

**Pas de retraite  
pour vos finances**

**Carnet de ressources**



50, rue Ste-Catherine Ouest, bureau 440  
Montréal (Québec) H2X 3V4

Téléphone : 514 598-7288

Télécopieur : 514 598-8511

[info@option-consommateurs.org](mailto:info@option-consommateurs.org)

## **Association coopérative d'économie familiale (ACEF) de l'Est de Montréal**

[www.consommateur.qc.ca/acefest](http://www.consommateur.qc.ca/acefest)

514 257-6622

Consultation budgétaire, cours sur le budget, information et défense des droits et intérêts des consommateurs.

## **Association coopérative d'économie familiale (ACEF) du Nord de Montréal**

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

514 277-7959

Consultation budgétaire, cours sur le budget, information et défense des droits et intérêts des consommateurs.

## **Association coopérative d'économie familiale (ACEF) du Sud-Ouest de Montréal**

[www.consommateur.qc.ca/acef-som](http://www.consommateur.qc.ca/acef-som)

514 362-1771

Consultation budgétaire, cours sur le budget, information et défense des droits et intérêts des consommateurs.

## **Agence de la consommation en matière financière du Canada (ACFC)**

[www.fcac-acfc.gc.ca](http://www.fcac-acfc.gc.ca)

1 866 461-2232

Information sur les activités bancaires, le crédit, la fraude et d'autres sujets reliés aux institutions financières.

## **Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées (AQDR)**

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

514 935-1551

Information et défense des droits des personnes retraitées et préretraitées de 50 ans et plus (pour les membres).

## **Autorité des marchés financiers**

[www.lautorite.qc.ca](http://www.lautorite.qc.ca)

1 877 525-0337

Information sur les assurances, les finances personnelles et les investissements. Vérification du permis d'un conseiller financier.

## **Bureau d'assurance du Canada**

[www.bac-quebec.qc.ca](http://www.bac-quebec.qc.ca)

1 877 288-4321

Aide et information sur l'assurance habitation et automobile.

## **Centre de justice de proximité du Grand Montréal**

[www.justicedeproximite.qc.ca](http://www.justicedeproximite.qc.ca)

514 227-3782

Information juridique en général.

## **FADOQ – Île de Montréal**

[www.montreal.fadoq.ca](http://www.montreal.fadoq.ca)

514 271-1411

Pour les membres: rabais sur plusieurs produits et services de la région, bulletin de liaison, activités et sorties.

## **Front d'action populaire en réaménagement urbain (FRAPRU)**

[www.frapru.qc.ca](http://www.frapru.qc.ca)

514 522-1010

Information sur le logement social et référence au comité logement ou à l'association de locataires appropriée.

## **1-800-NOTAIRE**

### **Ligne info-juridique**

[www.1800notaire.ca](http://www.1800notaire.ca)

1 800 NOTAIRE (1 800 668-2473)

Information juridique liée au notariat (mandat en prévision de l'inaptitude, succession, testament, immobilier, etc.).

## **Mouvement Action-Chômage de Montréal**

[www.macmtl.qc.ca](http://www.macmtl.qc.ca)

514 271-4099

Information sur l'assurance-emploi.

## **Office de la protection du consommateur (OPC)**

[www.opc.gouv.qc.ca](http://www.opc.gouv.qc.ca)

1 888 OPC-ALLO (1 888 672-2556)

Information sur les droits et obligations du consommateur. Vérification si un commerçant a fait l'objet d'une plainte.

## **Organisation populaire des droits sociaux de la région de Montréal (OPDS-RM)**

[www.opdsrm.com](http://www.opdsrm.com)

514 524-6996

Information sur l'aide sociale, soutien pour demande de révision de décision sur l'aide sociale, etc.

## **Protecteur du citoyen**

[www.protecteurducitoyen.qc.ca](http://www.protecteurducitoyen.qc.ca)

1 800 463-5070

Gestion des plaintes à l'égard d'un ministère ou d'un organisme du gouvernement du Québec, ou d'un établissement du réseau de la santé et des services sociaux.

## **Régie du logement du Québec**

[www.rdl.gouv.qc.ca](http://www.rdl.gouv.qc.ca)

1 800 683-2245

Information sur les droits et obligations du locataire et du propriétaire.

## **Régie de l'assurance maladie du Québec**

[www.ramq.gouv.qc.ca](http://www.ramq.gouv.qc.ca)

1 800 561-9749

Information et demandes liées au Régime d'assurance maladie et au Régime d'assurance médicaments.

## **Régie des rentes du Québec**

[www.rrq.gouv.qc.ca](http://www.rrq.gouv.qc.ca)

1 800 463-5185

Information et demandes liées au Régime des rentes du Québec, à la Rente de conjoint survivant et aux Prestations de décès.

## **Regroupement des comités logement et associations de locataires du Québec (RCLALQ)**

[www.rclalq.qc.ca](http://www.rclalq.qc.ca)

1 866 521-7114

Information sur le logement social, les droits et obligations des locataires et référence au comité logement ou à l'association de locataires appropriée.

## **Office municipal d'habitation de Montréal (OMHM)**

[www.omhm.qc.ca](http://www.omhm.qc.ca)

514 868-5588

Information sur l'admissibilité à un HLM.

## **Service Canada**

[www.servicecanada.gc.ca](http://www.servicecanada.gc.ca)

1 800 277-9915

Information et aide à propos des programmes et services du gouvernement du Canada.

## **Services Québec**

[www.gouv.qc.ca/portail/quebec](http://www.gouv.qc.ca/portail/quebec)

1 877 644-4545

Information et aide à propos des programmes et services du gouvernement du Québec.

## **Réseau Accès Montréal**

[www.ville.montreal.qc.ca/accesmontreal](http://www.ville.montreal.qc.ca/accesmontreal)

311

Information et demandes à propos des services municipaux, gestion des plaintes.

## **Revenu Québec**

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

1 800 267-6299

Information et demandes liées à l'Allocation-logement et aux divers crédits d'impôts, aide pour faire sa déclaration de revenus.

## **Info-Santé 8-1-1**

811

Information sur la santé (problème non urgent), les services sociaux ou référence au CLSC approprié.

## **Ligne Aide Abus Aînés**

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

1 888 489-2287

Information et soutien.

## **Tel-aînés**

[www.tel-ecoute.org](http://www.tel-ecoute.org)

1 877 353-2460

Écoute, référence et prévention (pour les aînés et leurs proches).

## **Ligne Références-aînés**

514 527-0007

Référence aux organismes appropriés (santé, services sociaux, etc.).