333](tel:18775135333)

Textez [iQuit to 123456](tel:123456)

### ureau de santé publique de la région de York – Programme d'abandon du tabac

On offre des services gratuits d'aide pour arrêter de fumer, tels que les thérapies de remplacement de la nicotine (par ex., des patchs et chewing-gum)

[york.ca/tobacco](http://york.ca/tobacco)

[1 877 464-9675](tel:18774649675) poste 73037

[childfamily@york.ca](mailto:childfamily@york.ca)



Le plus grand défi pour moi était la peur. La peur n'est ni anormale ni un signe de faiblesse, mais j'avais peur de tout, y compris de la peur elle-même. Je vivais dans une cage d'insécurité, de stress chronique, d'anxiété, d'inquiétude constante et de dévalorisation de moi-même. Je n'arrivais pas à me retrouver et je me suis tournée vers les drogues, l'alcool, les hommes et d'autres choses mauvaises pour moi qui ont entretenu le cercle vicieux. J'ai touché le fond.

Ma participation aux programmes comme le Réseau de services de soutien de la région de York, Narcotiques anonymes, Alcooliques anonymes, Addiction Services for York Region m'a fait comprendre que je n'étais pas seule. J'ai appris davantage sur les dépendances et que le rétablissement serait un processus continu. Je ne voulais plus être une victime.

————— Sue J.

### Légende

-  Options de service en ligne
-  Services payants



# SOUTIEN PRÉNATAL ET POSTNATAL

## ABC Prenatal Nutrition Program for Women of All Ages



All Babies Count est un programme gratuit de nutrition prénatale destiné aux femmes de tous âges qui ont besoin d'un soutien supplémentaire pendant leur grossesse. On offre aux futures mères des renseignements sur la nutrition, la grossesse et la vie de mère. Elles mangent une collation saine ensemble et peuvent établir des relations de soutien entre paires.

Les services sont disponibles à Georgina, à Markham, à Newmarket et à Richmond Hill

[905 853-5949](tel:9058535949)

[roseofsharon.com](http://roseofsharon.com)

[1 877 516-3715](tel:18775163715)

[information@roseofsharon.com](mailto:information@roseofsharon.com)

## Markham Stouffville Crisis Pregnancy Centre

Le Centre offre un soutien et des services à toutes les personnes impliquées dans des situations de crise de grossesse, de post-avortement ou de monoparentalité.

6070 Highway 7 Est, étage principal, Markham

[905 472-4357](tel:9054724357)

[mscpc.ca](http://mscpc.ca)

[info@mscpc.ca](mailto:info@mscpc.ca)

## Rose of Sharon Services for Young Mothers



Offre des services de conseil, d'éducation, du soutien et ressources parentales aux mères avant et après la naissance de leur enfant et à leurs familles dans la région de York. Tous les programmes sont gratuits.

361, rue Eagle, Newmarket

[905 853-5514](tel:9058535514)

[roseofsharon.com](http://roseofsharon.com)

[1 877 516-3715](tel:18775163715)

[information@roseofsharon.com](mailto:information@roseofsharon.com)

## TLC The Life Centre

Le centre offre du soutien et une formation pour aider les femmes à surmonter les défis et les problèmes de la vie dans un milieu bienveillant et sans jugement. Le programme « Sister's Closet » répond aux besoins concrets des mères (couches et vêtements).

615 Davis Drive, bureau 202, Newmarket

[905 853-5433](tel:9058535433)

[tlcthelifecentre.ca](http://tlcthelifecentre.ca)

[905 505-0732](tel:9055050732) (SMS)

## York Region Health Connection - Ligne d'information sur la santé

Les infirmières du bureau de santé publique fournissent gratuitement et confidentiellement des informations, des conseils et des orientations vers des programmes et des ressources communautaires. Les sujets abordés comprennent la grossesse, l'allaitement et les soins à apporter à votre enfant, notamment le sommeil, l'alimentation, la sécurité, les soins durant la croissance et le développement, la dépression, l'anxiété et les abus.

[1 800 361-5653](tel:18003615653)

[york.ca/health](http://york.ca/health)

ATS : [1 866 512-6228](tel:18665126228)

[accessyork@york.ca](mailto:accessyork@york.ca)



### All Babies Count

All Babies Count est un programme gratuit hebdomadaire de nutrition prénatale destiné aux femmes de tous âges qui ont besoin d'un soutien supplémentaire pendant leur grossesse. On offre aux futures mères des renseignements sur la nutrition, la grossesse et la vie de mère. Une collation et un repas sains sont fournis à chaque séance. Des services d'interprétation et de garde d'enfants peuvent être fournis.

### Programme d'allaitement

[york.ca/breastfeeding](http://york.ca/breastfeeding)

Offre aux familles des informations gratuites sur l'allaitement et un soutien pendant la période prénatale et postnatale, y compris une assistance téléphonique et une aide individuelle dans nos cliniques d'allaitement.

### Healthy Babies Healthy Children Program (HBHC)

[york.ca/HBHC](http://york.ca/HBHC)

Il s'agit d'un programme de visites à domicile dans le cadre duquel les familles admissibles sont mises en relation avec une infirmière diplômée, un intervenant familial ou un travailleur social qui leur offre un soutien, des informations et des liens avec les ressources communautaires.

### Éducation prénatale

[york.ca/prenatalclasses](http://york.ca/prenatalclasses)

Il s'agit d'un programme en ligne gratuit conçu pour aider les femmes enceintes et leurs conjoints à avoir une grossesse sans problèmes et un bébé en bonne santé.

### Transition vers le rôle de parent

[york.ca/TTP](http://york.ca/TTP)

A Un groupe de soutien et d'éducation de 12 séances pour les femmes enceintes et celles qui viennent d'avoir un bébé qui rencontrent des difficultés lors de la transition vers le rôle de parent ou qui doivent faire face à des troubles de l'humeur durant la période périnatale tels que la dépression ou l'anxiété.

## Cliniques de santé sexuelle de la région de York

Offre des services confidentiels, sans jugement. La carte Santé de l'Ontario n'est pas nécessaire. Les cliniques se trouvent à Markham, à Richmond Hill, à Newmarket, à Vaughan et à Georgina.



- Conseil et éducation sur la régulation de la fécondité, les infections sexuellement transmissibles et véhiculées par le sang, le VIH et le SIDA, l'orientation sexuelle, la sexualité et les relations.
- Contraceptifs à prix réduit
- Contraceptifs d'urgence, tests de grossesse, conseils et orientations.
- Dépistage et traitement des infections sexuellement transmissibles.
- Dépistage du VIH (y compris le dépistage anonyme et rapide du VIH)
- Examens de santé sexuelle
- Services d'échange de seringues

[1 800 361-5653](tel:18003615653)

ATS: [1 866 512-6228](tel:18665126228)

[accessyork@york.ca](mailto:accessyork@york.ca)

#### Légende

-  Options de service en ligne
-  Services payants





# ANIMAUX DE COMPAGNIE

## Dog Tales Rescue and Sanctuary

Sauvetage de chiens et sanctuaire de chevaux pour les animaux maltraités et négligés afin qu'ils puissent guérir et être réhabilités en attendant de trouver un foyer.

1405, 19th Sideroad, King City

[905 713-1887](tel:9057131887)

[dogtales.ca](http://dogtales.ca)

[info@dogtales.ca](mailto:info@dogtales.ca)

## Farley Foundation

Les propriétaires d'animaux de compagnie qui bénéficient du Programme ontarien de soutien aux personnes handicapées, du programme Ontario au travail, du Programme de prestation d'invalidité du Régime de pensions du Canada ou du programme de Supplément de revenu garanti peuvent demander un financement pour des soins vétérinaires urgents.

[farleyfoundation.org](http://farleyfoundation.org)

[1 888 262-9811](tel:18882629811)

[info@farleyfoundation.org](mailto:info@farleyfoundation.org)

## Société de protection des animaux de l'Ontario et société humanitaire



On fournit du leadership à l'échelle de la province en matière de prévention de la cruauté envers les animaux, de promotion du bien-être des animaux et de soins de santé à faible coût pour les animaux.

16586, avenue Woodbine, Stouffville

[905 898-7122](tel:9058987122)

[ontariospca.ca](http://ontariospca.ca)

[1 888 668-7722](tel:18886687722)

[info@ospca.on.ca](mailto:info@ospca.on.ca)

## Programme de la rage du Bureau de santé publique de la région de York - Health Connection

Des cliniques de vaccination contre la rage à faible coût sont disponibles. Assurez-vous que vos chiens et chats sont vaccinés contre la rage.

[1 800 361-5653](tel:18003615653)

[york.ca](http://york.ca)

ATS: [1 866 512-6228](tel:18665126228)

[accessyork@york.ca](mailto:accessyork@york.ca)

### Légende

-  Options de service en ligne
-  Services payants



# BIBLIOTHÈQUES PUBLIQUES

## Aurora Public Library (APL)

15145, rue Yonge, Aurora

[library.aurora.on.ca](http://library.aurora.on.ca)



[905 727-9494](tel:905-727-9494)

## East Gwillimbury Public Library (EGPL)

[egpl.ca](http://egpl.ca)



[info@egpl.ca](mailto:info@egpl.ca)

### Succursale de Holland Landing

119513, rue Yonge Est, Gwillimbury

[905-836-6492](tel:905-836-6492)

### Succursale de Mount Albert

19300, rue Centre Est, Gwillimbury

[905-473-2472](tel:905-473-2472)

## Bibliothèque publique de Georgina

[georginalibrary.ca](http://georginalibrary.ca)



[eservicessupport@georgina.ca](mailto:eservicessupport@georgina.ca)

### Succursale de Keswick

90 Wexford Drive, Georgina

[905 476-5762](tel:905-476-5762)

### Succursale de Pefferlaw

76 Pete's Lane, Georgina

[705 437-1514](tel:705-437-1514)

### Succursale Peter Gzowski

5279 Black River Road, Georgina

[905 722-5702](tel:905-722-5702)

## King Township Public Library (KTPL)

[king-library.on.ca](http://king-library.on.ca)



[info@kinglibrary.ca](mailto:info@kinglibrary.ca)

### Succursale de Ansnorveldt

18997, rue Dufferin, King

[905 775-8717](tel:905-775-8717)

### Succursale de King City

30, rue Fisher, King

[905 833-5101](tel:905-833-5101)

### Succursale de Nobleton

8 Sheardown Drive, King

[905 859-4188](tel:905-859-4188)

### Succursale de Schomberg

77, rue principale, King 905 939-2102

[905 939-2102](tel:905-939-2102)

## Bibliothèque municipale de Newmarket

438, avenue Park, Newmarket

[newmarketpl.ca](http://newmarketpl.ca)



[905 953-5110](tel:905-953-5110)

## Bibliothèque municipale de Markham



[markham.ca](http://markham.ca)

### Succursale Aaniin

5665, 14<sup>e</sup> avenue, Markham

[905 513-7977](tel:905-513-7977) poste 4470

### Bibliothèque municipale de Angus Glen

3990, Major Mackenzie Est, Markham

[905 513-7977](tel:905-513-7977) poste 7100

### Succursale Cornell

3201 Bur Oak Ave., Markham

[905 513-7977](tel:905-513-7977) poste 3460

### Bibliothèque de Markham Village

6031, autoroute 7, Markham

[905 513-7977](tel:905-513-7977) poste 4271

### Bibliothèque Milliken Mills

7600, Kennedy Road, Markham

[905 513-7977](tel:905-513-7977) poste 5337

### Succursale du Centre communautaire de Thornhill

7755, avenue Bayview, Markham

[905 513-7977](tel:905-513-7977) poste 3521

### Bibliothèque Thornhill Village

34, avenue Regatta, Richmond Hill

[905 513-7977](tel:905-513-7977) poste 3481

### Bibliothèque Richmond Green

1 William F. Bell Parkway, Richmond Hill

[905 513-7977](tel:905-513-7977) poste 5517

---

## Bibliothèque publique de Richmond Hill



[rhpl.ca](http://rhpl.ca)

### Bibliothèque centrale

1, rue Atkinson, Richmond Hill

[905 884-9288](tel:905-884-9288)

### Bibliothèque de Oak Ridges

34, avenue Regatta, Richmond Hill

[905 773-5533](tel:905-773-5533)

### Bibliothèque Richmond Green

1 William F. Bell Parkway, Richmond Hill

[905 780-0711](tel:905-780-0711)

### Bibliothèque Richvale

40, avenue Pearson, Richmond Hill

[905 889-2847](tel:905-889-2847)



Les bibliothèques publiques de la région de York sont des endroits merveilleux pour trouver des informations pour vivre, se divertir et planifier l'avenir.

Nous avons utilisé les documents de référence de la bibliothèque pour obtenir de l'information, les ordinateurs, les photocopieurs et les livres pour nous amuser. Les bibliothécaires peuvent vous aider de plusieurs façons. Ils possèdent des connaissances et vous montrent comment utiliser les équipements et trouver les informations dont vous avez besoin.

Alba R.

## Bibliothèques publiques de Vaughan



[vaughanpl.com](http://vaughanpl.com)

[905 653-7323](tel:9056537323)

**Civic Centre Resource  
Pleasant Ridge  
Vellore Village Library  
Ansley Grove Library  
Bathurst Clark Resource Library  
Dufferin Clark Resource Library  
Succursale de Kleinburg  
Succursale de Maple  
Pierre Berton Resource Library  
Succursale de Woodbridge**

2191 Major Mackenzie Drive, Vaughan  
300, avenue Pleasant Ridge, Vaughan  
1, avenue Villa Royale, Vaughan  
350 Ansley Grove Road, Vaughan  
900, avenue Clark Ouest, Vaughan  
1441, avenue Clark Ouest, Vaughan  
10341, avenue Islington Nord, Vaughan  
10190, rue Keele, Vaughan  
4921 Rutherford Road, Vaughan  
150, avenue Woodbridge, Vaughan

## Bibliothèque publique de Whitchurch-Stouffville



17250, rue Yonge, Newmarket  
[wsplibrary.ca](http://wsplibrary.ca)

[905 642-7323](tel:9056427323)



# ANNUAIRES PUBLIQUES

### Accéder à York

Le centre de contact de la région de York fournit des renseignements, des renvois et des services de demande pour les programmes et les services de la région.

17250, rue Yonge, Newmarket  
[1 877 464-9675](tel:18774649675)  
[york.ca](http://york.ca)

**ATS: [1 866 512-6228](tel:18665126228)**  
[accessyork@york.ca](mailto:accessyork@york.ca)

### [ConnectABILITY.ca](http://connectability.ca)

[connectability.ca](http://connectability.ca)

Il s'agit d'une communauté virtuelle axée sur l'apprentissage tout au long de la vie et le soutien aux enfants, aux jeunes, aux adultes et aux personnes âgées ayant une déficience intellectuelle, ainsi qu'à leurs familles, leurs soignants et leurs réseaux de soutien.

### 211 Ontario

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

Un service d'assistance téléphonique pour les informations sur les programmes et les services, et un moteur de recherche sur Internet.  
**Composez [211](tel:211).**

### Up Hub

[uphub.ca](http://uphub.ca)

Il vous met en relation avec des ressources en ligne et hors ligne dirigées par des pairs et créées par des personnes ayant vécu une expérience similaire. Restez au courant du contenu de ce guide.

# Annuaire de bénévoles

## Réseau de proximité

Offre des possibilités de bénévolat et relie les ressources communautaires aux organismes de bienfaisance et autres organismes.

14988, rue Yonge, Aurora

[905 726-3737](tel:9057263737)

[neighbourhoodnetwork.org](http://neighbourhoodnetwork.org)

[1 855 870-4586](tel:18558704586)

[info@neighbourhoodnetwork.org](mailto:info@neighbourhoodnetwork.org)

# up hub

[uphub.ca](http://uphub.ca)

Avez-vous besoin de services ou du soutien dans la région de York? **Élevez votre vie** ben accédant aux services qui vous conviennent, créés par des pairs – des personnes qui comprennent ce que vous vivez. Consultez le site [uphub.ca](http://uphub.ca) pour :

- Une approche personnalisée pour accéder à un répertoire de plus de 400 services locaux grâce à un outil d'auto-évaluation intégré.
- Il vous met en relation avec des ressources en ligne et hors ligne dirigées par des pairs et créées par des personnes ayant vécu une expérience similaire.



Contribuez à Up Hub et devenez créateur de contenu communautaire en téléchargeant vos vidéos mobiles et en affichant vos histoires sur [uphub.ca](http://uphub.ca)



# TRANSPORTS EN COMMUN

Circulation à partir de Brampton et vers Brampton



[brampton.ca/transit](http://brampton.ca/transit)

[905 874-2999](tel:9058742999)

Circulation à partir de la région de Durham et vers la région de Durham



[durhamregiontransit.com](http://durhamregiontransit.com)

[1 866 247-0055](tel:18662470055)

Go Transit



[gotransit.com](http://gotransit.com)

[1 888 GET-ON-GO \(1 888 438-6646\)](tel:18884386646)

Mississauga Transitway



[miway.ca](http://miway.ca)

[905 615-4636](tel:9056154636)

Routes reliant les communautés (précédemment connues sous le nom de voies de circulation de Georgina)



Les conducteurs bénévoles fournissent un transport disponible, accessible et abordable aux personnes dont la santé, les finances et le lieu de résidence sont limités.

[905 722-4616](tel:9057224616) - Responsable du parcours

[routesc.org](http://routesc.org)

[905 722-8191](tel:9057228191)

[info@routesc.org](mailto:info@routesc.org)

Commission de transport de Toronto



[416 393-4636](tel:4163934636)

[ttc.ca](http://ttc.ca)

[1 866 642-9882](tel:18666429882)

Transport dans la région de York



[905 762-2100](tel:9057622100)

[yrt.ca](http://yrt.ca)

[1 866 668-3978](tel:18666683978)

[transitinfo@york.ca](mailto:transitinfo@york.ca)

## Transport accessible

Aide à domicile et en communauté pour les personnes âgées – iRide Plus



Des chauffeurs professionnels assurent le transport des personnes âgées, avec une variété de véhicules adaptés aux appareils de mobilité.

[chats.on.ca/transportation](http://chats.on.ca/transportation)

[1 844 474-3301](tel:18444743301)

[seniorshelp@chats.on.ca](mailto:seniorshelp@chats.on.ca)

## Transport Dignité



Fournit un service fiable aux personnes qui ont un handicap. Services disponibles 24 heures sur 24, 7 jours sur 7

[416 398-2222](tel:4163982222)  
[dignitytransportation.com](http://dignitytransportation.com)

[1 866 398-2109](tel:18663982109)  
[info@dignitytransportation.com](mailto:info@dignitytransportation.com)

## Transport accessible dans la RGT



Fournit un transport accessible aux personnes qui ont un handicap. Services disponibles 24 heures sur 24, 7 jours sur 7

[416 834-5559](tel:4168345559)  
[gtaaccessible.com](http://gtaaccessible.com)

[1 800 936-3040](tel:18009363040)  
[info@gtaaccessible.com](mailto:info@gtaaccessible.com)

## Transport dans la région de York, Mobilité Plus



[905 762-2112](tel:9057622112)  
[yrt.ca/en/mobility-plus](http://yrt.ca/en/mobility-plus)

[1 866 744-1119](tel:18667441119)  
ATS: [1 866 276-7479](tel:18662767479)  
[mobilityplusfeedback@york.ca](mailto:mobilityplusfeedback@york.ca)



# PROGRAMMES DE LOISIRS ET DE SPORTS

## Services culturels et récréatifs des parcs d'Aurora

100 John West Way, Aurora  
[905 727-1375](tel:9057271375)  
[aurora.ca](http://aurora.ca)

[info@aurora.ca](mailto:info@aurora.ca)

## Services des loisirs et des parcs d'East Gwillimbury

19000, rue Leslie Est, Gwillimbury  
[905 478-4282](tel:9054784282)  
[eastgwillimbury.ca](http://eastgwillimbury.ca)

[customerservice@eastgwillimbury.ca](mailto:customerservice@eastgwillimbury.ca)

## Services récréatifs et culturels de Georgina

26557 Civic Centre Road, Georgina  
[905 476-4301](tel:9054764301)  
[georgina.ca](http://georgina.ca)

[eleisure@georgina.ca](mailto:eleisure@georgina.ca)

## Services récréatifs et culturels des parcs de King

2585 King Road, King  
[905 833-5321](tel:9058335321)  
[king.ca](http://king.ca)

[905 833-5361](tel:9058335361)  
[serviceking@king.ca](mailto:serviceking@king.ca)

### Services récréatifs et culturels des parcs de Markham

101, boulevard Town Centre, Markham

[905 477-5530](tel:9054775530)

[markham.ca](http://markham.ca)

[customerservice@markham.ca](mailto:customerservice@markham.ca)

---

### Services récréatifs et culturels des parcs de Newmarket

395 Mulock Drive, Newmarket

[905 895-5193](tel:9058955193)

[newmarket.ca](http://newmarket.ca)

[1 877 550-5575](tel:18775505575)

[info@newmarket.ca](mailto:info@newmarket.ca)

---

### Services récréatifs et culturels des parcs de Richmond Hill

225 East Beaver Creek Road, Richmond Hill

[905 771-8870](tel:9057718870)

[richmondhill.ca](http://richmondhill.ca)

[recreation@richmondhill.ca](mailto:recreation@richmondhill.ca)

---

### Services récréatifs et culturels des parcs de Vaughan

2141 Major Mackenzie Drive, 3<sup>e</sup> étage, Vaughan

[905 832-2281](tel:9058322281)

[vaughan.ca](http://vaughan.ca)

[905 832-2281](tel:9058322281)

[accessvaughan@vaughan.ca](mailto:accessvaughan@vaughan.ca)

---

### Services récréatifs et culturels des parcs de Whitchurch - Stouffville

111 Sandiford Drive, Whitchurch-Stouffville

[905 640-1900](tel:9056401900)

[townofws.ca](http://townofws.ca)

[1 855 642-8696](tel:18556428696)

## Programmes de soutien aux enfants et aux adolescents

### Grands Frères Grandes Sœurs de la région de York

Offre des programmes de mentorat individuel et de groupe pour les enfants et les adolescents vulnérables de la région de York et de Bradford West Gwillimbury.

350, Industrial Parkway Sud, Aurora

[bbbsy.ca](http://bbbsy.ca)

[905 726-2149](tel:9057262149)

[general@bbbsy.ca](mailto:general@bbbsy.ca)

---

### Guides du Canada – Conseil ontarien

Le programme favorise la découverte personnelle chez les filles.

Les programmes comprennent des activités de sciences, technologies, d'ingénierie et de maths, des aventures en plein air et des discussions sur la santé mentale et les relations solides.

180 Duncan Mills Road, bureau 100, Toronto

[416 926-2351](tel:4169262351)

[girlguides.ca/ON](http://girlguides.ca/ON)

[1 877 323-4545](tel:18773234545)

[info@guidesontario.org](mailto:info@guidesontario.org)



# Programmes ON y va

Services et programmes de soutien gratuits pour les parents, les soignants et leurs enfants jusqu'à l'âge de 6 ans. Des programmes pour les enfants et les familles sont proposés à divers endroits. Ils peuvent participer à des séances de contes, de chansons, de jeux et d'autres activités. Aucune inscription requise.



Des professionnels de la petite enfance sont disponibles pour aider les familles à accéder aux ressources et à trouver des soutiens pour les aider dans la croissance et le développement des enfants.

[1 877 464-9675](tel:18774649675)

[york.ca/allourkids](http://york.ca/allourkids)

## Programmes à Markham, à Thornhill et à Concord – Jour de la Famille

[416 922-9556](tel:4169229556)

[familydaycare.com/earlyon](http://familydaycare.com/earlyon)

## Programmes à Nobleton, à Woodbridge, à Kleinburg, à Aurora, à Maple – Entreprise sociale du Canada

[905 895-0809](tel:9058950809)

[earlyonsec.com](http://earlyonsec.com)

[1 866 404-2077](tel:18664042077)

[early.on@socialenterprise.ca](mailto:early.on@socialenterprise.ca)

## Programmes à Richmond Hill, à Markham et à Stouffville - YMCA du Grand Toronto

[905 883-6901](tel:9058836901)

[ymcagta.org/earlyon](http://ymcagta.org/earlyon)

## Programmes à Richmond Hill, à Newmarket et à Holland Landing - Professionnel à York

15203, rue Yonge, Aurora

[ypce.com/family-drop-in-resources](http://ypce.com/family-drop-in-resources)

[905 841-1314](tel:9058411314)

[inquiries@ypce.com](mailto:inquiries@ypce.com)

## Des programmes à Newmarket, à Keswick, à Holland Landing et à East Gwillimbury – York Child Development and Family Services Inc

[905 830-1888](tel:9058301888)

[yorkchild.ca/earlyon/about-earlyon/](http://yorkchild.ca/earlyon/about-earlyon/)

## Girls Inc.



On offre du soutien aux filles âgées de 6 à 18 ans par le biais de nombreux programmes différents.

482, rue Queen, Newmarket

[905 830-0776](tel:9058300776)

[girlsincyork.org](http://girlsincyork.org)

[info@girlsincyork.org](mailto:info@girlsincyork.org)

## Scouts Canada - York Headwaters

[416 490-6364](tel:4164906364)

[yhwscouts.ca](http://yhwscouts.ca) and [scouts.ca](http://scouts.ca)

[1 888 855-3336](tel:18888553336)

[info@yhwscouts.ca](mailto:info@yhwscouts.ca)

## Youth Assisting Youth



Youth Assisting Youth a pour vocation d'investir dans les leaders de demain et de transformer la vie des jeunes grâce au pouvoir du mentorat par les pairs. Il offre du soutien aux jeunes vulnérables de 6 à 15 ans.

5734, rue Yonge, bureau 401, Toronto

[416 932-1919](tel:4169321919)

[youthassistingyouth.com](http://youthassistingyouth.com)

[1 877 932-1919](tel:18779321919)

[mail@yay.org](mailto:mail@yay.org)

## Cadets et la ligne navale

### Escadron 140 d'Aurora, Cadets de l'Aviation royale du Canada



[140aurora.com](http://140aurora.com)

[905 727-4692](tel:9057274692)

[140admo@gmail.com](mailto:140admo@gmail.com)

### Corps de cadets de l'Armée canadienne 748

Adresse de défilé - 120 Rouge Bank Drive, Markham

[748armycadets.weebly.com](http://748armycadets.weebly.com)

[905 294-9063](tel:9052949063)

[748army@cadets.gc.ca](mailto:748army@cadets.gc.ca)

### Escadron Globemaster 8 Escadron des Cadets de l'Aviation royale du Canada

233, rue Centre Est., Richmond Hill

[8globemaster.com](http://8globemaster.com)

[905 508-8889](tel:9055088889)

[info@8globemaster.com](mailto:info@8globemaster.com)

### Ligne navale du Canada – Cadets de la Ligue navale et de la Marine royale canadienne

55 Forhan Drive, Newmarket

[905 895-3038](tel:9058953038)

[nlcccarinthia.com](http://nlcccarinthia.com)

[1 800 375-6289](tel:18003756289)

[admin@nlcccarinthia.com](mailto:admin@nlcccarinthia.com)

### Gardes forestiers York de la Reine 2799 Corps de cadets de l'Armée

14845, local 6, rue Yonge, bureau 363, Aurora

[905 726-8600](tel:9057268600)

[rangers2799.com](http://rangers2799.com)

[2799army@cadets.gc.ca](mailto:2799army@cadets.gc.ca)

### Ligue des cadets de l'air du Canada – Escadrons formés de 283 cadets de l'air de la Légion royale canadienne de Woodbridge

2 Davos Road, Vaughan

[416 410-7104](tel:4164107104)

[283aircadets.ca](http://283aircadets.ca)

[recruiting@283aircadets.ca](mailto:recruiting@283aircadets.ca)

### Ligue des cadets de l'air du Canada – Escadron Banshee de Richmond Hill formé de 778 cadets de l'air de la Légion royale canadienne



9251, local 8, rue Yonge, bureau 407, Richmond Hill

[905 770-0948](tel:9057700948)

[778banshee.com](http://778banshee.com)

[info@778banshee.com](mailto:info@778banshee.com)



# LES PERSONNES ÂGÉES

## LIGNES D'AIDE POUR LES PERSONNES ÂGÉES

Groupe de défense des personnes âgées	<a href="tel:18555982656">1 855 598-2656</a>
Prévention de la maltraitance envers les aînés	<a href="tel:4169166728">416 916-6728</a>
Ligne d'assistance aux personnes âgées	<a href="tel:18662991011">1 866 299-1011</a>

### Société Alzheimer de la région de York



240, rue Edward, bureau 2, Aurora

[905 726-3477](tel:9057263477)

[alzheimer.ca/en/york](http://alzheimer.ca/en/york)

[1 888 414-5550](tel:18884145550)

[info@alzheimer-york.com](mailto:info@alzheimer-york.com)

### Régime de pensions du Canada, Pension de la Sécurité de vieillesse et Supplément de revenu garanti

Informations sur les pensions, les prestations d'invalidité et les pensions de survivant.

[1 800 277-9914](tel:18002779914)

ATS: [1 800 255-4786](tel:18002554786)

### Réseau local d'intégration de services de santé du Centre – Soins à domicile et communautaires

Offre une gamme de services de soins de santé et de ressources pour aider les personnes âgées à domicile ou ailleurs. Nous vous aidons à déterminer les soins et les aides à la santé qui vous conviennent et à obtenir les soins dont vous avez besoin.

11 Allstate Parkway, bureau 500, Markham

[905 895-1240](tel:9058951240)

[centrallhin.on.ca](http://centrallhin.on.ca)

[1 866 392-5446](tel:18663925446)

ATS : [1 416 222-0876](tel:14162220876)

[central.lhin@lhins.on.ca](mailto:central.lhin@lhins.on.ca)

### Elsbeth Heyworth Centre for Women



Les programmes comprennent la sensibilisation pour la réduction des abus, pour bien vieillir, et des services gouvernementaux pour les personnes âgées.

133 Fieldstone Drive, Vaughan

[905 747-1515](tel:9057471515)

[ehcw.ca](http://ehcw.ca)

[416 663-2978](tel:4166632978)

[info@ehcw.ca](mailto:info@ehcw.ca)

#### Légende

-  Options de service en ligne
-  Services payants

## CHATS, Aide à domicile et en communauté pour les personnes âgées



Offre de services d'aide à domicile et ailleurs qui permettent aux personnes âgées de continuer à vivre en toute sécurité dans leur propre maison. Les services comprennent l'aide à domicile, le répit pour les aidants et les soins personnels, le programme téléphonique de réassurance, les programmes sociaux et de bien-être, les programmes de jour pour adultes, les programmes de sensibilisation à la diversité, le soutien et l'éducation des aidants, les transitions de l'hôpital au domicile et d'autres.

240, rue Edward, bureau 1, Aurora

[905 713-6596](tel:9057136596)

[chats.on.ca](http://chats.on.ca)

[1 877 452-4287](tel:18774524287)

[seniorshelp@chats.on.ca](mailto:seniorshelp@chats.on.ca)

### iRide Plus

[chats.on.ca/transportation](http://chats.on.ca/transportation)

[1 844 474-3301](tel:18444743301)

Les chauffeurs professionnels de CHATS assurent le transport des personnes âgées aux rendez-vous médicaux, à l'épicerie, aux programmes du CHATS et d'autres! Une variété de véhicules adaptés aux appareils de mobilité et aux besoins du client sont à votre disposition.

### Meals on Wheels

[905 713-6596](tel:9057136596)

Des chauffeurs bénévoles livrent chaque semaine des repas nutritifs à domicile à des personnes âgées. Des repas pratiques et délicieux. On tient également compte des diètes spéciales.

## Loft Senior Services

Les services de soutien spécialisés et communautaires sont destinés aux personnes âgées vulnérables et à risque, confrontées à des problèmes complexes tels que l'absence de soutien familial, l'isolement social, la dislocation culturelle, la pauvreté, les problèmes de santé mentale ou physique, la démence, les toxicomanies ou les troubles du comportement.

15, rue Toronto, 9<sup>e</sup> étage, Toronto

[www.loftcs.org/what-we-do/specialized-services/seniors](http://www.loftcs.org/what-we-do/specialized-services/seniors)

[416 979-1994](tel:4169791994)

[info@loftcs.org](mailto:info@loftcs.org)

## SE Health



L'organisme offre des services de soins à domicile et de réadaptation aux résidents de la région de York, ainsi qu'aux personnes des Premières Nations, aux Métis et aux Inuits.

90 Allstate Parkway, bureau 300, Markham

[905 940-9655](tel:9059409655)

[sehc.com](http://sehc.com)

[1 800 463-1763](tel:18004631763)

[communicationsSEHC@sehc.com](mailto:communicationsSEHC@sehc.com)

## Social Services Network of York Region (SSN)

On fournit des aides et des programmes pour les personnes âgées.

8 rue Shadlock, local 5A, Markham

[ssnon.com](http://ssnon.com)

[905 554-9033](tel:9055549033)

[naz@ssnon.com](mailto:naz@ssnon.com)

## Installations pour les personnes âgées de la région de York, soins à long terme et communauté

[1 866 967-5582](tel:18669675582)

[accessyork@york.ca](mailto:accessyork@york.ca)

# LIGNES D'AIDE CONTRE LA VIOLENCE

## Ligne d'assistance aux personnes âgées

Ligne d'information et d'orientation pour aider les personnes âgées vulnérables confrontées à la maltraitance ainsi que leurs familles, amis et soignants.

[elderabuseontario.com](http://elderabuseontario.com)

[1 866 299-1011](tel:18662991011)  
[info@elderabuseontario.com](mailto:info@elderabuseontario.com)

## Prévention de la maltraitance envers les aînés (ON)

Propose des renseignements sur la maltraitance des personnes âgées, la prévention, l'intervention et des connaissances générales.

2 Billingham Road, bureau 306, Toronto  
[eapon.ca](http://eapon.ca)

[416 916-6728](tel:4169166728)  
[info@eapon.ca](mailto:info@eapon.ca)

## Advocacy Centre for the Elderly

2 rue Carlton, bureau 701, Toronto  
[advocacycentreelderly.org](http://advocacycentreelderly.org)

[416 598-2656](tel:4165982656)  
[1 855 598-2656](tel:18555982656)



## REFUGES, LOGEMENTS D'URGENCE

## LIGNES D'AIDE ET D'ÉCOUTE EN CAS DE CRISE

Sandgate – Abri pour les femmes, ligne d'écoute

[1-800 661-8294](tel:18006618294)

Ligne d'écoute de la Yellow Brick House

[1-800 263-3247](tel:18002633247)

## 360°kids - Connexions Logement d'urgence



Connexions est un logement pour les personnes sans abri âgées de 16 à 26 ans. Nous répondons aux besoins fondamentaux (nourriture, literie, articles de toilette, etc.), nous offrons des services d'accompagnement et nous vous aidons à trouver un logement approprié, abordable et stable.

10415, rue Yonge, bureau E, Richmond Hill  
[360kids.ca](http://360kids.ca)

[905 475-6694](tel:9054756694) poste 3  
[info@360kids.ca](mailto:info@360kids.ca)

## Belinda's Place

Propose des logements d'urgence et de transition pour les femmes (sans enfants), ainsi que des services sans rendez-vous et de suivi pour les femmes qui risquent de se retrouver sans abri.

16580, rue Yonge, Newmarket  
[belindasplace.ca](http://belindasplace.ca)

[Belindas\\_Place@can.salvationarmy.org](mailto:Belindas_Place@can.salvationarmy.org)

## Blue Door Shelters

Les services de logement d'urgence pour les adolescents de Blue Door offrent un milieu favorable aux personnes âgées de 16 à 26 ans.

[905 898-1015](tel:9058981015)  
[bluedoor.ca](http://bluedoor.ca)

[1 888 554-5525](tel:18885545525)  
[info@bluedoor.ca](mailto:info@bluedoor.ca)

### Blue Door – Logement d'urgence pour les hommes à Porter Place

### Blue Door – Logement d'urgence pour les familles à Leeder Place

18838, autoroute 11 Est, Gwillimbury

[905 898-1015](tel:9058981015) poste 2

### Blue Door – Logement d'urgence pour les jeunes hommes à Kevin's Place

835, rue Gorham, Newmarket

[905 898-1015](tel:9058981015) poste 3

## Sandgate – Refuge pour les femmes de la région de York

Refuge d'urgence pour les femmes maltraitées et leurs enfants, ainsi qu'aux femmes qui risquent d'être maltraitées. Propose des réunions de groupe de suivi et des conseils individuels.

[905 722-3220](tel:9057223220)  
[905 722-4043](tel:9057224043) - Administration et dons

[1 800 661-8294](tel:18006618294) - Ligne d'écoute  
[sandgate.ca](http://sandgate.ca)

## Sutton Youth Shelter

Refuge d'urgence pour les personnes sans abri âgés de 16 à 26 ans. En plus de répondre aux besoins de base, on offre des conseils et du soutien pour acquérir des compétences de vie. Le Centre propose également des logements de transition pour une durée maximale d'un an.

20898 Dalton Road, Georgina

[905 722-9076](tel:9057229076)

[suttonyouthservices.ca](http://suttonyouthservices.ca)

[contact@suttonyouthshelter.ca](mailto:contact@suttonyouthshelter.ca)

## Yellow Brick House



Refuge d'urgence offrant du soutien aux femmes maltraitées et à leurs enfants, ainsi qu'aux femmes qui risquent d'être maltraitées. Le refuge fournit des services de conseil pour les femmes et les enfants, du soutien judiciaire, des logements de transition et assistance à la recherche d'un logement. Services disponibles 24 heures sur 24, 7 jours sur 7.

[www.yellowbrickhouse.org](http://www.yellowbrickhouse.org)

Service d'approche  
Ligne d'écoute

[info@yellowbrickhouse.org](mailto:info@yellowbrickhouse.org)  
[905 727-1944](tel:9057271944) | [1 877 222-8438](tel:18772228438)  
[1 800 263-3247](tel:18002633247)

## Refuges saisonniers

### Inn from the Cold

Refuge saisonnier pour les personnes sans abri âgées de plus de 16 ans. Comprend une buanderie, des installations de bain, des services sans rendez-vous et d'autres services. Services en matière de logement disponibles sur rendez-vous.

510 rue Penrose, Newmarket

[innfromthecold.ca](http://innfromthecold.ca)

[info@innfromthecold.ca](mailto:info@innfromthecold.ca)

## MOSAIC Interfaith Out of the Cold Inc.

Refuges d'urgence dans divers endroits de la région de York. Ouverture de novembre à mars.

[miotc.ca](http://miotc.ca)

[416 948-6682](tel:4169486682)

## Autre soutien de logement

### 360°kids



360° kids offre des services de soutien aux jeunes vulnérables sans abri de la région de York, nous proposons notamment des programmes de logement, tels que Youthrive, Youth Residences, Nightstop, HOPE et Housing Assistance. Nous offrons aussi des programmes pour trouver un emploi, des programmes de bien-être, de soutien et d'éducation.

80F Centurian Drive, Bureau 200, Markham

[360kids.ca](http://360kids.ca)

[905 475-6694](tel:9054756694)

[info@360kids.ca](mailto:info@360kids.ca)

### Habitat pour l'humanité de la région de York

Construit des logements sûrs, convenables et abordables pour les familles à faibles revenus.

2180, avenue Steeles Ouest, local 10, Vaughan

[416 755-7353](tel:4167557353)

[habitatgta.ca](http://habitatgta.ca)

[info@habitatgta.ca](mailto:info@habitatgta.ca)

### Centre d'aide pour le logement - Aide en matière de logement à York

Aide les personnes et les familles de la région de York à trouver et à conserver un logement sécuritaire et abordable. Services mobiles disponibles dans certains endroits. Appelez-nous pour fixer un rendez-vous avec un conseiller.

[shhc.ca/housing-help-york](http://shhc.ca/housing-help-york)

[yorkhousing@shhc.ca](mailto:yorkhousing@shhc.ca)

Markham

[416 317-3655](tel:4163173655)

Newmarket

[647 267-5319](tel:6472675319)

Richmond Hill

[647 241-1237](tel:6472411237)

Thornhill, Georgina

[416 414-6779](tel:4164146779)

Vaughan

[416 268-0654](tel:4162680654)



Les préjugés et le manque d'humanité envers les pauvres et les personnes souffrant de problèmes de santé mentale sont incroyables.

Je suis fier pour ma persévérance et pour avoir surmonté et quitté le système des refuges dans les circonstances les plus difficiles.

————— **Melanie S.**

## LOFT/Crosslinks - Services d'aide en matière de logement

On propose une gamme d'aides et des logements individuels aux clients souffrant de problèmes de santé mentale, qui sont sans abri ou risquent de le devenir. Les options de logement comprennent la vie coopérative dans des maisons partagées, des appartements individuels et des locaux autonomes avec un soutien sur place.

102, rue Main Sud, Newmarket

[905 967-0357](tel:9059670357)

[loftcs.org/what-we-do/specialized-services/housing](http://loftcs.org/what-we-do/specialized-services/housing)

[1 888 967-0357](tel:18889670357)

[info@loftcs.org](mailto:info@loftcs.org)

---

## LOFT/Crosslinks - Fourgonnette Street Outreach

Offre des services aux personnes confrontées à des situations complexes, tels que les maladies mentales, les toxicomanies et qui sont sans-abri. On fournit de la nourriture, des vêtements, un échange de seringues, une aide pour trouver un abri, des sacs de couchage et un soutien en cas de crise.

102, rue Main Sud, Newmarket

[905 853-3400](tel:9058533400)

[loftcs.org](http://loftcs.org) [info@lofts.org](mailto:info@lofts.org)

[1 866 553-4053](tel:18665534053)

[416 274-4972](tel:4162744972) (SMS)

---

## Services communautaires et de logement de la région de York

Le service de logement social fournit des logements de location abordable aux personnes ayant des revenus faibles ou modérés qui ne sont pas en mesure de payer un logement adéquat dans le secteur privé. Les victimes d'abus peuvent bénéficier d'un service prioritaire.

17310, rue Yonge, local 9, Newmarket

[905 830-4444](tel:9058304444)

[york.ca/housing](http://york.ca/housing)

[1 877 464-9675](tel:18774649675)

ATS: [1 866 512-6228](tel:18665126228)

[accessyork@york.ca](mailto:accessyork@york.ca)

## Soutien en matière de logement

Offre l'assistance financière pour couvrir les arriérés de paiement de loyer, d'hypothèque et de services publics, des frais de déménagement, du premier et du dernier mois de loyer et autres. Si vous habitez dans la région de York et que vous ne recevez pas d'aide financière du programme Ontario au travail ni du Programme ontarien de soutien aux personnes handicapées, vous pouvez être admissible.

**Nord** (Aurora, East Gwillimbury, Georgina, King, Newmarket et Whitchurch Stouffville)

**Northridge Community Church de l'Armée du Salut (NCC-SA)**

15338, rue Leslie, Aurora

[905 895-6276](tel:9058956276)

[northridgesa.com](http://northridgesa.com)

[mail@northridgesa.com](mailto:mail@northridgesa.com)

**Sud** (Markham, Richmond Hill, Vaughan)

**Jewish Family and Child Services**

9600, rue Bathurst, bureau 242, Vaughan

[905 303-5838](tel:9053035838)

[jfundcs.com](http://jfundcs.com)

[info@jfundcs.com](mailto:info@jfundcs.com)

Access York [1 877 464-9675](tel:18774649675)



# Le parcours de Kristine

À l'automne 1995, je suis montée à bord d'un avion au nord-ouest de l'Ontario, enceinte, avec une valise et mon chat. Ma mère avait acheté mon billet pour venir ici afin de m'éloigner d'une relation avec un conjoint violent et de faire en sorte que je recommence ma vie, mais à mesure que le jour prévu de l'arrivée du bébé s'approchait, les choses sont devenues de plus en plus difficiles. J'avais du mal à trouver un logement et je ne savais pas où me rendre pour trouver de l'aide pour tout ce que j'avais vécu, un soutien parental et pour savoir ce que je devais faire ensuite. J'étais débordée et stressée. J'ai eu la chance de pouvoir compter sur ma mère, mais le reste a été mis en attente vers le moment de l'accouchement et ma recherche d'un logement sécuritaire.

Un jour, alors que je marchais sur la rue Main à Newmarket avec mon fils dans la poussette, j'ai vu Rose of Sharon Services for Young Mothers (services aux jeunes mères Rose of Sharon) et j'ai décidé d'y entrer pour voir ce qu'ils avaient à offrir. Après avoir discuté avec eux, j'ai décidé d'assister aux séances de conseil pendant que mon fils allait au centre pour enfants. Je suis devenue cliente pendant quelques années. Lors d'une de nos séances, mon conseiller m'a donné un exemplaire de Comment vivre à la région de York avec un budget limité. Au début, j'étais sceptique car je voulais devenir plus autonome et ne pas dépendre de l'aide des autres. Mais mon conseiller m'a dit quelque chose que je n'oublierai jamais et qui a changé mon point de vue pour toujours : « Nous ne sommes pas faits pour être autonomes; nous devons être solidaires. Nous sommes ici pour compter les uns sur les autres en fonction de nos besoins et nous pouvons utiliser nos connaissances et les leçons apprises pour être là pour les autres. »

Ce livre m'a aidé à traverser de nombreuses épreuves dans la vie et il est encore aujourd'hui une ressource de valeur pour moi. Je ne peux pas regarder une section du livre et dire qu'il s'y trouve quelque chose qui ne m'a pas aidé. Même maintenant, en tant que défenseuse du handicap, de l'éducation et dans la lutte contre la pauvreté, je m'en sers souvent. Il contient des informations utiles à tous, et pas seulement pour les personnes ayant un budget limité. J'ai toujours des exemplaires du guide avec moi parce que je ne sais jamais si quelqu'un va me demander des informations et que je pourrai l'aider à trouver la réponse dans le guide et lui remettre un exemplaire. J'ai fait partie de l'équipe qui a mis à jour le guide en 2017 et c'est un honneur pour moi d'avoir collaboré à cette version également.

————— **Kristine**



# Qu'est-ce que le soutien par les pairs?

Une personne qui offre le soutien par les pairs est une personne qui échange ses expériences personnelles avec les autres, comme une maladie ou un problème de santé mentale.

Il s'agit d'une personne qui a vécu des expériences similaires et qui a reçu une formation pour soutenir ceux qui vivent des défis similaires. Le soutien par les pairs s'est avéré être une ressource très efficace pour les personnes en voie de rétablissement et c'est un domaine en pleine expansion.

## Où puis-je trouver du soutien par les pairs?

Le soutien par les pairs peut prendre de nombreuses formes, comme celle d'animateur de groupe ou d'employé de la ligne d'aide téléphonique. Vous constaterez que de nombreuses organismes et organisations à but non lucratif proposent aujourd'hui des services de soutien par les pairs. Lorsque vous vous connectez à des organisations locales, n'hésitez pas à vous renseigner et à jeter un coup d'œil à [UpHub.ca](http://UpHub.ca) également.

## Comment devenir une personne qui offre du soutien par les pairs?

Pour devenir un soutien par les pairs, il suffit souvent d'avoir la volonté de parler de son expérience personnelle et de s'engager dans le perfectionnement personnel pour commencer. Centre Krasmen et CAYR Community Connections sont d'excellents exemples de services de soutien par les pairs dans notre communauté. Peer Support Canada offre une certification pour les pairs-supports, les pairs-supports familiaux et les guides de soutien par les pairs. La certification du soutien par les pairs est reconnue dans tout le Canada et répond aux normes de pratique nationales. Les normes de pratique ont été élaborées avec des pairs de soutien à l'échelle du pays, appuyés par des pairs leaders, et elles comprennent les connaissances, les compétences, l'expérience et le code de conduite requis pour permettre de fournir des services de soutien par les pairs avec soin et compétence. Pour obtenir plus d'information sur la façon de devenir un pair certifié, visitez le site Web [peersupportcanada.ca](http://peersupportcanada.ca)

# Merci à nos pairs

Ce guide est une information évaluée par les pairs, ce qui signifie qu'il a été élaboré pour vous, en tenant compte de vos expériences et de vos besoins. Au cours des deux dernières années, l'équipe du projet Up Hub de YSSN et le comité consultatif des pairs ont développé une initiative basée sur les pairs afin d'élever les pairs, ce qui inclut :

- Le nom du guide qui est passé de « Comment vivre dans la région de York avec un budget limité » à « Élevez votre vie ».
- La réévaluation et la mise à jour de la liste d'organismes.
- L'aide au développement du site Web Up Hub.
- Aide au développement du module de narration hébergé dans les locaux du YSSN à Aurora.
- Ils ont contribué à la rédaction de leurs histoires pour le site Web Up Hub par le biais du module de narration vidéo.

YSSN souhaite remercier le Comité consultatif des pairs pour ses contributions et son aide à la diffusion de ces informations dans la communauté.




**Merci!**

Avez-vous besoin de **services** ou du **soutien** dans la région de York? Allez sur [uphub.ca](http://uphub.ca)



**Réseau de services de soutien de la région de York**  
240, rue Edward, local 3, Aurora (Ontario) L4G 3S9

[905 898-6455](tel:9058986455) | [1 866 257-9776](tel:18662579776)  
[yssn.ca](http://yssn.ca) | [uphub.ca](http://uphub.ca)

@yorksupport  @UpHubYR  
@york\_support  @UpHubYR  
@yorksupport  @UpHubYR



**Sans la contribution de Anne Mossey, ce livre n'aurait pas l'esprit d'entraide qu'on lui connaît.**

**Ce projet a bénéficié du soutien et de l'aide du comité des intervenants de Comment vivre dans la région de York avec un budget limité et de ses habitants.**

Municipalité régionale de York, service régional de police de York, conseil scolaire de district catholique de York, York Region District School Board, Community and Home Assistance to Seniors, Aurora Public Library, York Region Paramedics, YMCA Employment & Community, Addictions Services for York Region, PFLAG, 360 Kids, Krasman Centre, Welcome Centre, Southlake Regional Health Centre, Blue Door Shelters, York Region Food Network, Community Legal Clinic of York Region.

Nous tenons à remercier le financeur de notre projet :

**The Ontario Trillium Foundation**



An agency of the Government of Ontario  
Un organisme du gouvernement de l'Ontario