



Ressources communautaires en alimentation

Lairet

- 1 BOUCHÉE GÉNÉREUSE** \$ ♿
530, boulevard Wilfrid-Hamel
418 648-8588
Ouvert à tous
Jeudi, de 8h30 à 11h00 et 12h30 à 15h00
Lundi, mardi, mercredi et vendredi de 9h00 à 12h00 et 13h00 à 16h00
Fermé le jeudi
Livraison de panier alimentaire à domicile
70 ans et plus, éprouver des problèmes de santé / Résider dans Lairet ou le Vieux-Limoilou
Évaluation d'admission obligatoire
Ne peut pas être combiné avec la distribution alimentaire régulière
Vendredi en après-midi
- 2 SERVICE D'ENTRAIDE DU PATRO ROC-AMADOUR** \$ ♿
2301, 1^{re} Avenue
418 524-5228
Aînés en perte d'autonomie ou personnes en convalescence
Livraison du lundi au vendredi
Sur rendez-vous / Résider dans Lairet, preuve requise
Une semaine sur deux
Sur rendez-vous
Ouvert à tous
- 3 SŒURS MISSIONNAIRES DE LA CHARITÉ** \$ ♿
2215, 1^{re} Avenue
418 529-8313
Ouvert à tous
Lundi, mercredi et samedi de 15h à 18h

- Vieux-Limoilou**
- 4a P'TIT MARCHÉ SOLIDAIRE DE LIMOILOU** \$ ♿
16, rue Royal-Roussillon
418 262-0057
Ouvert à tous
Juillet à septembre
PetitmarcheLimoilou
Livraison dans des points de chute à Limoilou
Formats: 5\$ petit, 10\$ moyen, 15\$ grand
- 4b COMPTOIR ALIMENTAIRE SAINT-FRANÇOIS D'ASSISE** \$ ♿
16, rue Royal-Roussillon
418-529-2825 poste 104
Résidents Saint-François d'Assise et de Stadacona
Preuve de résidence et carte d'assurance maladie requises
Mardi à partir de 13h
- 5 FRIGO PARTAGE** ♿
885, 3^e Avenue (devant La Récolte)
418 523-1616
Ouvert à tous
- 6 LE RELAIS D'ESPÉRANCE** \$
1001, 4^e Avenue
418 522-3301 poste 2
16 ans et plus. Inscription une semaine avant la distribution alimentaire
2^e et 4^e jeudi du mois de 9h30 à 10h30
Lundi au vendredi de 13h à 16h
- 7 CENTRE FEMMES AUX 3A** \$ ♿
270, 5^e Rue
418 529-2066
Femmes qui fréquentent l'organisme
Rencontre d'évaluation des besoins obligatoire

- 8 MÈRES ET MONDE** \$ ♿
727, 8^e Avenue
418 522-5139
Mères monoparentales âgées entre 16 et 30 ans
Être membre de l'organisme
- 9 CONFÉRENCE NOTRE-DAME DE ROCAMADOUR** \$
801, 4^e Rue, local 206
581 983-7365
Résidents de St-Charles, St-Fidèle et St-Esprit
Jeudi à partir de 11h
Lundi au vendredi, sur rendez-vous

Maizerets

- 10 L'ÉVASION ST-PIE X** ♿
1843, rue Désilets
418 660-8403
Résidents de St-Pie X et bénévoles
Hebdomadaire
Activités ponctuelles pour les jeunes
Résidents de St-Pie X, priorité à une première expérience de jardinage
Pour adultes
- 11 CENTRE COMMUNAUTAIRE MGR MARCOUX** \$ ♿
2025, rue Adjutor-Rivard
418 661-7766 poste 258
Ouvert à tous
- 12 DISTRIBUTION ALIMENTAIRE ST-PASCAL** \$
581 300-4315
Résidents de St-Pascal et St-Pie X, excluant les tours St-Pie X
Pour plus d'informations, appeler au numéro indiqué plus haut

LÉGENDE

Boîtes de légumes	Distribution alimentaire Apporter sacs et "ice-pack" ou bouteille d'eau congelée	Marché solidaire Fruits et légumes locaux à moindre coût
Collations	Épicerie communautaire Produits à moindre coût	Popote roulante Service de livraison de repas
Cuisine collective	Frigo-partage Dons d'aliments en libre-service	Soupe populaire
Cuisine créative	Jardin collectif	Vente de repas
Dépannage alimentaire Soutien ponctuel et urgent		

\$ Coûts ♿ Accessibilité universelle

! Il est important de communiquer avec l'organisme avant de se présenter pour valider le fonctionnement (critères d'admission, coûts, heures d'ouverture, etc.)