

# HAUT SAINT-MAURICE

## RÉPERTOIRE 2016



### ORGANISMES OFFRANT DES SERVICES EN SÉCURITÉ ALIMENTAIRE EN MAURICIE

REPAS  
PANIERS



CUISINE COLLECTIVE  
TABLEÉ POPULAIRE



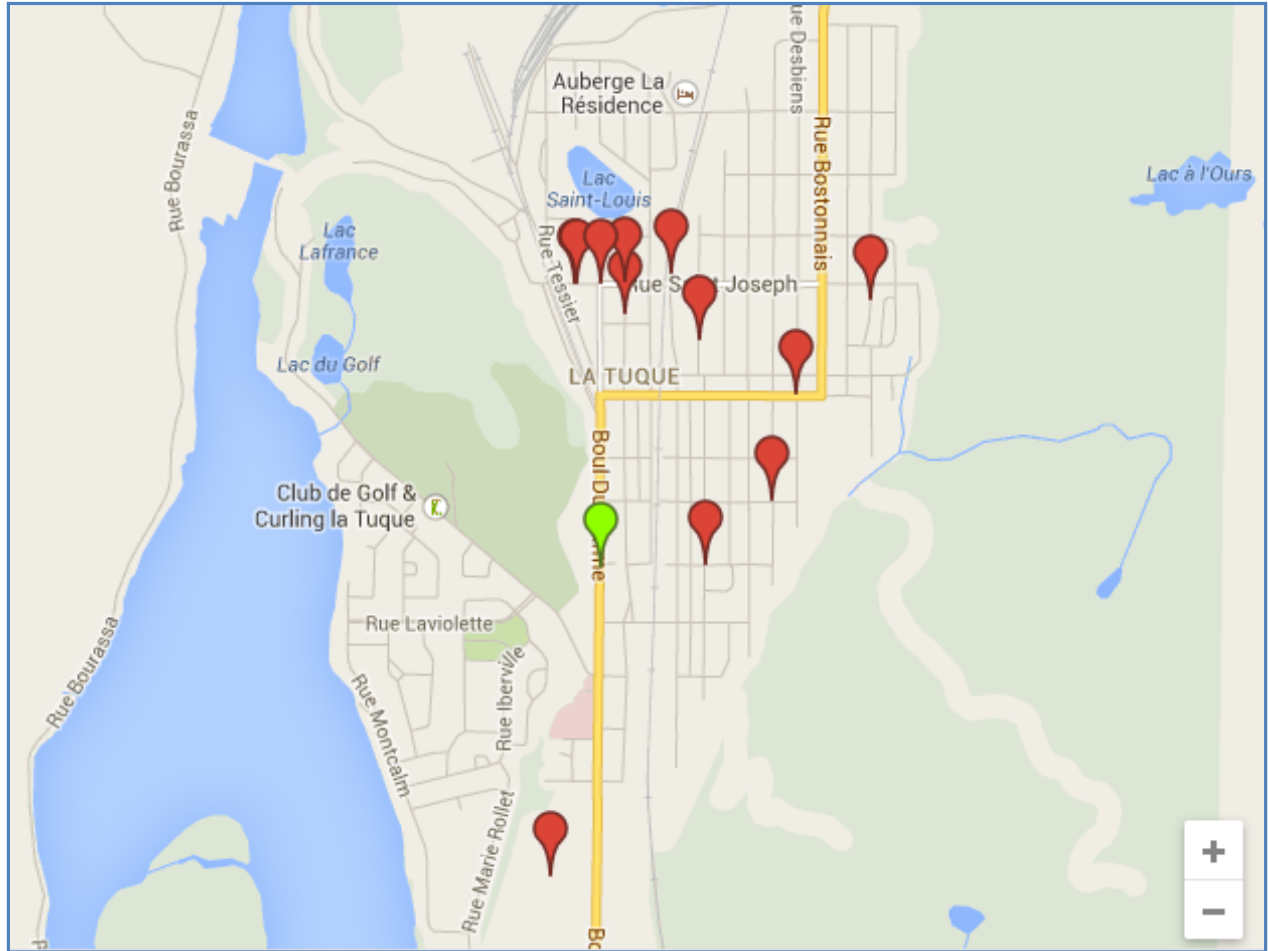
DISTRIBUTION  
POPOTE RO  
POPULAIRE  
PANIERS  
DÎNER COMMUNAUTAIRE  
AIDE  
POPULAIRE  
PANIERS  
ION D  
OULA  
COMMU  
D  
DÉPA  
AIDE

## TABLE DES MATIÈRES

---

Cartographie des ressources du Haut Saint-Maurice .....	a
Carrefour d'action bénévole du Haut Saint-Maurice .....	1
Centre d'activités populaires et éducatives (CAPE).....	1
Centre d'amitié autochtone de La Tuque inc.....	2
Centre de bénévolat de La Tuque — Service de dépannage .....	2
Centre de réadaptation Wapan, Le.....	3
Comité pour la défense des droits sociaux de La Tuque.....	3
Coopérative de soutien à domicile et d'entretien Haute-Mauricie .....	3
Groupe d'entraide Facile d'accès .....	4
Guignolée du Haut Saint-Maurice, La .....	4
Jardins communautaires « Les Corbeilles d'Art ».....	4
La Maison de jeunes — Défi jeunesse du HSM .....	5
Œuvre de la Soupe .....	5
Ressource Parent-Ailes.....	5

## Cartographie des ressources du Haut Saint-Maurice



## Carrefour d'action bénévole du Haut Saint-Maurice

770 A, rue Réal  
La Tuque, Québec, G9X 2S7

Téléphone : 819 676-8951  
Courriel : [cabhsm.dir@lino.com](mailto:cabhsm.dir@lino.com)

Site Internet : [www.cabhsm.lttcom.org](http://www.cabhsm.lttcom.org)

- 
- Heures d'ouverture :** Lundi au jeudi de 8 h à 12 h et 13 h à 16 h. Vendredi de 8 h à 12 h.  
**Période de fermeture :** Pendant les congés fériés, la période des fêtes et le mois de juillet.  
**Mission :** Promouvoir l'action bénévole dans les différents secteurs de l'activité humaine et susciter une réponse à des besoins du milieu. Pour ce faire, les services offerts sont divisés en quatre volets :
- 1- développement de l'action bénévole et communautaire;
  - 2- support aux bénévoles (formation, coordination, etc.);
  - 3- support aux organismes (secrétariat, photocopies, prêt de salles, etc.);
  - 4- support aux individus.
- Services alimentaires :** Moisson du Nord : comptoir de distribution alimentaire pour les personnes et les familles à faible revenu. Préinscription obligatoire (preuves de revenu et de résidence). Distribution une fois par mois (3<sup>e</sup> mercredi du mois).  
Popote roulante : distribution de repas chaud 2 fois/semaine (mardi et jeudi) de septembre à juin de chaque année.
- Tarif :** Moisson du Nord : 4 \$ par visite.  
Popote roulante : 5 \$ par repas.

## Centre d'activités populaires et éducatives (CAPE)

520, rue Élisabeth  
La Tuque, Québec, G9X 2B7

Téléphone : 819 523-7533  
Courriel : [capelatuque@gmail.com](mailto:capelatuque@gmail.com)

Site Internet : [www.alphabetisation.lttcom.org](http://www.alphabetisation.lttcom.org)

- 
- Heures d'ouverture :** Lundi au jeudi de 8 h à 16 h, de septembre à juin.  
**Période de fermeture :** Juillet et août.  
**Mission :** Améliorer les compétences des personnes peu scolarisées en français, en calcul et en informatique. Il vise aussi à faire vivre des réussites aux gens.  
**Services alimentaires :** Atelier sur la saine alimentation (inspiré de la Mijotrouse) sous forme de repas communautaire.  
**Tarif :** À déterminer selon les besoins.

## Centre d'amitié autochtone de La Tuque inc.

544, rue St-Antoine  
La Tuque, Québec, G9X 2Y4

Téléphone : 819 523-6121  
Courriel : [info@caalt.qc.ca](mailto:info@caalt.qc.ca)

Site Internet : [www.caalt.qc.ca](http://www.caalt.qc.ca)

**Heures d'ouverture :** Lundi au jeudi de 8 h 30 à 16 h 30, vendredi de 8 h à 12 h et samedi de 13 h à 21 h.  
**Période de fermeture :** Dix jours pendant le temps des fêtes ainsi que les jours fériés.  
**Mission :** Maintenir un lieu de rencontre tout en offrant des programmes et des services urbains culturellement pertinents pour les autochtones.  
**Services alimentaires :** Repas communautaire mensuel (Makocan);  
Soupe du midi (offerte selon le calendrier scolaire);  
Collation santé pendant l'aide aux devoirs.

**Projet sécurité alimentaire en période estivale :** 1 fois/semaine soit les jeudis.  
**(Collaboration de partenaires)** Ce service s'adresse à l'ensemble de la population (ménages à faible revenu).

**Tarif :** Aucun frais.

## Centre de bénévolat de La Tuque — Service de dépannage

497, rue St-Antoine  
La Tuque, Québec, G9X 2Y3

Téléphone : 819 523-7443

**Heures d'ouverture :** Inscription pour les bons de nourriture : lundi au mercredi de 13 h à 15 h.  
Remise des bons de nourriture : les mardis et jeudis matin.  
**Période de fermeture :** Deux semaines pendant la période des fêtes et pendant la période estivale, de la fin mai à la fin août.  
**Mission :** Offrir un service de dépannage à toutes les personnes en difficulté soit toutes personnes démunies sans revenu ou à revenu insuffisant.  
**Services alimentaires :** Bons de nourriture échangeables dans les épiceries.  
**Tarif :** Sans frais.

## Centre de réadaptation Wapan, Le

3611, Chemin Wapan, C.P. 428  
La Tuque, Québec, G9X 3P3

Téléphone : 819 523-7641  
Courriel : [louisegenereux.cw@gmail.com](mailto:louisegenereux.cw@gmail.com)

**Heures d'ouverture :** Les cours sont offerts les lundis.  
**Période de fermeture :** n/a  
**Mission :** Le mot Wapan signifie l'aube. Il symbolise la vision d'un jour nouveau où l'individu ayant surmonté sa dépendance à l'alcool, aux drogues ou aux médicaments, a accès à un mode de vie sain et harmonieux, tant à un niveau personnel que familial et communautaire.  
**Services alimentaires :** Cours de cuisine par l'aide de la préparation aux repas.  
**Tarif :** n/a

## Comité pour la défense des droits sociaux de La Tuque

288, rue St-Joseph, C.P. 172  
La Tuque, Québec, G9X 3P2

Téléphone : 819 523-4727  
Courriel : [cdds@tlb.sympatico.ca](mailto:cdds@tlb.sympatico.ca)

Site Internet : [www.cdds.lttc.ca](http://www.cdds.lttc.ca)

**Heures d'ouverture :** Lundi au jeudi de 9 h à 12 h et de 13 h à 17 h.  
**Période de fermeture :** Aucune  
**Mission :** La mission première du Comité pour la défense des droits sociaux est de contrer la pauvreté et de travailler à une répartition plus équitable de la richesse collective.  
**Services alimentaires :** Petites collations IGA dans les écoles primaires de La Tuque.  
Collations Champagnat-High School.  
Formulaire à remplir par les parents et évaluation du besoin de l'enfant.  
**Tarif :** n/a

## Coopérative de soutien à domicile et d'entretien Haute-Mauricie

290, rue St-Joseph  
La Tuque, Québec, G9X 3Z8

Téléphone : 819 523-7171  
Courriel : [coop\\_m@tlb.sympatico.ca](mailto:coop_m@tlb.sympatico.ca)

**Heures d'ouverture :** 5 jours par semaine de 7 h 30 à 18 h 30.  
**Période de fermeture :** Noël et Jour de l'an.  
**Mission :** Entretien ménager, préparation de repas, service de repas, aide à la vie domestique (AVD) et aide à la vie quotidienne (AVQ).  
**Services alimentaires :** Préparation de repas à domicile.  
**Tarif :** Variés.

## Groupe d'entraide Facile d'accès

546, rue St-Eugène  
La Tuque, Québec, G9X 2T6

Téléphone : 819 523-4952  
Courriel : [facile.acces@lino.sympatico.ca](mailto:facile.acces@lino.sympatico.ca)

**Heures d'ouverture :** Lundi, mardi et jeudi, de 13 h à 16 h;  
Mercredi, de 9 h à 16 h;  
Vendredi, de 13 h à 15 h 30.

**Période de fermeture :** Aucune.

**Mission :** Susciter l'entraide, briser l'isolement et développer l'autonomie et l'équilibre des personnes qui vivent avec des problèmes de santé mentale.

**Services alimentaires :** Dîner communautaire le mercredi.

**Tarif :** 3 \$ par dîner.

## Guignolée du Haut Saint-Maurice, La

308, rue Saint-Joseph  
La Tuque, Québec, G9X 1L1

Téléphone : 819 523-7624 ou 819 523-3166  
Courriel : [hdrolet7@gmail.com](mailto:hdrolet7@gmail.com)

**Heures d'ouverture :** Lundi au mercredi midi de 8 h 30 à 12 h et de 13 h à 16 h 30.

**Période de fermeture :** n/a

**Mission :** Offrir des paniers de Noël aux personnes démunies.

**Services alimentaires :** Distribution de paniers de Noël.  
En collaboration avec différents partenaires, des paniers de Noël sont aussi offerts à Clova et à Parent.

**Tarif :** Sans frais.

## Jardins communautaires « Les Corbeilles d'Art »

440, rue Neault  
La Tuque, Québec, G9X 1W5

Téléphone : 819 676-3223

**Période d'ouverture :** Les jardiniers sont libres d'utiliser leur parcelle de terrain entre mars et octobre.

**Période de fermeture :** Les jardins ne sont pas utilisés du mois de novembre à février.

**Mission :** Améliorer la qualité de vie des personnes et des familles en leur permettant de pratiquer le jardinage.

**Services alimentaires :** Disponibilité d'un lot de jardinage parmi les 45 lots que rend accessibles la corporation.

**Tarif :** Frais de location annuel de 20 \$ par année.

## La Maison de jeunes — Défi jeunesse du HSM

695, rue Desbiens  
La Tuque, Québec, G9X 3P2

Téléphone : 819 523-2047  
Courriel : [defijeunesse@gmail.com](mailto:defijeunesse@gmail.com)

**Heures d'ouverture :** Heure du midi et après 16 h.  
**Période de fermeture :** n/a  
**Mission :** Outiller les jeunes pour qu'ils deviennent des citoyens critiques, actifs et responsables.  
**Services alimentaires :** Ateliers de "cuisine nutrition" et de "boîtes à lunch santé" offerts aux adolescents de 12-17 ans.  
**Tarif :** Sans frais.

## Œuvre de la Soupe

502, rue Lucien Filion, C.P. 832  
La Tuque, Québec, G9X 3P4

Téléphone : 819 523-7524

**Heures d'ouverture :** Lundi au vendredi de 11 h 30 à 12 h 30.  
**Période de fermeture :** Correspond de très près au calendrier de la Commission scolaire de l'Énergie.  
**Mission :** Susciter le partage et l'entraide pour soulager la misère des personnes qui ont de la difficulté à combler leurs besoins.  
**Services alimentaires :** Repas complets.  
**Tarif :** Sans frais.

## Ressource Parent-Ailes

752, boul. Ducharme  
La Tuque, Québec, G9X 3B6

Téléphone : 819 676-8722  
Courriel : [parent.ails@tlb.sympatico.ca](mailto:parent.ails@tlb.sympatico.ca)  
Site Internet : [www.ressourceparentailes.com](http://www.ressourceparentailes.com)

**Heures d'ouverture :** Lundi, de 13 h à 16 h 30 et du mardi au vendredi, de 8 h à 12 h et de 13 h à 16 h 30. Occasionnellement les fins de semaines et en soirée.  
**Période de fermeture :** Durant la période des fêtes.  
**Mission :** Offrir un milieu de vie, d'entraide, de soutien, de valorisation, d'implication et d'enrichissement pour la famille.  
**Services alimentaires :** Cuisine collective, cuisine spéciale, cuisine thématique, purées pour bébé, Ateliers sur la saine alimentation et ateliers 5 épices pour les enfants de 5 à 12 ans.  
**Tarif :** Les coûts varient selon les activités.



Une FORCE COLLECTIVE...

pour une MEILLEURE QUALITÉ DE VIE!

**Le comité régional en sécurité alimentaire du Consortium en développement social de la Mauricie remercie ses partenaires :**

Québec 



**Centraide**  
Mauricie  
**Nous tous, ici**  
centraidemauricie.ca

### Les membres du comité régional en sécurité alimentaire :

Table de concertation en sécurité alimentaire de Trois-Rivières — Comité Sécurité Alimentaire Shawinigan — Les partenaires en sécurité alimentaire Des Chenaux et de Mékinac — Centre d'action bénévole de la Moraine — Table en sécurité alimentaire de Maskinongé — Comité de développement social du Haut Saint-Maurice — Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de la Mauricie-et-du-Centre-du-Québec (CIUSSS MCQ) — Moisson Mauricie/Centre-du-Québec — Consortium en développement social de la Mauricie.



Pour tous commentaires ou modifications, veuillez communiquer avec nous soit par téléphone au 819 601-6630 ou par courriel à l'adresse [info@consortium-mauricie.org](mailto:info@consortium-mauricie.org)

À noter que les répertoires seront mis à jour régulièrement et disponibles sur notre site Internet au [www.consortium-mauricie.org](http://www.consortium-mauricie.org) en parcourant les « Outils » de la page « Sécurité alimentaire » sous l'onglet « Enjeux ».