

Répertoire 2018



Consortium
en développement social
de la Mauricie

Ressources en sécurité alimentaire
Mauricie

Mise à jour août 2018



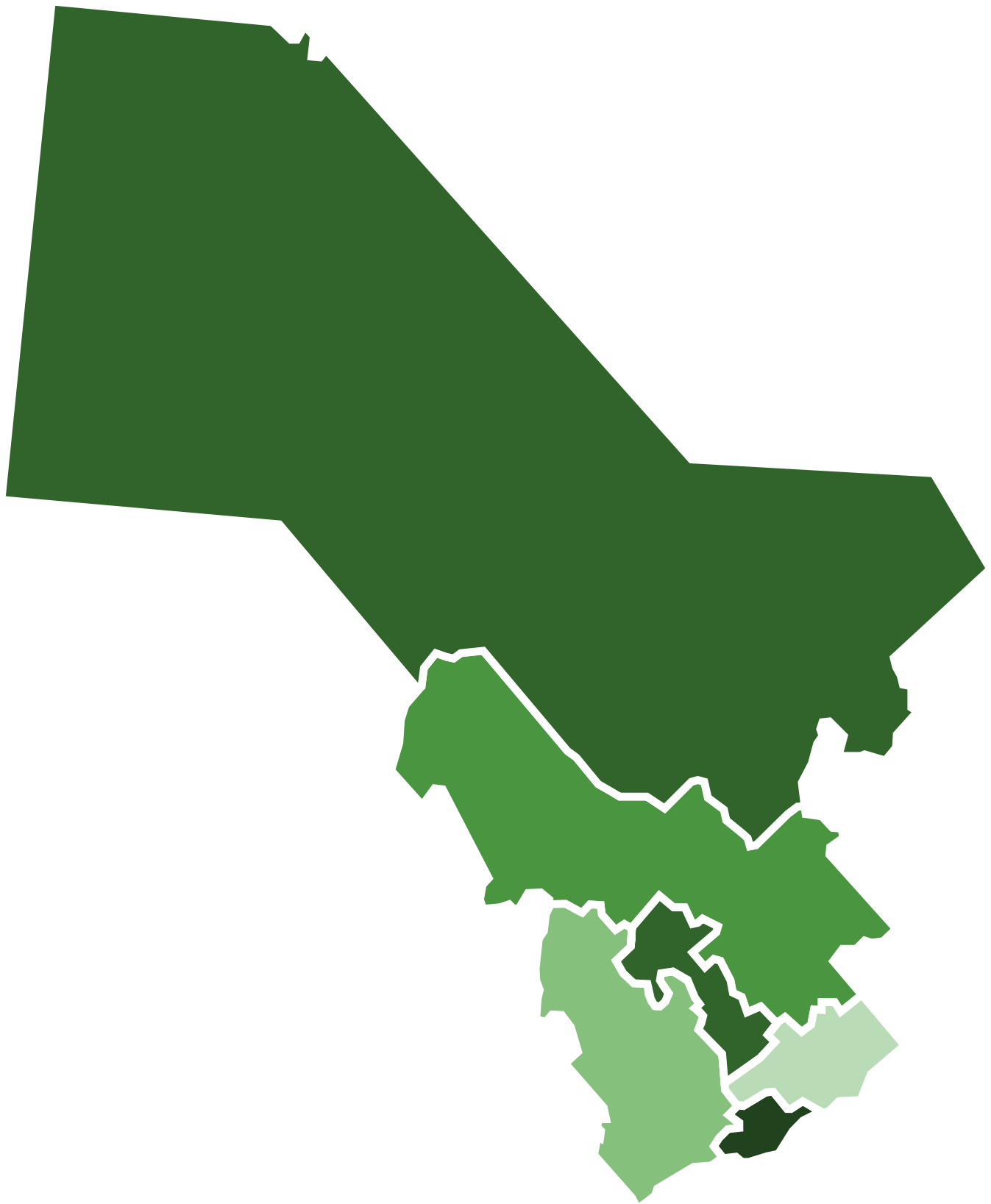


Table des matières

Des Chenaux 4

Actions communautaires et bénévoles de Notre-Dame-du-Mont-Carmel inc.	4
Centre d'action bénévole de la Moraine	4
Centre d'action bénévole des Riverains	5
Fonds communautaire des Chenaux	5
Maison de la famille des Chenaux	6

Haut Saint-Maurice 7

Carrefour d'action bénévole du Haut Saint-Maurice	7
Centre d'activités populaires et éducatives (CAPE)	7
Centre d'amitié autochtone de La Tuque inc.	8
Centre de bénévolat de La Tuque - Service de dépannage	8
Centre de réadaptation Wapan, Le	8
Comité pour la défense des droits sociaux de La Tuque	9
Coopérative de soutien à domicile et d'entretien Haute-Mauricie	9
Groupe d'entraide Facile d'accès	9
Guignolée du Haut Saint-Maurice, La	10
Jardins communautaires « Les Corbeilles d'Art »	10
La Maison de jeunes - Défi jeunesse du HSM	10
Œuvre de la Soupe	11
Ressource Parent-Ailes	11

Maskinongé 12

Centre d'action bénévole de Maskinongé	12
Coup de pouce alimentaire de Yamachiche	12
Entre-Aide de Louiseville	13
Fonds Gérard-Morin	13
Maison de la Famille du bassin de Maskinongé	14
Maison de l'Abondance St-Alexis-des-Monts	14
Table des amis	15
St-Mathieu-du-Parc	15

Mékinac 16

Carrefour Normandie St-Tite inc.	16
Centre d'action bénévole Mékinac	16
Femmes de Mékinac	17

Shawinigan 18

Armée du Salut de Shawinigan	18
Centre d'action bénévole de Grand-Mère	18
Centre d'action bénévole de Shawinigan	19
Centre de femmes de Shawinigan	19
Cité des Mots de Shawinigan, La	20
H.S.I. Handicaps Soleil inc.	20
Maison Coude à Coude	21
Petites bédaines pleines, Les	21
Centre Roland-Bertrand	22
Société Saint-Vincent de Paul – Shawinigan	22
Tablée des Nôtres, La	23
Centre d'entraide aux Rayons du Soleil	24

Trois-rivières 25

Action Jeunesse - Atelier	25
Action Jeunesse - Maison des jeunes	25
Artisans bénévoles de la paix	26
Banque alimentaire (La récolte)	26
Bon citoyen, Le	26
Centre communautaire de loisirs Jean-Noël Trudel	27
Centre d'action bénévole du Rivage	27
Centre d'action bénévole Laviolette	27
Centre d'éducation populaire de Pointe-du-Lac	28
Centre Le Havre	28
Distribution alimentaire Jean-Nicolet	29
Comptoir alimentaire Adélarde Dugré – Maison coup de pouce	29
COMSEP (Centre d'organisation Mauricien de services et d'éducation populaire)	29
Cuisines collectives de Francheville	30



St-Vincent-de-Paul – Notre-Dame - Frédéric Janssoone	30
Ebyôn	31
Entraide Ste-Catherine-de-Sienne, L'	31
Grand-Cœur St-Louis-de-France	31
Maison de quartier St-Philippe	32
Maison Re-Né inc.	32
Ressource FAIRE	33
Société Saint-Vincent-de-Paul - Saint-Jean-Baptiste-de-la-Salle	33
Société Saint-Vincent-de-Paul - Saint-Sacrement	33
Traversier, Le (centre de jour et d'entraide en santé mentale)	34

Courriel : info@consortium-mauricie.org 35



Consortium

en développement social
de la Mauricie

Le Consortium en développement social de la Mauricie centre, en tout temps, ses efforts aux bienfaits de l'humain et invite l'ensemble des décideurs et des acteurs de la région à faire de même. La solidarité, l'inclusion sociale et la participation citoyenne sont pour nous des leviers incontournables de développement local et régional.

Parce qu'à la base de toute forme de développement, que ce soit au niveau économique, environnemental ou social, il y a d'abord l'humain.



Des Chenaux

Actions communautaires et bénévoles de Notre-Dame-du-Mont-Carmel inc. 332

931, rang St-Flavien
Notre-Dame-du-Mont-Carmel, Québec, G0X 3J0

Téléphone : 819 375-9856 poste 332
Courriel : michelgiguere@hotmail.fr

Heures d'ouverture : Mardi de 13 h à 15 h et en tout temps pour urgence.

Période de fermeture : Juillet à la 2e semaine d'août et temps des fêtes.

Mission : Aide aux démunis sous toutes ses formes.

Services alimentaires :

- Aides alimentaires;
- Paniers de Noël.

Tarifs

Aide alimentaire : 5 \$;
Paniers de Noël : 5 \$.

Centre d'action bénévole de la Moraine

511, rue Massicotte
St-Narcisse, Québec, G0X 2Y0

Téléphone : 418 328-8600
Courriel : cab.delamorraine@saint-narcisse.com
Site Internet : www.cabdelamorraine.org



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

Période de fermeture : Mois de juillet et 1^{ère} semaine du mois d'août.

Mission : Promouvoir l'action bénévole dans les différents secteurs de l'activité humaine et susciter une réponse à des besoins du milieu.

Services alimentaires :

- Comptoir alimentaire des Chenaux;
- Dépannage alimentaire dans les municipalités de St-Narcisse, St-Stanislas, St-Maurice et St-Luc-de-Vincennes;
- Popote roulante de St-Maurice, St-Narcisse, St-Stanislas, St-Luc de Vincennes;
- Paniers de Noël;
- Service de collations et bonification de boîte à lunch pour les familles fréquentant le comptoir alimentaire ayant des enfants d'âge scolaire (primaire et secondaire);
- Soutien au camp de jour.

Tarifs

Comptoir alimentaire : 1 personne 3 \$, 2 à 4 personnes 4 \$, 5 personnes et plus 5 \$;
Dépannage alimentaire : aucun frais;
Popotes roulantes : 5 \$ par repas.



Centre d'action bénévole des Riverains

100, rue de la Fabrique
Ste-Anne-de-la-Pérade, Québec, G0X 2J0

Téléphone : 418 325-3100
Courriel : benevolat@infoteck.qc.ca
Site Internet : www.cabdesriverains.org



Heures d'ouverture : Lundi au vendredi de 8 h 30 à 12 h et de 13 h à 16 h 30.
Période de fermeture : Période estivale (fin juin à la 1^{ère} d'août) et deux semaines pendant le temps des fêtes.

Mission : Promouvoir l'action bénévole dans les différents secteurs de l'activité humaine et susciter une réponse à des besoins du milieu.

Services alimentaires :

- Dépannage alimentaire (aide non-récurrente) disponible pour les municipalités de St-Prosper, Batiscan, Champlain, Ste-Anne-de-la-Pérade et Ste-Geneviève-de-Batiscan;
- Popotes roulantes;
- Paniers de Noël;
- Services de collations dans les écoles primaires du territoire du CAB.

Tarifs

Varie selon les municipalités;
Pour information, communiquer avec le Centre.

Fonds communautaire des Chenaux

36, rue Saint-Charles
Ste-Geneviève-de-Batiscan, Québec, G0X 2R0

Téléphone : 819 840-3088
Courriel : fcdc@stegenevieve.ca



Heures d'ouverture : Lundi au vendredi de 8 h 30 à 16 h 30.
Période de fermeture : Juillet.

Mission : Effectuer de l'intervention budgétaire auprès des individus en difficultés financières. Favoriser la prise en charge des personnes et familles par de l'éducation populaire. Supporter les initiatives locales de développement économique et social afin de diminuer les impacts du cercle vicieux de la pauvreté.

Services alimentaires :

- CuisiConomes (cuisine en groupe);
- Ateliers culinaires (apprentissage de techniques de base en cuisine);
- Ateliers éducatifs offerts et reliés à la saine alimentation.

Tarif : Coût minime à déterminer pour les CuisiConomes



Maison de la famille des Chenaux

100, rue de la Fabrique
Ste-Anne-de-la-Pérade, Québec, G0X 2J0

Téléphone : 418 325-2120
Courriel : mfdc@infoteck.qc.ca
Site Internet : maisondefamilledeschenaux.com 

Heures d'ouverture : Lundi au vendredi de 8 h 30 à 16 h 30.

Période de fermeture : Période estivale (fin juin à la fin août) et deux semaines durant le temps des fêtes.

Mission : Soutenir les familles du secteur des Chenaux en leur offrant un milieu de vie, des activités et des ressources dans le but d'améliorer leur qualité de vie familiale.

Services alimentaires :

- Ateliers 5 épices;
- Dîner de la Maison de la famille;
- Activités de sensibilisation.

Tarif : Coût annuel 5 \$.



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
Site Internet : 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.
Distribution le mercredi aux deux semaines, 803 rue de Castelneau.

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 :

- Centrale alimentaire La Tuque : comptoir de distribution alimentaire pour les personnes et les familles à faible revenu. Préinscription obligatoire (preuves de revenu et de résidence);
- Distribution alimentaire, le mercredi aux deux semaines, 803 rue de Castelneau;
- Popote roulante 2 fois/semaine (mardi et jeudi) de septembre à juin de chaque année.

Tarifs

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
Site Internet : 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
Site Internet : 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.
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 : Lundi au mercredi de 13 h à 15 h.
Inscription du lundi au mercredi de 13 h à **15 h**
Remise des bons 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 : louisegeneraux.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 : Sans frais.



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
Site Internet : 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 : Sans frais.

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

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

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

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;
- Paniers de Noël 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 : 45 lots de jardin communautaire.

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

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 : Basée sur le 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.ailes@tlb.sympatico.ca

Site Internet : 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;
- Ateliers 5 épices pour les enfants de 5 à 12 ans.

Tarif : Les coûts varient selon les activités.



Maskinongé

Centre d'action bénévole de Maskinongé

121, Petite-Rivière, local 15
Louiseville, Québec, J5V 2H3

Téléphone : 819 228-3224
Courriel : information@cabmaskinonge.org
Site Internet : www.cabmaskinonge.org

Heures d'ouverture : Lundi au jeudi de 8 h 30 à 12 h et 13 h à 16 h, vendredi de 8 h 30 à 12 h.
Période de fermeture : Deux semaines pendant le temps des fêtes;
Semaine de relâche scolaire au mois de mars.

Mission : Promouvoir l'action bénévole dans les différents secteurs de l'activité humaine et susciter une réponse à des besoins de la population de la MRC de Maskinongé.

Services alimentaires : Livraison de repas chauds et équilibrés (réfrigérés et congelés) offerts à domicile via la popote Vita-Joie.

Tarif : 4 \$ par repas (doit remplir certains critères).

Coup de pouce alimentaire de Yamachiche

530, rue Sainte-Anne (presbytère)
Yamachiche, Québec, G0X 3L0
Sous-sol de l'église

Téléphone de la distribution : 819 296-3016
Pour toute autre question : 819 294-5577
Courriel : coupdepouce@municipalite.yamachiche.qc.ca

Heures d'ouverture : Jeudi de 11 h 30 à 12 h.
Période de fermeture : Pendant le temps des fêtes selon la période de fermeture de Moisson Mauricie/
Centre-du-Québec.

Mission : Offrir des denrées alimentaires aux personnes dans le besoin.

Services alimentaires : Paniers de nourriture variée.

Tarif : 5 \$ par panier.



Entre-Aide de Louiseville

Relocalisé temporairement

Téléphone : 819 228-3340
Courriel : entre-aide@hotmail.com

Heures d'ouverture : Lundi au mercredi de 9 h à 16 h;
Jeudi dès 13 h (distribution alimentaire);
Vendredi de 9 h à 12 h;
Fermé sur l'heure du dîner.

Période de fermeture : Deux dernières semaines du mois de juillet et deux semaines pendant le temps des fêtes.

Mission : Aider matériellement les personnes démunies et défavorisées. Écoute et référence.

Services alimentaires :

- Dépannage et distribution alimentaire sous forme de paniers;
- Vente de meubles à bas prix et service de livraison;
- Jardin communautaire pendant la période estivale.

Tarifs

Distribution alimentaire : 5 \$ par petite famille (1-2 personnes);
6 \$ par moyenne famille (3-4 personnes);
8 \$ par grande famille (5 personnes et plus).

Dépannage : Aucun frais.

Fonds Gérard-Morin

50, Saint-Laurent (presbytère)
Louiseville, Québec, J5V 1J4

Téléphone : 819 228-2739
Courriel : fabrique@egliselouiseville.ca

Heures d'ouverture : Église du lundi au mercredi de 9 h à 11 h 45 et de 13 h 15 à 15 h 30.
Fond Gérard Morin le mercredi de 9 h à 12 h, sur rendez-vous seulement.

Période de fermeture : Congés fériés seulement.

Mission : Venir en aide aux gens dans le besoin de Louiseville.

Services alimentaires :

- Partenariat avec des épicerie du secteur pour s'approvisionner jusqu'à un certain montant à l'épicerie. La demande doit se faire en personne.

Tarif : Aucun frais.



Maison de la Famille du bassin de Maskinongé

75, rue St-Jacques
Louiseville, Québec, J5V 1C3

Téléphone : 819 228-8888
Courriel : maisonfamille@cgocable.ca

Heures d'ouverture : Du lundi au vendredi de 9 h à 16 h.
Période de fermeture : Période des fêtes et période estivale.

Mission : Briser l'isolement social et sensibiliser la population sur le vécu et les besoins des familles. Support et d'écoute, activités d'éducation et de prévention.

Services alimentaires :

- Cuisines collectives et spéciales;
- Activité purée de bébé (gratuit);
- Cuisines 3-5 ans;
- Journée 6-12 ans.

Tarifs :

Cuisines collectives et spéciales : entre 5 \$ et 20 \$;
Cuisines 3-5 ans : 5 \$;
Journée 6-12 ans : 7 \$.

Maison de l'Abondance St-Alexis-des-Monts

200, rue Notre-Dame
St-Alexis-des-Monts, Québec, J0K 1V0

Téléphone : 819 265-4149
Courriel : maisondelabondance@telmilot.net

Heures d'ouverture : Du mardi au vendredi de 9 h à 12 h et de 13 h à 16 h.
Période de fermeture : Les jours fériés, pendant la période des fêtes et pendant la période estivale (deux dernières semaines du mois de juillet).

Mission : Aider matériellement les personnes handicapées ou défavorisées sur le plan affectif ou physique. Service d'écoute et de référence, comptoir vestimentaire, meubles et électroménagers.

Services alimentaires

- Dépannage alimentaire d'urgence;
- Distribution alimentaire tous les jeudis à la Maison de l'Abondance de St-Alexis-des-Monts et au point de service de St-Paulin;
- Collations à l'école primaire et secondaire des Boisés;
- Remise de bons d'épicerie pour le Noël du pauvre à St-Alexis-des-Monts.

Tarif : 6 \$ par panier.



Table des amis

81, avenue Sainte-Élisabeth, local 7
Louiseville, Québec, J5V 1M3

Téléphone : 819 697-5464

Heures d'ouverture : Lundi au vendredi de 9 h à 13 h.

Période de fermeture : Jours fériés et pendant la période des fêtes.

Mission : Venir en aide à toutes personnes ayant des besoins alimentaires, sociaux, spirituels ou autres.

Services alimentaires :

- Repas chauds offerts gratuitement (maximum de 40 personnes par jour);
- Dépannage alimentaire sur référence.

Tarif : Aucun frais.

St-Mathieu-du-Parc

520, Chemin Déziel
St-Mathieu-du-Parc, Québec, G0X 1N0

Téléphone : 819-299-3830 poste : 3035

Heures d'ouverture : Jeudi de 10 h à 11 h 30.

*Aux 2 semaines

Période de fermeture : Jours fériés et pendant la période des fêtes (mi-décembre à mi-janvier)

Mission : Venir en aide à toutes personnes ayant des besoins alimentaires.

Services alimentaires :

- Distribution alimentaire sous forme de paniers au 2 semaines. S'inscrire au bureau municipal au préalable;
- Remise de bons d'épicerie pour le Noël du Pauvre.

Tarifs

7 \$ petite famille

8 \$ moyenne famille

10 \$ grande famille



Mékinac

Carrefour Normandie St-Tite inc.

331, rue Notre-Dame
St-Tite, Québec, G0X 3H0

Téléphone : 418 365-5769
Courriel : carrefournormandie@hotmail.com

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

Période de fermeture : Deux dernières semaines du mois de juillet et première semaine d'août.

Mission : Le Carrefour Normandie est un organisme communautaire, sans but lucratif, au service des adultes et des enfants les plus démunis de la zone Mékinac travaillant à combattre la pauvreté.

Services alimentaires :

- Distribution alimentaire;
- Dépannage ponctuel;
- Cuisine collective;
- Atelier de cuisine;
- Jardin collectif;
- Panier de Noël;
- Dîner communautaire 1 fois par mois sauf en août, septembre et décembre.

Tarifs

Distribution alimentaire 2,50 \$;
Dîner communautaire 2 \$ le repas.

Centre d'action bénévole Mékinac

752, boulevard Saint-Joseph
Saint-Tite, Québec, G0X 3H0

Téléphone : 418 365-7074
Courriel : cabmekinac@hotmail.com
Site Internet : www.cabmekinac.org

Heures d'ouverture : Bureau : lundi au vendredi de 9 h à 12 h et de 13 h à 16 h.
Boutique Aux Trouvailles : Lundi au vendredi de 9 h à 12 h et de 13 h à 16 h.
Samedi de 9 h à 12 h.

Période de fermeture : Pendant la période des fêtes ainsi que pendant les mois de juillet et août.

Mission : Promouvoir l'action bénévole dans les différents secteurs de l'activité humaine et susciter une réponse à des besoins de la population de la MRC de Mékinac.

Services alimentaires : Popote roulante du CAB Mékinac (Offert à tous les résidents de Mékinac).

Tarif : 5,50 \$ par repas et carte prépayée de 10 repas pour 50 \$ (5 \$ du repas).



Femmes de Mékinac

211, rue St-Jacques
Ste-Thècle, Québec, G0X 3G0

Téléphone : 418 289-2588
Courriel : femmes_mekinac@globetrotter.net
Site Internet : www.femmekinac.qc.ca

Heures d'ouverture : Lundi au jeudi de 9 h à 12 h et de 13 h à 16 h 30.

Période de fermeture : Fermeture du temps des fêtes et pendant la période estivale.

Mission : Améliorer les conditions de vie des femmes, promouvoir les droits et la place occupés par les femmes dans la société, soutenir les femmes dans leur démarche vers une plus grande autonomie.

Services alimentaires :

- Déjeuner collectif-conférence (1 fois/mois);
- Dîner collectif-conférence (1 fois/mois);
- Atelier de cuisine basé sur l'alimentation saine et cuisine collective.

Tarif : Déjeuners et dîners à 5 \$.



Shawinigan

Armée du Salut de Shawinigan

763, 4e Rue
Shawinigan, Québec, G9N 1H1

Téléphone : 819 537-6046
Courriel : Yves_bolduc@armedusalut.ca
Site Internet : www.armedusalut.ca



Heures d'ouverture : Jeudi de 12 h 15 à 14 h.
Sur rendez-vous, téléphonez la journée même entre 8 h et 10 h.

Période de fermeture : Deux semaines pendant la période des fêtes et l'été et le premier jeudi de chaque mois.

Mission : L'Armée du Salut a pour mission de manifester l'amour de Jésus-Christ, de répondre aux besoins essentiels des gens et d'exercer une influence transformatrice sur les collectivités.

Services alimentaires :

- Aide alimentaire;
- Paniers de Noël;
- Soupers de Pâques et de Noël;
- Café nouvel Espoir¹.

Tarifs

Café nouvel Espoir 2 \$ ou 4 \$ faible revenu;

Aide alimentaire, panier Noël et soupers Pâques et Noël :

- 3 \$ petites familles;
- 4 \$ familles moyennes;
- 5 \$ grandes familles.

Centre d'action bénévole de Grand-Mère

660, 13e rue, C.P. 10 006
Grand-Mère, Québec, G9T 5K7

Téléphone : 819 538-7689
Courriel : info@cabgm.org
Site Internet : www.cabgm.org

Heures d'ouverture : Lundi au vendredi de 8 h à 12 h et de 13 h à 16 h.

Période de fermeture : Le mois de juillet, la dernière semaine de décembre et la première semaine de janvier.

Mission : Promouvoir l'action bénévole dans les différents secteurs de l'activité humaine et susciter une réponse à des besoins du milieu.

Services alimentaires :

- Popote Volante de Grand-Mère (2 unités) et St-Georges (1 unité). Chaque unité offre 2 dîners chauds par semaine **des** personnes en perte d'autonomie ou en convalescence. En période estivale, menus congelés à commander à l'avance;
- Comptoir alimentaire du secteur Grand-Mère; distribution de denrées alimentaires aux personnes et familles en situation de pauvreté;

- ¹En discussion pour réouverture.



- Comptoir alimentaire de Lac-à-la-Tortue et de St-Georges; distribution de denrées alimentaires 2 fois par mois aux personnes et familles en situation de pauvreté. En période estivale, le Centre Roland-Bertrand offre une distribution palliative une fois par mois aux gens de ces secteurs.

Tarifs

Popotes : 5 \$ par repas;
 Distribution alimentaire : 5 \$ pour les familles de 3 personnes et moins;
 7 \$ pour les familles de 4 personnes et plus.

Centre d'action bénévole de Shawinigan

4393, boul. des Hêtres
 Shawinigan, Québec, G9N 4V6

Téléphone : 819 539-8844
 Courriel : cab_shawinigan@qc.aira.com
 Site Internet : www.cabshawinigan.org

Heures d'ouverture : Lundi au vendredi de 8 h à 12 h et de 13 h à 16 h.
Période de fermeture : De la mi-juillet à la mi-août.

Mission : Promouvoir l'action bénévole dans les différents secteurs de l'activité humaine et susciter une réponse à des besoins du milieu.

Services alimentaires : Le service alimentaire s'adresse aux personnes en perte d'autonomie partielle ou permanente ou en convalescence.

- Deux unités de popotes roulantes qui offrent chacune trois repas chauds par semaine;
- Deux unités de popotes congelées offertes dans le secteur de Shawinigan et de Shawinigan-Sud – livraison 3 fois par semaine.

Tarifs:

Popote roulante Les Blés d'Or (secteur Shawinigan-Sud) : 5 \$.
 Popote roulante Le Puits bonheur (secteur Shawinigan) : 6 \$.
 Popote congelée : Repas principal 5 \$ - soupe 3 \$

Centre de femmes de Shawinigan

465, 5e Rue, bureau 203
 Shawinigan, Québec, G9N 1E5

Téléphone : 819 537-4277
 Courriel : femshawi@cgocable.ca



Heures d'ouverture : Mardi au vendredi de 9 h à 12 h et de 13 h à 16 h 30.
Période de fermeture : Deux semaines durant la période des fêtes, tout le mois de juillet.

Mission : Améliorer les conditions de vie des femmes de tous âges, notamment au niveau de la pauvreté, de l'isolement, de la santé mentale et de la violence sous toutes ses formes.

Services alimentaires : Cuisines collectives.

Tarif : 2 \$ par personne nourrie par les activités de la cuisine collective.



Cité des Mots de Shawinigan, La

805, 111e Rue
Shawinigan, Québec, G9P 2T5

Téléphone : 819 537-1055
Courriel : citedmots@hotmail.com
Site Internet : www.citedesmots.alphabetisation.ca 

Heures d'ouverture : Lundi au jeudi de 8 h 30 à 16 h 30.
Période de fermeture : De la mi-juin à la mi-août. Début des ateliers à la mi-septembre.

Mission : Planifier et organiser des activités afin d'améliorer la condition de vie des personnes analphabètes du Centre- de-la-Mauricie. Sensibiliser la population à la situation de l'analphabétisme dans notre milieu. Planifier, organiser et animer des ateliers d'alphabétisation populaire. Mettre en place des activités d'éducation populaire pour les personnes analphabètes. Participer à différentes tables d'échange et d'actions avec les autres groupes d'alphabétisation et d'éducation populaire de la région et du Québec afin de lutter contre l'analphabétisme.

Services alimentaires :

- Cuisines collectives;
- Ateliers de cuisine.

Tarifs

10 \$ pour la carte de membre;
1 \$ et 1,25 \$ par portion.

H.S.I. Handicaps Soleil inc.

726, 4e Rue
Shawinigan, Québec, G9N 1H2

Téléphone : 819 536-5629
Courriel : phandicap.soleil@cgocable.ca
Site Internet : www.handicapssoleil.net 

Heures d'ouverture : Lundi au vendredi de 8 h 30 à 16 h 30.
Période de fermeture : Période des fêtes.

Mission : La mission de l'organisme est de défendre les droits et promouvoir les intérêts des personnes handicapées physiques et ou sensorielles et offrir des activités adaptées pour eux et leur famille immédiate. La mission des cuisines collectives adaptées est de favoriser des saines habitudes alimentaires auprès des membres, mais également de leur donner des trucs et astuces pour bien s'alimenter malgré leurs limitations. Tous les ateliers de cuisines sont entièrement adaptés alors tout le monde peut mettre la main à la pâte.

Services alimentaires :

- Cuisines collectives adaptées;
- Ateliers de cuisine éducatives « mijo-trousse ».

Tarifs

15 \$ pour la carte de membre;
Moins de 3 \$ par portion.



Maison Coude à Coude

530 4e Rue
Grand-Mère, Québec, G9T 4T4

Téléphone : 819 729-1620
Courriel : maisoncoudeacoude@gmail.com
Site Internet : www.coudeacoude.ca



Heures d'ouverture : Du lundi au vendredi de 8 h à 12 h et de 13 h à 16 h.
Période de fermeture : Deux semaines pendant la période des fêtes et deux semaines pendant l'été.

Mission : Offrir aux enfants un espace stimulant pour développer leur plein potentiel. C'est un lieu rassembleur pour les enfants, les parents et les familles. Ici, tout est mis en place pour se donner la chance de développer ses talents, obtenir du soutien et se permettre de grandir. Ici, on prend goût à participer, à créer, à se dépasser.

Services alimentaires :

- Cuisine collective;
- CuisinOthon en octobre. Plats préparés remis aux comptoirs alimentaires du CAB de Grand-Mère;
- CuisinOthon des petits en mai. Plats cuisinés par les élèves de 3e année du secteur Grand-Mère, St-Georges et Lac-à-la-Tortue et redistribués via les comptoirs alimentaires du CAB de Grand-Mère;
- Bob le frigo en juillet et août. Réfrigérateur communautaire libre-service situé dans la ruelle adjacente à la Maison Coude à Coude.

Tarif : Gratuit.

Petites bédaines pleines, Les

Shawinigan, Québec

Téléphone : 819 538-2247
Courriel : marielle.magnan@cgocable.ca

Services alimentaires : Service bénévole de distribution de collations aux écoles primaires de la Ville de Shawinigan pour les enfants en situation de vulnérabilité, et ce, en collaboration avec les directions d'écoles.

Tarif : Gratuit.



Centre Roland-Bertrand

Service d'aide alimentaire
703, rue Viger
Shawinigan, Québec, G9N 4J7
Téléphone : 819 537-3473
Courriel : pcm@cgocable.ca

Tablée populaire
2183, avenue St-Marc
Shawinigan, Québec, G9N 2J4
Téléphone : 819 537-8851
Site Internet : www.centrerolandbertrand.com



Heures d'ouverture : Lundi au vendredi de 8 h à 12 h et de 13 h à 16 h.
Période de fermeture : Deux semaines pendant la période des fêtes ainsi que durant les deux semaines de la construction (fin juillet au début août).

Mission : Participer à l'amélioration de la situation que vivent les personnes démunies tout en favorisant leur développement et leur autonomie.

Services d'aide alimentaire :

- Cueillette et distribution de denrées alimentaires (selon les quantités disponibles) pour les personnes et les familles dans le besoin (sur rendez-vous, téléphonez les lundis matin);
- Aide alimentaire pour la rentrée scolaire;
- Dépannage d'urgence;
- Ateliers de cuisine (enfants, adolescents, hommes, femmes);
- Campagne du panier de Noël (Shawinigan et Shawinigan-Sud);
- Guignolée des Médias (Shawinigan et Shawinigan-Sud).

Tablée populaire :

- Servir des dîners complets dans deux points de service.
La Tablee au 2193, St-Marc, Shawinigan; 819 537-8851 poste 27
La Tablee au 403, 4ième Rue, Shawinigan; 819 537-3477

Tarifs

- 2 \$ pour une distribution et 5 \$ pour un panier de Noël. Cartes réduites à l'achat de plusieurs distributions;
- 1 \$ par adulte pour la tablee.

Société Saint-Vincent de Paul - Shawinigan

1250, rue Notre-Dame
Shawinigan, Québec, G9N 3S4

Téléphone : 819 539-5911
Courriel : ep.ssvp@cgocable.ca



Heures d'ouverture : Mardi de 9 h à 15 h.
Période de fermeture : Juillet.

Mission : Aider les plus démunis de la société à accéder à de meilleures conditions de vie.

Services alimentaires : Distribution alimentaire.

Tarif : Sans frais.



Tablée des Nôtres, La

499, 6e Avenue
Grand-Mère, Québec, G9T 2H3

Téléphone : 819 534-5464



Heures d'ouverture : Lundi au vendredi de 11 h 30 à 12 h 15.

Période de fermeture : L'été et deux semaines pendant la période des fêtes.

Mission : Offrir aux personnes démunies (hommes, femmes, enfants) un repas sain et équilibré.

Services alimentaires : Dîners complets

Tarif : 1 \$ par repas.

Centre d'entraide aux Rayons du Soleil

268, avenue de Grand-Mère
Grand-Mère, Québec, G9T 2G7

Téléphone : 819 533-4829

Courriel : cears@cgocable.ca

Site internet www.centreauxrayonsdusoleil.com



Heures d'ouverture : Lundi au jeudi de 9 h à 12 h et 13 h à 17 h, Vendredi de 9 h à 12 h

Période de fermeture : Vacances de la construction et 2 semaines pendant la période des fêtes.

Mission : Réinsertion sociale. Aider la personne à développer son autonomie alimentaire et résidentielle.

Services alimentaires : Dépannage alimentaire ponctuel.

Tarif : 5 \$.



Action Jeunesse - Atelier

3275, rue Girard
Trois-Rivières, Québec, G8Z 2M5

Téléphone : 819 375-1099
Courriel : aaj@infoteck.qc.ca



Heures d'ouverture : Lundi au vendredi de 8 h 15 à 12 h et de 13 h à 15 h 30.
Période de fermeture : Deux semaines pendant le temps des fêtes et la dernière semaine de juillet et les 3 premières semaines du mois d'août.

Mission : Enseigner un savoir-faire et un savoir-être. Cours de soudure à des jeunes décrocheurs pour favoriser la réinsertion sociale.

Services alimentaires :

- Panier de denrées alimentaires;
- Dîner communautaire à l'occasion.

Tarif : 2 \$ par panier de Moisson Mauricie/Centre-du-Québec.

Action Jeunesse - Maison des jeunes

5642, rue Jean-Paul-Lavergne
Trois-Rivières, Québec, G8Y 3Y4

Téléphone : 819 373-4974
Courriel : mdjactionjeunesse@hotmail.com



Heures d'ouverture : Lundi au jeudi de 15 h à 21 h (Mercredi 15 h à 20 h pour les 10-12 ans) et le vendredi de 15 h à 22 h.

Période de fermeture : Deux semaines pendant le temps des fêtes. Partis en camp durant la semaine de relâche.

Mission : Venir en aide aux adolescents de 12 à 17 ans et offrir un soutien à tous les résidents du quartier Adélarde Dugré.

Services alimentaires :

- Offrir des collations à tous les enfants d'âge scolaire du quartier;
- Dépannage d'urgence.

Tarif : Aucun frais.



Tablée des Nôtres, La

700, rue Ste-Cécile
Trois-Rivières, Québec, G9A 1L2

Téléphone : 819 371-3366
Courriel : info@artisansdelapaix.org



Heures d'ouverture : Lundi au jeudi de 9 h 30 à 16 h 30, vendredi de 9 h 30 à 16 h et samedi de 9 h 30 à 16 h 30.

Période de fermeture : Deux semaines pendant le temps des fêtes.

Mission : Soutenir les familles à faible revenu ou sans revenu, les personnes itinérantes, les familles vivant un sinistre ou les personnes en situation de crise.

Services alimentaires :

- Dépannage alimentaire;
- Distribution alimentaire;
- Paniers de Noël;
- Repas congelés;
- Tablee populaire.

Tarifs :

Dépannage alimentaire aucun frais.
Distribution alimentaire 3 \$

Banque alimentaire (La récolte)

340-18, rue St-Maurice
Trois-Rivières, Québec, G8T 4T9

Téléphone : 819 378-7308

Heures d'ouverture : Jeudi de 13 h 30 à 16 h.

Période de fermeture : Deux jeudis de distribution fermés pendant le temps des fêtes.

Inscription : Il faut s'inscrire, par la suite (appeler et laisser un message sur le répondeur).

Mission : Distribuer des denrées alimentaires à des familles en situation de pauvreté.

Services alimentaires : Distribution alimentaire.

Tarif : 5 \$ par famille.

Bon citoyen, Le

45, rue Fusey
Trois Rivières, Québec, G8T 2T6

Téléphone : 819 693-5581
Courriel : boncitoyen@bellnet.ca



Heures d'ouverture : Magasin ouvert du lundi au vendredi de 9 h 30 à 17 h 30.
Distribution alimentaire, tous les jeudis.

Période de fermeture : Deux semaines de la construction pendant la période estivale et entre Noël et Jour de l'an.

Mission : Aide et prévention aux personnes démunies et victimes de dépendances.

Services alimentaires : Distribution alimentaire le jeudi 10 h à 15 h 30. Se présenter au local pour s'inscrire.

Tarifs : 3 \$ par personne, 4 \$ pour 2 personnes, 5 \$ pour 3 personnes et plus.



Centre communautaire de loisirs Jean-Noël Trudel

55, rue Mercier
Trois-Rivières, Québec, G8T 5R3

Téléphone : 819 374-4220
Courriel : mariehalle@videotron.ca
Site Internet : www.centrejnt.com



Heures d'ouverture : Pour la période de septembre à mai, le centre est ouvert du lundi au vendredi de 9 h à 20 h 30 et les samedis et dimanches de 9 h à 16 h.
Pour la période de juin à août, le centre est ouvert du lundi au vendredi de 9 h à 16 h.

Période de fermeture : Toutes les fins de semaine de la période estivale (juin à août).

Mission : Créer un milieu de vie pour toute la population, un lieu de rassemblement où jeunes et moins jeunes pourront s'y rencontrer, se récréer et échanger par le biais du loisir.

Services alimentaires : Cuisines collectives. Atelier 18-30 ans.

Tarif : 1,25 \$ par portion.

Centre d'action bénévole du Rivage

521-B, rue Notre-Dame Est
Trois-Rivières, Québec, G8T 8L9

Téléphone : 819 373-1261
Courriel : cabdurivage@hotmail.com
Site Internet : www.cabdurivage.org



Heures d'ouverture : Lundi au vendredi de 8 h à 16 h.

Période de fermeture : Deux semaines pendant le temps des fêtes, les 2 dernières semaines de juillet ainsi que la première semaine d'août.

Mission : Assurer la promotion et le développement de l'action bénévole. Offrir une réponse aux besoins du milieu en coordonnant les nombreuses activités des bénévoles.

Services alimentaires : Popote roulante du CAB du Rivage.

Tarif : Repas 3 \$ ou 3,50 \$ avec dessert.

Bon citoyen, Le

929, rue du Père-Daniel
Trois-Rivières, Québec, G9A 2W9

Téléphone : 819 378-6050
Courriel : cab.laviolette@cgocable.ca
Site Internet : www.cablaviolette.org



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

Période de fermeture : Certaines semaines en été et durant la période des fêtes, contactez-nous.

Mission : Promouvoir l'action bénévole dans les différents secteurs de l'activité humaine et susciter une réponse aux besoins du milieu.

Services alimentaires :

- Popote roulante du CAB Laviolette;
- Distribution alimentaire dans les secteurs Pointe-du-Lac, Ste-Marguerite, St-Étienne-des-Grès.

Tarifs : Popote roulante 4 \$ par repas, 4 \$ pour la popote congelée et 0,50 \$ par dessert.
Distribution alimentaire : 4 \$ par famille.



Centre communautaire de loisirs Jean-Noël Trudel

490, rue Grande-Allée
Trois-Rivières, Québec, G9B 7S3

Téléphone : 819 377-3309
Courriel : clacomblez.ceppdl@hotmail.com
Site Internet : www.ceppdl.ca



Heures d'ouverture : Lundi au jeudi de 8 h à 16 h, vendredi de 8 h à 12 h.

Période de fermeture : Mois de juillet et août.

Mission : Planifier et organiser des activités afin d'améliorer les conditions de vie des personnes démunies.

Services alimentaires : Cuisine collective et repas communautaire.

Tarifs : Carte de membre annuelle 7 \$. Repas communautaire 3 \$ (membre), 4 \$ (non-membre).

Centre Le Havre

1486, rue Brébeuf
Trois-Rivières, Québec, G8Z 2A1

Téléphone : 819 371-1023
Courriel : secretariat@havre.qc.ca
Site Internet : www.havre.qc.ca

Heures d'ouverture : 24 h / 7 jours par semaine. Pour l'aide alimentaire, les gens doivent appeler à l'avance pour en bénéficier vendredi, samedi et dimanche (dépannage d'urgence).

Période de fermeture : Aucune.

Mission : Le Centre Le Havre de Trois-Rivières est un centre d'hébergement d'urgence sociale pour les personnes en situation de rupture sociale ou à risque de le devenir ayant pour mission de venir en aide aux personnes en difficulté ou à la rue.

Services alimentaires :

- Déjeuner, dîner, souper tous les jours (pour les résidents);
- Distribution alimentaire une fois par semaine pour les personnes fréquentant l'organisme;
- Aide alimentaire lors du suivi des personnes en logement;
- Dépannage alimentaire durant la fin de semaine pour la population.

Tarif : Aucun frais les 7 premiers jours et 5 \$ par jour le restant du mois.

Collège Laflèche

1687, boulevard du Carmel
Trois-Rivières, Québec, G8Z 2A1

Téléphone : 819 375-7346
Courriel : college@clafleche.qc.ca
Site Internet : www.clafleche.qc.ca

Heures d'ouverture : Toute l'année, du lundi au vendredi de 7h à 18h.

Période de fermeture : Pendant les vacances scolaires.

Mission : Établissement d'enseignement collégial offrant.

Services alimentaires :

- Distribution alimentaire aux semaines administrées par le service à la vie étudiante;
- Frigo collectif libre-service.

Tarif : Aucun frais.



Distribution alimentaire Jean-Nicolet

1211, Place Georges-Henri-Robichon
Trois-Rivières, Québec, G8Y 2L1

Téléphone : 819 519-8062

Heures d'ouverture : Lundi au vendredi de 9 h à 12 h.

Période de fermeture : Pendant la période des fêtes et deux semaines durant la période estivale.

Mission : Faire une distribution alimentaire équitable et offrir un service d'épicerie solidaire.

Services alimentaires : Distribution alimentaire le jeudi.

Tarif : 5\$.

Comptoir alimentaire Adélarde Dugré - Maison coup de pouce

6400, boul. des Chenaux
Trois-Rivières, Québec, G8Y 5S8

Téléphone : 819 840-2866

Heures d'ouverture : Mercredi de 9 h à 11 h. S'inscrire sur la page Facebook « Adélarde Dugré » par message privé ou en téléphonant au 819 840-2866 (laisser un message sur le répondeur).

Période de fermeture : Deux semaines pendant le temps des fêtes et deux semaines pendant la période estivale.

Mission : Effectuer une distribution alimentaire en respectant les quatre valeurs de Moisson Mauricie/Centre-du Québec : la transparence, le respect, l'équité et la solidarité.

Services alimentaires : Distribution alimentaire.

Tarif : 3 \$ par famille.

COMSEP (Centre d'organisation Mauricien de services et d'éducation populaire)

1060 St-François-Xavier
Trois-Rivières, Québec, G9B 7S3

Téléphone : 819 378-6963

Courriel : info@comsep.qc.ca

Site Internet : www.comsep.qc.ca



Heures d'ouverture : Lundi au vendredi de 8 h 30 à 12 h et 13 h 30 à 17 h.

Période de fermeture : Deux semaines de la construction.

Mission : Le Centre d'organisation Mauricien de services et d'éducation populaire (COMSEP) a pour mission de lutter contre la pauvreté et organiser des activités d'alphabétisation et d'éducation populaire autonomes (ateliers, sessions, cafés-rencontres) qui favorisent un changement social dans notre milieu; favoriser une prise de conscience chez les gens démunis socio économiquement de leurs problèmes, les aider à trouver des solutions et à poser des actions qui amélioreront leurs conditions de vie.

Services alimentaires :

- Distributions de paniers de Noël;
- Tablee populaire de décembre;
- Distribution de collation et repas durant certaines activités pour les membres.

Tarif : Carte de membre annuelle 2 \$, participation à deux activités obligatoires.



Cuisines collectives de Francheville

1060, rue St-François-Xavier, local 145-B
Trois-Rivières (Québec), G9A 1R8

Téléphone : 819 691-4049
Courriels : cuisines.collectives@live.ca
cuisines.collectives@outlook.com



Heures d'ouverture : Lundi au vendredi de 9 h à 16 h 30.
Période de fermeture : Vacances du personnel durant la période estivale.

Mission : Reconnaître l'expertise des femmes à nourrir une société et à s'organiser; permettre aux gens de se donner un pouvoir d'achat; améliorer leurs conditions de vie en leur donnant les moyens de reprendre du pouvoir sur leur vie et dans la société.

Services alimentaires :

- Cuisine collective;
- Magasin populaire en alimentation (réservé aux membres des cuisines collectives).

Tarif : 1,25 \$ par portion.

Distribution alimentaire bel-avenir

3750, rue Jean Bourdon
Trois-Rivières (Québec), G8Y 2A5

Téléphone : 819 519-8062

Heures d'ouverture : Mardi après-midi.
Période de fermeture : Aucune.

Mission : Distribuer de la nourriture aux Étudiants Cours de formation générales aux adultes et cours de francisation ainsi qu'aux résidents du secteur.

Services alimentaires : Distribution alimentaire une fois par semaine les mardis après-midi.

Tarif : À Déterminer.

St-Vincent-de-Paul - Notre-Dame - Frédéric Janssoone

1285, rue St-François-Xavier
Porte Notre-Dame (sous-sol de l'église
Notre-Dame-des-sept-Allégresses)
Trois-Rivières, Québec, G9A 1S1

Téléphone : 819 519-8062

Heures d'ouverture : Mercredi 13 h à 15 h.
Période de fermeture : Deux semaines pendant la période estivale et deux semaines pendant la période des fêtes.

Mission : Aider les plus démunis de la société à accéder à de meilleures conditions de vie.

Services alimentaires : Distribution alimentaire le mercredi de 13 h à 15 h, inscription sur place le mercredi de 8 h 30 à 11 h.

Tarif : 4 \$ par famille.



Ebyôn

89, rue St-Irénée
Trois-Rivières, Québec, G8T 7C3

Téléphone : 819 373-7828
Courriel : blaise.ebyon@videotron.ca



Heures d'ouverture : Tablée populaire : lundi au jeudi de 11 h 30 à 12 h 30;
Vendredis cuistots de 9 h 30 à 12 h 30 (inscription obligatoire);
Alphabétisation : lundi au jeudi de 12 h 45 à 16 h.

Période de fermeture : Juillet et août, deux semaines durant la période des fêtes (varie chaque année).

Mission : Mettre sur pied, organiser et administrer des services d'aide aux personnes tels que de l'aide alimentaire, de l'alphabétisation et de l'éducation populaire.

Services alimentaires :

- Tablée populaire;
- Vendredis cuistot (ateliers de cuisine);
- La récolte;
- Dépannage d'urgence;
- Achat groupé;
- Ateliers de cuisine.

Tarif : Aucun frais.

Entraide Ste-Catherine-de-Sienne, L'

365, Côte Richelieu (salle Sylvain)
Trois-Rivières, Québec, G9A 2Y9

Téléphone : 819 375-1628 (à l'église)

Heures d'ouverture : Tous les jeudis avant-midi de 9 h 15 à 11 h, inscription sur place.
Les inscriptions se font entre 9 h 15 et 9 h 45. Si la personne arrive après, elle est servi en dernier.

Période de fermeture : Deux semaines pendant le temps des fêtes (le dernier jeudi avant Noël) et quatre semaines pendant la période estivale (de la fin juin à la fin juillet).

Mission : Fournir de l'aide alimentaire aux gens dans le besoin des paroisses Jean XXIII et Ste-Catherine-de-Sienne.

Services alimentaires : Distribution alimentaire.

Tarif : 4 \$ par panier.

Grand-Cœur St-Louis-de-France

815, rue Louis-de-France
Trois-Rivières, Québec, G8T 1A2

Téléphone : 819 691-4980

Heures d'ouverture : Jeudi de 13 h à 14 h, inscription sur place.

Période de fermeture : Noël et Jour de l'an et deux journées fériées en juillet.

Services alimentaires :

- Distribution alimentaire;
- Collation à l'école et nourriture pour faire déjeuner les enfants à la maison.

Tarif : 4 \$.



Maison de quartier St-Philippe

1942, rue Royale
Trois-Rivières, Québec, G9A 4K9

Téléphone : 819 372-4728
Courriel : mdq.tr4728@gmail.com
Site Internet : maisonquartierst-philippe.e
-monsie.com



Heures d'ouverture : Mardi, mercredi de 13 h à 16 h.
Période de fermeture : Deux semaines pendant le temps des fêtes.

Mission : Offrir aux citoyens et citoyennes du quartier St-Philippe et à la population des premiers quartiers de Trois-Rivières un lieu de socialisation, de concertation et d'entraide.

Services alimentaires :

- Collations disponibles;
- Ateliers de cuisine;
- Repas communautaire à l'occasion.

Tarifs

Ateliers de cuisine : variable selon le menu.
Repas communautaire 3 \$ mais peut varier.

Maison Re-Né inc.

2800, boul. des Forges,
Trois-Rivières, Québec, G8Z 1V2

Téléphone : 819 379-2495
Courriel : maison.re-ne@cgocable.ca



Heures d'ouverture : La Maison est ouverte 24 h/7 jours par semaine pour les résidents.
Pour les externes : 7 jours, de 9 h à 21 h.

Période de fermeture : Aucune.

Mission : Héberger, accueillir et accompagner les personnes vivant avec le VIH/SIDA pour leur assurer une meilleure qualité de vie en leur procurant des soins individualisés. Font des mentions pour les patients en traitement de l'hépatite C. Apporter un soutien et du réconfort à la famille et aux amis. Collaborer avec les services publics (services hospitaliers) ainsi qu'avec les différents organismes communautaires. Réaliser des activités variées selon les possibilités de la Maison Re-Né et celles des résidents.

Services alimentaires :

- Repas fournis aux résidents
- Dîners à coûts minimes pour les externes pendant la semaine;
- Paniers de denrées (mercredi).

Tarifs

Aucun frais pour les résidents (doivent payer un loyer de 500 \$ par mois)
2,50 \$ par dîner pour les externes.



Ressource FAIRE

1800, rue St-Paul, local 216
Trois-Rivières, Québec, G9A 1J7

Téléphone : 819 379-6002
Courriel : ressource.faire@cgocable.ca
Site Internet : www.ressourcefaire.ca



Heures d'ouverture : Lundi au jeudi de 9 h à 12 h et de 13 h à 16 h.
Période de fermeture : Deux semaines durant la période des fêtes (fin décembre au début janvier) et dix semaines durant la période estivale (début juin à la fin août).

Mission : Susciter l'entraide entre les familles, permettre l'amélioration des conditions nécessaires au développement des enfants, offrir du soutien aux parents et mettre à profit leur expérience parentale.

Services alimentaires :

- Ateliers culinaires;
- Déjeuners-rencontres
- Groupe d'achats collectifs.

Tarif : Selon le service.

Société Saint-Vincent-de-Paul - Saint-Jean-Baptiste-de-la-Salle

4025, rue Monseigneur-Briand
Trois-Rivières, Québec, G8Y 2V4

Téléphone : 819 378-2391
Courriel : sjbdl@cgocable.ca

Heures d'ouverture : Mercredi aux deux semaines.
Période de fermeture : Fermeture de 2 mois l'été (autour du premier juillet).

Mission : Aider les plus démunis de la société à accéder à de meilleures conditions de vie.

Services alimentaires :

- Distribution alimentaire;
- Dépannage alimentaire d'urgence.

Tarif : Aucun frais.

Société Saint-Vincent-de-Paul - Saint-Sacrement

1825, boul. St-Louis
(sous-sol de l'église St-Sacrement)
Trois-Rivières, Québec, G8Z 3C4

Téléphone : 819 379-7868

Heures d'ouverture : Mercredi de 9 h 30 à 11 h 30.
Période de fermeture : Trois semaines pendant le mois de juillet et deux semaines pendant le temps des fêtes.

Mission : Aider les plus démunis de la société à accéder à de meilleures conditions de vie.

Services alimentaires : Distribution alimentaire.

Tarif : 4 \$ par famille.



Traversier, Le (centre de jour et d'entraide en santé mentale)

2096, avenue A
Trois-Rivières, Québec, G8Z 2X2

Téléphone : 819 371-2420
Courriel : centredejour@letraversier.org
Site Internet : www.letraversier.org



Heures d'ouverture : Lundi au vendredi 13 h à 17 h.
Jeudi de 13 h à 20 h (dernier du mois fermé).
Un samedi sur deux de 13 h à 17 h (horaire disponible sur le site Internet).

Période de fermeture : Deux semaines pendant la période estivale (dernière semaine de juillet et première semaine d'août) et durant le temps des fêtes entre Noël et Jour de l'an.

Mission : Le Traversier est un milieu de vie dynamique et accueillant qui suscite l'entraide, brise l'isolement et développe l'autonomie ainsi que l'équilibre des personnes vivant avec des problèmes de santé mentale. C'est un lieu de socialisation et d'implication qui favorise le maintien et le développement de saines habitudes de vie.

Services alimentaires :

- Repas communautaire (chaque jeudi soir);
- Distribution alimentaire (un mardi sur deux);
- Préparation de déjeuners tous les matins sauf le jeudi au point de service du secteur Cap-de-la-Madeleine (141, rue Massicote, 819 371-2721).

Tarifs

Repas communautaire 2 \$;
Distribution alimentaire 0,50 \$ pour la base.
Préparation de déjeuners de 0,75 \$ à 1,50 \$ selon le choix de la personne.

Bon Camarade - Université du Québec à Trois-Rivières

3351, boulevard des Forges
Local 1072, Pavillon de la vie étudiante
Trois-Rivières, Québec, G9A 5H7

Téléphone : 819 989-1396

Heures d'ouverture : Lundi au vendredi 7h à 22h.

Période de fermeture : Pendant les vacances scolaires (hiver et été).

Mission : Offrir des cours universitaires à la population.

Services alimentaires :

- Distribution alimentaire aux deux semaines pour les étudiants;
- Frigo communautaire, local 112 Albert-Tessier, près de la bibliothèque.

Tarif : À déterminer



Ce répertoire des ressources en sécurité alimentaire de la Mauricie est une initiative du comité régional en sécurité alimentaire.

Composition du comité de travail : Consortium en développement social de la Mauricie, Centre d'action bénévole de la Moraine, Centre intégré universitaire de santé et services sociaux de Trois-Rivières, Moisson Mauricie/Centre-du-Québec.

Pour nous joindre ou en savoir davantage :

Consortium en développement social de la Mauricie

Téléphone : 819 601-6630

Courriel : info@consortium-mauricie.org

Site Internet : consortium-mauricie.org

© Consortium en développement social de la Mauricie 2018

Répertoire disponible en ligne au
consortium-mauricie.org/repertoire-securite-alimentaire



Consortium

en développement social
de la Mauricie

