

---

# Zone communautaire d'Inkster

---

Guide des  
programmes et des  
services destinés  
aux familles

---

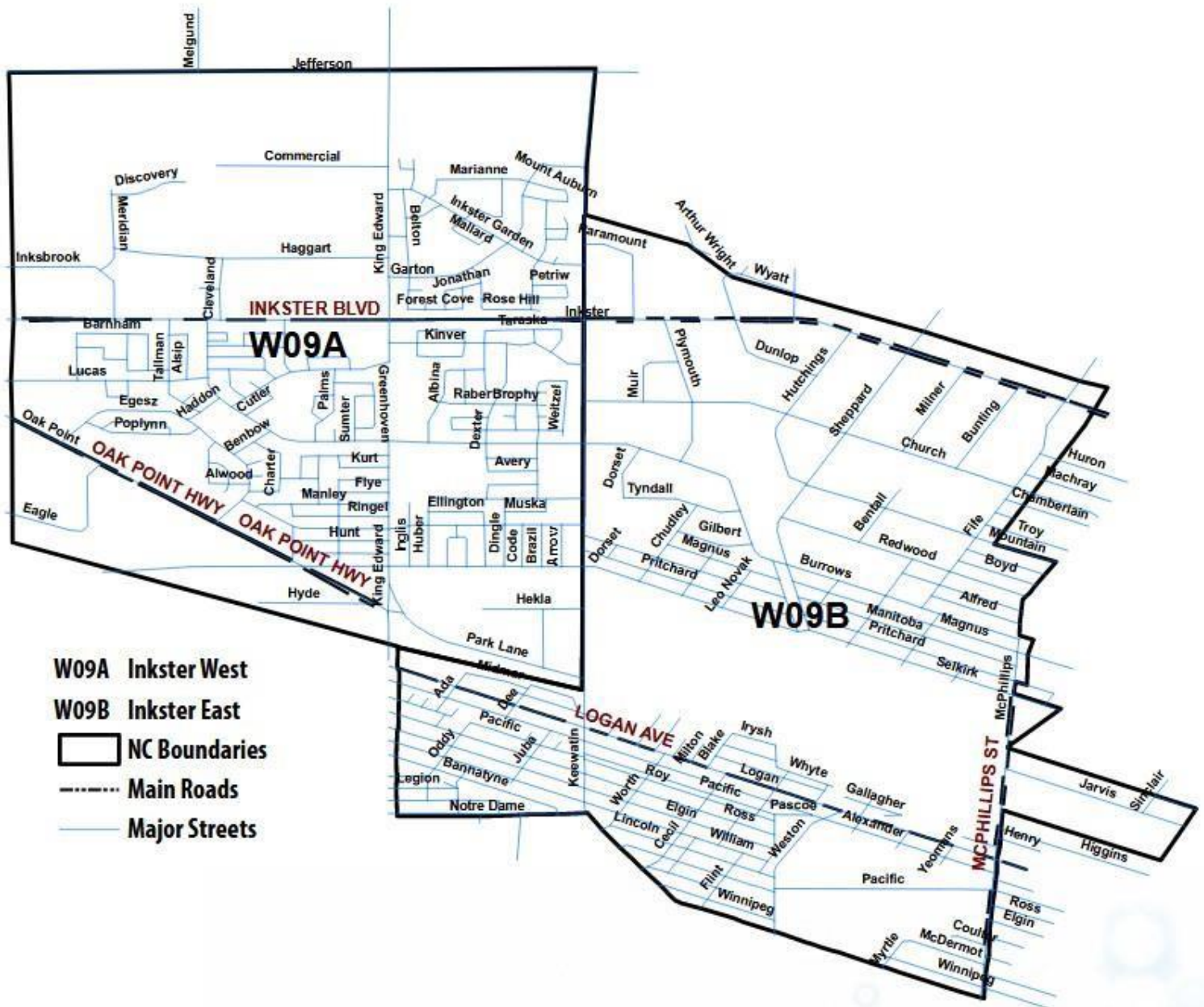


*Février, 2019*

## INDEX

Carte de la communauté d'Inkster	2
Magasinage	
· Épiceries	3
· Vêtements, meubles et articles ménagers	3
· Banques alimentaires	4
· Repas communautaires gratuits	4
Services de santé	
· Urgence	5
· Hôpitaux	5
· Services en santé mentale	5
· Services médicaux	6
· Centre d'accès sans rendez-vous	7
·	
· Services dentaires	8
· Soins de la vue	9
· Dépendances	10
Services de garde	11-14
Écoles	15
Ressources pour familles	
· Sorties en famille	16
· Pratiques parentales saines Winnipeg	16
· Bébé en santé	16
· Zone des parents Manitoba	16
· Coalition parent-enfant d'Inkster	17
· Women's Health Clinic	17
· Centres récréatifs communautaires	18
· Centres de ressources	18
· Bibliothèques	19
· Accès public gratuit à des ordinateurs	19
Finances	
· Banques et caisses populaires	20
· Aide à l'emploi et au revenu	20
· Saving Circle	20
Logement	
· Logement et Logement Manitoba	21
· Location	21
· Logement pour Autochtones	21
· Refuges d'urgence	22

# CARTE DE LA COMMUNAUTÉ D'INKSTER



Profil de la région communautaire d'Inkster,  
 2015  
 Office régional de la santé de Winnipeg (ORSW)

## **Vêtements, meubles et articles ménagers à faible coût ou gratuits**

### **MCC Thrift Shop (meubles seul.)**

18, rue Keewatin

204 694-3669

### **Centre de ressources/dépôt de vêtements**

1411, rue Fife, bureau 14

204 632-5992

### **Once Upon a Child**

1330, rue Ellice

204 786-2229

### **Armée du salut**

1424, rue McPhillips

204 586-2556

### **Up Shoppe**

382, avenue Selkirk

204 582-3494

### **Village des valeurs**

942, avenue Jefferson

204 694-6844

## **Banques alimentaires**

### **Agape Table**

175, rue Colony  
204 783-6369

### **Siloam Mission**

300, rue Princess  
204 956-4344

### **Winnipeg Harvest**

204 982-3663

Pour obtenir de l'aide alimentaire, appelez le 204 982-3660.

Vous devez présenter votre carte d'assurance maladie du Manitoba à Winnipeg Harvest.

Demandes spéciales – Préparations pour nourrissons, aliments et articles de toilette particuliers pour bébés, céréales pour bébés (pablum), aliments pour bébés en pots, couches.

## **GRATUIT- Programme de repas communautaires**

Community Food Centre

61, avenue Tyndall, bureau 103  
204 615-3117

Dîner gratuit, de 12 h à 13 h 30, les lundis, mercredis et vendredis. Nombreux programmes gratuits. Pour de plus amples informations, visitez le centre ou consultez le site Web à <https://norwestcoop.ca/community-food-centre/>.

# SERVICES DE SANTÉ

## Services d'urgence

### **APPELEZ LE 911**

- ✓ Police
- ✓ Ambulance
- ✓ Service d'incendie
- ✓ Traitement de l'empoisonnement

## Services non urgents

- ✓ Police 204 986-6222
- ✓ Ambulance 204 986-6336
- ✓ Incendie 204 986-6380

## Hôpitaux

Hôpitaux de notre communauté :

### **Seven Oaks**

2300, rue McPhillips

Question urgente : 204 632-7133

Question concernant un patient : 204 632-3224

### **Urgence pour enfants-CSS**

700, avenue William

204 667-1560

## Services en santé mentale

### **Centre d'accès NorWest**

785, rue Keewatin

204 938-5900

### **A Women's Place**

323, avenue Portage, bureau 200

204 940-6624

### **Centre d'intervention d'urgence**

817, avenue Bannatyne

Ouvert 24 h/24, 7 jours par semaine 204 940-1781

### **Ligne d'écoute d'espoir pour les Premières Nations et les Inuits**

1 855 242-3310

### **Ligne de crise de Klinic**

Ligne d'aide en cas de crise 24 h/24 : 204 786-8686;

Sans frais 24 h/24: 1 888 322-3019

## **Ligne manitobaine de la prévention du suicide**

1 877 435-7170

Counseling et soutien 24 h/24

## **Mood Disorders Association of Manitoba**

4, rue Fort, bureau 100

204 786-0987

## **Postpartum Depression Association of Manitoba**

Textos : 204 391-5983

## **The Youth Hub**

61, avenue Tyndall, bureau 103

204 221-9800 ou 204 938-5920

## **Youth Crisis Stabilization System**

204 949-4777 ou 1 888 383-2776

## **Women's Health Clinic**

419, avenue Graham

204 947-1517

## **Association canadienne pour la santé mentale**

930, avenue Portage

204 982-6100

<https://mbwpg.cmha.ca/>

## **Services médicaux**

### **Centre d'accès NorWest**

785, rue Keewatin

204 938-5900

### **Blue Bird Clinic**

97, rue Keewatin, bureau 100

204 935-5830

### **Ligne de téléassistance pour l'allaitement 24 h/24**

204 788-8667

### **Service de consultations de diététistes**

204 788-8248

### **Bureau de la Santé publique d'Inkster**

785, rue Keewatin

204 938-5938

### **Envoy Medical Centre**

481, avenue William

204 786-4444

### **Trouver un médecin de famille**

Tél. : 204 786-7111

Pour trouver un médecin dans votre quartier  
qui accepte de nouveaux patients

**Health Links-Info Santé**

Tél. : 204 788-8200

24 h/24

Une infirmière de la Santé publique répondra à vos questions en matière de santé

**Centre Anti-Poison du Manitoba**

Tél. : 1 855 776-4766 ou 1 855

7POISON

**Mobile MD's**

Prendre rendez-vous pour des visites médicales à domicile : 204 977-6898

**Les soins voulus**

Aide les Manitobains à choisir les bonnes options de soins lorsqu'ils sont malades ou blessés. Consultez le site :

<https://myrightcare.ca/fr/w>

**Cliniques sans rendez-vous****Centre d'accès NorWest- Soins de continuité**

785, rue Keewatin

204 938-5900

Les heures peuvent varier. Appelez à l'avance pour confirmer les heures d'ouverture.



## **Services dentaires**

Le régime d'assurance maladie du Manitoba **ne couvre pas** les services dentaires.

### **Services dentaires à plus faible coût :**

#### **Healthy Smile Happy Child**

204 789-3500

Courriel :

[ddemare@chrim.ca](mailto:ddemare@chrim.ca);

[hshcinfo@chrim.ca](mailto:hshcinfo@chrim.ca)

#### **S.M.I.L.E. plus Program**

#### **The Machray School Dental Clinic**

320, avenue Mountain

204 940-2090

Pour les enfants de moins de 18 ans

#### **Clinique dentaire du Centre d'accès du Centre-ville**

640, rue Main

204 940-3816

## **Soins de la vue**

Le régime d'assurance maladie du Manitoba **ne couvre pas** tous les coûts de soins de la vue.

Si vous avez moins de 19 ans ou 65 ans et plus, vous pouvez recevoir un examen régulier complet de la vue tous les 2 ans. Pour en savoir plus, appelez le 204 786-7334

## **Dépendances**

### **Addictions Foundation of Manitoba (AFM)**

www.afm.mb.ca  
1031, av. Portage  
204 944-6200  
Services d'éducation, de prévention et de traitement pour réduire les dangers liés à l'alcool, aux drogues et au jeu compulsif

### **Al-Anon/Alateen**

<https://al-anon.org/fr/w>  
Groupe de soutien pour les amis et les familles de buveurs excessifs

### **Behavioral Health Foundation (BHF)**

www.bhf.ca  
35, av. de la Digue  
204 269-3430  
Services d'éducation, de prévention et de traitement pour réduire les dangers liés à l'alcool, aux drogues et au jeu compulsif

### **Insight Mentor Program, Nor'West Co-op Community Health**

www.noorwestcoop.ca/mind-spiriti/mentor-program  
785, rue Keewatin  
204 938-5998  
Soutien gratuit pour les femmes enceintes et les nouvelles mères ayant des problèmes de toxicomanie

### **Manitoba Addictions Helpline**

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

River Point Centre 146, av. Magnus 1 855 662-6605  
Aiguillage confidentiel gratuit vers des services de traitement des dépendances pour les adultes. Par téléphone, en personne ou en ligne.

### **Problem Gambling Hotline (24 h/24)**

www.straphaelcentre.ca St Raphael Wellness  
Centre 225, rue Vaughn, 2<sup>e</sup> étage  
204 956-6650  
1 800 463-1554  
Programme gratuit de traitement et de suivi pour les personnes souffrant de dépendances et leurs familles

### **Accès rapide aux traitements des dépendances (Clinique RAAM)**

*Centre d'intervention d'urgence en santé mentale*  
817, av. Bannatyne  
*River Point Centre*  
146, av. Magnus 1 855 662-6605  
Cliniques sans rendez-vous pour les personnes cherchant de l'aide pour des problèmes de consommation à haut risque et de toxicomanie.

### **Services d'accueil centralize pour les adolescents aux prises avec une dépendance**

1- 877 710-3999

## **SERVICES DE GARDE**

Le Programme de garde d'enfants du Manitoba s'engage à ce que les enfants de 12 semaines à 12 ans reçoivent des services de garde de haute qualité.

### **Registre en ligne des services de garde d'enfants**

<https://www.gov.mb.ca/fs/childcare/occr/index.fr.html>

Tél. : 204 945-0776

### **Information sur les allocations pour la garde d'enfants**

Tél. : 204 945-0286

### **Site Web sur la garde d'enfants**

<https://www.gov.mb.ca/fs/childcare/index.fr.html>

# ÉCOLES

## **ÉCOLES PRIMAIRES/INTERMÉDIAIRES**

### **Brooklands School**

M-5<sup>e</sup> année  
1950, av. Pacific O.  
204 633-9630  
St James School  
Division  
<https://www.sjasd.ca>

### **Cecil Rhodes School**

Maternelle-9<sup>e</sup> année  
1570, av. Elgin O.  
204 783-9012  
Hors campus disponible  
pour les élèves de 7, 8,  
9<sup>e</sup> années

### **École Stanley Knowles School**

Maternelle-8<sup>e</sup> année  
2424, rue King  
Edward  
204 694-0483

### **Garden Grove School/École Garden Grove**

Maternelle-6<sup>e</sup> année  
2340, av. Burrows  
204 633-6477

### **Lord Nelson School**

Maternelle-6<sup>e</sup> année  
820, rue McPhillips  
204 586-9625

### **Meadows West School**

Maternelle-8<sup>e</sup> année  
150, prom. Inkster  
Garden  
204 694-6755

### **Shaughnessy Park School**

Maternelle-8<sup>e</sup> année  
1641, av. Manitoba  
204 586-8376

### **Tyndall Park School**

Maternelle-6<sup>e</sup> année  
2221, rue King  
Edward  
204 633-0065

### **Prairie Rose Elementary School**

Maternelle-6<sup>e</sup>  
année  
105, av. Lucas  
204 663-4092

### **Weston School**

Maternelle-6<sup>e</sup> année  
1410, av. Logan  
204 775-2591

## **ÉCOLES SECONDAIRES**

### **Adolescent Parent Centre**

9<sup>e</sup> à 12<sup>e</sup> année  
136, rue Cecil  
204 775-5440

### **Sisler High School**

9<sup>e</sup> à 12<sup>e</sup> année  
1360, av. Redwood  
204 589-8321

### **Technical Vocational High School**

9<sup>e</sup> à 12<sup>e</sup> année  
1555, rue Wall  
204 786-1401

Renseignez-vous sur le  
**programme hors campus**

### **The Resources for Adolescent Parents (RAP) program**

Programmes pour jeunes  
femmes enceintes et  
jeunes mères  
717, av. Portage  
204 786-7051, poste 2200  
Courriel : [RAP@newdirections.mb.ca](mailto:RAP@newdirections.mb.ca)

## **ÉCOLES PRIVÉES**

### **Dasmesh School**

Maternelle-12<sup>e</sup> année  
1770, rue King Edward  
204 633-6670

Pour savoir quelle école est dans votre zone de fréquentation, visitez le site  
<https://www.winnipegssd.ca> ou appelez le 204 775-0231.

# RESSOURCES POUR FAMILLES

## **Sorties en familles**

Pour en savoir plus sur les *activités gratuites* à Winnipeg, visitez le site Web <https://wpgforfree.ca>.

Consultez le Guide des loisirs à [www.winnipeg.ca](http://www.winnipeg.ca).

## **Pratiques parentales saines Winnipeg**

<https://healthyparentingwinnipeg.ca/fr/h>

Le site Web Pratiques parentales saines Winnipeg fait partie du programme Population et Santé publique de l'ORSW à l'intention des familles de Winnipeg. Vous trouverez sur ce site de l'information locale sur les pratiques parentales et la santé publique.

## **Sites Bébés en santé**

Le programme Bébés en santé 'Baby Feathers' est un programme GRATUIT qui offre des allocations prénatales.

Ligne d'information sur les allocations prénatales : 204 945-1301

Information, éducation et soutien en matière de santé pour les familles.

- Les femmes (et leurs partenaires) qui sont enceintes ou qui ont un enfant de moins de 1 an sont admissibles au programme.
- Des billets d'autobus pour assister au programme et des services de garde sur place sont fournis.
- Chaque programme comporte une facilitatrice des services d'approche, une infirmière de la Santé publique et une nutritionniste.

Les **mercredis** au Willow Centre, situé à côté du Community Food Centre  
61, avenue Tyndall, local 103  
204 615-3117  
13 h 30-15 h 30

## **Zone des parents du Manitoba – Enfants en santé Manitoba**

<http://www.manitobaparentzone.ca/index.fr.htmlh>

Ligne d'information sur le rôle parental : 1 877 945-4777


## **Coalition parent-enfant d'Inkster**

Programmes GRATUITS pour les familles et leurs enfants de 0 à 6 ans de la région d'Inkster.

Chaque site du programme Bright Start comporte une facilitatrice de la Coalition parent-enfant d'Inkster, une infirmière de la Santé publique et un fournisseur de soins primaires.

Une collation santé GRATUITE est fournie à tous les programmes de la Coalition parent-enfant d'Inkster.

<b>Mardis</b>	<b>Bright Start</b> 13 h 30-15 h 30 Centre d'accès NorWest 785, rue Keewatin	
<b>Jeudis</b>	<b>Bright Start</b> 9 h 30-11 h 30 Weston Memorial Community Centre 1625, avenue Logan	
<b>Vendredis</b>	<b>Bright Start</b> 9 h 30-11 h 30 Gilbert Park Gym 45 C, av. Gilbert	<b>Parent Connect</b> 13 h 30-15 h 30 NorWest on Alexander 1880,

 **Pour plus d'information, visitez la page Facebook**

<https://www.facebook.com/Inkster-Parent-Child-Coinalition-IPCC-268225120022250/>

## **Women's Health Clinic –Rôle de mère/rôle parental**

204 947-2422, poste 113

Sensibilisation, soutien individuel et en groupe pour les femmes éprouvant des changements émotionnels après avoir introduit un bébé dans leur vie; des séances Vivre avec le changement sont également offertes.

## **Centres de loisirs communautaires**

### **Brooklands Active Living Centre**

1960, av. William O.  
204 632-8367

### **Tyndall Park Community Centre**

2255, rue King Edward  
204 632-4916

### **Northwood Community Centre Rink**

1415, av. Burrows  
204 582-7555

### **Weston Memorial Community Centre**

1625, av. Logan  
204 783-3698

### **Philippine Canadian Centre of Manitoba**

737, rue Keewatin  
204 775-4928

Chacun des centres indiqués ci-dessus offre de nombreuses activités et de nombreux programmes gratuits selon une formule de halte-accueil.

Pour participer à certains programmes, il peut y avoir des coûts ou des frais d'inscription. Il y a habituellement des frais pour que les enfants et les adolescents participent à des programmes de sports organisés (programmes de soccer, baseball, hockey, basketball et du Guide de loisirs).

***Si les familles n'ont pas les moyens de payer les frais d'inscription pour le programme de sports, une assistance financière est disponible, appelée Assistance socioéconomique - demandes de subventions***

## **Centres de ressources**

### **Blake Gardens Resource Centre**

312, rue Blake  
204 940-8499

### **NorWest on Alexander**

1880, av. Alexander  
204 940-2662

### **Community Food Centre**

61, av. Tyndall, local 103  
204 615-3117

### **Youth Hub**

61, av. Tyndall, local 106  
204 221-9800  
204 938-5920

### **Gilbert Park**

35, av. Gilbert, local 7  
204 982-4429

Pour en savoir plus sur ce qu'offre chaque centre de ressources, consultez le site Web de NorWest Coop Community Health à <https://norwestcoop.ca/>



## **Bibliothèques/Alphabétisation des familles**

**Sir William Stephenson Library**  
**Bibliothèque publique**  
765, rue Keewatin  
204 986-7070

**Bibliothèque mobile**  
12, rue Blake  
Un mercredi sur deux, 14 h 30-16 h 30  
(à longueur d'année)

Vous pouvez obtenir de plus amples informations sur le site Web de la  
Bibliothèque publique de Winnipeg à  
<https://winnipeg.ca/francais/library/h>

## **Accès public gratuit à des ordinateurs**

**Blake Gardens Resource Centre**  
312, rue Blake  
204 940-8499

**NorWest on Alexander**  
1880, av. Alexander  
204 940-2662

**Community Food Centre**  
61, av. Tyndall, local 103  
204 615-3117

**Sir William Stephenson Library**  
**Bibliothèque publique**  
765, rue Keewatin  
204 986-7070

**Gilbert Park**  
35, av. Gilbert, local 7  
204 982-4429

**Youth Hub**  
61, av. Tyndall, local 106  
204 221-9800  
204 938-5920

Des ordinateurs et l'Internet sont disponibles à ces centres. Veuillez appeler  
pour connaître les heures d'ouverture.

# FINANCES

## **Banques et caisses populaires**

### **Assiniboine Credit Union**

1038, rue Keewatin  
204 958-8588

### **Belgian-Allegiance Credit Union**

930, av. Jefferson  
204 927-0450

### **BMO Bank of Montreal**

1083, rue McPhillips  
204 985-2530  
*Guichet automatique*  
1858, rue King Edward

### **CIBC**

*Guichet automatique*  
1445, av. Logan

### **Crosstown Civic Credit Union**

1450, rue McPhillips  
204 594-1190

### **Nesco Financial**

*Guichet automatique*  
1030, rue Keewatin S

### **RBC Royal Bank**

*Guichet automatique*  
1050, rue Keewatin

### **TD Canada Trust**

850, rue Keewatin  
204 988-2481  
*Guichet automatique*  
1300, av. McPhillips  
1050, rue Keewatin

## **Aide à l'emploi et au revenu (AER)**

<https://www.gov.mb.ca/fs/eia/index.fr.html>

204 948-4000

**Ligne d'URGENCE de l'AER après les heures de travail : 204 945-0183**

Le Programme d'aide à l'emploi et au revenu offre un soutien financier aux Manitobains qui ne disposent d'aucun autre moyen de subsistance pour eux-mêmes ou leurs familles. Ceci inclut les prestations du Programme d'allocation manitobaine pour le loyer qui aident à payer les frais de logement. En ce qui concerne les personnes en mesure de travailler, le Programme les aidera à retourner sur le marché du travail en leur offrant des mesures de soutien à l'emploi.

## **Saving Circle**

<http://seedwinnipeg.ca/programs/detail/saving-circle>

204 782-8793

Programme qui aide les personnes et les familles à faible revenu à épargner les actifs nécessaires tout en acquérant des compétences en gestion des finances.

# LOGEMENT

## **Logement Manitoba**

<https://www.gov.mb.ca/housing/index.fr.html>

269, avenue Dufferin

204 945-3431

Logement Manitoba aide les familles, les aînés et les personnes seules à faible revenu à trouver des demeures à loyer modique.

## **Location**

**Winnipeg Rehabilitation Corporation (WHRC)**

60, rue Frances

204 949-2880

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

## **Fournisseurs de logements pour Autochtones**

**Dakota Ojibway First Nations Housing Authority Inc.**

**Family Housing**

11, rue Arden

204 988-5375

**Kanata Housing Corporation**

2055, avenue McPhillips, bureau 202

204 338-6261

**Kinew**

394, rue McGregor

204 956-5093

## **Registres de location en ligne**

**Winnipeg Rental Network**

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

Le Winnipeg Rental Network (WRN) offre une base de données en ligne qui facilite la recherche de logements locatifs abordables.

## **Refuges d'urgence**

### **Jeunes**

#### **Ndinawe Safe Home à Youth Resource Centre**

472, avenue Selkirk  
204 586-2588

#### **24-Hour Youth Drop-In à Rossbrook House**

658, avenue Ross  
204 949-4090

### **Adultes**

#### **Main Street Project**

75, rue Martha  
204 982-8245

#### **Siloam Mission**

Repas et loisirs  
303, rue Stanley  
204 956-4344  
Les portes ouvrent à 8 h.

Refuge situé au 300, rue Princess  
Les portes ouvrent à 20 h.

#### **The Salvation Army Booth Centre**

180, avenue Henry  
204 946-9402  
204 946-9400 (bureau d'administration)  
Ouvert 24 h/24, 7 jours/7

## **LIGNE TÉLÉPHONIQUE 311**

La ligne téléphonique 311 est un service non urgent, disponible 24 heures sur 24, 7 jours par semaine et 365 jours par année. Appelez le 311 si vous avez besoin d'un service (p. ex., refoulement d'égout), d'un renseignement (p. ex., permis, piscines/bibliothèques), si vous avez des préoccupations (p. ex., infractions de stationnement, déneigement), et si vous souhaitez vous inscrire à un programme municipal (p. ex., guide de loisirs).

OU

Visitez le site <https://www.winnipeg.ca/francais/interhom/> pour le 311 libre-service. Il s'agit d'une ressource en ligne qui offre de nombreuses façons d'obtenir de l'information et un accès à des services municipaux.

## **211 Manitoba - Services de santé en ligne**

<https://mb.211.ca/>

211 Manitoba fournit de l'information sur les services de santé et sociaux offerts partout dans la province. L'information est procurée par les services/organismes indiqués dans la base de données.

Bien que des efforts aient été faits pour inclure autant de programmes et de services que possible, ce guide n'est pas complet et l'exactitude de l'information ne peut pas être garantie. Les auteurs de ce guide n'appuient pas personnellement les programmes mentionnés et n'acceptent aucune responsabilité pour toute information inexacte. Pour en savoir plus sur tout programme ou service mentionné dans ce guide, veuillez contacter le fournisseur du programme ou du service.