

**C'EST UN FAIT :**  
**UN MEILLEUR REVENU**  
**PEUT MENER À UNE**  
**MEILLEURE SANTÉ**

**DEMANDEZ VOS  
PRESTATIONS!**



**THE MANITOBA  
COLLEGE OF  
FAMILY PHYSICIANS**



**LE COLLÈGE DES  
MÉDECINS DE FAMILLE  
DU MANITOBA**

---

A CHAPTER OF THE COLLEGE OF FAMILY PHYSICIANS OF CANADA  
UNE SECTION DU COLLÈGE DES MÉDECINS DE FAMILLE DU CANADA

# LISEZ ET TRANSMETTEZ CES RENSEIGNEMENTS : DEMANDEZ VOS PRESTATIONS!

---

Une brochure en langage simple énumérant toutes les prestations et tous les programmes fédéraux, provinciaux et régionaux auxquels les résidents du Manitoba pourraient être admissibles. Pour consulter la brochure en ligne ou pour obtenir plus de renseignements sur les programmes, les prestations et les avantages à remplir une déclaration de revenus, veuillez consulter le [www.getyourbenefits.ca](http://www.getyourbenefits.ca). Grand public : vous pouvez obtenir des copies imprimées en écrivant à [info@getyourbenefits.ca](mailto:info@getyourbenefits.ca) ou en composant le 204 789-3657.

Vous pouvez également télécharger la brochure au [www.edu.gov.mb.ca/prestations/index.html](http://www.edu.gov.mb.ca/prestations/index.html) ou au [www.gov.mb.ca/health/primarycare/providers/getyourbenefits.fr.html](http://www.gov.mb.ca/health/primarycare/providers/getyourbenefits.fr.html).

(Les organismes gouvernementaux du Manitoba peuvent aussi commander des copies imprimées à partir de ce site Web.

De nombreuses ressources du Manitoba sont incluses dans la brochure Demandez vos prestations!, mais nous désirons garder le guide concis et facile à utiliser. Les collectivités rurales sont invitées à adapter la brochure pour répondre à leurs besoins. Veuillez communiquer avec notre bureau pour obtenir une copie du fichier Word original. Écrivez à [info@getyourbenefits.ca](mailto:info@getyourbenefits.ca) ou composez le 204 789-3657.

---

## RESSOURCES

## PAGE

AVEZ-VOUS REMPLI VOTRE DÉCLARATION DE REVENUS? .....	3-4
CONSEILS ET LITTÉRATIE EN MATIÈRE DE FINANCES .....	5-6
AIDE À L'EMPLOI ET AU REVENU .....	7
EMPLOI ET FORMATION .....	8-9
ENFANTS, JEUNES ET FAMILLES .....	10-12
PERSONNES HANDICAPÉES .....	13-14
RESSOURCES POUR LES PEUPLES AUTOCHTONES .....	15-16
NOUVEAUX ARRIVANTS AU CANADA .....	17
AÎNÉS ET PERSONNES ÂGÉES DE 55 ANS ET PLUS .....	18
BESOINS EN MATIÈRE DE SANTÉ .....	19-20
SANTÉ MENTALE .....	21-22
SERVICES DE LUTTE CONTRE LES DÉPENDANCES .....	23
LOGEMENT, REFUGE D'URGENCE ET NOURRITURE .....	24-26
AUTRES SERVICES .....	27

# AVEZ-VOUS REMPLI VOTRE DÉCLARATION DE REVENUS?

Même si vous ne gagnez pas d'argent, vous devriez produire une déclaration de revenus chaque année. Si vous ne le faites pas, vous NE POUVEZ PAS obtenir de prestations gouvernementales comme les suivantes :

## Crédits d'impôt fédéraux sur le revenu

**Crédit pour TPS** – Versement trimestriel non imposable qui aide les particuliers et les familles à revenu faible ou modeste à récupérer une partie ou la totalité de la TPS ou de la TVH qu'ils paient.

**Allocation canadienne pour les travailleurs** – Crédit d'impôt remboursable offrant un allègement fiscal aux particuliers et aux familles à faible revenu qui font partie de la population active. [www.canada.ca/fr/agence-revenu/services/prestations-enfants-familles/allocation-canadienne-travailleurs.html](http://www.canada.ca/fr/agence-revenu/services/prestations-enfants-familles/allocation-canadienne-travailleurs.html)

**Allocation canadienne pour enfants** – Versement mensuel non imposable qui aide à subvenir aux besoins des enfants de moins de 18 ans. Pour recevoir l'Allocation canadienne pour enfants, vous devez remplir votre déclaration de revenus chaque année même si vous n'avez aucun revenu pendant l'année. Si vous avez un conjoint ou un conjoint de fait, il doit également produire une déclaration de revenus chaque année.

- Présentez une demande en ligne dans [Mon dossier](#). Allez à la section « Demander des prestations pour enfants » pour remplir et soumettre votre demande. Ou, remplissez le formulaire **RC66-Demande de prestations canadiennes pour enfants** au [www.canada.ca/fr/agence-revenu/services/formulaires-publications/formulaires/rc66.html](http://www.canada.ca/fr/agence-revenu/services/formulaires-publications/formulaires/rc66.html) et postez-le à l'adresse suivante : Centre fiscal de Winnipeg, case postale 14005, succursale Main, Winnipeg (Manitoba) R3C 0E3
- Informez l'Agence du revenu du Canada si votre état civil a changé en envoyant le formulaire **RC65-Changement d'état civil** disponible en ligne au [www.canada.ca/fr/agence-revenu/services/formulaires-publications/formulaires/rc65.html](http://www.canada.ca/fr/agence-revenu/services/formulaires-publications/formulaires/rc65.html). Le gouvernement pourra ainsi calculer les versements pour l'Allocation canadienne pour enfants et la TPS correctement.
- Vous pouvez demander une copie imprimée de ces formulaires en composant le 1 800 387-1193.

**Crédit canadien pour aidant naturel** – Crédit d'impôt non remboursable auquel vous pourriez être admissible si vous aidez un conjoint ou un conjoint de fait ou une personne à charge ayant un handicap **physique ou mental**.

Consultez le [www.canada.ca/montant-aidants-naturels.html](http://www.canada.ca/montant-aidants-naturels.html).

**Paiement de l'incitatif à agir pour le climat** – Montant non imposable versé pour aider les particuliers et les familles à compenser le coût de la tarification fédérale de la pollution. À compter de juillet 2022, le Paiement de l'incitatif à agir pour le climat sera une prestation versée tous les trois mois aux personnes admissibles. Consultez le [www.canada.ca/fr/agence-revenu/services/prestations-enfants-familles/paiement-cai.html](http://www.canada.ca/fr/agence-revenu/services/prestations-enfants-familles/paiement-cai.html).

# AVEZ-VOUS REMPLI VOTRE DÉCLARATION DE REVENUS?

---

Les prestations du gouvernement fédéral sont les mêmes pour les membres des Premières Nations qu'ils habitent une réserve ou non, mais ils doivent remplir une déclaration de revenus pour recevoir ces prestations même s'ils n'ont aucun revenu. Des règles différentes s'appliquent aux crédits d'impôt provinciaux.

## Crédits d'impôt provinciaux (Manitoba)

**Crédit d'impôt personnel** – Crédit accordé aux Manitobains et Manitobaines à faible revenu et à leurs personnes à charge. Consultez le [www.canada.ca/fr/agence-revenu/services/impot/particuliers/sujets/tout-votre-declaration-revenus/declaration-revenus/remplir-declaration-revenus/impot-credits-provinciaux-territoriaux-particuliers/manitoba.html](http://www.canada.ca/fr/agence-revenu/services/impot/particuliers/sujets/tout-votre-declaration-revenus/declaration-revenus/remplir-declaration-revenus/impot-credits-provinciaux-territoriaux-particuliers/manitoba.html)

**Crédit d'impôt foncier pour l'éducation** – Crédit accordé aux personnes qui paient un loyer (avant l'année d'imposition 2022) ou des taxes foncières au Manitoba. Les aînés peuvent être admissibles à des montants supplémentaires. Consultez le [www.gov.mb.ca/finance/tao/eptc.fr.html](http://www.gov.mb.ca/finance/tao/eptc.fr.html).

**Remboursement de l'impôt sur le revenu aux personnes âgées au titre de la taxe scolaire** – La personne qui demande le crédit d'impôt foncier pour l'éducation doit également être la personne qui demande ce remboursement d'impôt. Consultez le [www.gov.mb.ca/finance/tao/sstrebate.fr.html](http://www.gov.mb.ca/finance/tao/sstrebate.fr.html).

**Crédit d'impôt pour les locataires résidentiels** – Crédit accordé aux personnes qui paient un loyer au Manitoba à compter de l'année d'imposition 2022. Consultez le [www.manitoba.ca/eduproptax/index.fr.html](http://www.manitoba.ca/eduproptax/index.fr.html).

**Crédit d'impôt pour soignant primaire** – Crédit accordé aux personnes qui prennent soin de façon continue et bénévole de membres de leur famille, d'amis ou de voisins qui ont besoin d'aide à domicile. Consultez le [www.gov.mb.ca/finance/tao/caregiver.fr.html](http://www.gov.mb.ca/finance/tao/caregiver.fr.html).

**Bureau d'aide fiscale du Manitoba** – [www.gov.mb.ca/finance/tao/index.fr.html](http://www.gov.mb.ca/finance/tao/index.fr.html) – Renseignements et aide offerts aux résidents au sujet des programmes d'impôt sur le revenu et de crédit d'impôt du Manitoba. À Winnipeg, composez le 204 948-2115. À l'extérieur de Winnipeg, composez le 1 800 782-0771.

# CONSEILS ET LITTÉRATIE EN MATIÈRE DE FINANCES

---

**Programme d'accès aux prestations (A à B)** – Programme conçu pour aider les personnes à faible revenu à :

- Obtenir des renseignements sur les prestations gouvernementales et présenter une demande pour les prestations auxquelles elles sont admissibles.
- Ouvrir un REEE et recevoir de l'argent pour l'éducation de leurs enfants.
- Obtenir les pièces d'identité nécessaires pour avoir accès aux prestations.
- Ouvrir des comptes bancaires et produire des déclarations de revenus.

Les programmes A à B sont offerts par :

**SEED Winnipeg Inc.** : [www.seedwinnipeg.ca](http://www.seedwinnipeg.ca) (en anglais seulement) Pour prendre rendez-vous, composez le 204 927-9945 à Winnipeg ou écrivez à [AtoB@seedwinnipeg.ca](mailto:AtoB@seedwinnipeg.ca)

**Immigrant and Refugee Community Organization of Manitoba inc. House Isabel** : [www.ircom.ca/programs/asset-building/](http://www.ircom.ca/programs/asset-building/) (en anglais seulement)

Composez le 204 943-8765, poste 106 ou 108, ou écrivez à [info@ircom.ca](mailto:info@ircom.ca)

**Manitoba Possible** (pour les personnes handicapées) : [www.manitobapossible.ca/programs](http://www.manitobapossible.ca/programs) (en anglais seulement) (sélectionnez Financial Empowerment)

Composez le 204 975-3103 (à Winnipeg) ou le numéro sans frais 1 866 282-8041 ou écrivez à [info@manitobapossible.ca](mailto:info@manitobapossible.ca).

**New Journey housing** [www.newjourneyhousing.com](http://www.newjourneyhousing.com) (en anglais seulement) Composez le 204 942-2238 ou écrivez à [info@newjourneyhousing.com](mailto:info@newjourneyhousing.com)

**Community Financial Counselling Services** – Organisme sans but lucratif subventionné par Centraide et le gouvernement du Manitoba, offrant des conseils, de la formation et des options pour obtenir des ressources, gérer les finances et les dettes, et connaître les systèmes financiers ayant une incidence sur la vie quotidienne. Composez le 1 888 573-2383 ou consultez le [www.debthelpmanitoba.com](http://www.debthelpmanitoba.com) (en anglais seulement).

**Office des services financiers du Manitoba** – Office offrant des programmes éducatifs sur les bases de l'investissement, l'épargne pour enfants, les programmes conçus pour les femmes, l'immobilier, l'assurance et d'autres renseignements. Consultez le [www.moneysmartmanitoba.ca/fr/a-propos-de-nous/](http://www.moneysmartmanitoba.ca/fr/a-propos-de-nous/).

**Site Web du gouvernement du Manitoba sur la littératie financière** : [www.gov.mb.ca/finance/literacy](http://www.gov.mb.ca/finance/literacy) (en anglais seulement).

# CONSEILS ET LITTÉRATIE EN MATIÈRE DE FINANCES

---

**Programme de littératie financière – Comptables professionnels agréés du Manitoba.** Consultez le <https://cpamb.ca/members/financial-literacy-program> (en anglais seulement). Ce site Web peut vous aider à trouver un comptable professionnel agréé qui vous aidera à gérer vos finances personnelles.

**Argent et finances – gouvernement du Canada** – Une fois que vous avez obtenu vos prestations, vous pouvez demander de l'aide pour gérer votre argent. Pour obtenir des renseignements sur l'établissement d'un budget et l'épargne, consultez les ressources du gouvernement du Canada au [www.canada.ca/fr/services/finance.html](http://www.canada.ca/fr/services/finance.html).

**Conseils en matière de crédit** – Liste des services de conseils en matière de crédit au Manitoba. Consultez le <https://mb.211.ca/francais/> (cliquez sur la section des finances et ensuite sur la section des conseils en matière de crédit).

**Centre communautaire d'aide aux chômeurs** – Information et aide en cas de problèmes en ce qui concerne l'assurance-emploi ou l'aide à l'emploi et au revenu, consultez le [www.cuhc.mb.ca/](http://www.cuhc.mb.ca/) (en anglais seulement). Composez le 204 942-6556 (à Winnipeg) ou le numéro sans frais 1 866 942-6556 ou écrivez à [cuhc@cuhc.mb.ca](mailto:cuhc@cuhc.mb.ca).

# AIDE À L'EMPLOI ET AU REVENU

Le Programme d'aide à l'emploi et au revenu offre un soutien financier aux résidents du Manitoba qui ne disposent d'aucun autre moyen de subvenir à leurs besoins essentiels. Le Programme peut aider les personnes qui peuvent travailler à retourner sur le marché du travail en leur offrant des mesures de soutien à l'emploi. **Pour présenter une demande d'aide à l'emploi et au revenu, composez 204 948-4000 (à Winnipeg) ou le 1 855 944-8111 (à l'extérieur de Winnipeg).** Pour plus de renseignements, consultez le <http://www.gov.mb.ca/fs/eia/index.fr.html>.

**L'aide à l'emploi et au revenu fournit diverses prestations pour aider à répondre aux besoins du ménage, notamment les suivantes : Assistance de base** – Aide visant à payer, par exemple, la nourriture, les vêtements et les objets de nécessité du ménage.

**Allocation pour le loyer** – Prestation financière mensuelle qui vise à aider les résidents du Manitoba à faible revenu qui paient un loyer dans le secteur privé. Cette prestation est offerte aux ménages bénéficiant du programme d'aide à l'emploi et au revenu qui ont des frais de logement et aux Manitobains à faible revenu qui ne bénéficient pas de l'aide à l'emploi et au revenu et qui louent sur le marché privé. Consultez le [www.gov.mb.ca/fs/eia/index.fr.html](http://www.gov.mb.ca/fs/eia/index.fr.html).

**Pour les bénéficiaires de l'aide à l'emploi et au revenu** qui habitent un logement non subventionné, l'allocation pour le loyer est automatiquement incluse dans les paiements mensuels. L'admissibilité est évaluée lorsque vous présentez une demande d'aide à l'emploi et au revenu et est fondée sur le nombre de personnes dans le ménage et l'inclusion des coûts de services publics (chauffage, électricité et eau) dans le montant du loyer. Consultez le [www.gov.mb.ca/fs/eia/rentassist\\_facts.fr.html](http://www.gov.mb.ca/fs/eia/rentassist_facts.fr.html).

**Pour les personnes qui ne reçoivent pas d'aide à l'emploi et au revenu** et qui habitent un logement ou un espace de chambre et pension du secteur privé, une allocation mensuelle peut être offerte. Elle varie selon le revenu annuel de chaque adulte (du ménage). Pour présenter une demande d'allocation pour le loyer, les personnes ne recevant pas d'aide à l'emploi et au revenu peuvent remplir le formulaire [www.gov.mb.ca/fs/eia/pubs/rentassist\\_appform.fr.pdf](http://www.gov.mb.ca/fs/eia/pubs/rentassist_appform.fr.pdf) ou appeler les Services provinciaux au 204 948-7368 (à Winnipeg) ou au numéro sans frais 1 877 587-6224 afin de recevoir le formulaire par la poste. Écrivez à [incsup@gov.mb.ca](mailto:incsup@gov.mb.ca).

## Vous avez besoin d'aide avec l'aide à l'emploi et au revenu?

**Bureau des pratiques équitables** – Bureau fournissant une aide confidentielle et impartiale aux résidents du Manitoba qui demandent ou reçoivent des services dans le cadre des programmes du ministère des Familles, y compris les programmes d'aide à l'emploi et au revenu, et qui pensent avoir été traités de façon non équitable. Le Bureau offre des services de médiation en cas de différends et formule des recommandations pour les dossiers individuels à l'intention du personnel des programmes selon les résultats de ses enquêtes. Pour plus de renseignements, consultez le [www.gov.mb.ca/fs/fpo/index.fr.html](http://www.gov.mb.ca/fs/fpo/index.fr.html)

**Commission d'appel des services sociaux** – Commission offrant un processus d'appel formel et indépendant des décisions portant sur l'admissibilité au Programme d'aide à l'emploi et au revenu et aux prestations qu'il accorde. La Commission examine les appels relatifs à l'admissibilité au programme d'aide à l'employabilité des personnes handicapées et à d'autres programmes offerts par le ministère des Familles. Pour plus de renseignements, consultez le <http://www.gov.mb.ca/fs/ssab/index.fr.html>.

# EMPLOI ET FORMATION

---

## Services de l'emploi et de la formation professionnelle

**Emplois sur** aide les personnes qui demandent ou reçoivent une aide à l'emploi et au revenu à trouver un emploi. Le personnel offre un soutien rapide aux participants pour déterminer les services dont ils ont besoin, faire des aiguillages et encourager le progrès dans la recherche d'un emploi. Les services offerts sur place comprennent la rédaction d'un curriculum vitæ, le repérage de possibilités d'emploi, des services de messagerie vocale et le marketing direct à des employeurs. Les programmes sont offerts à deux endroits :

**Emplois sur Market à Winnipeg**, au 128, avenue Market, du lundi au vendredi, de 8 h 30 à 16 h 30. Composez le 204 948-JOBS (5627) ou écrivez à [Jobsonmarket@gov.mb.ca](mailto:Jobsonmarket@gov.mb.ca).

**Emplois sur la 9<sup>e</sup> à Brandon**, au 340, 9<sup>e</sup> Rue, bureau 157, du lundi au vendredi, de 8 h 30 à 16 h 30 (fermé de 12 h à 12 h 45). Pour prendre un rendez-vous, composez le 204 726-6220 ou écrivez à [J09@gov.mb.ca](mailto:J09@gov.mb.ca).

**Les centres d'emploi et de développement des compétences du Manitoba** offrent une vaste gamme de services d'emploi et de formation par l'entremise de 14 centres situés à différents endroits du Manitoba. Composez le 204 945-0575 (à Winnipeg) ou le numéro sans frais 1 866 332-5077, écrivez à [mjsd@gov.mb.ca](mailto:mjsd@gov.mb.ca) ou consultez le [www.gov.mb.ca/wd/contact/index.fr.html](http://www.gov.mb.ca/wd/contact/index.fr.html).

### Winnipeg

Centre du centre-ville 111, avenue Lombard, bureau 100 Centre du Sud 1005, chemin St. Mary's

### Régions rurales du Manitoba

Centre de Morden 160, rue Stephen, bureau 1  
Centre de Portage-la-Prairie 1016, avenue Saskatchewan Est  
Centre de Steinbach 321, rue Main  
Centre de Gimli 62, 2<sup>e</sup> Avenue, 2<sup>e</sup> étage  
Centre de Selkirk 260, avenue Superior, bureau 100  
Centre de Dauphin 135A, 2<sup>e</sup> Avenue Nord-Est  
Centre de Swan River 1431, 1<sup>re</sup> Rue Nord  
Centre de Brandon (services bilingues offerts) 340, 9<sup>e</sup> Rue, bureau 127  
Westbran Training Centre (Brandon) 2005, avenue McGregor

### Régions du Nord

Centre de Thompson North Centre Mall, 3, chemin Station, bureau 118  
Centre de Flin Flon 143, rue Main  
Centre de The Pas 305, 4<sup>e</sup> Rue Ouest



# EMPLOI ET FORMATION

---

**Développement économique, Investissement et Commerce** – Les services offerts comprennent les compétences essentielles, l’alphabétisation et d’autres programmes liés à l’emploi destinés à répondre aux divers besoins des Manitobains. Consultez le [www.gov.mb.ca/wd/ites/tes/jobs\\_careers.fr.html](http://www.gov.mb.ca/wd/ites/tes/jobs_careers.fr.html). Pour connaître les événements à venir, consultez le <https://gov.mb.ca/wd/ites/tes/index.fr.html> et cliquez sur la section Événements à venir.

**Le Programme d’aide à l’employabilité des personnes handicapées** offre une vaste gamme de services axés sur l’emploi pour aider les adultes handicapés à se préparer au marché du travail, à obtenir un emploi et à le conserver. Consultez le [www.gov.mb.ca/wd/ites/vrmanual/index.html](http://www.gov.mb.ca/wd/ites/vrmanual/index.html) (en anglais seulement), écrivez à [EAPD@gov.mb.ca](mailto:EAPD@gov.mb.ca), ou composez le numéro sans frais 1 866 332-5077, le numéro ATS – Service de relais (à l’extérieur de Winnipeg) : 711 ou 1 800 855-0511, ou le 204 945-0575 (à Winnipeg).

**Youth Partnerships** offre de nombreuses possibilités d’emploi et des programmes de recrutement aux étudiants et aux jeunes de moins de 30 ans qui cherchent un emploi au sein du gouvernement du Manitoba. Pour plus de renseignements, consultez le site [Province of Manitoba | wd - Youth Partnerships \(gov.mb.ca\)](http://Province of Manitoba | wd - Youth Partnerships (gov.mb.ca) (en anglais seulement) ou le www.gov.mb.ca/jec/syeo/index.fr.html) (en anglais seulement) ou le [www.gov.mb.ca/jec/syeo/index.fr.html](http://www.gov.mb.ca/jec/syeo/index.fr.html).

**Youth Employment Services Manitoba** offre des services d’emploi et de soutien gratuits et inclusifs aux jeunes âgés de 16 à 29 ans, partout au Manitoba. Youth Employment Services propose des rendez-vous virtuels et en personne pour aider les jeunes à acquérir des compétences en matière d’employabilité (rédaction d’un curriculum vitæ, recherche d’emploi, etc.), ainsi que des ateliers et des formations gratuits tels que la RCR/le secourisme et le certificat de formation en manipulation des aliments. Pour plus de renseignements ou pour vous inscrire à nos services, composez le 204 987-8661 ou consultez le [www.yesmb.ca](http://www.yesmb.ca) (en anglais seulement).

**Trouvez des emplois au Manitoba** au <https://residents.gov.mb.ca/findingwork.fr.html> ou utilisez le **Guichet emplois**, une ressource en ligne gratuite, pour chercher des offres d’emploi à l’échelle du Canada. Consultez le [www.guichetemplois.gc.ca/accueil](http://www.guichetemplois.gc.ca/accueil).

**Prestations du Canada à Service Canada** – Service Canada vous fournit de l’aide pour retourner sur le marché du travail ou obtenir une aide au revenu temporaire et une formation axée sur les compétences. Le site Prestations du Canada, un véritable guichet unique, peut vous aider à trouver les programmes et les services qui vous conviennent. Consultez le [www.canada.ca/fr/services/prestations.html](http://www.canada.ca/fr/services/prestations.html)

**L’Aide aux étudiants du Manitoba** est un programme gouvernemental qui offre une aide financière supplémentaire fédérale et provinciale sous forme de prêts, de subventions et de bourses pour aider à payer les coûts des études postsecondaires à temps plein et à temps partiel. Pour vous inscrire en ligne ou en savoir plus sur ce programme, consultez le [www.edu.gov.mb.ca/aem/index.html](http://www.edu.gov.mb.ca/aem/index.html) ou composez le 204 945-6321. Pour prendre rendez-vous, composez le 1 833 782-4362. Lieux : 1181, avenue Portage, bureau 401 (à Winnipeg) ou 240, 9<sup>e</sup> Rue, bureau 362 (à Brandon)

# ENFANTS, JEUNES ET FAMILLES

---

## **Enregistrer une naissance au Manitoba auprès du Bureau de l'état civil**

Remplissez les formulaires fournis au moment de la naissance ou communiquez avec le Bureau de l'état civil pour obtenir des renseignements. À ce moment-là, vous pouvez également demander un numéro d'assurance sociale pour votre enfant et l'Allocation canadienne pour enfants. Composez le 204 945-3701 (à Winnipeg) ou le numéro sans frais 1 866 949-9296 ou consultez le [https://vitalstats.gov.mb.ca/birth\\_registration.fr.html](https://vitalstats.gov.mb.ca/birth_registration.fr.html)

Obtenez un **certificat de naissance** pour votre enfant né au Manitoba directement du **Bureau de l'état civil** en présentant une demande. Un certificat de naissance est nécessaire pour accéder à d'autres programmes ou prestations. Consultez le [http://vitalstats.gov.mb.ca/online\\_certificate\\_application.fr.html](http://vitalstats.gov.mb.ca/online_certificate_application.fr.html).

Le **Programme d'exécution des ordonnances alimentaires** permet de surveiller et de faire respecter les ordonnances judiciaires et les accords de séparation qui exigent le paiement d'une pension alimentaire. Pour plus de renseignements, consultez le [www.gov.mb.ca/justice/courts/mep/index.html](http://www.gov.mb.ca/justice/courts/mep/index.html), composez le 204 945-7133 (à Winnipeg) ou le numéro sans frais 1 866 479-2717, ou écrivez à [ManitobaMEPIquiries@gov.mb.ca](mailto:ManitobaMEPIquiries@gov.mb.ca).

## **Votre enfant ou vous pourriez être admissible à d'autres prestations, en plus des versements mensuels de l'Allocation canadienne pour enfants.**

La **Prestation manitobaine pour enfants** est une aide financière mensuelle offerte aux familles à faible revenu qui ne sont PAS bénéficiaires de l'aide à l'emploi et au revenu. Composez le 204 948-7368 (à Winnipeg) ou le numéro sans frais 1 877 587-6224, ou téléchargez la demande en ligne au [www.gov.mb.ca/fs/eia/mcb.fr.html](http://www.gov.mb.ca/fs/eia/mcb.fr.html).

Le **Programme d'allocations pour la garde d'enfants** aide les parents à faible revenu à payer les frais admissibles de garde d'enfants. L'objectif du Manitoba est de faire en sorte que les frais parentaux soient de 10 \$ par jour et par enfant d'ici mars 2023. Remplissez la demande d'allocation en ligne au [www.gov.mb.ca/fs/childcare/families/childcare\\_subsidies.fr.html](http://www.gov.mb.ca/fs/childcare/families/childcare_subsidies.fr.html), composez le 204 945-8195 (à Winnipeg) ou le numéro sans frais 1 877 587-6224, ou écrivez à [cdcsubsidy@gov.mb.ca](mailto:cdcsubsidy@gov.mb.ca).

# ENFANTS, JEUNES ET FAMILLES

**Programme Bébé en santé** – Ce programme en deux volets aide les femmes enceintes, les nouveaux parents et leurs bébés grâce aux :

- **Allocations prénatales du Manitoba** – Ces allocations aident les femmes enceintes à acheter des aliments sains pendant la grossesse. Les femmes enceintes doivent vivre au Manitoba et avoir un revenu familial inférieur à 32 000 \$ pour être admissibles. Composez le 204 945-1301 (à Winnipeg) ou le numéro sans frais 1 888 848-0140.
- **Programmes d'aide communautaire pour des Bébé en santé** – Séances de groupe sans rendez-vous gratuites pour les femmes enceintes et leurs partenaires ainsi que pour les parents de bébés de moins d'un an visant à fournir des renseignements et des services de soutien pour une grossesse et un bébé en santé.

Consultez le [www.gov.mb.ca/healthychild/healthybaby/csp.fr.html](http://www.gov.mb.ca/healthychild/healthybaby/csp.fr.html) ou composez le 204 945-1301 (à Winnipeg) ou le numéro sans frais 1 888 848-0140.

**Programme canadien pour l'épargne-études** – Le gouvernement du Canada peut vous aider à épargner pour les études postsecondaires de votre enfant en versant de l'argent dans un **régime enregistré d'épargne-études (REEE)**. Les sommes épargnées dans un REEE peuvent servir à payer des dépenses liées à des études à temps plein ou à temps partiel dans une école de métiers, un cégep, un collège, une université ou un programme d'apprentissage. Il existe deux incitatifs fédéraux à l'épargne-études liés aux REEE :

Le **Bon d'études canadien** est une somme versée pour un enfant admissible né en 2004 ou après. Un montant initial de 500 \$ est déposé dans un REEE, et un montant supplémentaire de 100 \$ est versé pour chaque année d'admissibilité de l'enfant, selon le revenu familial, jusqu'à ce qu'il atteigne l'âge de 15 ans et jusqu'à concurrence de 2 000 \$. Il est également possible de l'obtenir rétroactivement jusqu'à l'âge de 20 ans. Aucune cotisation personnelle au REEE n'est requise. Pour toute question sur le Bon d'études canadien ou pour obtenir de l'aide pour souscrire à un REEE, y compris l'accès aux pièces d'identité requises (certificat de naissance, NAS) sans frais, appelez Community Financial Counselling Services au 204 989-1919 (à Winnipeg) ou écrivez à [madelinev@cfcs.mb.ca](mailto:madelinev@cfcs.mb.ca).

# ENFANTS, JEUNES ET FAMILLES

---

Grâce à la **Subvention canadienne pour l'épargne-études** le gouvernement du Canada verse 20 cents pour chaque dollar investi dans un REEE pour un enfant admissible, jusqu'à ce qu'il atteigne l'âge de 17 ans, et ce, jusqu'à concurrence de 500 \$ par année. Selon le revenu familial, un enfant peut être admissible à 10 % ou à 20 % de plus pour la première tranche de 500 \$ versée dans un REEE chaque année.

Pour plus de renseignements, consultez le [www.canada.ca/fr/services/prestations/education/epargne-etudes.html](http://www.canada.ca/fr/services/prestations/education/epargne-etudes.html) ou communiquez avec une institution financière de votre choix qui offre des REEE. Vous pouvez également amorcer le processus de demande de Bon d'études canadien en ligne à [mysmartfuture.org/](http://mysmartfuture.org/) ou en appelant ACORN sans frais au 1 866 991-0025.

**First Book Canada** aide les organismes à fournir aux enfants de familles à faible revenu de nouveaux livres et de nouvelles ressources éducatives de façon continue. Les livres sont gratuits pour les membres et sont remis chaque printemps (habituellement en avril) lors d'une activité à Winnipeg où les membres peuvent aller chercher les livres. Plus il y a de personnes de votre organisme qui s'inscrivent, plus vous pouvez réclamer de livres. Pour devenir membre, consultez le [www.fbmpcanada.org/index.php/register](http://www.fbmpcanada.org/index.php/register).

**Zone des parents du Manitoba** est un site Web complet qui fournit aux parents des ressources et des renseignements fondés sur les pratiques exemplaires en matière de santé et de développement des enfants et des adolescents. Les parents peuvent accéder à des fiches de conseils utiles, poser des questions en utilisant la fonction « Demander à un expert » et en apprendre davantage sur les programmes et les ressources mis à leur disposition. Consultez le [www.zonedeparentsdumanitoba.ca](http://www.zonedeparentsdumanitoba.ca).

**Future Forward** est une initiative communautaire coordonnée qui offre des services et des ressources pour répondre aux besoins des jeunes actuellement pris en charge ou qui l'ont déjà été et qui sont âgés de 15 à 29 ans, notamment en matière de bien-être émotionnel, de mentorat, de santé mentale, de logement, de littératie financière, d'éducation, de formation et d'emploi. Composez le 1 888 395-2135 ou consultez le [www.futuresforward.ca/](http://www.futuresforward.ca/) (en anglais seulement). Pour prendre rendez-vous, composez le 204 987-8661 ou écrivez à [reception@yesmb.ca](mailto:reception@yesmb.ca).

**Resource Assistance for Youth Inc.** est un organisme sans but lucratif travaillant auprès des jeunes sans-abri âgés de moins de 30 ans qui vivent dans la rue. Cet organisme est non partisan, ne porte pas de jugement et adopte une approche de réduction des méfaits. Composez le 204 783-5617 poste 206 (bureau d'accueil) ou rendez-vous au 125, rue Sherbrook (à Winnipeg). Consultez le [www.rayinc.ca](http://www.rayinc.ca) (en anglais seulement) ou écrivez à [info@rayinc.ca](mailto:info@rayinc.ca).

Le **Programme de soins de la vue pour enfants** aide les familles bénéficiant de la Prestation manitobaine pour enfants à payer les frais liés à l'achat de lunettes pour leurs enfants. Consultez le [www.gov.mb.ca/fs/eia/children\\_opticare.fr.html](http://www.gov.mb.ca/fs/eia/children_opticare.fr.html).

# PERSONNES HANDICAPÉES

**Si vous ne pouvez pas gagner de revenus à cause de problèmes de santé ou d'un handicap, certains programmes gouvernementaux pourraient vous aider.**

Le **Programme des services d'intégration communautaire des personnes handicapées** offre une gamme de services de soutien aux adultes ayant des déficiences intellectuelles. Consultez le [www.gov.mb.ca/fs/clds/services-supports.fr.html](http://www.gov.mb.ca/fs/clds/services-supports.fr.html).

Pour trouver un bureau de services près de chez vous, consultez le

[www.gov.mb.ca/fs/misc/loc/winnipeg.fr.html](http://www.gov.mb.ca/fs/misc/loc/winnipeg.fr.html)

[www.gov.mb.ca/fs/misc/loc/ruralnorthern.fr.html](http://www.gov.mb.ca/fs/misc/loc/ruralnorthern.fr.html)

Le **Programme des services aux enfants handicapés** offre une gamme de soutiens aux familles qui élèvent un ou plusieurs enfants ayant un handicap physique ou une déficience développementale. Consultez le [www.gov.mb.ca/fs/cds/index.fr.html](http://www.gov.mb.ca/fs/cds/index.fr.html) Pour trouver un bureau de services près de chez vous, consultez le [www.gov.mb.ca/fs/cds/locations.fr.html](http://www.gov.mb.ca/fs/cds/locations.fr.html)

**Aide à l'emploi et au revenu – Prestations d'invalidité** – Ces prestations sont accordées aux personnes handicapées admissibles qui peuvent recevoir des montants supplémentaires en raison de besoins médicaux pour couvrir : les régimes alimentaires spéciaux, les frais de transport ou de téléphone et les fournitures ou équipements supplémentaires liés à la santé ou médicaux qui ne sont couverts par aucun autre programme. Consultez le [https://gov.mb.ca/fs/eia/eia\\_disability.fr.html](https://gov.mb.ca/fs/eia/eia_disability.fr.html)

Le site **Renseignements pour les Manitobains ayant un handicap** fournit des renseignements sur les services offerts aux personnes handicapées au Manitoba. Consultez le [www.gov.mb.ca/fs/imd/index.fr.html](http://www.gov.mb.ca/fs/imd/index.fr.html).

**Manitoba Possible** offre des programmes et des services pour répondre aux besoins des enfants, des jeunes et des adultes handicapés. Composez le 204 975-3010 (à Winnipeg) ou le numéro sans frais 1 866 282-8041. Consultez le [www.manitobapossible.ca/](http://www.manitobapossible.ca/) (en anglais seulement) ou écrivez à [info@manitobapossible.ca](mailto:info@manitobapossible.ca).

L'**Initiative de thérapie pédiatrique** coordonne les services d'audiologie, d'ergothérapie, de physiothérapie et d'orthophonie destinés aux enfants partout au Manitoba. Les parents, les fournisseurs de soins, les médecins et d'autres cliniciens peuvent demander ces services thérapeutiques en s'adressant au centre régional d'admission de l'Initiative. Consultez le <https://sscy.ca/fournisseurs-de-soins-et-familles/initiative-de-therapie-pediatrique/?lang=fr>.

Les **Services spécialisés pour enfants et jeunes** sont axés sur l'intégration, la coordination et, le cas échéant, la cohabitation des services communautaires conçus pour les enfants et les jeunes du Manitoba ayant des handicaps et des besoins spéciaux. Consultez le <https://sscy.ca/?lang=fr> ou composez le 204 452-4311.

La **Learning Disabilities Association of Manitoba** offre des services de soutien et de défense des intérêts ainsi que des programmes aux personnes touchées par des troubles d'apprentissage. Composez le 204 774-1821, consultez le (en anglais seulement) ou écrivez à [info@ldamanitoba.org](mailto:info@ldamanitoba.org).

# PERSONNES HANDICAPÉES

---

**Il est possible que vous soyez admissible à d'autres prestations fiscales fédérales. Consultez les renseignements ci-dessous ou composez le 1 800 387-1193.**

**Prestation d'invalidité du Régime de pensions du Canada (RPC)** – Si vous avez cotisé au RPC, vous pourriez être admissible à la prestation d'invalidité du RPC. Composez le 1 800 277-9914 ou consultez le [www.canada.ca/fr/services/prestations/pensionspubliques/rpc/prestation-invalidite-rpc/demande.html](http://www.canada.ca/fr/services/prestations/pensionspubliques/rpc/prestation-invalidite-rpc/demande.html) pour télécharger la trousse de demande ou présenter une demande en ligne. Vous pouvez également obtenir une copie imprimée du formulaire de demande à tout centre de Service Canada.

**Crédit d'impôt pour personnes handicapées** – Ce crédit d'impôt non remboursable aide les personnes handicapées ou les personnes qui les soutiennent à réduire le montant d'impôt qu'elles peuvent avoir à payer. L'Agence du revenu du Canada doit approuver le crédit avant que vous ne puissiez en faire la demande. Consultez le [www.canada.ca/fr/agence-revenu/services/impot/particuliers/segments/deductions-credits-impot-personnes-handicapees/credit-impot-personnes-handicapees.html](http://www.canada.ca/fr/agence-revenu/services/impot/particuliers/segments/deductions-credits-impot-personnes-handicapees/credit-impot-personnes-handicapees.html)

**Prestation pour enfants handicapés** – prestation non imposable destinée aux familles qui subviennent aux besoins d'un enfant de moins de 18 ans admissible au crédit d'impôt pour personnes handicapées. Consultez le [www.canada.ca/fr/agence-revenu/services/prestations-enfants-familles/prestation-enfants-handicapes.html](http://www.canada.ca/fr/agence-revenu/services/prestations-enfants-familles/prestation-enfants-handicapes.html)

**Allocation canadienne pour les travailleurs – Supplément aux personnes handicapées** – Ce supplément remboursable s'ajoute à l'Allocation canadienne pour les travailleurs si vous êtes également admissible au crédit d'impôt pour personnes handicapées. Consultez le [www.canada.ca/fr/agence-revenu/services/prestations-enfants-familles/allocation-canadienne-travailleurs.html](http://www.canada.ca/fr/agence-revenu/services/prestations-enfants-familles/allocation-canadienne-travailleurs.html)

**Supplément remboursable pour frais médicaux** – Ce crédit remboursable peut être réclamé dans la déclaration de revenus des travailleurs à faible revenu dont les frais médicaux sont élevés. Consultez le [www.canada.ca/fr/agence-revenu/services/impot/particuliers/sujets/tout-votre-declaration-revenus/declaration-revenus/remplir-declaration-revenus/deductions-credits-depenses/lignes-33099-33199-frais-medicaux-admissibles-vous-pouvez-demander-votre-declaration-revenus.html#mdcl\\_xpns](http://www.canada.ca/fr/agence-revenu/services/impot/particuliers/sujets/tout-votre-declaration-revenus/declaration-revenus/remplir-declaration-revenus/deductions-credits-depenses/lignes-33099-33199-frais-medicaux-admissibles-vous-pouvez-demander-votre-declaration-revenus.html#mdcl_xpns)

**Régime enregistré d'épargne-invalidité** – Ce programme vous permet d'épargner pour l'avenir sans perdre vos prestations d'aide à l'emploi et au revenu. Le gouvernement verse un montant de contrepartie jusqu'à concurrence de 300 % de vos cotisations. Même si votre revenu est peu élevé et que vous ne pouvez cotiser à votre régime, le gouvernement peut vous accorder jusqu'à 1 000 \$ par an. Consultez le [www.canada.ca/reei](http://www.canada.ca/reei)

**Remarque : Pour les formats substitués (braille, gros caractères, texte électronique ou MP3) des formulaires et publications de l'Agence du revenu du Canada, remplissez un formulaire de commande au [www.canada.ca/fr/agence-revenu/services/formulaires-publications/medias-substitués-commande.html](http://www.canada.ca/fr/agence-revenu/services/formulaires-publications/medias-substitués-commande.html) ou composez le 1 800 959-8281.**

# RESSOURCES POUR LES PEUPLES AUTOCHTONES

---

**Services aux Autochtones Canada** – Ministère du gouvernement fédéral qui offre des renseignements et des services aux Autochtones du Manitoba. Vous trouverez également des renseignements sur les collectivités des Premières Nations, les conseils de bande et les organismes politiques actifs du Manitoba. Composez le 1 800 567-9604 ou écrivez à [Infopubs@aadnc-aandc.gc.ca](mailto:Infopubs@aadnc-aandc.gc.ca).

Consultez le [www.canada.ca/fr/services-autochtones-canada.html](http://www.canada.ca/fr/services-autochtones-canada.html)

**Programme des services de santé non assurés** – Pour les Premières Nations et les Inuits, ce programme fédéral couvre les médicaments d'ordonnance, les soins dentaires et d'autres services de santé qui ne sont pas assurés par les programmes provinciaux. Consultez le [www.sac-isc.gc.ca/fra/1572537161086/1572537234517](http://www.sac-isc.gc.ca/fra/1572537161086/1572537234517)

**Assembly of Manitoba Chiefs/Office régional de la santé de Winnipeg – Services de défense des droits** – Fournit des services de défense des droits et d'orientation à tous les membres des Premières Nations, quel que soit leur lieu de résidence. Composez le 204 987-4120 ou consultez le [www.manitobachiefs.com/policy-sectors/health/](http://www.manitobachiefs.com/policy-sectors/health/) (en anglais seulement). Pour parler au personnel de l'Office régional de la santé de Winnipeg – Santé autochtone – Services aux patients en matière de défense des droits, appelez le service central de réception des demandes au 1 877 940-8880, consultez le [www.wrha.mb.ca/indigenous-health/patient-services/advocacy/](http://www.wrha.mb.ca/indigenous-health/patient-services/advocacy/) (en anglais seulement) ou écrivez à [connectme@wrha.mb.ca](mailto:connectme@wrha.mb.ca).

**Eagle Urban Transition Centre** – Cet organisme de services relève de l'Assembly of Manitoba Chiefs. Il sert de point central pour les clients des Premières Nations qui sont à la recherche d'un soutien provisoire pendant qu'ils habitent ou emménagent à Winnipeg. Composez le 204 954-3050 ou consultez le [www.manitobachiefs.com/urban/](http://www.manitobachiefs.com/urban/)

**L'Initiative du principe de Jordan pour l'enfant d'abord** veille à ce que tous les enfants des Premières Nations vivant au Canada aient accès aux produits, aux services et au soutien dont ils ont besoin. Le financement peut répondre à un large éventail de besoins en matière de santé, de services sociaux et d'éducation. Les familles qui vivent dans une collectivité de Premières Nations peuvent se prévaloir du principe de Jordan par l'entremise des gestionnaires de cas locaux qui sont responsables de l'application de ce principe. À Winnipeg, l'Eagle Urban Transition Centre peut aider les familles à se prévaloir du principe de Jordan. Pour plus de renseignements, composez le 1 855 572-4453 ou le numéro ATS 1 866 553-0554, ou consultez le [www.sac-isc.gc.ca/fra/1568396042341/1568396159824](http://www.sac-isc.gc.ca/fra/1568396042341/1568396159824)

**Centre for Aboriginal Human Resource Development Inc.** – Organisme de développement des ressources humaines sans but lucratif qui offre des services d'alphabétisation, d'éducation, de formation et d'emploi à la population autochtone urbaine de Winnipeg. Composez le 204 989-7110 ou consultez le <http://cahrd.org> (en anglais seulement).

# RESSOURCES POUR LES PEUPLES AUTOCHTONES

---

L'**Urban Circle Training Centre** offre de l'éducation et de la formation adaptées à la culture aux femmes et aux hommes membres des Premières Nations, Métis et Inuits à Winnipeg. L'organisme offre des services d'apprentissage aux adultes et plusieurs programmes menant à un certificat. Pour plus de renseignements, composez le 204 589-4433 ou consultez le [www.urbancircletraining.com/](http://www.urbancircletraining.com/) (en anglais seulement).

**Ka Ni Kanichihk** offre des programmes et des services axés sur l'intégralité et le bien-être qui misent sur les forces et la résilience des peuples autochtones. Pour plus de renseignements, écrivez à [admin@kanikanichihk.ca](mailto:admin@kanikanichihk.ca), composez le 204 953-5820 ou consultez le [www.kanikanichihk.ca/](http://www.kanikanichihk.ca/) (en anglais seulement).

Le **Native Addictions Council of Manitoba** a pour mission de fournir des services de guérison traditionnels aux Premiers peuples par un traitement holistique des dépendances. Consultez le <https://nacm.ca/> (en anglais seulement).



# NOUVEAUX ARRIVANTS AU CANADA

**Manitoba Start** – Service d’information et d’orientation destiné aux nouveaux arrivants du Manitoba qui s’établissent de façon permanente à Winnipeg, et donnant accès à des programmes d’emploi. Composez le 204 944-8833 ou consultez le [www.manitobastart.com](http://www.manitobastart.com) (en anglais seulement).

**Immigrant Centre Manitoba inc.** offre du soutien à l’établissement, l’accès à une banque de langues, des services d’emploi, des programmes de préparation au milieu de travail, etc. Consultez le [www.icmanitoba.com/](http://www.icmanitoba.com/) ou composez le 204 943-9158.

**Accueil francophone – le Centre d’accueil** offre des services d’accueil et d’établissement aux réfugiés parrainés par le gouvernement à Winnipeg, ainsi que des services d’établissement aux nouveaux arrivants francophones. Composez le 204 975-4250, consultez le <https://accueilfrancophone.ca/fr/> ou écrivez à [accueil@sfm.mb.ca](mailto:accueil@sfm.mb.ca).

Le **Centre de bienvenue** offre des services de soutien à l’établissement aux réfugiés, ainsi que des services de protection et d’établissement au Canada aux demandeurs d’asile. Composez le 204 977-1000 ou consultez le <https://miic.ca/>.

**Westman Immigrant Services** offre des programmes et des services d’établissement, d’emploi et de formation linguistique aux immigrants, aux réfugiés et aux nouveaux arrivants de l’ouest du Manitoba. Composez le 204 727-6031 (à Brandon) ou consultez le <https://westmanimmigrantservices.ca/>.

**New Journey Housing (Winnipeg)** est un centre qui offre des ressources pour le logement des nouveaux arrivants et qui peut guider ceux-ci en ce qui concerne la location ou l’achat d’un logement et la gestion de leur argent. Pour prendre rendez-vous, composez le 204 942-2238, consultez le <https://newjourneyhousing.com/> (en anglais seulement) ou écrivez à [info@newjourneyhousing.com](mailto:info@newjourneyhousing.com).

L’**Immigrant & Refugee Community Organization of Manitoba** exploite un complexe domiciliaire de transition pour les familles nouvellement arrivées, ainsi qu’un programme de ressources communautaires permettant de jumeler des membres de la communauté à des ressources dans les domaines de l’emploi, de l’éducation et de la santé. Pour plus de renseignements, composez le 204 943-8765, écrivez à [info@ircom.ca](mailto:info@ircom.ca) ou consultez le [www.ircom.ca/](http://www.ircom.ca/) (en anglais seulement).

**Naomi House** – Logement de transition pour les réfugiés et les demandeurs d’asile qui arrivent à Winnipeg. Consultez le [www.facebook.com/NaomiHouseWinnipeg/](https://www.facebook.com/NaomiHouseWinnipeg/) ou composez le 204 415-1752.

Le **Winnipeg English Language Assessment and Referral Centre** aide les nouveaux arrivants au Canada à améliorer leurs compétences en communication en anglais ou en français. Il offre des services d’aiguillage vers des cours d’anglais ou de français. Composez le 204 943-5387, écrivez à [info@welarc.net](mailto:info@welarc.net) ou consultez le [www.welarc.net/](http://www.welarc.net/) (en anglais seulement).

La **Manitoba Association of newcomer Serving Organizations** est l’organisme d’encadrement des fournisseurs de services d’aide à l’établissement du Manitoba. Elle tient une liste exhaustive de services destinés aux nouveaux arrivants dans l’ensemble du Manitoba, y compris des centres régionaux de services d’établissement et des services spécialisés. Consultez le <https://mansomanitoba.ca/resources/> (en anglais seulement), composez le 204 272-0872 ou écrivez à [info@mansomanitoba.ca](mailto:info@mansomanitoba.ca).

# AÎNÉS ET PERSONNES ÂGÉES DE 55 ANS ET PLUS

**Régime de pensions du Canada (RPC)** – Si vous avez travaillé au Canada (à l'extérieur du Québec) et cotisé au RPC, vous pouvez recevoir une pension de retraite. L'âge normal du début de la pension est 65 ans, mais vous pouvez commencer à recevoir une pension de retraite réduite dès 60 ans ou augmenter le montant mensuel en attendant jusqu'à 70 ans. Vous devez demander la pension six mois avant la date où vous souhaitez commencer à la recevoir.

**Sécurité de la vieillesse** – Toute personne ayant vécu au Canada pendant au moins dix ans peut toucher une pension de la Sécurité de la vieillesse à partir du mois qui suit ses 65 ans. Si vous avez vécu au Canada pendant au moins 40 ans, vous devriez toucher le montant mensuel maximal. Présentez votre demande six mois avant votre 65<sup>e</sup> anniversaire de naissance (si vous êtes admissible à l'inscription automatique, Service Canada vous enverra une lettre d'avis le mois après votre 64<sup>e</sup> anniversaire).

**Supplément de revenu garanti (SRG)** – Prestation non imposable pour les pensionnés de la Sécurité de la vieillesse qui ont un faible revenu. Vous pouvez demander une pension de la Sécurité de la vieillesse et le SRG en même temps. Le montant mensuel dépend du revenu annuel de l'année d'imposition précédente. L'admissibilité au SRG est examinée chaque année lors de la production de la déclaration de revenus; elle est automatiquement renouvelée pour les aînés admissibles.

**Allocation au conjoint/survivant** – Une prestation fondée sur le revenu est versée à l'époux ou conjoint de fait âgé de 60 à 64 ans ou au survivant d'un prestataire de la Sécurité de la vieillesse. Le montant mensuel dépend du revenu annuel et il est revu chaque année lors de la production de la déclaration de revenus. Le renouvellement est automatique pour les personnes admissibles.

**55 ans et plus** – Ce supplément financier provincial est versé chaque trimestre aux aînés à faible revenu âgés de 55 ans et plus en fonction du revenu déclaré l'année précédente. Il est également disponible si vous ne recevez que les prestations de services de santé de l'Aide à l'emploi et au revenu. Composez le 204 948-7368 (à Winnipeg) ou le numéro sans frais 1 877 587-6224, ou consultez le [www.gov.mb.ca/fs/eia/55plus.fr.html](http://www.gov.mb.ca/fs/eia/55plus.fr.html).

**Services de soins à domicile au Manitoba** – Des services universels sont offerts aux Manitobains de tous âges en fonction des besoins évalués. Consultez le *Guide des services de soins à domicile au Manitoba* au [www.gov.mb.ca/health/homecare/guide.fr.pdf](http://www.gov.mb.ca/health/homecare/guide.fr.pdf) ou consultez le [www.gov.mb.ca/health/homecare/index.fr.html](http://www.gov.mb.ca/health/homecare/index.fr.html).

**Chercheur de ressources pour personnes âgées** – Ce service fourni par l'entremise de l'organisme Age & Opportunity offre des renseignements et un aiguillage vers des ressources communautaires. Consultez le [www.aosupportservices.ca/resources/seniors-resource-finders/](http://www.aosupportservices.ca/resources/seniors-resource-finders/) (en anglais seulement), composez le 204 956-6440 ou écrivez à [info@aosupportservices.ca](mailto:info@aosupportservices.ca).

# BESOINS EN MATIÈRE DE SANTÉ

**Carte de santé du Manitoba – Inscription ou mise à jour – pour plus de renseignements sur la couverture de soins de santé, consultez le [www.gov.mb.ca/health/mhsip/index.fr.html](http://www.gov.mb.ca/health/mhsip/index.fr.html).**

**Health Links-Info Santé** (24 heures sur 24) – Composez le 204 788-8200 ou le numéro sans frais 1 888 315-9257. Cette ligne téléphonique provinciale d'information sur la santé donne accès à des infirmières autorisées bilingues qui effectuent le triage des problèmes de santé – depuis les symptômes de la grippe jusqu'aux fièvres d'enfants en passant par les crises cardiaques – et transmettent de l'information sur la santé pour guider et aider les Manitobains. Pour plus de renseignements, consultez le <https://misericordia.mb.ca/programs/phcc/health-links-info-sante/>.

**TéléSOINS Manitoba** est un programme de télésanté gratuit et confidentiel qui aide les Manitobains à mieux vivre avec un problème de santé chronique comme l'insuffisance cardiaque ou le diabète. Une équipe d'infirmières autorisées et de diététistes professionnelles aide les Manitobains à comprendre leur maladie et son incidence dans leur vie. Consultez le <https://misericordia.mb.ca/programs/phcc/telecare/> ou composez le 204 788-8688 (à Winnipeg) ou le numéro sans frais 1 866 204-3737.

**Chercheur de médecin de famille** – Pour trouver un médecin de famille ou une infirmière praticienne dans votre région, inscrivez-vous en ligne au [www.manitoba.ca/health/familydoctorfinder/index.fr.html](http://www.manitoba.ca/health/familydoctorfinder/index.fr.html) ou par téléphone, du lundi au vendredi, entre 8 h 30 et 16 h 30, en composant le 204 786-7111 (à Winnipeg), le numéro sans frais 1 866 690-8260, le numéro ATS 774-8618 ou le numéro sans frais des services de relais du Manitoba, 1 800 855-0511.

**Couverture des médicaments d'ordonnance** – Consultez le [www.canada.ca/fr/sante-canada/services/systeme-soins-sante/produits-pharmaceutiques/acces-canadiens-regime-assurance-medicaments-ordonnance/programmes-publics-assurance-medicaments-provinciaux-territoriaux.html](http://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/systeme-soins-sante/produits-pharmaceutiques/acces-canadiens-regime-assurance-medicaments-ordonnance/programmes-publics-assurance-medicaments-provinciaux-territoriaux.html) pour obtenir des renseignements sur les programmes provinciaux, territoriaux et fédéraux d'assurance-médicaments.

Le **Régime d'assurance-médicaments** est un programme de prestations pharmaceutiques qui s'adresse à tous les Manitobains qui consacrent une part importante de leur revenu au paiement de médicaments sur ordonnance. Vous êtes admissible au programme si vous êtes admissible à l'assurance-maladie du Manitoba et si vos médicaments sur ordonnance ne sont pas couverts par un autre programme provincial ou fédéral. Pour plus de renseignements, composez le 204 786-7141 ou le numéro sans frais 1 800 297-8099, consultez le [www.gov.mb.ca/health/pharmacare/index.fr.html](http://www.gov.mb.ca/health/pharmacare/index.fr.html) ou écrivez à [pharmacare@gov.mb.ca](mailto:pharmacare@gov.mb.ca).

Les **Offices régionaux de la santé** peuvent vous aider à répondre à des besoins particuliers en matière de soins dans votre région. Vous trouverez leurs coordonnées au [www.gov.mb.ca/health/rha/contact.fr.html](http://www.gov.mb.ca/health/rha/contact.fr.html).

# BESOINS EN MATIÈRE DE SANTÉ

**Aide à l'emploi et au revenu – Soutiens en matière de santé** – Les bénéficiaires de l'aide à l'emploi et au revenu peuvent obtenir la prise en charge de leurs frais de médicaments sur ordonnance ainsi que de leurs frais de soins dentaires et d'optométrie après une période d'attente. Des fournitures et du matériel médicaux prescrits peuvent également être fournis.

**Êtes-vous couvert? Santé Manitoba offre d'autres programmes de santé aux Manitobains, notamment les suivants :**

- Programme de prothèses mammaires (administré par Action cancer Manitoba)
- Programme de prothèses auditives pour les enfants
- Programme de chaussures orthopédiques pour les enfants
- Programme de remboursement des coûts des services publics pour l'hémodialyse à domicile
- Programme de l'œil prothétique
- Programme de lentilles de contact pour les enfants
- Programme de prothèses et d'orthèses
- Programme de lunettes pour les personnes âgées
- Programme de télécommunications

Pour plus de renseignements sur ces programmes, communiquez avec les **Programmes spéciaux de Santé Manitoba** au 204 786-7365 (à Winnipeg) ou au numéro sans frais 1 800 297-8099, poste 7366, ou en ligne au [www.gov.mb.ca/health/mhsip/programs\\_fr.html](http://www.gov.mb.ca/health/mhsip/programs_fr.html).

**Santé buccodentaire** – Pour obtenir des renseignements sur les services en matière de soins dentaires, y compris les centres communautaires qui fournissent des soins de base à bas prix, consultez la publication en ligne intitulée :

**Où trouver des soins dentaires dans votre communauté?** au <https://wrha.mb.ca/fr/sante-buccale/>. Pour plus de renseignements, communiquez avec le **dentiste consultant de Santé Manitoba** au 204 788-6729.

**Prestations dentaires du Programme des services de santé non assurés pour les Premières Nations et les Inuits** – Pour obtenir des renseignements sur la couverture des soins dentaires, consultez le [www.sac-isc.gc.ca/fra/1574192221735/1574192306943](http://www.sac-isc.gc.ca/fra/1574192221735/1574192306943).

**Vous avez besoin d'aide pour trouver un service ou un programme provincial ou communautaire?** Le **211 Manitoba** est une base de données en ligne dans laquelle on peut rechercher des services gouvernementaux, de santé ou sociaux offerts dans toute la province. Consultez le <https://mb.211.ca/fr/>.

# SANTÉ MENTALE

---

## Intervention d'urgence

Si vous traversez une crise de santé mentale, ou si quelqu'un de votre entourage se trouve dans cette situation, appelez le 9-1-1 ou la ligne téléphonique d'urgence de votre localité.

## Lignes d'urgence à l'échelle de la province

**L'Outil de recherche de ressources sur la santé mentale et le bien-être de Soins communs** permet de trouver des ressources et des soutiens en matière de santé mentale et de lutte contre les dépendances pour vous et vos proches. Consultez le <https://soinscommunsmb.ca/services/sante-mentale/outil-de-recherche-de-ressources-sur-la-sante-mentale-et-le-bien-etre/>.

**Klinic Crisis Line (écoute téléphonique d'urgence)** – Composez le 204 786-8686, le 1 888 322-3019 ou le numéro ATS 204 784-4097.

**Ligne de prévention du suicide du Manitoba** – Composez le 1 877 435-7170 (1 877 HELP170) ou consultez le <https://reasontolive.ca/>.

**Jeunesse, J'écoute** (offert aux jeunes du Manitoba) – Composez le 1 800 668-6868.

**Klinic Sexual Assault Crisis Hotline** (ligne d'urgence pour victimes d'agression sexuelle) – Composez le 204 786-8631, le 1 888 292-7565 ou le numéro ATS 204 784-4097.

**Manitoba Farm, Rural and Northern Support Services** – (en anglais seulement) (pour les résidents des régions rurales et du nord du Manitoba) counseling en ligne au [www.ruralsupport.ca](http://www.ruralsupport.ca) ou par téléphone au 1 866 367-3276 (du lundi au vendredi de 10 h à 21 h).

**Ligne d'écoute d'espoir pour le mieux-être des Premières Nations et des Inuits** – Composez le 1 855 242-3310. Counseling offert : en anglais et en français, et sur demande en cri des Plaines, en ojibwé, en inuinnaqtun et en inuktitut.

## Office régional de la santé de Winnipeg – Santé mentale

**Centre d'intervention en cas de crise** – Centre conçu pour les adultes, ouvert 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7, et situé au 817, avenue Bannatyne, au coin de la rue Tecumseh. Ce centre offre des services d'évaluation et de traitement sans rendez-vous pour les personnes en crise de santé mentale.

**Unité mobile d'intervention en cas de crise chez l'adulte de l'ORSW** – Composez le 204 940-1781.

**Programme communautaire de soins de santé mentale pour adulte de l'Office régional de la santé de Winnipeg – Accueil centralisé** – Composez le 204 788-8330.

# SANTÉ MENTALE

---

**Équipe mobile d'intervention d'urgence pour les jeunes de l'Office régional de la santé de Winnipeg** – Composez le 204 949-4777.

**Programme de soins de santé mentale pour les enfants et les adolescents de l'Office régional de la santé de Winnipeg – Accueil centralisé** – Composez le 204 958-9660.

**Répertoire des services de santé mentale destinés aux adultes de Winnipeg** – Pour obtenir des services à Winnipeg, consultez le [www.wrha.mb.ca/mental-health/](http://www.wrha.mb.ca/mental-health/) ou appelez Health Links–Info santé au 204 788-8200.

## Services communautaires de santé mentale

**Anxiety Disorders Association Manitoba** – Composez le 204 925-0600 ou le numéro sans frais 1 800 805-8885, ou consultez le <https://adam.mb.ca/>.

**Guide de ressources en santé mentale de l'Association canadienne pour la santé mentale** – Aide les Manitobains à trouver le meilleur type de soins ou de services en matière de santé mentale ou de lutte contre les dépendances répondant à leurs besoins. Composez le 204 775-6442 ou écrivez à [hub@cmhawpg.mb.ca](mailto:hub@cmhawpg.mb.ca)

**Mood disorders Association of Manitoba** – Composez le 204 786-0987 ou le numéro sans frais 1 800 263-1460. Consultez le <https://mooddisordersmanitoba.ca/>

**Ligne de réconfort après une naissance, MDAM** – Ligne téléphonique qui offre un soutien aux femmes, aux hommes et à leurs familles qui souffrent de dépression post-partum. Composez le 204 391-5983.

**Peer Connections Manitoba** fournit des renseignements sur la santé mentale et un soutien par les pairs fondé sur les valeurs pour les personnes confrontées à des problèmes de santé mentale. Composez le 204 786-1616 ou consultez le <https://peerconnectionsmb.ca/>.

**Mental Health Education Resource Centre** – Composez le 204 942-6568 ou le numéro sans frais 1 855 942-6568, ou consultez le [www.mherc.mb.ca/](http://www.mherc.mb.ca/).

**Service de réconfort en santé mentale Seneca et service de répit Seneca, Winnipeg** – Sara Riel est un organisme qui aide les personnes aux prises avec des problèmes de santé mentale à vivre de façon autonome dans la collectivité. Pour plus de renseignements sur les programmes et services, consultez le [www.sararielinc.com](http://www.sararielinc.com) ou composez le 204 237-9263 (à Winnipeg).

# SERVICES DE LUTTE CONTRE LES DÉPENDANCES

---

## Soutien et ressources en toxicomanie

**Fondation manitobaine de lutte contre les dépendances** – Services pour les personnes qui ont besoin d'aide en raison de leurs propres problèmes liés à la consommation d'alcool ou de drogues ou au jeu, ou de ceux d'une autre personne. Consultez le <https://afm.mb.ca/?lang=fr>

L'**Outil de recherche de ressources sur la santé mentale et le bien-être de Soins communs** est un outil en ligne qui permet de trouver des ressources et des soutiens en matière de santé mentale et de lutte contre les dépendances pour vous et vos proches. Consultez le <https://soinscommunsmb.ca/services/sante-mentale/outil-de-recherche-de-ressources-sur-la-sante-mentale-et-le-bien-etre/>

## Service centralisé d'aide aux jeunes alcooliques et toxicomanes

Composez le numéro sans frais 1 877 710-3999.

## Ligne d'aide 24 heures sur 24 pour les joueurs compulsifs

Composez le numéro sans frais 1 800 463-1554.

# LOGEMENT, REFUGE D'URGENCE ET NOURRITURE

**Logement Manitoba** – Solutions de logement social et abordable pour les personnes à revenu faible ou modeste. Vous trouverez des renseignements et des formulaires de demande liés aux programmes de location, de réparation et d'accès à la propriété au [www.gov.mb.ca/housing/index.fr.html](http://www.gov.mb.ca/housing/index.fr.html).

Le **Fonds d'allègement des loyers du Manitoba** est une banque d'aide au loyer qui aide les Manitobains à revenu faible ou modeste qui ne sont pas en mesure de payer leur loyer en raison de circonstances imprévues. Les Manitobains admissibles ont accès à des prêts sans intérêt et à des services pour éviter l'éviction de leur logement en raison de sommes dues, ou pour payer un dépôt de garantie ou une facture de services publics. Consultez le <https://manitobahelps.com/fr/accueil/> ou composez le 431 813-4357 ou le numéro sans frais 1 855 955-4324.

**Habitation coopérative** – Consultez le <https://fhcc.coop/> ou composez le 1 800 268-2537.

**Direction de la location à usage d'habitation** – Consultez le [www.gov.mb.ca/cca/rtb/index.fr.html](http://www.gov.mb.ca/cca/rtb/index.fr.html) Aide à résoudre les différends liés à la location et fournit des renseignements et de l'assistance au sujet des droits et des responsabilités des locataires et des locataires. Composez le 204 945-2476 ou le numéro sans frais 1 800 782-8403 (à Winnipeg), le 204 726-6230 ou le 1 800 656-8481 (à Brandon) ou le 204 677-6496 ou le 1 800 229-0639 (à Thompson) ou écrivez à [rtb@gov.mb.ca](mailto:rtb@gov.mb.ca).

**Logements sains** – Les locataires aux prises avec des problèmes de logement (p. ex. punaises de lit, rongeurs ou manque de chaleur) à Winnipeg peuvent communiquer avec les services chargés de l'application des arrêtés à <http://winnipeg.ca/cms/BLES/default.stm> ou appeler le 311. À l'extérieur de Winnipeg, les locataires peuvent communiquer avec l'inspecteur de la santé publique de leur localité à l'aide du formulaire fourni au [www.gov.mb.ca/health/publichealth/environmentalhealth/protection/contact.fr.html](http://www.gov.mb.ca/health/publichealth/environmentalhealth/protection/contact.fr.html).

**Sécurité communautaire – Section des enquêtes de la sécurité publique** – Programme de Justice Manitoba destiné à aider les résidents qui craignent pour leur sécurité en raison d'activités illégales persistantes dans leur quartier. Composez le 204 945-3475 (à Winnipeg) ou le numéro sans frais 1 800 954-9361, ou consultez le [www.gov.mb.ca/justice/commsafe/scna.fr.html](http://www.gov.mb.ca/justice/commsafe/scna.fr.html).

Le **Centre Flavie-Laurent** est un organisme de bienfaisance qui fournit gratuitement des meubles, des articles ménagers et des vêtements aux personnes dans le besoin. Il est situé au 610, rue Laffèche à Winnipeg. Composez le 204 231-9513 ou le 204 233-4936, consultez le <https://centreflavie.com/> ou écrivez à [fl@cflc.info](mailto:fl@cflc.info).



# LOGEMENT, REFUGE D'URGENCE ET NOURRITURE

**Mettre fin à l'itinérance à Winnipeg** – Listes des refuges d'urgence, des services d'approche, des services de soutien au logement, des logements abordables et d'autres services destinés aux personnes sans abri ou à risque de le devenir. Consultez le <https://endhomelessnesswinnipeg.ca/> (en anglais seulement). Composez le 204 942-8677 ou écrivez à [info@endhomelessnesswinnipeg.ca](mailto:info@endhomelessnesswinnipeg.ca).

## Refuges pour sans-abri

**Winnipeg** – [www.winnipegrentnet.ca/help-links/help-emergency.cfm](http://www.winnipegrentnet.ca/help-links/help-emergency.cfm) (en anglais seulement).

**Street Links** – Ressource de Winnipeg. Consultez le <https://stbonifacestreetlinks.com/> (en anglais seulement).

**Steinbach** – Consultez le [www.todayhouse.ca](http://www.todayhouse.ca) (en anglais seulement).

## Violence familiale/ Services d'hébergement d'urgence en cas de violence familiale

**Manitoba Association of Women's Shelters (refuges pour femmes) – Ligne d'urgence pour les victimes de violence familiale et programme de prévention de la violence** – Composez le numéro sans frais 1 877 977-0007 ou consultez le <http://maws.mb.ca/get-help/find-a-shelter/>.

**Ressources et soutiens d'urgence pour tous les Manitobains** – Répertoire en ligne par région au <https://gov.mb.ca/msw/fvpp/resources.fr.html>

## Information et ressources sur la violence familiale

Vous n'êtes pas seul, du gouvernement du Manitoba : Aide en cas de violence sexuelle. Consultez le <https://gov.mb.ca/youarenotalone/index.fr.html>

**Programme de prévention de la violence familiale** – Ce programme fournit des renseignements sur la violence familiale et les endroits où obtenir de l'aide. Consultez le <https://gov.mb.ca/msw/fvpp/index.fr.html>.

Le **Heartwood Healing Centre (anciennement le Laurel Centre Inc.)** offre des services de counseling individuel et de groupe aux femmes qui ont été victimes d'abus sexuels pendant leur enfance ou leur adolescence. Composez le 204 783-5460 ou consultez le <https://heartwoodcentre.ca/> (en anglais seulement).

# LOGEMENT, REFUGE D'URGENCE ET NOURRITURE

---

Services de soutien aux victimes de violence familiale :

<https://gov.mb.ca/justice/vs/dvs/dvss/index.fr.html>

## Espaces sûrs (24 heures sur 24, 7 jours sur 7)

Le **West End 24/7** est un espace sûr pour les jeunes, situé dans le centre de loisirs Magnus Eliason, au 430, rue Langside (Winnipeg) qui offre aux jeunes âgés de 13 à 26 ans un espace où ils peuvent passer la nuit, se reposer, se détendre, avoir accès à de la nourriture, à des ressources et à des nécessités de base, dans un environnement chaleureux et bienveillant. Consultez le <https://spenceneighbourhood.org/program/we24/> ou composez le 204 783-5000, poste 111 (bureau d'accueil du West End 24/7) ou le 204 333-9681 (téléphone cellulaire du West End 24/7).

**Velma's house** est un espace sûr, accessible 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7, pour les femmes adultes et les membres de la communauté 2SLGBTQ+ qui s'identifient comme des femmes, qui n'ont pas de toit et qui sont victimes de violence et d'exploitation sexuelle. Accès sans rendez-vous au 154, rue Sherbrook, à Winnipeg. Consultez le [www.kanikanichhk.ca/velmas-house/](http://www.kanikanichhk.ca/velmas-house/)

## Aide alimentaire

**Harvest Manitoba (anciennement Winnipeg Harvest)** – Réseau alimentaire provincial fournissant une aide alimentaire aux Manitobains. Consultez le <http://winnipegharvest.org/>. Pour obtenir de l'aide alimentaire, composez le 204 982-3671 (Winnipeg – nouvelles demandes) le 204 982-3660 (Winnipeg – si vous êtes déjà client) ou le numéro sans frais 1 800 970-5559 (à l'extérieur de Winnipeg), ou écrivez à [appointments@winnipegharvest.org](mailto:appointments@winnipegharvest.org) (Winnipeg) ou à [kellym@harvestmanitoba.ca](mailto:kellym@harvestmanitoba.ca) (à l'extérieur de Winnipeg).

Le **NorWest Coop Community Food Centre à Winnipeg** fournit des services de soutien alimentaire et nutritif. Consultez le <https://norwestcoop.ca/>

**Dial-a-Dietitian** – Parlez à un ou une diététiste professionnel pour obtenir une réponse à vos questions sur la nourriture, la nutrition et la saine alimentation. Le service est gratuit pour tous les résidents du Manitoba. Composez le numéro sans frais 1 877 830-2892 ou le 204 788-8248 (à Winnipeg). Pour obtenir plus de renseignements, consultez le <https://misericordia.mb.ca/programs/phcc/dial-a-dietitian/> (en anglais seulement).

# AUTRES SERVICES

---

L'organisme **Citizen's Bridge** aide les personnes à faible revenu à avoir accès à des pièces d'identité (certificat de naissance du Canada). Cet organisme aide également à conserver les pièces d'identité en sécurité, à ouvrir des comptes bancaires, à obtenir un permis de conduire ou un permis d'apprenti conducteur, et à acquérir des aptitudes en matière d'emploi et de finances. Pour accéder aux services, communiquez avec un partenaire communautaire indiqué sur la page [www.facebook.com/pg/CitizensBridge/about/?ref=page\\_internal](https://www.facebook.com/pg/CitizensBridge/about/?ref=page_internal) (section de renseignements généraux). Après avoir été aiguillé, vous pourrez prendre rendez-vous en téléphonant à Citizen's Bridge au 204 691-9719 ou en vous rendant au 607, avenue Selkirk. Pour les services d'extension et les cliniques d'identité, téléphonez au 204 691-9720.

L'organisme **Thrive Community Support Circle** est un organisme diversifié qui se consacre à offrir des services gratuits et inclusifs à tous. Les programmes et services comprennent des cours sur le rôle parental, des ateliers sur la santé mentale, des services de counseling et d'accueil, une friperie, de l'aide à la déclaration de revenus, des cartes d'identité et des services de garde d'enfants. Composez le 204 772-9091 ou consultez le <https://thrivecommunitysupportcircle.com/> ou la page [facebook.com/THRIVEwpg](https://facebook.com/THRIVEwpg).

**Benefits wayfinder** – Outil en ligne de Prosper Canada qui simplifie la recherche de prestations gouvernementales pour les personnes qui cherchent des moyens d'augmenter leurs revenus ou de réduire leurs dépenses. Cet outil bilingue fournit des recommandations de prestations personnalisées en fonction des conditions de vie de chaque utilisateur. Accessibles au <https://benefitswayfinder.org/fr>, les renseignements et les ressources fournis proviennent des gouvernements fédéral, provinciaux et territoriaux.

## Changement d'adresse au Manitoba –

Consultez le [www.manitobaaddresschange.ca/index.fr.html](http://www.manitobaaddresschange.ca/index.fr.html).

La **Société d'aide juridique du Manitoba** offre des services juridiques gratuits ou abordables aux adultes et aux jeunes à faible revenu et aux groupes de défense de l'intérêt public. Consultez le [www.legalaid.mb.ca/fr](http://www.legalaid.mb.ca/fr).

Composez le 204 945-8500 ou le numéro sans frais 1 800 261-2960 (à Winnipeg), le 1 800 766-2148 (à Brandon), le 1 877 622-4660 (à Dauphin), le 1 855 775-2397 (à The Pas) ou le 1 855 444-4665 (à Thompson).

## Vous ne trouvez pas ce que vous cherchez?

Consultez le site Web du gouvernement du Manitoba au

[www.gov.mb.ca/contact/index.fr.html](http://www.gov.mb.ca/contact/index.fr.html)

écrivez à [mgi@gov.mb.ca](mailto:mgi@gov.mb.ca)

ou composez le 204 945-3744 (à Winnipeg) ou le numéro sans frais 1 866 626-4862.

Consultez le [www.getyourbenefits.ca](http://www.getyourbenefits.ca) pour connaître d'autres ressources.

Pour avoir accès à la présente brochure en ligne ou pour télécharger un exemplaire de ***Demandez vos prestations!***, rendez-vous à [www.getyourbenefits.ca](http://www.getyourbenefits.ca).

mai 2022

Avec le soutien financier  
du gouvernement du Manitoba  
**Adaptation d'un outil élaboré par  
Christine Herrera, étudiante de 3<sup>e</sup> cycle  
en médecine, et le D<sup>r</sup> Gary Bloch, CCFP**

Révision pour utilisation au Manitoba  
avec le soutien de :



**University of Manitoba** | Rady Faculty of Health Sciences



**COMMUNITY**  
Financial Counselling Services

THE  
WINNIPEG  
FOUNDATION   
**For Good. Forever.**