

calendrier 2025



Office municipal
d'habitation
de Montréal

RÉPERTOIRE DES RESSOURCES



811 Info-Santé et Info-Social

Une infirmière d'Info-Santé ou un intervenant d'Info-Social répond à vos questions, vous donne des conseils éclairés et vous oriente au besoin vers la bonne ressource du réseau de la santé et des services sociaux. 24 h sur 24, 7 jours sur 7. Gratuit et confidentiel.

AÎNÉS

- FADOQ
(Regroupement des personnes de 50 ans et plus du Québec)
514 252-3017 fadoq.ca
- Ligne Aide Abus Aînés (Ligne AAA)
514 489-2287
- Tel-Aînés (centre d'écoute et de référence)
514 353-2463
- Aîné-Avisé
(Fraude, maltraitance et intimidation envers les aînés)
aïneavise.ca

JEUNESSE

- Tel-jeunes
1 800 263-2266 Par texto : 514 600-1002
- Tel-jeunes Parents
1 800 361-5085
- Jeunesse, J'écoute
1 800 668-6868 Par texto : 686868
- Direction de la protection de la jeunesse (DPJ)
514 896-3100
- Les centres de la jeunesse et de la famille Batshaw
(DPJ anglophone)
514 935-6196

311 Services de la Ville de Montréal

Numéro de téléphone unique pour toute question sur les services municipaux : 311

- Lundi au vendredi : 8 h 30 à 20 h 30
- Samedi, dimanche et jours fériés : 9 h à 17 h

EMPLOI ET REVENUS

- Centre des femmes de Montréal
514 842-4780 centredesfemmesdemtl.org
- Carrefour Jeunesse Emploi de votre quartier
(16 à 35 ans) trouvetoncje.com
- Association coopérative d'économie familiale (ACEF)
(Aide au budget)
ACEF du Sud-Ouest : 514 362-1771
ACEF du Nord : 514 277-7959
ACEF de l'Est : 514 257-6622

VIOLENCE CONJUGALE ET FAMILIALE

- SOS violence conjugale
514 873-9010
sos@sosviolenceconjugale.ca
- À cœur d'homme - Réseau d'aide aux hommes pour une société sans violence
1 877 660-7799 acoeurdhomme.com

VICTIMES D'ACTES CRIMINELS

- Centre d'aide aux victimes d'actes criminels (CAVAC) 1 866 532-2822 cavac.qc.ca
- Info-aide violence sexuelle
1 888 933-9007 (téléphone ou texto)
infoaideviolencesexuelle.ca

211 Centre de Référence du Grand Montréal

Au téléphone

211 est un service d'information et de référence multilingue disponible 7 jours par semaine, de 8 h à 18 h.

Sur Internet

211 rend disponibles toutes les informations à jour sur les ressources sociocommunautaires : 211qc.ca

SANTÉ MENTALE ET DÉPENDANCES

- Suicide Action Montréal
(ligne de prévention du suicide)
1 866 277-3553 suicideactionmontreal.org
- Tel-Aide (Ligne d'écoute anonyme 24 h / 7 j)
514 935-1101 telaide.org
- Les centres de crise
(Adultes en détresse psychologique ou psychosociale)
811 pour connaître le centre le plus proche
centredecrise.ca
- Drogue : Aide et Référence
(Soutien, information et référence aux personnes affectées par la consommation de drogue, alcool et médicaments. 24 h / 7 j)
514 527-2626 aidedrogue.ca
- Jeu : Aide et Référence
(Soutien, information et référence sur le jeu compulsif. 24 h / 7 j)
514 527-0140 aidejeu.ca

RESSOURCES GÉNÉRALES

- Aide juridique
514 864-2111 aidejuridiquedemontreal.ca
- Services Québec
514 644-4545 quebec.ca
- Interligne
(Centre d'aide et de renseignements aux personnes LGBTQ+)
514 866-0103
Texto : 1 888 505-1010
interligne.com



Janvier



LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

DIMANCHE

NOTES

1 Loyer

Nouvel An
Bureaux fermés

2

Bureaux fermés

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13 ●

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29 ○

30

31

● Nouvelle lune ○ Pleine lune





Février



LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

DIMANCHE

NOTES

1 Loyer

2

Jour de la marmotte

3

4

Rencontre
Comité consultatif
des résidents

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

Saint-Valentin

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28





Mars

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

DIMANCHE

NOTES

1 Loyer

2

3

4

5

6

7

8
Journée internationale des droits des femmes

9
Début de l'heure avancée d'été

10

11
Rencontre Comité consultatif des résidents

12

13

14 

15

16

17

18

19

20
Équinoxe du printemps

21

22

23

24
31

25

26 

27

28

29 

30





Avril



LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

DIMANCHE

1 Loyer

2

3

4

5

6

7
Journée mondiale de la santé

8

9

10

11

12

13

14

15
Rencontre Comité consultatif des résidents

16

17

18
Vendredi Saint Bureaux fermés

19

20
Pâques

21
Lundi de Pâques Bureaux fermés

22
Jour de la Terre

23

24

25

26

27
Semaine de l'action bénévole

28

29

30
Date limite pour remettre vos déclarations de revenus

NOTES



Mai



LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

DIMANCHE

NOTES

1 Loyer

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11
Fête des Mères

12 ●

13
Rencontre
Comité consultatif
des résidents

14

15
Journée
internationale
des familles

16

17

18

19
Journée nationale
des Patriotes
Bureaux fermés

20

21
Journée de la
diversité culturelle
pour le dialogue
et le développement

22

23

24

25

26 ○

27

28

29

30

31





Juin

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

DIMANCHE

NOTES

Loyer

2	3	4	5	6	7	8
9	10	11 	12	13	14	15 Fête des Pères Journée mondiale de la sensibilisation à la maltraitance des personnes âgées
16	17 Rencontre Comité consultatif des résidents	18	19	20	21 Solstice d'été	22
23 30	24 Fête nationale du Québec Bureaux fermés	25 	26	27 Journée canadienne du multiculturalisme	28	29





Juillet



LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

DIMANCHE

1 Loyer
Fête du Canada
Bureaux fermés

2

3

4

5

6

7

8

9

10 ●

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24 ○

25

26

27

28

29

30

31

NOTES





Août



LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

DIMANCHE

NOTES

1 Loyer

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12
Journée internationale de la jeunesse

13

14

15

16

17

18

19
Journée mondiale de l'aide humanitaire

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31





Septembre



LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

DIMANCHE

1

Loyer

2

Fête du travail
Bureaux fermés

3

4

5

6

7



8

Journée internationale de l'alphabétisation

9

Rencontre Comité consultatif des résidents

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

Journée internationale de la paix



22

Équinoxe d'automne

23

24

25

26

27

28

29

30

Journée nationale de la vérité et de la réconciliation

NOTES





Octobre

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

DIMANCHE

1 Loyer
Journée nationale des aînés

2
Journée internationale de la non-violence

3

4

5

6 ☀

7

8

9

10
Journée mondiale de la santé mentale

11

12

13
Action de grâce
Bureaux fermés

14
Rencontre Comité consultatif des résidents

15

16

17
Journée internationale pour l'élimination de la pauvreté

18

19

20

21 ☀

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31
Halloween

NOTES





Novembre



LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

DIMANCHE

NOTES

1 Loyer

2
Retour à l'heure normale

3

4

5 ●

6

7

8

9

10

11
Jour du Souvenir

12

13

14

15

16
Journée internationale pour la tolérance

17

18

19
Journée internationale de l'homme

20 ○

21

22

23

24

25
Rencontre Comité consultatif des résidents

26

27

28

29

30





Décembre



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
1 Loyer	2	3	4 ●	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19 ○	20	21 Solstice d'hiver
22	23	24 Bureaux fermés	25 Noël Bureaux fermés	26 Bureaux fermés	27	28
29	30	31 Bureaux fermés	NOTES _____ _____ _____			

CALENDRIER 2026

JANVIER 2026

L	M	M	J	V	S	D
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

FÉVRIER 2026

L	M	M	J	V	S	D
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	

MARS 2026

L	M	M	J	V	S	D
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23 30	24 31	25	26	27	28	29

AVRIL 2026

L	M	M	J	V	S	D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

MAI 2026

L	M	M	J	V	S	D
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

JUIN 2026

L	M	M	J	V	S	D
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

JUILLET 2026

L	M	M	J	V	S	D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

AOÛT 2026

L	M	M	J	V	S	D
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24 31	25	26	27	28	29	30

SEPTEMBRE 2026

L	M	M	J	V	S	D
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

OCTOBRE 2026

L	M	M	J	V	S	D
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

NOVEMBRE 2026

L	M	M	J	V	S	D
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23 30	24	25	26	27	28	29

DÉCEMBRE 2026

L	M	M	J	V	S	D
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			



L'OMHM à votre service !

7 jours sur 7 – 7 h à 23 h / Urgences et sécurité 24 h / 7 jours

Un seul numéro pour **TOUTES** vos demandes à l'OMHM
☎ Centre d'appels : 514 872-6646

 Demandes de réparation en ligne sur omhm.qc.ca

Pour vous simplifier la vie, vous pouvez appeler le Centre d'appels pour tous vos besoins :

- ✓ Sécurité
- ✓ Réparation
- ✓ Bail
- ✓ Extermination
- ✓ Entretien
- ✓ Cohabitation
- ✓ Stationnement
- ✓ Règlement
- ✓ d'immeuble, etc.

DEUX ADRESSES POUR DES SERVICES EN PERSONNE



Bureau de services – Est
3330, boul. de l'Assomption
Montréal (Québec)
H1N 3S4



Station de métro
Assomption



Office municipal
d'habitation
de Montréal

- Services offerts**
- ✓ Questions sur le bail
 - ✓ Paiement du loyer
 - ✓ Demandes et informations diverses
 - ✓ Plaintes



Bureau de services – Ouest
2247, rue Delisle
Bureau 300
Montréal (Québec)
H3J 1K4



Station de métro
Lionel-Groulx