



ACCUEIL SAINT-AMBROISE DE LORETTEVILLE <i>Distribution alimentaire</i>	262, RUE RACINE, PORTE 5 418-847-2433
Pour les résidents de Loretteville et Neufchâtel Ouest. Aucune livraison. Aide alimentaire avec boîtes préparées, rendez-vous requis du lundi au jeudi de 8h30 à 11h avec preuve de résidence, faible revenu (rapports d'impôts) et carte d'assurance maladie. Dépannage gratuit 1 fois/mois. Paniers de Noël disponibles au coût de 5 \$.	
AMÉLIE ET FRÉDÉRIK SERVICE D'ENTRAIDE <i>Distribution alimentaire</i>	1947, BOUL. BASTIEN 418-845-3073
Pour les résidents de Neufchâtel Est, Loretteville et St-Émile seulement. Paniers de Noël disponibles. Prendre rendez-vous pour être membre (5 \$/mois). Apporter preuve de résidence et de faible revenu. Les distributions sont les mercredis du mois, de 13 h 30 à 16 h 30 (jusqu'à 1 h pour les travailleurs) sur rendez-vous .	
ARMÉE DU SALUT <i>Distribution alimentaire</i>	815, BOUL. WILFRID-HAMEL 418-641-0050 (poste 227)
Prendre rendez-vous par téléphone le lundi à 8 h 30. Distribution alimentaire du mardi au jeudi de 9h à 12h. Maximum 6/année. Panier de Noël sur rendez-vous. Apporter pièces d'identité, preuve de résidence, faible revenu, <u>sacs et Icepack</u> .	
BOUCHÉE GÉNÉREUSE <i>Distribution alimentaire</i>	SITUÉ AU CENTRE DE FOIRE, TERRAIN EXPOCITÉ, 250 BOULEVARD WILFRID-HAMEL, PORTE 4 418-648-8588
Dépannage alimentaire sans restriction géographique. Aucun document requis. <u>Sacs d'épicerie et Icepack</u> . Distribution alimentaire à 1\$ le jeudi de 9h à 11h30 et de 12h30 à 15h. Paniers de Noël pour les résidents de la paroisse Stadacona.	
BUTINEUSE DE VANIER <i>Repas à faible coût durant l'année scolaire</i>	239, AV. PROULX, VANIER 418-681-0827
Repas individuels ou familiaux complets sous vide. Commander avant 13 h le lundi pour réception le jeudi de la semaine suivante. Formulaire de commande sur le site. Accompagnement alimentaire et dîners à 2 \$ pour les enfants inscrits aux écoles de quartier de septembre à juin.	
CAFÉ RENCONTRE DU CENTRE-VILLE <i>Soupe populaire (déjeuners et dîners)</i>	796, RUE ST-JOSEPH EST 418-640-0915
Soupe populaire du lundi au vendredi pour tous. Déjeuners de 8 h 30 à 10 h 30 ; Dîners de 11 h 30 à 13 h 30 (Repas complet avec café 0,75\$). Carte privilège : 15 \$ /22 repas. Fermé le 1 ^{er} ou le dernier jour du mois selon le chèque de l'Aide sociale.	
CARREFOUR DES FAMILLES MONOPARENTALES DE CHARLESBOURG <i>Distribution alimentaire</i>	4252, RUE DES ROSES 418-623-4509
Hommes et femmes monoparentales. Carte de membre obligatoire (15\$/année). Apporter preuve de résidence, d'enfant à charge et de faible revenu. Distribution alimentaire les 1 ^{ers} et 3 ^{èmes} lundis de chaque mois entre 13h30 et 15h45. Sur RDV .	
CENTRE COMMUNAUTAIRE L'AMITIÉ <i>Distribution alimentaire et dépannages alimentaires</i>	59, RUE NOTRE-DAME-DES-ANGES 418-522-5719 (Centre) 418-522-0737 (Bureau)
Distribution alimentaire la 3 ^{ème} semaine du mois pour les membres (carte 5\$ /année). 70 places disponibles. Inscription obligatoire à partir du lundi de la 3 ^{ème} semaine du mois. Apporter <u>sacs et Ice Pack</u> . 1 dépannage alimentaire par mois sur rendez-vous (membres et non-membres).	
CENTRE MULTI-SERVICES LE COMPLICE <i>Distribution alimentaire</i>	6350, 3^{ÈME} AVENUE EST 418-626-3535
Pour les jeunes de 16 à 30 ans résidant dans Charlesbourg, Lac Saint-Charles et environs. Prendre rendez-vous pour évaluation des besoins. Apporter preuves de résidence, de faible revenu et pièces d'identité. Distribution alimentaire 2 mardis par mois (changement possible dans les cas de fériés). Inscription obligatoire par téléphone avant la journée de distribution.	
COMPTOIR ALIMENTAIRE ST-FRANÇOIS-D'ASSISE <i>Distribution alimentaire</i>	16, RUE ROYAL-ROUSSILLON 418-529-2825
Pour tous, mais priorité aux résidents de la paroisse St-François d'Assise. Apporter preuves de résidence, faibles revenus et carte d'assurance maladie. Distribution alimentaire : le mercredi dès 9h (rendez-vous requis) 2\$/personne ou famille. <u>Apporter sacs réutilisables et Ice Pack</u> .	
ENTRAIDE AGAPÈ <i>Distribution alimentaire et épicerie économique</i>	3148, CHEMIN ROYAL, BEAUPORT 418-661-7485
Pour les résidents de Limoilou, Beauport, Côte-de-Beaupré et Île d'Orléans. Prendre RDV du lun. au ven. de 9h à 11h30 et de 13h à 15h30. Apporter preuves de résidence, de faible revenu (dernier rapport d'impôts) et carte d'assurance maladie. Possibilité de dépannage (3/année). Épicerie économique: achat min de 10\$. Fruits, légumes et boulangeries gratuits.	
ENTRAIDE SAINT-ROCH (ÉGLISE NOTRE-DAME-DE-LA-JACQUES-CARTIER) <i>Distribution alimentaire</i>	160 SAINT-JOSEPH EST 418-525-3513
Pour tous, mais priorité aux résidents de Saint-Roch. Prendre rendez-vous par téléphone. Apporter preuves d'identité, de résidence et de faibles revenus. Possibilité de dépannage d'urgence. Distribution les 2 ^{èmes} , 3 ^{èmes} et 4 ^{èmes} mardis du mois au coût de 3\$. 1 distribution par famille/mois.	
ÉVASION ST-PIE X <i>Dépannage alimentaire</i>	1843, RUE DÉSILETS (SOUS-SOL) 418-660-8403
Dépannage alimentaire pour les résidents des appartements St-Pie X (BAIL exigé) à chaque vendredi de 13h30 à 15h30 au 2031 rue Le Droit.	

MAISON DAUPHINE <i>Distribution alimentaire</i>	31, RUE D'AUTEUIL 418-694-9616
Pour les jeunes de 12 à 35 ans fréquentant l'École de la Rue et les programmes de remise en action. Aide alimentaire le ven. de 12 h 30 à 14 h (inscription avant mercredi 16h30). Repas, collations, breuvages, paniers de nourriture.	
MAISON LAUBERIVIÈRE <i>Soupe populaire</i>	485 RUE DU PONT 418-694-9316
Souper pour tous de 17h à 18h chaque jour. Il faut se présenter à la porte à partir de 16 h 45 pour obtenir son coupon d'entrée au coût de 0,75 \$. Possibilité de "crédit" pour les non résidents : faire des tâches pour avoir un coupon souper.	
MAISON REVIVRE <i>Soupe populaire et distribution alimentaire</i>	261, RUE SAINT-VALLIER OUEST 418-523-4343
Dîner gratuit pour les adultes du lundi au samedi (se présenter entre 11 h 45 et 12 h). Fermé les 10 premiers jours du mois. Distribution alimentaire 1 fois/mois, de septembre à juin. Téléphoner pour les dates. Apporter preuves d'identité.	
MIEUX-ÊTRE DES IMMIGRANTS <i>Soutien à l'intégration des immigrants</i>	895 AVENUE MYRAND, CENTRE DE LOISIRS SAINT-THOMAS D'AQUIN 418-527-0177
Pour les immigrants à faible revenu. Prendre rendez-vous avec un intervenant afin d'évaluer les besoins et remplir une fiche d'inscription. Distribution alimentaire tous les vendredis de 14h30 à 16h30.	
PATRO ROC-AMADOUR <i>Distribution alimentaire</i>	2301, 1^{ÈRE} AVENUE 418-524-5228
Réservé aux résidents de la paroisse Sainte-Marguerite-Bourgeois. Distribution alimentaire tous les troisièmes et quatrièmes mardis du mois, de septembre à juin. Arrivée à 8h30 et distribution à 11h. Apporter preuves de résidence, faibles revenus et sac réutilisables . Possibilité de dépannage d'urgence.	
PATRO DE CHARLESBOURG <i>Distribution alimentaire</i>	7700, 3^{ÈME} AVENUE EST 418-626-0161
Comptoir alimentaire pour les familles biparentales ou personnes seules (30 ans et +) à faibles revenus. Distribution alimentaire les 2 ^e et 4 ^e vendredis du mois SUR INSCRIPTION . Apporter sacs et <i>Ice Pack</i> . Dépannage d'urgence possible.	
LE PIGNON BLEU <i>Restaurant à coût modique pendant l'année scolaire</i>	217, RUE SAINT-VALLIER OUEST 418-648-0598
"Resto-pop" pour les familles inscrites à faible revenu de la Basse-Ville de Québec. Du lundi au vendredi de 11 h à 10 h. 0-5 ans : 1,10 \$ 6-12 ans : 1,60 \$ Adultes : 2,75 \$ Non-inscrits : 8 \$ (après 13h). Contacter le service pour inscription aux dépannages alimentaires. Apporter preuves de résidence et de faible revenu.	
PIVOT (Centre communautaire des Chutes) <i>Distribution alimentaire</i>	4551, boulevard Sainte-Anne 418-666-2371
Pour les résidents de Beauport (+ Montmorency, Courville, Villeneuve, Sainte-Brigitte-de-Laval, Sainte-Thérèse). Aide alimentaire d'urgence disponible les 1 ^{ère} et 3 ^{ème} semaines du mois. Distribution alimentaire les 2 ^{èmes} et 4 ^{èmes} vendredis du mois. Inscription obligatoire : téléphoner au plus tard le jeudi matin. NE PAS laisser de message: parler à la réceptionniste.	
RELAIS D'ESPÉRANCE <i>Distribution alimentaire</i>	1001, 4^{ÈME} AVENUE, LIMOILOU 418-522-3301
Pour les personnes inscrites seulement. Être client. Évaluation de la situation financière sur RDV. Apporter preuve de résidence, de faible revenu et carte d'identité. Distribution deux jeudis par mois de 9h30 à 12h. Le café-rencontre est gratuit.	
RUCHE VANIER <i>Épicerie communautaire</i>	550, boulevard Wilfrid-Hamel, local N-3, entrée 3R 418-683-3941
Sur rendez-vous . Épicerie communautaire au coût de 1 \$: carte de membre obligatoire 15 \$ pour l'année (20 \$ si fréquentation de soir). Paniers de Noël disponibles durant la période des fêtes. Aide alimentaire d'urgence gratuite et disponible pour les résidents de Vanier en situation précaire. Possibilité de fréquenter l'épicerie communautaire 1 fois/mois à 1 fois/semaine (avec heures de bénévolat obligatoire/mois).	
SERVICE D'ENTRAIDE BASSE-VILLE <i>Dépannage alimentaire</i>	155, AV. SACRÉ-CŒUR 418-529-6889
Pour les résidents du quartier Saint-Roch et Saint-Sauveur. Preuve de résidence requise. Vendredi de 13 h à 14 h 30, sans rendez-vous . Apporter <u>ses sacs</u> . (Chaque foyer pourra venir 1 fois toutes les 2 semaines pour s'approvisionner en nourriture).	
SERVICE D'ENTRAIDE PAROISSE ST-CHARLES BOROMÉE <i>Dépannage alimentaire ponctuel</i>	747, BOUL. LOUIS XIV 418-624-4237
Dépannage ponctuel de denrées non périssables uniquement. Secteurs délimités. Téléphoner le mardi ou jeudi de 10h à 11h30 pour évaluation des besoins.	
SOCIÉTÉ SAINT-VINCENT-DE-PAUL DE QUÉBEC <i>Dépannage alimentaire</i>	2225, BOUL. HENRI-BOURASSA 418-522-5741
Laisser un message sur la boîte vocale. Retour d'appel sera fait dans les 24-48 h pour évaluation et référence au bureau SSSP du quartier. Fournir preuve de résidence et de faibles revenus.	
SOUPE POPULAIRE MAISON MÈRE MALLET <i>Soupe populaire</i>	745, HONORÉ-MERCIER 418-692-1762
Dîner gratuit pour tous, tous les jours de 12h à 13h. Ouvert à 10h pour un café avant le repas. Fermé la journée du chèque et les 3 jours suivants.	

COMME CES INFORMATIONS PEUVENT ÊTRE MODIFIÉES EN TOUT TEMPS PAR LES RESSOURCES, IL EST FORTEMENT CONSEILLÉ DE TÉLÉPHONER AVANT DE SE DÉPLACER.