



Programmes et services	772
Ressources pour les parents	774

Programmes et services

Programmes et services gouvernementaux773



© Lise Gagné

Programmes et services gouvernementaux

Grossesse et parentalité

Le gouvernement du Québec offre plusieurs programmes et services ainsi que de l'information utile aux futurs et aux nouveaux parents.

Consultez la section Grossesse et parentalité, à l'adresse quebec.ca/famille-et-soutien-aux-personnes/grossesse-parentalite, pour obtenir plus de renseignements, notamment sur les sujets suivants :

- Adoption
- Aide financière
- Congés parentaux et retrait préventif
- Droits et obligations des parents
- Garderies et services de garde

Services Québec offre de l'information sur les programmes et services gouvernementaux.

Par téléphone

Région de Québec: [418 644-4545](tel:4186444545)

Région de Montréal: [514 644-4545](tel:5146444545)

Ailleurs au Québec: [1 877 644-4545](tel:18776444545)

Par téléimprimeur (ATS)

[1 800 361-9596](tel:18003619596)

En personne

Pour trouver un bureau près de chez vous, utilisez le Localisateur de bureaux de Services Québec à l'adresse localisateur.servicesquebec.gouv.qc.ca.



Ressources pour les parents

Ressources d'aide téléphonique775

Associations, organismes et groupes de soutien.....776



Solange Lambert

Ressources d'aide téléphonique

211 : Ressources sociales et communautaires

211

211qc.ca

Service multilingue qui répertorie et dirige vers les ressources sociocommunautaires dans les régions du Québec.

Centre antipoison du Québec

1 800 463-5060

ciuss-capitalenationale.gouv.qc.ca/antipoison/

Explications sur ce qu'il faut faire en cas d'empoisonnement et dépliants à télécharger.

Info-Santé / Info-Social

Partout au Québec à l'exception de certaines régions éloignées.

811

sante.gouv.qc.ca/systeme-sante-en-bref/info-sante-8-1-1

Conseils santé et d'ordre psychosocial donnés par un infirmier ou une infirmière 24 heures par jour, 7 jours par semaine.

Première ressource, aide aux parents

514 525-2573 / 1 866 329-4223

premiereresource.com

Service de consultation professionnelle gratuit pour les parents d'enfants de 0-18 ans, par téléphone, clavardage ou courriel.

S.O.S. Grossesse

418 682-6222 / 1 877 662-9666

sosgrossesse.ca

Service d'écoute téléphonique, d'accueil et d'information pour toute question touchant la grossesse, la contraception et la sexualité.

SOS Violence conjugale

1 800 363-9010 / 438 601-1211 (texto)

sosviolenceconjugale.ca

Service téléphonique bilingue et accessible
24 heures par jour, 7 jours par semaine.

Tel-jeunes parents

1 800 361-5085

ligneparents.com

Soutien téléphonique pour parents d'enfants de 0-20 ans offert de 6 h à minuit, 7 jours par semaine.

Associations, organismes et groupes de soutien

Allergies Québec

514 990-2575 / 1 800 990-2575

allergies-alimentaires.org

Information, soutien, éducation et formation sur les allergies alimentaires. Section du site Web dédiée aux nouveau-nés.

Allergies alimentaires Canada

416 785-5666 / 1 866 785-5660

allergiesalimentairescanada.ca

Information et soutien pour les familles vivant avec des allergies alimentaires.

Ambulance Saint-Jean

1 800 706-6660

sja.ca/fr

Organisme de formation en secourisme, offrant une formation en premiers soins adaptée à la petite enfance.

Association de parents pour l'adoption québécoise

514 990-9144 / 1 844 990-9144

apaq.adoption-quebec.ca

Promouvoir l'adoption d'enfants nés au Québec. Soutien, conférences et activités familiales.

Association québécoise des consultantes en lactation diplômées de l'IBLCE

514 990-0262

ibclc.qc.ca

Pour obtenir la liste des consultantes en allaitement (sur le site Web seulement).

Avant tout les enfants

514 593-4303 / 1 800 361-8453

avanttoutlesenfants.ca

Organisme offrant toute une gamme de services dont une ligne d'écoute téléphonique, des conseils juridiques professionnels, une banque de données contenant plus de 2 000 ressources communautaires et des sessions d'information.

Banques alimentaires du Québec

banquesalimentaires.org

Répertoire des organismes d'aide alimentaire à travers le Québec.

CAA Québec – Sièges d'auto pour enfants

caaquebec.com/fr/sur-la-route/services/sieges-dauto-pour-enfants

Site qui donne des conseils sur l'installation sécuritaire des sièges d'auto pour enfants.

Centre de soutien au deuil périnatal du Centre d'études et de recherche en intervention familiale (CERIF-deuil)

1 800 567-1283, poste 2257

cerif.uqo.ca/fr/au-coeur-des-familles/deuil

Soutien offert aux parents et aux intervenants touchés par le deuil périnatal.

Centre québécois de ressources à la petite enfance

450 376-3702 / 514 369-0234 / 1 877 369-0234

cqrpe.qc.ca

Nombreux renseignements sur les groupes d'entraide, les associations du domaine de la santé, les livres suggérés pour les parents, les sites Web pour les parents, etc.

Clinique Parents Plus du Centre de réadaptation Lucie-Bruneau

514 527-4527

luciebruneau.qc.ca

Clinique spécialisée du réseau de la santé pour parents avec limitations physiques. Évaluation et banque d'équipements adaptés pour favoriser l'autonomie dans les soins à donner au bébé.

Coalition des associations de consommateurs du Québec

consommateur.qc.ca

Portail qui rassemble toute une gamme d'informations et d'outils en finances personnelles.

Coalition des familles LGBT+

famillesLGBT.org

Organisme voué à la reconnaissance légale et sociale des familles LGBT. Groupe de parents lesbiens, gais, bisexuels et transgenres qui échange de l'information et des ressources et s'amuse avec leurs enfants.

Croix-Rouge canadienne

1 800 363-7305

croixrouge.ca

Information sur le cours sur la prévention et les premiers soins pour les parents de jeunes enfants ainsi que sur le cours de gardiens avertis.

CRP Les Relevailles de Montréal

514 640-6741

relevailles.com

Soutien téléphonique, cours, rencontres, aide à domicile, formation de portage et références.

Diabète Québec

514 259-3422 / 1 800 361-3504

diabete.qc.ca

Organisme provincial qui répond aux questions sur le diabète.

Drogue : aide et référence

514 527-2626 / 1 800 265-2626

aidedrogue.ca

Soutien, information et référence aux personnes concernées par la toxicomanie, et ce, à travers tout le Québec.

Éditions du CHU Sainte-Justine

editions-chu-sainte-justine.org

Liste des ouvrages édités par l'hôpital portant sur l'enfance et la famille. On peut les commander à partir du site Web.

Family Service Canada

familyservicecanada.org

Organisme de soutien aux organisations qui offrent des services aux familles (en anglais seulement).

Fédération canadienne des services de garde à l'enfance

613 729-5289 / 1 800 858-1412

cccf-fcsge.ca

Idées sur une foule de sujets d'intérêt pour les familles (sorties, activités, soins, trucs, etc.) (en anglais seulement).

**Fédération des associations de familles
monoparentales et recomposées du Québec**

514 729-6666

fafmrq.org

*Organisme de défense des droits et des intérêts des familles
monoparentales et recomposées du Québec.*

Fédération du Québec pour le planning des naissances

514 866-3721

fqpn.qc.ca

*Information sur la contraception et la santé sexuelle
des femmes.*

**Fédération québécoise des organismes
communautaires Famille**

450 466-2538 / 1 866 982-9990

fqocf.org

*Regrouper et soutenir les organismes communautaires
« Famille » et contribuer à assurer la place de la famille
dans la société québécoise.*

Fondation du Dr Julien

514 527-3777

fondationdrjulien.org

*Centres de pédiatrie sociale en communauté qui assurent
un soutien, des soins et services de médecine globale aux
enfants et familles à risque ou en situation de vulnérabilité.*

Fondation Olo

fondationolo.ca

Aide alimentaire aux femmes enceintes ayant un faible revenu.

Fondation Portraits d'Étincelles

1 877 346-9940

portraitsdetincelles.com

*Service gratuit de photographies ou de retouche photo
de bébés décédés avant ou à la naissance.*

Fondation canadienne du CMV

cmvcanada.com/fr/

*Association caritative nationale engagée dans la prévention
des infections congénitales à cytomégalovirus (CMV).*

Immunisation Canada

613 725-3769, poste 122

immunize.ca/fr

Explications sur les vaccins, calendrier de vaccination, questions et réponses, ressources, etc.

Institut National du Portage des Enfants

1 866 236-4673

inpe.ca

Organisme sans but lucratif faisant la promotion des pratiques du peau à peau et du portage de bébé.

La grossesse sans alcool – TSAF

grossessesansalcool.ca/

Information et ressources sur le trouble du spectre de l'alcoolisation foetale.

L'accompagnateur

laccompagnateur.org

Site développé par des parents d'enfants handicapés dans le but de venir en aide à d'autres parents vivant la même situation.

Le sexe et moi

sexandu.ca/fr

Questions entourant la sexualité qui se trouvent au cœur des préoccupations de la population.

Ligne j'Arrête

1 866 527-7383

quebecsanstabac.ca/jarrete

Information et soutien à l'arrêt tabagique.

Ligue La Leche

1 866 255-2483

allaitement.ca

Soutien téléphonique par des monitrices reconnues. Vente de livres et accessoires d'allaitement.

Mamans pieuvres

mamanspieuvres.com

Ressource d'information et d'échange pour les futurs et nouveaux parents de jumeaux et triplés.

Meilleur Départ

fr.meilleurdepart.org

Centre de ressources sur la santé des mères et des nourrissons et sur le développement du jeune enfant.

Mouvement allaitement du Québec

1 866 529-2221

mouvementallaitement.org

Référence en environnements favorables à l'allaitement.

Naître et grandir

naitreetgrandir.com

Site sur le développement et la santé des enfants.

Nourri-Source

514 948-9877 / 1 866 948-5160

nourri-source.org

Soutien téléphonique par jumelage avec une marraine d'allaitement; les demandes de jumelage peuvent être faites par téléphone. Pour les autres activités en lien avec l'allaitement, consultez le site Web.

Ordre des orthophonistes et audiologistes du Québec

514 282-9123 / 1 888 232-9123

ooaq.qc.ca

Répertoire complet des orthophonistes et des audiologistes au Québec.

Parachute

1 888 537-7777

parachute.ca/fr

Parachute désire aider les Canadiens à réduire leurs risques de blessures tout en profitant au maximum d'une longue vie, bien remplie (service téléphonique en anglais seulement).

Parents Orphelins, l'Association québécoise des parents vivant un deuil périnatal

514 686-4880

parentsorphelins.org

Regroupement et services complémentaires pour les parents ayant perdu un bébé en cours de grossesse. Cafés-causeries, ligne d'écoute, activités ponctuelles, Marche lumineuse annuelle et ressources externes.

Préma-Québec

450 651-4909 / 1 888 651-4909

premaquebec.ca

Association québécoise pour les enfants prématurés.

Regroupement des cuisines collectives du Québec

1 866 529-3448

rccq.org

Pour trouver la cuisine collective la plus près de chez vous.

Relevailles Québec

418 688-3301

relevaillesquebec.com

Aide à domicile, groupe d'entraide en dépression post-partum, café-rencontres, massage bébé, soutien.

RePère

514 381-3511

repere.org

Programme d'aide et de soutien pour les pères.

Réseau des Centres de ressources périnatales

418 336-3316

rcrpq.com

Site Web pour connaître le CRP de votre région afin d'obtenir des services tels que : cours prénatals, accompagnement à la naissance, relevailles, soutien à l'allaitement et ateliers variés.

Réseau québécois d'accompagnantes à la naissancenaissance.ca

Centre d'information et de référence ayant pour but de faire connaître les services de ses membres au public.

Seréna

514 273-7531 / 1 866 273-7362

serenaquebec.com

Organisme de promotion des méthodes de planification naturelle des naissances.

Sexplique

418 624-6808

sexplique.org

Service d'information en contraception et sexualité de Québec.

Société canadienne de pédiatrie – Soins de nos enfants

613 526-9397

soinsdenosenfants.cps.ca

Information sur la santé des enfants donnée par des pédiatres canadiens.

Société de sauvetage

514 252-3100 / 1 800 265-3093

sauvetage.qc.ca / baignadeparfaite.com

Organisme provincial dédié à la prévention des noyades et traumatismes associés à l'eau notamment par le biais de services conseils gratuits sur l'aménagement sécuritaire d'une piscine résidentielle. La Société offre aussi une gamme complète de formations en premiers soins, sauvetage, réanimation et navigation de plaisance.

The Health of Canada's Children and Youth

cichprofile.ca/fr

Organisme voué à la santé infantile et familiale, offrant de nombreuses publications et ressources à l'intention des parents.

Union des consommateurs du Québec

514 521-6820 / 1 888 521-6820

uniondesconsommateurs.ca

Associations de consommateurs au Québec qui peuvent vous offrir des services gratuits de consultation budgétaire.

Les adresses, noms d'organismes ou documents mentionnés dans ce chapitre ont retenu l'attention des auteurs en raison de leur pertinence pour les lecteurs de ce guide. Toutefois, il ne s'agit nullement d'une liste exhaustive et les contenus qui y sont développés n'engagent ni la responsabilité des auteurs ni celle de l'Institut national de santé publique du Québec.

