

EN ROUTE AVEC

BÉBÉ

0 À 6
MOIS

Carnet des services pour les familles de Saint-Michel



GROSSESSE

●	Bedondaine	4	
●	Rencontres prénatales	5	
●	Les Relevailles de Saint-Michel	6	



ACTIVITÉS AVEC BÉBÉ

●	Formation en portage et prêt de porte-bébé	9	
●	Service de prêt de jouets	10	
●	Les moments tendres	15	
●	Gala des Nouveau-nés	17	



ACTIVITÉS DE SOUTIEN ET D'ENTRAIDE

●	Halte-allaitement	8	
●	Réseau des jeunes parents	16	



ALIMENTATION ET NUTRITION

●	La table est mise	12	
●	Cuisinons pour notre poupon	13	



BIBLIOTHÈQUE

●	Une naissance, un livre	11	
---	-------------------------------	----	--



RESSOURCES - SANTÉ

●	Clinique du nourrisson	7	
●	Clinique de vaccination	14	



Ce carnet appartient à: (bébé)

BIENVENUE ! ON VOUS ATTEND.



BEDONDAINE

Un programme qui vient en aide aux femmes enceintes et à leur nourrisson.

- Accueil chaleureux et personnalisé
- Rencontres de groupe avec des professionnels
- Ateliers thématiques et pratiques
- Informations sur les ressources

Inscription obligatoire. Contactez le point de service le plus près de chez-vous.

SERVICE OFFERT GRATUITEMENT.

Deux points de services :

Maison d'Haïti

8833, boul. Saint-Michel
Montréal, H1Z 3G3
514 326-3022, poste 225
femmes@mhaiti.org
www.mhaiti.org

Mon Resto Saint-Michel

8735, boul. Pie-IX
Montréal, H1Z 0A7
514 727-1403
monresto@videotron.ca
www.monrestostmichel.org





RENCONTRES PRÉNATALES

Vous attendez un bébé ?

Ces rencontres de groupe s'adressent aux futurs parents, qui souhaitent bien vivre la période de la grossesse, se préparer à la naissance, au rôle de parent et aux premiers mois de bébé. Les principaux thèmes abordés sont l'alimentation durant la grossesse, la grossesse et l'accouchement, le nouveau-né et l'allaitement maternel.

Consultez le calendrier au www.csssstleonardstmichel.qc.ca/soins-et-services ou contactez-nous.

SERVICE OFFERT GRATUITEMENT, AUCUNE INSCRIPTION REQUISE.

**Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux
de l'Est-de-l'Île-de-Montréal, installation CLSC de Saint-Michel**

3355, rue Jarry Est
Montréal, H1Z 2E5
514 722-3000, poste 5248
www.csss-stleonardstmichel.qc.ca



LES RELEVAILLES DE SAINT-MICHEL

Un service d'aide à domicile après l'accouchement est offert aux familles du quartier Saint-Michel. Répît, soins au nouveau-né, aide à la maman, accompagnement, écoute, repos, réconfort et plus encore.

Vous êtes enceinte ? Contactez-nous pour prendre un rendez-vous !

SERVICE OFFERT GRATUITEMENT.

Mon Resto Saint-Michel

8461, Allée de Saint Léonard bureau 3
Montréal, H1Z 1Z4
514 727-4249
relevailles@gmail.com
www.monrestostmichel.org





CLINIQUE DU NOURRISSON

Vous êtes parent d'un enfant âgé entre 0 et 12 mois et l'allaitement, la prise de poids et son développement vous préoccupent? La clinique du nourrisson vous offre la possibilité de rencontrer une infirmière qui saura vous rassurer!

Vous pouvez faire peser bébé, recevoir du soutien pour l'allaitement ainsi que des conseils et de l'information sur le développement et les habitudes de vie d'un jeune enfant.

Horaire : lundi et jeudi de 8 h 30 à 10 h 30, sauf les jours fériés.

SERVICE OFFERT GRATUITEMENT, SANS RENDEZ-VOUS !

**Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux
de l'Est-de-l'Île-de-Montréal, installation CLSC de Saint-Michel**

3355, rue Jarry Est
Montréal, H1Z 2E5
514 722-3000

www.csss-stleonardstmichel.qc.ca



HALTE-ALLAITEMENT

Des rencontres conviviales où les femmes enceintes, les mamans qui allaitent, ainsi que leur famille peuvent échanger et profiter de conseils sur l'allaitement. Un thème est abordé à chacune des rencontres : sécurité à la maison, alimentation, les pleurs, le sommeil, voyager avec bébé, jouer avec son tout-petit, allaiter après 1 an.

Les rencontres ont lieu le deuxième vendredi de chaque mois de 13 h 30 à 15 h 30 au CLSC de Saint-Michel. Consultez le calendrier au www.csssstleonardstmichel.qc.ca/soins-et-services ou contactez-nous.

SERVICE OFFERT GRATUITEMENT, AUCUNE INSCRIPTION REQUISE.

**Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux
de l'Est-de-l'Île-de-Montréal, installation CLSC de Saint-Michel**

3355, rue Jarry Est
Montréal, H1Z 2E5
514 722-3000, poste 5248
www.csss-stleonardstmichel.qc.ca



FORMATION EN PORTAGE ET PRÊT DE PORTE-BÉBÉ

Confortablement installé dans un porte-bébé, le nouveau-né se sent en sécurité. Bébé se retrouve au centre de l'action en étant au même niveau que son parent. Le porte-bébé est aussi très pratique pour se déplacer hiver comme été! Venez suivre une formation en portage et emprunter un porte-bébé de qualité pour une période de 9 mois.

**UN DÉPÔT DE 10,00\$ SERA EXIGÉ
ET REMBOURSÉ AU RETOUR DU PORTE-BÉBÉ EN BON ÉTAT.**

Pour connaître les dates des formations et vous inscrire, contactez-nous.

Joujouthèque Saint-Michel

9480, rue Irène-Joly
Montréal, H1Z 4L2
514 381-9974
joujouthequestmichel@bellnet.ca
www.lajoujouthequestmichel.qc.ca

La joujouthèque
S t - M i c h e l





SERVICE DE PRÊT DE JOUETS

Temps de jeux libres pendant lesquels les enfants 0-5 ans, accompagnés de leurs parents, ont la joie de s'amuser et emprunter gratuitement des jouets et des livres pour la maison.

Emprunter des jouets c'est économique, écologique et surtout très amusant !

Aucune inscription nécessaire.

Pour plus d'informations, contactez-nous.

**SERVICE OFFERT GRATUITEMENT
AVEC LA CARTE DE MEMBRE DE LA JOUJOUTHÈQUE SAINT-MICHEL.**

Deux points de services de la Joujouthèque Saint-Michel :

9480, rue Irène-Joly
Montréal, H1Z 4L2
Vendredi de 10h à 12h
Samedi de 13h à 16h
514 381-9974

2651, Crémazie Est – 2e étage
Montréal, H1Z 2H6
Samedi de 10h à 13h
joujouthequestmichel@bellnet.ca
www.lajoujouthequestmichel.qc.ca



UNE NAISSANCE, UN LIVRE

Un cadeau pour bébé!

Votre enfant est âgé de 12 mois ou moins?

ABONNEZ-LE GRATUITEMENT À LA BIBLIOTHÈQUE ET RECEVEZ UN SAC-CADEAU !

Rendez-vous à votre bibliothèque avec la carte d'assurance-maladie de votre enfant et une preuve de résidence.

Bibliothèque de Saint-Michel

7601, rue François-Perrault
Montréal, H2A 3L6
514 872-4250
www.bibliomontreal.com



LA TABLE EST MISE

La table est mise vous propose des ateliers sur la nutrition autour d'un bon repas.
Une thématique différente sera abordée à chaque rencontre.

Pour vous inscrire, contactez-nous.

SERVICE OFFERT GRATUITEMENT.

Mon Resto Saint-Michel

8735, boul. Pie-IX
Montréal, H1Z 0A7
514 727-1403
monresto@videotron.ca
www.monrestostmichel.org



CUISINONS POUR NOTRE POUPON

Votre petit est prêt à goûter à sa première bouchée? Participez à un atelier de purées en compagnie de la nutritionniste pour obtenir des réponses à vos questions sur l'introduction des aliments solides, apprendre à préparer des purées maison pour bébé et, par la même occasion, rencontrer d'autres nouvelles mamans!

Ateliers offerts une fois par mois, le 3^{ème} mercredi de chaque mois de 13 h 30 à 15 h 30 au CLSC de Saint-Michel. Consultez le calendrier au www.csssstleonardstmichel.qc.ca/soins-et-services et contactez-nous pour vous inscrire.

SERVICE OFFERT GRATUITEMENT.

**Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux
de l'Est-de-l'Île-de-Montréal, installation CLSC de Saint-Michel**

3355, rue Jarry Est
Montréal, H1Z 2E5
514 722-3000, poste 5274
www.csss-stleonardstmichel.qc.ca



CLINIQUE DE VACCINATION

Vaccination des enfants de 0 à 4 ans

La clinique de vaccination reçoit les poupons dès l'âge de deux mois pour les premiers vaccins. La vaccination est la meilleure protection contre certaines maladies infectieuses. Pour mieux protéger votre enfant, il est recommandé de le faire vacciner aux âges du calendrier régulier de vaccination.

Pour prendre rendez-vous, communiquez avec la centrale de rendez-vous.

SERVICE OFFERT GRATUITEMENT, SUR RENDEZ-VOUS SEULEMENT.

**Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux
de l'Est-de-l'Île-de-Montréal, installation CLSC de Saint-Michel**

3355, rue Jarry Est
Montréal, H1Z 2E5
514 722-3000, poste 1800
www.csss-stleonardstmichel.qc.ca



LES MOMENTS TENDRES

Des ateliers de stimulation pour les bébés de 0-6 mois et leurs parents :

- Activités d'éveil des cinq sens (chansons, bricolage de jouets, massages, etc.)
- Capsules d'informations sur le développement du bébé
- Échanges entre parents

Contactez-nous pour vous inscrire!

SERVICE OFFERT GRATUITEMENT.

Mon Resto Saint-Michel

8735 Boul. Pie-IX (coin Denis-Papin)
Montréal, H1Z 0A7
514 727-4249
monresto@videotron.ca
www.monrestostmichel.org



RÉSEAU DES JEUNES PARENTS

Le réseau attend des parents comme vous, âgés de 15 à 35 ans.

Vous ne serez plus isolés, ce sera le partage et l'échange. Vous trouverez des outils et de l'encadrement pour votre développement personnel.

Vous ferez partie d'un véritable espace de rassemblement et de solidarité inter-parents.

Vous êtes un jeune parent, contactez-nous pour vous inscrire.

SERVICE OFFERT GRATUITEMENT.

Maison d'Haïti

8833, boul. Saint-Michel
Montréal, H1Z 3G3
514 326-3022, poste 225
femmes@mhaiti.org
www.mhaiti.org



GALA DES NOUVEAU-NÉS

Un gala auquel les parents sont invités à prendre part à une cérémonie pour célébrer la naissance de leur nouveau-né.

Inscription au début du printemps.
Pour plus d'informations, contactez-nous.

Mon Resto Saint-Michel

8735, boul. Pie-IX
Montréal, H1Z 0A7
514 727-1403
monresto@videotron.ca
www.monrestostmichel.org





Centre intégré
universitaire de santé
et de services sociaux
de l'Est-de-
l'île-de-Montréal

Québec 



AVENIR D'ENFANTS
DES COMMUNAUTÉS ENGAGÉES

Villeray
Saint-Michel
Parc-Extension

Montréal 

La Jou**o**uthèque
S t - M i c h e l

