

# LA BANQUE DE RESSOURCES



**Un document d'informations  
de  
Julie Morin  
(Solari Harmonia)**

**Ce document comprend le contenu  
de mon ancien site Internet disparu du web:**

**[www.everyoneweb.fr/banquederessources](http://www.everyoneweb.fr/banquederessources)**

**Mon nouveau site web :**

**LE CIEL DIVIN  
[www.lecieldivin.wix.com/thedivinesky](http://www.lecieldivin.wix.com/thedivinesky)**

**La page web qui vous donne tous les documents pdf qui remplacent  
mes anciens sites web Everyoneweb :**

**<http://heavenonearthyes.wixsite.com/leparadissurterre/important-everyoneweb>**

**LES ÉDITIONS  
LE COEUR CRÉATEUR**

**BONJOUR !**  
**VOICI LES DIFFÉRENTES CATÉGORIES:**

**Centres d'écoute active (gratuits) en personne et au téléphone:**

- Centre Halte-Ami de l'UQAM (ouvert à tous): [www.ecoute.uqam.ca](http://www.ecoute.uqam.ca)
- Centre d'écoute le Havre au Complexe Desjardins: [www.le-havre.qc.ca](http://www.le-havre.qc.ca)
- Centre d'Aide Ouvert à Tous: [www.everyoneweb.fr/cao](http://www.everyoneweb.fr/cao)
- Tel-Jeunes: [www.teljeunes.com](http://www.teljeunes.com)
- SAM (Suicide Action Montréal): [www.suicideactionmontreal.org](http://www.suicideactionmontreal.org)
- Face à Face: [http://faceafacehome.com/index\\_fr.html](http://faceafacehome.com/index_fr.html)

**Le Jardin d'Éden Moderne (Site web où tout ce qui est  
annoncé est Gratuit):**

[www.everyoneweb.fr/lejardindeden](http://www.everyoneweb.fr/lejardindeden)

## Activités de croissance personnelle (gratuites ou avec dons):

- **Vidéo- Conférences + Bistro rencontres + Relaxation:** [www.everyoneweb.fr/conferencesspirituelles](http://www.everyoneweb.fr/conferencesspirituelles)
- Les soirées d'activités de Julie  
Morin: [www.everyoneweb.fr/programmehebdomadaire](http://www.everyoneweb.fr/programmehebdomadaire)
- Les Journées d'Atelier au Palais des Congrès avec Alexandre Nadeau: [www.alexandrenadeau.com](http://www.alexandrenadeau.com)
- Les Soirées d'information sur le Voyage de Guérison: [www.everyoneweb.fr/byronkatie](http://www.everyoneweb.fr/byronkatie) (section Un Complément)
- Centre Bouddhiste Kankala (méditation...): [www.kankala.org/meditation.html](http://www.kankala.org/meditation.html)
- Salon de Médiation en silence, ouvert à tous: [www.everyoneweb.fr/centredemeditation](http://www.everyoneweb.fr/centredemeditation)
- Salle de lecture de livres enseignant la Guérison spirituelle: [www.sciencechretienmoutreal.com](http://www.sciencechretienmoutreal.com)  
(+ Rencontres gratuites de témoignages de Guérison, chaque mercredi soir à 19:30 heures)
- Les Ateliers gratuits de Libération d'Éric Harmel: [www.erichamel.com](http://www.erichamel.com)

## Sites web de gens ou de groupes qui travaillent en croissance personnelle:

- **CONFÉRENCES GRATUITES AU PARC LAFONTAINE:** [www.everyoneweb.fr/lesoleilduplateau](http://www.everyoneweb.fr/lesoleilduplateau)
- LE CIEL DIVIN: [www.lecieldivin.wix.com/thedivinesky](http://www.lecieldivin.wix.com/thedivinesky)
- DANIEL MEUROIS-GIVAUDAN: [www.meurois-givaudan.com](http://www.meurois-givaudan.com)
- PERSONOCRATIA: [www.personocratia.com](http://www.personocratia.com)
- L'ÉVEIL DES CHAKRAS: [www.eveildeschakras.com](http://www.eveildeschakras.com)
- AGEAC (COURS SPIRITUELS GRATUITS): [www.ageac.ca](http://www.ageac.ca)
- FREE ESOTERIC TEACHINGS: [www.esotericteachings.org](http://www.esotericteachings.org)
- PATRICK LEROUX: [www.patrickleroux.com](http://www.patrickleroux.com)
- YOGA SANGHA: [www.yoga-sangha.com](http://www.yoga-sangha.com)

- LA ROSE-CROIX D'OR: [www.canada.rose-croix-d-or.org](http://www.canada.rose-croix-d-or.org)
- OLIVIER MANITARA: [www.oliviermanitara.org](http://www.oliviermanitara.org)
- VOX POPULI CONFÉRENCES: [www.evenementsvoxpathuli.com](http://www.evenementsvoxpathuli.com)
- LE CENTRE ST-PIERRE DE MONTRÉAL: [www.centrestpierre.org](http://www.centrestpierre.org)
- GENEVIÈVE YOUNG: [www.genevieveyoung.com](http://www.genevieveyoung.com)
- PAR LE CEUR: [www.parlecoeur.com](http://www.parlecoeur.com)
- ENLUMINATION: [www.enlumination.ca](http://www.enlumination.ca)
- 72 ANGES: [www.72anges.ca](http://www.72anges.ca)
- L'INSTANT PRÉSENT: [www.instantpresent.ca](http://www.instantpresent.ca)
- ALCHYMED: [www.alchymed.com](http://www.alchymed.com)
- BIODANZA: [www.biodanza.ca](http://www.biodanza.ca)
- RAYONNER: [www.rayonner.ca](http://www.rayonner.ca)
- DIVINE COSMOS: [www.divinecosmos.com](http://www.divinecosmos.com) (David = Edgar Cayce réincarné)
- CHANTS VIBRATOIRES (SUZANNE MOUSSETTE): [www.suzannemoussette.com](http://www.suzannemoussette.com)
- TERRE DE LUMIÈRE: [www.terre-de-lumiere.com](http://www.terre-de-lumiere.com)
- SOIS: [www.sois.fr](http://www.sois.fr)
- THE JOURNEY (LE VOYAGE): [www.thejourney.com](http://www.thejourney.com)
- BYRON KATIE: [www.thework.com](http://www.thework.com) et [www.everyoneweb.fr/byronkatie](http://www.everyoneweb.fr/byronkatie)
- SAMAEL AUN WEOR: [www.everyoneweb.fr/samael](http://www.everyoneweb.fr/samael)
- L'INSTITUT DU DÉVELOPPEMENT DE LA PERSONNE: [www.idp.qc.ca](http://www.idp.qc.ca)
- LES COURS SYLVA BERGERON: [www.sylvabergeron.com](http://www.sylvabergeron.com)
- ÉCOUTE TON CORPS: [www.ecoutetoncorps.com](http://www.ecoutetoncorps.com)
- ATMA (JACQUES MARTEL): [www.atma.ca](http://www.atma.ca)
- SCIENCE  
CHRÉTIENNE: [www.sciencechretienne.com](http://www.sciencechretienne.com) et [www.sciencechretienne.org](http://www.sciencechretienne.org) et [www.leherautsc.com](http://www.leherautsc.com)
- AA (ALCOOLIQUE ANONYME, Groupe d'entraide gratuits): [www.aa-quebec.org](http://www.aa-quebec.org)
- CADO PRODUCTIONS: [www.cadoproductions.com/premiere/premiere.htm](http://www.cadoproductions.com/premiere/premiere.htm)
- LES GRANDS INSPIRATEURS (FILMS D'ÉVEIL): [www.lesgrandsinspirateurs.com](http://www.lesgrandsinspirateurs.com)
- CHANGEONS LE QUÉBEC: [www.changeonslequebec.com](http://www.changeonslequebec.com)

- MARTIN MOISAN (Médecin, écrivain, thérapeute): [www.martinmoisan.com](http://www.martinmoisan.com)
- SAMAJAM: [www.samajam.biz](http://www.samajam.biz) (grande école de percussions)
- PSYCHO-RESSOURCES: [www.psycho-ressources.com](http://www.psycho-ressources.com)
- QUÉBEC RÉFÉRENCES: [www.quebecreferences.com](http://www.quebecreferences.com)
- KIM MICHAELS ET LE VRAI JÉSUS: [www.askrealjesus.com](http://www.askrealjesus.com)
- THE SHIFT NETWORK: [www.theshiftnetwork.com](http://www.theshiftnetwork.com)
- TRADITIONSANTÉ: [www.traditionsante.com](http://www.traditionsante.com)
- IMPLOSION (MARIE-PIER CHARON) : [www.implosions.net](http://www.implosions.net)
- ABRAHAM ET ESTHER HICKS: [www.everyoneweb.fr/abraham](http://www.everyoneweb.fr/abraham)
- LE PHARE DU SOMMET: [www.lepharedusommet.org](http://www.lepharedusommet.org)
- BLUENERGIE: [www.bluenergie.com](http://www.bluenergie.com)
- ERIC HAMEL: [www.erichamel.com](http://www.erichamel.com)
- ASCENSION: [www.everyoneweb.fr/ascension](http://www.everyoneweb.fr/ascension)
- CHRISTIANA DU RWANDA: [www.everyoneweb.fr/christiana](http://www.everyoneweb.fr/christiana)
- DANSE SACRÉE: [www.studiodanseenergie.com](http://www.studiodanseenergie.com)
- NON-DUALITÉ: [www.nondualite.free.fr](http://www.nondualite.free.fr)
- PAROLES VIVANTES: [www.parolesvivantes.com](http://www.parolesvivantes.com)
- EVEIL À SOI: [www.eveil-a-soi.com](http://www.eveil-a-soi.com)
- SOL-UNA: [www.sol-una.com](http://www.sol-una.com)
- DREAMS: [www.dreams.ca](http://www.dreams.ca)
- INELIA BENZ: [www.ascension101.com](http://www.ascension101.com)
- CHRISTOPHE ALLAIN: [www.evolutionspirituelle.overblog.com](http://www.evolutionspirituelle.overblog.com) + [www.espritdelaforet.overblog.com](http://www.espritdelaforet.overblog.com)
- STORY WATERS: [www.storywaters.org](http://www.storywaters.org)
- ALAIN BEAUSOLEIL: [www.bioconscience.ca](http://www.bioconscience.ca)
- GABRIELLE-LYNN OUELLETTE: [www.gabriellelynnouellette.com](http://www.gabriellelynnouellette.com)
- AMOUR INCONDITIONNEL DE LA MÈRE: [www.puramaryam.de](http://www.puramaryam.de)
- CITE ÉCOLOGIQUE DE HAM-NORD: [www.citeecologique.org](http://www.citeecologique.org)

- NATION ESSÉNIENNE: [www.nation-essenienne.org](http://www.nation-essenienne.org)
- VOIE CHRISTIQUE: [www.voiechristique.co.za](http://www.voiechristique.co.za)
- PROPHÈTE GABRIELLE + PROTECTION DES ANIMAUX: [www.das-wort.com](http://www.das-wort.com)
- LIFE COLLEGE: [www.lifepacific.edu](http://www.lifepacific.edu) (U.S.A.) ou [www.pacificlife.edu](http://www.pacificlife.edu) (Canada) et [www.foursquare.org](http://www.foursquare.org)
- MCI: [www.mci12.ca](http://www.mci12.ca) + [www.albertocarbone.com](http://www.albertocarbone.com)
- DHUNAMI: [www.dhunami.org](http://www.dhunami.org)
- FONDATION TELOS: [www.telosinfo.org](http://www.telosinfo.org)
- MÉDITATION: [www.meditationpaulbeaudry.com](http://www.meditationpaulbeaudry.com)
- EDL INTERNATIONAL: [www.edlinternational.co](http://www.edlinternational.co)
- LES HOMMES DE COEUR: [www.leshommesdecoeur.org](http://www.leshommesdecoeur.org)
- CHANTER: [www.optionvoix.com](http://www.optionvoix.com)
- COMMUNICATION ANGÉLIQUE: [www.centreintemporel.com](http://www.centreintemporel.com)
- LE SOUFISME: [www.institut-soufi.ca](http://www.institut-soufi.ca)
- LE GnosticISME: [www.gnosticteachings.org](http://www.gnosticteachings.org)
- ALAIN DUMONT: [www.alaindumont.ca](http://www.alaindumont.ca)
- DANIELLE MEUNIER: [www.daniellemeunier.be](http://www.daniellemeunier.be)
- LE POUVOIR DE CHANGER: [www.pouvoirdechanger.com/decouvrir/parler-a-quelquun](http://www.pouvoirdechanger.com/decouvrir/parler-a-quelquun) et [www.pouvoirdechanger.com/ameavide/erwin-mcmanus](http://www.pouvoirdechanger.com/ameavide/erwin-mcmanus)
- DOLFINO: [www.dolfinotv.com](http://www.dolfinotv.com) (plein de ressources dont 4 e-books gratuits)
- SOLUTIONS FACE AU DÉFICIT D'ATTENTION: [www.deficit-attention.com/ateliers-conferences](http://www.deficit-attention.com/ateliers-conferences)
- JACQUES SAMSON (ENFANTS NOUVEAUX, HUMAINS NOUVEAUX): [www.jacquessamson.com](http://www.jacquessamson.com)
- JEAN-PAUL GENEL: [www.entre-deux-mondes.fr](http://www.entre-deux-mondes.fr) (Et sa super série de livres: "À travers les yeux de Jean")
- EDL INTERNATIONAL: [www.edlinternational.net](http://www.edlinternational.net)
- CENTRE OPTION-VOIX: [www.optionvoix.com](http://www.optionvoix.com)
- CLAUDE TRAKS: [www.claudetraks.com](http://www.claudetraks.com)
- RENCONTRER DIEU: [www.rencontrerdieu.com](http://www.rencontrerdieu.com) (Un site pour les sceptiques !)

- CENTRE DE MÉDITATION RENAUD MORIN: [www.cmrn.ca](http://www.cmrn.ca)
- CENTRE ZEN DE MONTRÉAL: [www.zenmontreal.ca](http://www.zenmontreal.ca)
- MARGUERITE CONTESSE, YESHUA ET MARIE DE MAGDALA: [www.cercleturquoise.ch](http://www.cercleturquoise.ch)
- DANIELLE GAUTHIER, MÉDIUM: [www.daniellegauthier.ca](http://www.daniellegauthier.ca)
- FRANCE GAUTHIER: [www.francegauthier.ca](http://www.francegauthier.ca)
- YURI L'ÉVEILLÉ: [www.la-minute-de-conscience.com/presence](http://www.la-minute-de-conscience.com/presence)
- LÉANDRE LACHANCE: [www.fcdj.org](http://www.fcdj.org)
- HÉLÈNE TURMEL (Et si vous étiez en vacances 365 jours par année ?): [www.365joursdevacances.com](http://www.365joursdevacances.com)
- DENISE PITRE (CRÉEZ VOTRE RICHESSE): [www.qdpvision.com](http://www.qdpvision.com)
- ATTITUDES GAGNANTES (DAVID LAROCHE): [www.attitudesgagnantes.com](http://www.attitudesgagnantes.com)
- JOHANNE FONTAINE (ET SON LIVRE: HOP LA VIE !): [www.johannefontaine.com](http://www.johannefontaine.com)
- LES WINGMAKERS: [www.wingmakers.com](http://www.wingmakers.com) (Traduction en français, en pdf, dans la section Download)
- PAUL TUTTLE ET RAJPUR CHRIST  
JESUS: [www.celestialrealm.com](http://www.celestialrealm.com) et [www.nwffacim.org](http://www.nwffacim.org) (30 ans de matériel gratuit !)
- LYNDA BISSON: [www.lyndabisson.com](http://www.lyndabisson.com) (Spectacles d'éveil, Conférences...)
- SYLVIE PETITPAS: [www.sylviepetitpas.com](http://www.sylviepetitpas.com)
- AWAKEN ACADEMY: [www.awakenacademy.org](http://www.awakenacademy.org)
- ISABEL CONTRAS ET GUÉRIS TA VIE: [www.isabelcontreras.com](http://www.isabelcontreras.com) + [www.queristavie.com](http://www.queristavie.com)
- MARIE-JOSÉE AREL: [www.marieiosearel.tv](http://www.marieiosearel.tv)
- LA TÉLÉ DE LILOU: [www.lateledelilou.com](http://www.lateledelilou.com)
- LA PSYCHOLOGIE DIVINE: [www.lejardinvideo.wix.com/psychologiedivine](http://www.lejardinvideo.wix.com/psychologiedivine)
- PROGRAMME DU 3ÈME MILLÉNAIRE: [www.everyoneweb.fr/programmedu3ememillenaire](http://www.everyoneweb.fr/programmedu3ememillenaire)
- LE GRAND CHANGEMENT: [www.legrandchangement.com](http://www.legrandchangement.com)
- LA PRESSE GALACTIQUE: [www.lapressegalactique.org](http://www.lapressegalactique.org)
- LA GRANDE FAMILLE: [www.lagrandefamille888.wix.com/thebigfamily](http://www.lagrandefamille888.wix.com/thebigfamily)
- LAURA MARIE TV: [www.lauramarietv.com](http://www.lauramarietv.com)
- GAIAM TV: [www.gaiamtv.com](http://www.gaiamtv.com)

- SUNEVA: [www.suneva.ca](http://www.suneva.ca)
- LES BONTÉS DIVINES WEB TÉLÉ: [www.bonteswebtv.com](http://www.bonteswebtv.com)
- TERRE NOUVELLE: [www.terrenouvelle.ca](http://www.terrenouvelle.ca)
- LE QUADRANT (SERGE FITZ): [www.lequadrant.com](http://www.lequadrant.com)
- SRI CHINMOY: [www.srichinmoy.org/francais](http://www.srichinmoy.org/francais)
- ALASIRA LE MESSENGER: [www.alasira-le-messenger.com](http://www.alasira-le-messenger.com) (Son livre est gratuit, section [La Terre du Futur ici](#) )
- NUTRI-ÉMOTION: [www.nutri-emotion.com](http://www.nutri-emotion.com)
- MATRICE DE VIE: [www.matricedevie.ca](http://www.matricedevie.ca)
- ASCENSION PLANÉTAIRE: [www.ascensionplanetaire.com](http://www.ascensionplanetaire.com)
- CENTRE LIBERTÉ D'ÊTRE: [www.centrelibertedetetre.com](http://www.centrelibertedetetre.com)

**Activités de toutes sortes en ville:**

- QUOI FAIRE AUJOURD'HUI: [www.quoifaireaujourd'hui.com](http://www.quoifaireaujourd'hui.com)
- QUOI FAIRE (DOMAINE ARTISTIQUE): [www.quoifaire.com](http://www.quoifaire.com)
- AS-TU VU ? [www.atuvu.ca](http://www.atuvu.ca) (billets de spectacles gratuits ou à prix réduit)
- FALUN DAFA (PRATIQUE GRATUITE EN GROUPE): <http://quartierlibre.ca/Regarde-les-Chinois>
- ON VA SORTIR: [www.onvasortir.com](http://www.onvasortir.com)
- LA RÉCRÉATION (CAFÉ AVEC JEUX DE SOCIÉTÉ): [www.larecreation.ca/pages/Espace\\_jeu.html](http://www.larecreation.ca/pages/Espace_jeu.html)  
404 rue Ontario Est, coin St-Denis, (514) 845-1545
- COUCH SURFING: [www.couchsurfing.org](http://www.couchsurfing.org)
- L'ÉCOLE DE SWING (pour apprendre tout en s'amusant !): [www.catscorner.ca/fr/vendredi-stomp-au-centre-ville/](http://www.catscorner.ca/fr/vendredi-stomp-au-centre-ville/)
- JOY-A (DANSE LIBRE): [www.joy-a.com](http://www.joy-a.com)

### De l'aide pour trouver du travail:

- MON AVENIR: [www.monavenir.ca](http://www.monavenir.ca) (cette aide peut être gratuite pour les gens sur l'aide-sociale)
- GROUPE INFO-TRAVAIL (GIT): [www.groupeinfotravail.ca](http://www.groupeinfotravail.ca)
- SORIF (POUR FEMMES MONOPARENTALES): [www.sorif.org](http://www.sorif.org)
- CENTRE DES FEMMES DE MONTREAL: [www.centredesfemmesdemtl.org](http://www.centredesfemmesdemtl.org) (+ femmes entrepreneurs)
- GÉNÉRATION EMPLOI: [www.generationemploi.qc.ca](http://www.generationemploi.qc.ca)
- L'ÉTAPE: [www.letape.org](http://www.letape.org) (pour les gens ayant une limitation pshysique et/ou sensorielle)
- LA BOUSSOLE: [www.ymcamontreal.qc.ca](http://www.ymcamontreal.qc.ca) (pour aider les personnes ayant des antécédents judiciaires)
- AIM CROIT: [www.aimcroitqc.org](http://www.aimcroitqc.org) (pour personne handicapées)
- TRAVAIL SANS FRONTIÈRE (AVEC STAGE), 18-35 ANS OU 36 -60 ANS: [www.tsf.qc.ca](http://www.tsf.qc.ca)
- ACCÈS TRAVAIL: [www.accestravail.qc.ca](http://www.accestravail.qc.ca)

### De l'aide pour les nouveaux entrepreneurs:

- CDEC (CORPORATION E DÉVELOPPEMENT ÉCONOMIQUE COMMUNAUTAIRE): [www.cdec.qc.ca](http://www.cdec.qc.ca)
- SAGE (SERVICE D'AIDE AUX JEUNES ENTREPRENEURS): [www.sagemontrealmetro.com](http://www.sagemontrealmetro.com)
- RICQ (REGROUPEMENT DES INDUSTRIES DES COMPOSITES DU QUÉBEC: [www.ricq.ca](http://www.ricq.ca)
- COMPAGNIE F (POUR FEMME): [www.compagnie-f.org](http://www.compagnie-f.org)
- FONDATION DU MAIRE DE MONTRÉAL: [www.fmmj.ca/fr](http://www.fmmj.ca/fr) (pour les 18 à 35 ans)
- INFO-ENTREPRENEURS: [www.infoentrepreneurs.org](http://www.infoentrepreneurs.org)
- ACLDQ (ASSOCIATION DES CENTRES LOCAUX DE DÉVELOPPEMENT DU QUÉBEC): [www.acldq.qc.ca](http://www.acldq.qc.ca)
- CLE PLATEAU MONT ROYAL: [www.emploiquebec.net](http://www.emploiquebec.net)
- CENTRE ITINÉRANCE ET TRAVAIL DE MONTRÉAL: 2260 Papineau. Tél: (514) 526-1651
- POUR LES JEUNES QUI ONT DES PROJETS: [www.jeunes-projet.qc.ca](http://www.jeunes-projet.qc.ca)

### Des endroits pour de la Nourriture à Montréal:

- ACCUEIL BONNEAU (427 De La Commune Est): Repas Gratuit pour homme [www.accueilbonneau.com](http://www.accueilbonneau.com)  
Lundi au vendredi: 9h30 à 11h30, Samedi et Dimanche: 10h à 11h30
- CHEZ DORIS (1430 rue Chomedey): Repas Gratuit pour femme seulement [www.maisonchezdoris.ca](http://www.maisonchezdoris.ca)  
Tous les jours: 8h30 à 10h30, 13h à 16h
- LA MAISON DES AMIS (4395 Papineau): Repas Gratuit [www.maisondesamis.org](http://www.maisondesamis.org)  
Lundi au Samedi: à 13h
- ST-LOUIS DE GONZAGUE (2320 Terrasse Mercure): Repas Gratuit 18-30 ans [www.diners-st-louis.org](http://www.diners-st-louis.org)  
Lundi au Vendredi: 11h30 à 12h30
- COLUMBIA HOUSE (2365 rue Grand Trunk): Repas pour famille [www.saintcolumbahouse.org/fr/](http://www.saintcolumbahouse.org/fr/)  
Famille: 11h45 à 12h30, Individu: 12h30 à 13h
- ST-PATRICKS (1110 Alexandre): Repas Gratuit <http://vaccin.ifrance.com/resscomm/rcaidealim.html>  
Vendredi: 11h à 12h30
- ST-WILLIBROD (320, rue Riel, Verdun): Repas Gratuit <http://vaccin.ifrance.com/resscomm/rcaidealim.html>  
Lundi, Mercredi et Vendredi: 11h à 13h
- BENEDICT LABRE HOUSE (308 Young Street): Repas chaud Gratuit [www.benedictlabre.org](http://www.benedictlabre.org)  
Mardi: 13h, Mercredi et Jeudi: 13h et 17h30, Samedi et Dimanche: 12h
- CAFÉ OZANAM (4057 rue Ste-Catherine Est): Repas Gratuit <http://vaccin.ifrance.com/resscomm/rcaidealim.html>  
Lundi au Vendredi: 12h30 à 13h30
- MISSION BON ACCUEIL (1490 rue St-Antoine Ouest): Repas Gratuit [www.missionbonaccueil.com](http://www.missionbonaccueil.com)  
Lundi au Vendredi: 19h (Panier d'épicerie Gratuit après le 15 du mois)
- OLD BREWERY MISSION (915 rue Clark): Repas Gratuit [www.oldbrewerymission.ca](http://www.oldbrewerymission.ca)  
Tous les jours à 17h: Avant le 15 du mois pour les résidents, Après le 15 du mois pour tous.
- ARMÉE DU SALUT (1545 rue Cabot): Sacs d'épicerie Gratuit [www.armedusalut.ca](http://www.armedusalut.ca)  
Lundi au Vendredi: 9h à 10h30, 14h à 16h
- JEUNESSE AU SOLEIL (4251 rue St-Urbain): Sac d'épicerie Gratuit [www.sunyouthorg.com](http://www.sunyouthorg.com)  
Rendez-vous nécessaire, à partir du 15 du mois.

- PARTAGE D'YOUVILLE (2327 rue Centre): Sac d'épicerie à 2\$ <http://ccpsc.qc.ca/fr/node/114>  
Lundi, Mercredi et Vendredi: 13h et 15h
- JOJO DÉPANNAGE (2525 rue Ste-Catherine Est): Sac d'épicerie pour 2.50\$ <http://cabm.net/o/3739>
- COMITÉ SOCIAL CENTRE-SUD (1710 rue Beaudry): Déjeuner à 2\$, Dîner à 2.50\$ [www.csdm.qc.ca/cscs/groupes.html](http://www.csdm.qc.ca/cscs/groupes.html)  
Lundi au Dimanche: 8h à 9h, 11h30 à 13h30
- RESTO-PLATEAU (5075 Rivard): Repas à 2.50\$ [www.restoplateau.com](http://www.restoplateau.com)  
Lundi au Vendredi: 11h30 à 13h30
- CHIC RESTO-POP (1550 Joliette): Repas à 2.50\$ [www.chicrestopop.com](http://www.chicrestopop.com)  
Lundi au Vendredi: 11h45 à 13h45, 16h45 à 18h45
- MULTI-CAFÉ (5829 av. Côte des Neiges): Repas à 1\$ [www.multicaf.org](http://www.multicaf.org)  
Lundi au Vendredi: 10h à 11h, 12h à 13h
- LE ROC (1448 Beaudry): Repas à 0.50\$ <http://itineraire.ca/PDF/BOTTINressources06.pdf>  
Jeudi et Vendredi: 17h à 22h
- LE BON DIEU DANS LA RUE: <http://www.familis.org/riopfg/activites/chauvette.html> [www.danslarue.com](http://www.danslarue.com)  
Centre de Jour Chez Pops: 1662 rue Ontario Est (La Roulotte, le Bunker...)

#### **AVEC HÉBERGEMENT:**

- LE REFUGE (lieu d'hébergement pour les jeunes): [www.danbigras.com](http://www.danbigras.com) [www.refugedesjeunes.org](http://www.refugedesjeunes.org)  
3767 rue Berri
- LES AUBERGES DU COEUR (lieu pour les jeunes): [www.aubergesducoeur.com/fondation/index.php](http://www.aubergesducoeur.com/fondation/index.php)  
2000 boul. St-Joseph Est, bur. 32 (les Auberges à Montréal: [www.aubergesducoeur.com/auberges/mtl.php](http://www.aubergesducoeur.com/auberges/mtl.php) )
- LA MAISON DU PÈRE (lieu d'hébergement pour les hommes sans abri): [www.maisondupere.org](http://www.maisondupere.org)  
550 boul. René Lévesques Est
- LE CHAÎNON (lieu d'hébergement pour les femmes en difficulté): [www.lechainon.org](http://www.lechainon.org)  
4373 avenue de l'Esplanade

#### **Un petit texte dynamisant chaque matin dans votre courriel:**

- Matin Magique de Marie-Pier Charon: [www.matinmagique.com](http://www.matinmagique.com)

### **Des informations diverses:**

Des lunettes à 20\$

seulement: <http://sierra.mmic.net/rochette.htm> [www.bonhommealunettes.org](http://www.bonhommealunettes.org)

Une Banque de logements à prix modique: Face-à-

face [http://faceafacehome.com/index\\_fr.html](http://faceafacehome.com/index_fr.html)

Tout savoir rapidement sur les cours offerts dans tel Cégep, Université, École:

INFO-APPRENDRE: 1-888-488-3888

Le Centre d'Action Bénévole de Montréal: [www.cabm.net](http://www.cabm.net)

Petites Annonces classées gratuites dans un Journal sur

papier: <http://legratuitdemontreal.com/>

Devenir camelot pour l'Itinéraire: [www.itineraire.ca](http://www.itineraire.ca) (un emploi pour les itinérants !)

Vous êtes bons pour trouver des mécènes: [www.everyoneweb.fr/mecenes](http://www.everyoneweb.fr/mecenes) (pour de super projets)

Vous aimeriez participer à des Spectacles-

Bénéfices: [www.everyoneweb.fr/spectaclesbenefices](http://www.everyoneweb.fr/spectaclesbenefices)

Vous voulez devenir dans certains de vos moments de loisirs...

"un Ange de la Communication" : [www.everyoneweb.fr/lesangesdelacomunication](http://www.everyoneweb.fr/lesangesdelacomunication)

Vous avez envie de collaborer pour Harmoniser la vie sur la

planète: [www.everyoneweb.fr/harmoniaivision](http://www.everyoneweb.fr/harmoniaivision)

### **Exercices, Sports, Danse:**

- CENTRE IMMACULÉ-CONCEPTION (CENTRE PÈRE SABLON): [www.centresablons.com](http://www.centresablons.com)

- LES YMCA DU QUÉBEC: [www.yquebec.org/](http://www.yquebec.org/) [www.yquebec.org/fr/sante/](http://www.yquebec.org/fr/sante/)

- L'AGORA DE LA DANSE: [www.agoradanse.com](http://www.agoradanse.com)

- STUDIO DE DANSE À MONTRÉAL (Grande variété de cours): [www.studiodansemontreal.com](http://www.studiodansemontreal.com)

- DANSE CONTACT ET IMPROVISATION: [www.contactimpro.org](http://www.contactimpro.org)

- FÉDÉRATION QUÉBÉCOISE DE LE MARCHÉ: [www.fqmarche.qc.ca/](http://www.fqmarche.qc.ca/)

- CARDIO PLEIN AIR: [www.cardiopleinair.ca/](http://www.cardiopleinair.ca/)

- STUDIO HUMANIX: [www.entrainementhumanix.com](http://www.entrainementhumanix.com) (Technique ESSETRICS)

- RANDO PLEIN AIR: [www.randopleinair.com](http://www.randopleinair.com) (Marche chaque dimanche sur le Mont-Royal, 6\$)

- L'AMOUR EN ACTION: [www.loveinaction.wix.com/lamourenaction](http://www.loveinaction.wix.com/lamourenaction) (Marche chaque dimanche au Parc Lafontaine, coût: un Don)

L'un des plus beaux et plus grands "crop-circle" au monde (il vient des Pays-Bas):

