

RESSOURCES POUR LES ÉLÈVES - CRISE DU COVID-19

Aide financière

Prestation Canadienne d'urgence (PCU)

- 2 000\$ / mois (4 mois maximum)
- Offerte du 15 mars au 3 octobre 2020
- Versements prévus en avril 2020
- Il faut avoir gagné au moins 5 000\$ en 2019 ou au cours des 12 derniers mois.
- Il faudra démontrer qu'on ne touche absolument aucun revenu pendant une période minimale de 14 jours consécutifs à l'intérieur de chaque tranche de quatre semaines.

Qui est admissible?

- Toutes les catégories de travailleurs qui doivent cesser de travailler en raison de la COVID-19 **et qui n'ont pas accès à un congé payé ou à une autre forme de soutien du revenu;**
- Les travailleurs qui sont malades, qui sont mis en quarantaine ou qui prennent soin d'une personne malade atteinte de la COVID-19;
- Les parents travailleurs qui doivent rester à la maison sans salaire pour s'occuper d'enfants qui sont malades ou qui ont besoin de soins supplémentaires en raison des fermetures d'écoles et de garderies;
- Les travailleurs qui ont encore leur emploi, mais qui ne sont pas payés parce qu'il n'y a pas suffisamment de travail en ce moment et que leur employeur leur a demandé de ne pas venir travailler;
- Salariés et travailleurs autonomes, y compris les travailleurs à contrat, qui ne seraient pas admissibles par ailleurs à l'assurance-emploi;
- Les étudiants de 15 ans et plus qui ont gagné au moins 5 000\$ l'année précédente;
- Les citoyens étrangers qui ont obtenu un Programme vacances-travail (PVT) sont admissibles.

Comment faire pour m'inscrire?

- Le gouvernement vise la semaine du 6 avril 2020 pour mettre disponible une plateforme en ligne et une ligne téléphonique automatisée pour s'inscrire. Informations à venir.

- Préparez-vous à demander la prestation canadienne d'urgence en vous créant un compte « Mon dossier », à l'ARC ou un compte « Mon dossier Service Canada ». Visitez www.canada.ca/fr/agence-revenu.html

Pour plus d'informations sur ce programme et pour voir l'ensemble de l'aide apportée par le gouvernement du Canada :
<https://www.canada.ca/fr/ministere-finances/plan-intervention-economique/covid19-particuliers.html>

Demandes de renseignements généraux (gouvernement du Canada) :
Par téléphone : 613 369-3710
Par courriel : fin.financepublic-financepublique.fin@canada.ca

Programme d'aide temporaire aux travailleurs (PATT)

Qui est admissible?

- Le programme est destiné à offrir une aide financière pour répondre aux besoins des travailleurs qui, en raison d'un isolement pour contrer la propagation du virus COVID-19, ne peuvent gagner en totalité leur revenu de travail **et qui ne sont pas admissibles à un autre programme d'aide financière.**

Pour plus d'informations ou pour vous inscrire :

<https://www.quebec.ca/famille-et-soutien-aux-personnes/aide-financiere/programme-aide-temporaire-aux-travailleurs/>

****Un participant qui reçoit présentement une allocation d'aide à l'emploi n'est visé par aucun de ces programmes (PCU et PATT).** Nous ne pouvons empêcher un citoyen de faire une telle demande, mais il devra être avisé que s'il le fait, nous allons considérer qu'il abandonne sa participation et que la reprise sera réévaluée ultérieurement.

Autres informations utiles pour alléger votre fardeau financier

Plusieurs **institutions financières** ont mis en place des mesures d'allègement de paiements aux particuliers et entreprises. Informez-vous auprès de la vôtre.

Report du remboursement de la dette d'études

En raison de la COVID-19, le gouvernement reporte le remboursement de la dette d'études, ce qui signifie que durant les six prochains mois, vous n'aurez aucun paiement à faire. De plus, aucun intérêt ne sera cumulé ou ajouté à votre dette. Vous n'avez aucune démarche à faire pour que le report s'applique. La mesure vise

toute la clientèle de l'Aide financière aux études, y compris les personnes en situation de recouvrement.

Allocation canadienne pour enfants

Le gouvernement du Canada versera 300 \$ de plus par enfant par l'intermédiaire de l'**Allocation canadienne pour enfants** (ACE) pour 2019-2020. Cela signifie environ 550 \$ de plus pour une famille moyenne.

Les clients d'**Hydro Québec** qui prévoient avoir de la difficulté à payer leur facture peuvent prendre un arrangement dès maintenant au 1-888-385-7252.

Taxation municipale

Afin d'alléger le fardeau financier de ses citoyens, plusieurs villes de la MRC de Portneuf ont reporté la date limite du versement du compte de taxes prévu pour le 31 mars prochain. Informez-vous auprès de votre ville par téléphone ou Internet.

La date limite pour produire et transmettre les **déclarations de revenus** est reportée au 1^{er} juin 2020

Aide alimentaire

Service d'entraide Portneuf Champlain (Banque alimentaire du comté)

Personne référence : Claude Frenette - 418 262-2736

Les élèves doivent être référés par nous. On doit les aviser si l'élève quitte l'école.

Ils peuvent offrir une carte de bon alimentaire d'une épicerie près de leur domicile : Maxi, Métro, etc. Ils proposent de leur envoyer par la poste.

Les élèves ont un mois pour utiliser le montant sur la carte. La carte se renouvelle automatiquement le 1^{er} de chaque mois (pour 12 mois).

Informations à fournir sur les élèves référés : Nom, prénom, adresse, nombre de personnes dans la famille ***si l'élève est le parent***.

Autres services offerts :

- Service d'entraide
- Aide pour l'achat de fournitures scolaires
- Soutien financier pour retour aux études et études à l'extérieur
- Hébergement temporaire (moins de trois mois)

Aide / support psychologique

Info-social

Service de consultation téléphonique gratuit et confidentiel avec un travailleur social lors de situation difficile (anxiété, deuil, perte d'autonomie d'un proche, santé mentale, crise familiale, victime d'abus/violence, inquiétudes pour un proche, dépendance, autres, 24 heures par jour.

Par téléphone : 811, poste 2

Jeunesse J'écoute

Si tu as besoin de soutien sans te sentir jugé, tu peux les rejoindre de façon confidentielle en tout temps. Leur site contient plusieurs articles et outils forts intéressants.

Site web : <https://jeunessejecoute.ca>

Par téléphone : 1 800 668-6868

Par texto : envoie PARLER au 686868

Par clavardage (à partir de leur site)

Tel-jeunes

Si tu as envie de discuter avec des intervenant(e)s qualifié(e)s afin d'y voir plus clair. Leur site contient plusieurs articles sur des sujets d'actualité qui touchent les jeunes.

Site web : www.teljeunes.com

Par téléphone : 1 800 263-2266 (en tout temps)

Par texto : 514 600-1002 (entre 8:00 et 22 :30)

Par clavardage ou courriel à partir de leur site

LigneParents

Si tu as besoin de soutien dans ton rôle de parents, que tu as des questions ou que tu as juste besoin d'en parler.

Site web : www.ligneparents.com

Par téléphone : 1 800 361-5085 (en tout temps)

Centre de prévention suicide (organisme l'Arc-en-ciel de Donnacona)

Si tu as de la difficulté à y voir clair, que tu as des idées suicidaires ou que tu t'inquiètes pour un proche.

Site web : <https://www.cpsquebec.ca>

Par téléphone : 1 866 APPELLE (1 866 277-3553)

Centre de crise de Québec

Si toi ou un de tes proches vis un moment difficile; que tu ressens le besoin d'en parler ou que tu aimerais être accompagné.

Par téléphone : 418 688-4240 (en tout temps)

La maison du printemps (CRDI La Triade)

Si tu n'as plus d'endroit où te loger et que tu es en détresse psychologique, la maison du printemps peut t'offrir de l'hébergement temporaire selon ta situation.

Par téléphone : 418 283-0587

Maison Mirépi

Service d'écoute téléphonique seulement dans le contexte de la crise du Covid-19 :

☎ 418 337-4811 ou ☎ 1 800 361-4811

Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de la Capitale-Nationale (CIUSSS) *Anciennement le CLSC

Pour être référé au bon service de santé ou social selon votre besoin.

- Donnacona : 418 285-2626 poste 4917
- Saint-Marc-des-Carières : 418-268-3571 poste 6255
- Pont-Rouge : 418 873 6062 poste 8223
- Saint-Raymond : 418 337-4611 poste 2452

Clinique médicale Donnacona

Clinique sans rendez-vous; appelez à partir de 5h15 le matin même.

Par téléphone : 1 855 852-4558

Tel-aide

Si tu vis de la solitude, de l'angoisse, du stress au travail, des relations difficiles. Si tu souffres de dépendances, que tu subis de la violence ou vis des pertes dans ta vie. Pour trouver une ressource qui correspond à ta situation, consulte leur site web.

Site web : <http://www.telaide.org>

Narcotique anonyme

Si ta consommation de drogue ou celle d'un proche t'inquiète.

Site web : <https://naquebec.org>

Par téléphone : 1 800 879-0333 ou 1 855 544-6362

Alcoolique anonyme

Si ta consommation d'alcool ou celle d'un proche t'inquiète.

Site web : <https://aa-quebec.org>

Par téléphone : 418-529-0015

Deuil Portneuf

Groupe de personnes endeuillées

Par téléphone : 418 337-6166

Direction de la protection de la jeunesse (DPJ)

Si tu crois qu'un enfant est maltraité, négligé ou manifeste des troubles de comportements sérieux, tu peux le signaler à la DPJ.

Site web : <http://www.cdpedj.qc.ca/>

Par téléphone : 1 800 567 8520

Autres liens intéressants

Service 211

Information sur les services communautaires, publics et parapublics dans la Capitale-Nationale et la Chaudière-Appalaches

Site web : <http://www.211quebecregions.ca>

Par téléphone : 211

Ministère de l'éducation

Les élèves, les parents, les enseignants et le personnel scolaire sont invités à consulter régulièrement cette page pour obtenir toute l'information concernant le coronavirus (COVID-19) et les réseaux de l'éducation, de l'enseignement supérieur, du loisir et du sport.

Site web : <http://www.education.gouv.qc.ca/coronavirus>

Auto-évaluation COVID-19

Si tu penses avoir des symptômes du virus Covid-19, tu peux faire une auto-évaluation en ligne sur le site de Santé Canada.

Site web : <https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/maladies/maladie-coronavirus-covid-19.html>

Info COVID 19

Si tu as des questions à propos du virus ou que tu présentes des symptômes comme de la toux ou de la fièvre. Pour avoir des informations générales du gouvernement du Québec.

Par téléphone : 1 877 644-4545

Site web : <https://www.quebec.ca/sante/problemes-de-sante/a-z/informations-generales-sur-le-coronavirus/>

Gouvernement du Québec – Coronavirus

Pour avoir les informations juste sur la situation entourant le Covid-19 et pour rester attentif aux avis et consignes du gouvernement.

Site web : <http://Quebec.ca/coronavirus>

Guide d'auto soins – Covid-19

Ce que tu dois savoir et faire pour protéger ta santé et la santé des autres.

Site web : https://cdn-contenu.quebec.ca/cdn-contenu/sante/documents/Problemes_de_sante/19-210-30FA_Guide-autosoins_francais.pdf?1584985897

Commerces qui font la livraison

Épiceries

Maxi (Donnacona) (Pas de livraison. On peut commander et aller chercher.)	☎ 418 285-5101
Métro (Donnacona)	☎ 418 285-3011
IGA (Pont-Rouge) (pour les gens de Pont-Rouge seulement)	☎ 418 873-2415
Tradition (Saint-Basile)	☎ 418 329-2224
Provigo (Saint-Raymond) (par le site de PC Express)	☎ 418 337-2278
Métro (Saint-Raymond) (mardi et jeudi - appeler avant 15h la veille)	☎ 418 337-6781

Pharmacies

Familiprix (Neuville)	☎ 418 876-2728
Brunet (Donnacona)	☎ 418 285-3344
Clini Plus (Donnacona)	☎ 418 285-4747
Jean Coutu (Donnacona)	☎ 418 285-3131
Proxim (Cap-Santé)	☎ 418 285-2000
Jean-Coutu (Pont Rouge)	☎ 418 873-4259
Familiprix (Pont-Rouge)	☎ 418 873-2140
Familiprix (Saint-Basile)	☎ 418 329-3193
Jean Coutu (Saint-Raymond)	☎ 418 337-3030
Uniprix (Saint-Raymond)	☎ 418 337-2238

COVID-19

Ouest de Portneuf

Est-ce nécessaire
de sortir?



Entreprises qui
font la
livraison :

PHARMACIES

Familiprix, Saint-Marc-des-Carières	418 268-5326
Jean Coutu, Saint-Marc-des-Carières	418 268-3545
Familiprix , Portneuf	418 286-3301
Brunet, Saint-Casimir	418 339-3456
Familiprix, Saint-Ubalde	418 277-2500

Vanessa Richer

Travailleuse de milieu auprès des aînés

418 284-2693

Alimentation

Méto, Saint-Marc-des-Carières	418 268-3212
Marché Richelieu, Saint-Casimir	418 339-2930
L'intermarché, Saint-Ubalde	418 277-2215
L'intermarché, Portneuf	418 286-6746
Alimentation Du Sablon, Saint-Alban	418 268-3228
Magasin Général Paré, Deschambault	418 286-3133
Boulangerie Soleil levain, Deschambault	418 326-7246
Fromagerie des Grondines, Grondines	418 268-4969
Julie Vachon Chocolats, Deschambault	418 286-6698
Pop dépanneur communautaire, Grondines	418 268-3268
Normandin, Deschambault	418 286-6733
Bravo pizzeria, Saint-Marc-des-Carières	418 268-6556
Casse-croûte l'Express, Saint-Marc-des-Carières	418 268-5604
Concept Gourmet, Saint-Marc-des-Carières	418 285-7251
Pizzeria Paquet, Portneuf	418 286-4531
Resto gare de Portneuf (à partir de 16 h)	418 286-3709
La Ruche Voisine, Saint-Casimir	418 455-2899

Sans livraison

Aliments Portneuf, Saint-Marc-des-Carières	418 268-5771
Aliments Portneuf, Portneuf	418 286-3121
Sélection du Pâtissier, Portneuf	418 286-3400

Gérer le stress durant COVID-19



C'est normal de se sentir triste, stressé, désorienté, en colère ou effrayé lors d'une crise.

Parler à quelqu'un en qui vous avez confiance peut vous aider. Contactez vos amis et votre famille.



Vérifiez ce dont vous entendez parler sur le Coronavirus.

Tenez-vous informés et à jour ; utilisez des sources de confiance comme les autorités sanitaires, l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS), ou la Croix-Rouge.



Pas d'inquiétude ni d'agitation inutiles !

Réduisez le temps que vous et votre famille passez à lire ou à regarder des informations que vous trouvez pénibles.



Utilisez les techniques qui ont déjà marché pour vous lors d'événements passés.

Utilisez ces compétences pour vous aider à gérer vos émotions durant cette épidémie.



Si vous devez rester à la maison, maintenez un mode de vie sain.

Des repas équilibrés, un bon sommeil, de l'exercice et un contact social avec votre famille et vos amis à la maison et à distance.



Gérez sainement toutes vos émotions.

Si vous vous sentez submergé, parlez-en à un professionnel de santé. Il vous orientera vers un soutien psychologique ou médical en fonction de vos besoins.

Source: OMS

RESSOURCES ALIMENTAIRES PORTNEUF/COVID-19



BOTTIN TÉLÉPHONIQUE À LA FIN



CAP-SANTÉ

COMITÉ SOS CAP-SANTÉ

DISTRIBUTION DE BONS ALIMENTAIRES

ENTRAIDE COMMUNAUTAIRE LE HALO

POPOTE ROULANTE UNE FOIS PAR SEMAINE / PROCHAINE LIVRAISON LE 31 MARS

AIDE À DOMICILE INCLUANT LA PRÉPARATION DE REPAS

SERVICE GRATUIT DE COMMISSION POUR LES PERSONNES EN QUARANTAINE OU À RISQUE

SERVICE D'ENTRAIDE PORTNEUF - CHAMPLAIN

DISTRIBUTION DE BONS ALIMENTAIRES *POUR LES MEMBRES DÉJÀ INSCRITS

CERF-VOLANT DE PORTNEUF

DISTRIBUTION DE MOISSON QUÉBEC / 20 AVRIL

***POUR LA CLIENTÈLE DES CUISINES COLLECTIVES**

L'ARC-EN-CIEL, ORGANISME COMMUNAUTAIRE EN SANTÉ MENTALE DE PORTNEUF

DISTRIBUTION DE MOISSON QUÉBEC / DATE À DÉTERMINER

***POUR LA CLIENTÈLE DES CUISINES COLLECTIVES**

CARREFOUR F.M. PORTNEUF

DÉPANNAGE ALIMENTAIRE D'URGENCE

PONT-ROUGE

ENTRAIDE COMMUNAUTAIRE LE HALO

**POPOTE ROULANTE UNE FOIS PAR SEMAINE / PROCHAINE LIVRAISON LE 31 MARS
AIDE À DOMICILE INCLUANT LA PRÉPARATION DE REPAS
SERVICE GRATUIT DE COMMISSION POUR LES PERSONNES EN QUARANTAINE
OU À RISQUE**

SERVICE D'ENTRAIDE PORTNEUF - CHAMPLAIN

DISTRIBUTION DE BONS ALIMENTAIRES *POUR LES MEMBRES DÉJÀ INSCRITS

SOCIÉTÉ ST-VINCENT DE PAUL DE PONT-ROUGE

DISTRIBUTION DE BONS ALIMENTAIRES / 14 & 15 AVRIL

CERF-VOLANT DE PORTNEUF

**DISTRIBUTION DE MOISSON QUÉBEC / 20 AVRIL
*POUR LA CLIENTÈLE DES CUISINES COLLECTIVES**

L'ARC-EN-CIEL, ORGANISME COMMUNAUTAIRE EN SANTÉ MENTALE DE PORTNEUF

**DISTRIBUTION DE MOISSON QUÉBEC / DATE À DÉTERMINER
*POUR LA CLIENTÈLE DES CUISINES COLLECTIVES**

CARREFOUR F.M. PORTNEUF

DÉPANNAGE ALIMENTAIRE D'URGENCE





DONNACONA

ENTRAIDE COMMUNAUTAIRE LE HALO

POPOTE ROULANTE UNE FOIS PAR SEMAINE / PROCHAINE LIVRAISON LE 31 MARS

AIDE À DOMICILE INCLUANT LA PRÉPARATION DE REPAS

**SERVICE GRATUIT DE COMMISSION POUR LES PERSONNES EN
QUARANTAINE OU À RISQUE**

SERVICE D'ENTRAIDE PORTNEUF - CHAMPLAIN

DISTRIBUTION DE BONS ALIMENTAIRES *POUR LES MEMBRES DÉJÀ INSCRITS

CARREFOUR F.M. PORTNEUF

DISTRIBUTION DE MOISSON QUÉBEC / 20 AVRIL

***POUR LA CLIENTÈLE DES CUISINES COLLECTIVES**

DÉPANNAGE D'URGENCE DE DERNIER RECOURS

SOCIÉTÉ ST-VINCENT DE PAUL DE DONNACONA

FRIGO LIBRE-SERVICE (DEVANT L'ÉGLISE)

AIDE ALIMENTAIRE D'URGENCE

CERF-VOLANT DE PORTNEUF

DISTRIBUTION DE MOISSON QUÉBEC / 20 AVRIL

***POUR LA CLIENTÈLE DES CUISINES COLLECTIVES**

L'ARC-EN-CIEL, ORGANISME COMMUNAUTAIRE EN SANTÉ MENTALE DE PORTNEUF

DISTRIBUTION DE MOISSON QUÉBEC / DATE À DÉTERMINER

***POUR LA CLIENTÈLE DES CUISINES COLLECTIVES**



DESCHAMBAULT-GRONDINES

ENTRAIDE COMMUNAUTAIRE LE HALO

POPOTE ROULANTE UNE FOIS PAR SEMAINE / PROCHAINE LIVRAISON LE 31 MARS
AIDE À DOMICILE INCLUANT LA PRÉPARATION DE REPAS
SERVICE GRATUIT DE COMMISSION POUR LES PERSONNES EN QUARANTAINE OU
À RISQUE

SERVICE D'ENTRAIDE PORTNEUF - CHAMPLAIN

DISTRIBUTION DE BONS ALIMENTAIRES *POUR LES MEMBRES DÉJÀ INSCRITS

COMITÉ D'AIDE DESCHAMBAULT-GRONDINES

DÉPANNAGE ALIMENTAIRE D'URGENCE / CONTACTER LE 418 285-7797

COLLATION-SANTÉ-PORTNEUF

DISTRIBUTION / 7 AVRIL *POUR LES ÉLÈVES INSCRITS

CERF-VOLANT DE PORTNEUF

DISTRIBUTION DE MOISSON QUÉBEC / 20 AVRIL
*POUR LA CLIENTÈLE DES CUISINES COLLECTIVES

L'ARC-EN-CIEL, ORGANISME COMMUNAUTAIRE EN SANTÉ MENTALE DE PORTNEUF

DISTRIBUTION DE MOISSON QUÉBEC / DATE À DÉTERMINER
*POUR LA CLIENTÈLE DES CUISINES COLLECTIVES

CARREFOUR F.M. PORTNEUF

DISTRIBUTION DE MOISSON QUÉBEC / 14 AVRIL
*POUR LA CLIENTÈLE DES CUISINES COLLECTIVES
DÉPANNAGE ALIMENTAIRE D'URGENCE

NEUVILLE

ENTRAIDE COMMUNAUTAIRE LE HALO

POPOTE ROULANTE UNE FOIS PAR SEMAINE / PROCHAINE LIVRAISON LE 31 MARS
AIDE À DOMICILE INCLUANT LA PRÉPARATION DE REPAS
SERVICE GRATUIT DE COMMISSION POUR LES PERSONNES EN QUARANTAINE
OU À RISQUE

SERVICE D'ENTRAIDE PORTNEUF - CHAMPLAIN

DISTRIBUTION DE BONS ALIMENTAIRES *POUR LES MEMBRES DÉJÀ INSCRITS

SOCIÉTÉ SAINT-VINCENT DE PAUL DE NEUVILLE

AIDE ALIMENTAIRE RÉGULIÈRE / CHAQUE VENDREDI
*APPELER LE VENDREDI DE 10H À MIDI AU 418 909-0565

CERF-VOLANT DE PORTNEUF

DISTRIBUTION DE MOISSON QUÉBEC / 20 AVRIL
*POUR LA CLIENTÈLE DES CUISINES COLLECTIVES

L'ARC-EN-CIEL, ORGANISME COMMUNAUTAIRE EN SANTÉ MENTALE DE PORTNEUF

DISTRIBUTION DE MOISSON QUÉBEC / DATE À DÉTERMINER
*POUR LA CLIENTÈLE DES CUISINES COLLECTIVES

CARREFOUR F.M. PORTNEUF

DÉPANNAGE ALIMENTAIRE D'URGENCE

PORTNEUF

ENTRAIDE COMMUNAUTAIRE LE HALO

POPOTE ROULANTE UNE FOIS PAR SEMAINE / PROCHAINE LIVRAISON LE 31 MARS
AIDE À DOMICILE INCLUANT LA PRÉPARATION DE REPAS
SERVICE GRATUIT DE COMMISSION POUR LES PERSONNES EN
QUARANTAINE OU À RISQUE

SERVICE D'ENTRAIDE PORTNEUF - CHAMPLAIN

DISTRIBUTION DE BONS ALIMENTAIRES *POUR LES MEMBRES DÉJÀ INSCRITS

SOCIÉTÉ SAINT-VINCENT-DE-PAUL PORTNEUF

DISTRIBUTION DE BONS ALIMENTAIRES

COLLATION-SANTÉ-PORTNEUF

DISTRIBUTION / 8 AVRIL *POUR LES ÉLÈVES INSCRITS

CERF-VOLANT DE PORTNEUF

DISTRIBUTION DE MOISSON QUÉBEC / 20 AVRIL
*POUR LA CLIENTÈLE DES CUISINES COLLECTIVES

L'ARC-EN-CIEL, ORGANISME COMMUNAUTAIRE EN SANTÉ MENTALE DE PORTNEUF

DISTRIBUTION DE MOISSON QUÉBEC / DATE À DÉTERMINER
*POUR LA CLIENTÈLE DES CUISINES COLLECTIVES

CARREFOUR F.M. PORTNEUF

DÉPANNAGE ALIMENTAIRE D'URGENCE



RIVIÈRE-À-PIERRE

SERVICE D'ENTRAIDE PORTNEUF - CHAMPLAIN
DISTRIBUTION DE BONS ALIMENTAIRES *POUR LES MEMBRES DÉJÀ INSCRITS

COOPÉRATIVE ALIMENTAIRE RIVIÈRE-À-PIERRE
SERVICE DE LIVRAISON / MARDI APRÈS-MIDI
SUR COMMANDE DE 25\$ ET PLUS / RÉSERVATION SUR APPEL LE LUNDI

CERF-VOLANT DE PORTNEUF
DISTRIBUTION DE MOISSON QUÉBEC / 20 AVRIL
*POUR LA CLIENTÈLE DES CUISINES COLLECTIVES

L'ARC-EN-CIEL, ORGANISME COMMUNAUTAIRE EN SANTÉ MENTALE DE PORTNEUF
DISTRIBUTION DE MOISSON QUÉBEC / DATE À DÉTERMINER
*POUR LA CLIENTÈLE DES CUISINES COLLECTIVES

CARREFOUR F.M. PORTNEUF
DISTRIBUTION DE MOISSON QUÉBEC / 31 MARS & 6 AVRIL
*POUR LA CLIENTÈLE DES CUISINES COLLECTIVES
DÉPANNAGE ALIMENTAIRE D'URGENCE

S.O.S ACCUEIL DE SAINT-RAYMOND
AIDE ALIMENTAIRE D'URGENCE / LE MERCREDI



SAINT-ALBAN

ENTRAIDE COMMUNAUTAIRE LE HALO

POPOTE ROULANTE UNE FOIS PAR SEMAINE / PROCHAINE LIVRAISON LE 31 MARS
AIDE À DOMICILE INCLUANT LA PRÉPARATION DE REPAS
SERVICE GRATUIT DE COMMISSION POUR LES PERSONNES EN QUARANTAINE
OU À RISQUE

SERVICE D'ENTRAIDE PORTNEUF - CHAMPLAIN

DISTRIBUTION DE BONS ALIMENTAIRES *POUR LES MEMBRES DÉJÀ INSCRITS

NOËL DU PAUVRE À ST-ALBAN

AIDE ALIMENTAIRE D'URGENCE

*DISTRIBUTION DE BONS ALIMENTAIRES SEULEMENT

CERF-VOLANT DE PORTNEUF

DISTRIBUTION DE MOISSON QUÉBEC / 20 AVRIL

*POUR LA CLIENTÈLE DES CUISINES COLLECTIVES

L'ARC-EN-CIEL, ORGANISME COMMUNAUTAIRE EN SANTÉ MENTALE DE PORTNEUF

DISTRIBUTION DE MOISSON QUÉBEC / DATE À DÉTERMINER

*POUR LA CLIENTÈLE DES CUISINES COLLECTIVES

CARREFOUR F.M. PORTNEUF

DISTRIBUTION MOISSON QUÉBEC / 14 AVRIL *POUR LA CLIENTÈLE DES
CUISINES COLLECTIVES

DÉPANNAGE ALIMENTAIRE

COLLATION-SANTÉ-PORTNEUF

DISTRIBUTION / 7 AVRIL *POUR LES ÉLÈVES INSCRITS

ST-CASIMIR / ST-GILBERT / ST-THURIBE

ENTRAIDE COMMUNAUTAIRE LE HALO

**POPOTE ROULANTE UNE FOIS PAR SEMAINE / PROCHAINE LIVRAISON LE 31 MARS
AIDE À DOMICILE INCLUANT LA PRÉPARATION DE REPAS
SERVICE GRATUIT DE COMMISSION POUR LES PERSONNES EN QUARANTAINE
OU À RISQUE**

SERVICE D'ENTRAIDE PORTNEUF - CHAMPLAIN

DISTRIBUTION DE BONS ALIMENTAIRES *POUR LES MEMBRES DÉJÀ INSCRITS

COLLATION SANTÉ PORTNEUF

DISTRIBUTION / 7 AVRIL

CERF-VOLANT DE PORTNEUF

**DISTRIBUTION DE MOISSON QUÉBEC / 20 AVRIL
*POUR LA CLIENTÈLE DES CUISINES COLLECTIVES**

L'ARC-EN-CIEL, ORGANISME COMMUNAUTAIRE EN SANTÉ MENTALE DE PORTNEUF

**DISTRIBUTION DE MOISSON QUÉBEC / DATE À DÉTERMINER
*POUR LA CLIENTÈLE DES CUISINES COLLECTIVES**

SOCIÉTÉ ST-VINCENT DE PAUL DE ST-MARC

**DISTRIBUTION ALIMENTAIRE / 7 AVRIL
DÉPANNAGE ALIMENTAIRE D'URGENCE**

CARREFOUR F.M. PORTNEUF

**DISTRIBUTION MOISSON QUÉBEC / 14 AVRIL
*POUR LA CLIENTÈLE DES CUISINES COLLECTIVES
DÉPANNAGE ALIMENTAIRE D'URGENCE**

SAINT-MARC DES CARRIÈRES

ENTRAIDE COMMUNAUTAIRE LE HALO

POPOTE ROULANTE UNE FOIS PAR SEMAINE / PROCHAINE LIVRAISON LE 31 MARS
AIDE À DOMICILE INCLUANT LA PRÉPARATION DE REPAS
SERVICE GRATUIT DE COMMISSION POUR LES PERSONNES EN QUARANTAINE
OU À RISQUE

SERVICE D'ENTRAIDE PORTNEUF - CHAMPLAIN

DISTRIBUTION DE BONS ALIMENTAIRES *POUR LES MEMBRES DÉJÀ INSCRITS

COLLATION-SANTÉ-PORTNEUF

DISTRIBUTION / 7 AVRIL *POUR LES ÉLÈVES DÉJÀ INSCRITS

CARREFOUR F.M. PORTNEUF

DISTRIBUTION DE MOISSON QUÉBEC / 14 AVRIL
*POUR LA CLIENTÈLE DES CUISINES COLLECTIVES
DÉPANNAGE ALIMENTAIRE D'URGENCE

SOCIÉTÉ ST-VINCENT DE PAUL DE SAINT-MARC DES CARRIÈRES

DISTRIBUTION / 7 AVRIL
DÉPANNAGE ALIMENTAIRE D'URGENCE

CERF-VOLANT DE PORTNEUF

DISTRIBUTION DE MOISSON QUÉBEC / 20 AVRIL
*POUR LA CLIENTÈLE DES CUISINES COLLECTIVES

L'ARC-EN-CIEL, ORGANISME COMMUNAUTAIRE EN SANTÉ MENTALE DE PORTNEUF

DISTRIBUTION DE MOISSON QUÉBEC / DATE À DÉTERMINER
*POUR LA CLIENTÈLE DES CUISINES COLLECTIVES

SAINT-RAYMOND

SERVICE D'ENTRAIDE PORTNEUF - CHAMPLAIN
DISTRIBUTION DE BONS ALIMENTAIRES *POUR LES MEMBRES DÉJÀ INSCRITS

COMITÉ VAS-Y
LIVRAISON DE REPAS ET D'ÉPICERIE À DOMICILE / LES MARDIS & VENDREDIS

CERF-VOLANT DE PORTNEUF
DISTRIBUTION DE MOISSON QUÉBEC / 20 AVRIL
*POUR LA CLIENTÈLE DES CUISINES COLLECTIVES

S.O.S. ACCUEIL DE ST-RAYMOND
AIDE ALIMENTAIRE D'URGENCE / MERCREDI

L'ARC-EN-CIEL, ORGANISME COMMUNAUTAIRE EN SANTÉ MENTALE DE PORTNEUF
DISTRIBUTION DE MOISSON QUÉBEC / DATE À DÉTERMINER
*POUR LA CLIENTÈLE DES CUISINES COLLECTIVES

CARREFOUR F.M. PORTNEUF
DISTRIBUTION DE MOISSON QUÉBEC / 31 MARS & 6 AVRIL
*À LA CLIENTÈLE DES CUISINES COLLECTIVES
DÉPANNAGE ALIMENTAIRE D'URGENCE





**SAINTE-CHRISTINE-D'AUVERGNE
SAINT-LÉONARD-DE-PORTNEUF**

SERVICE D'ENTRAIDE PORTNEUF - CHAMPLAIN
DISTRIBUTION DE BONS ALIMENTAIRES *POUR LES MEMBRES DÉJÀ INSCRITS

COMITÉ VAS-Y
LIVRAISON DE REPAS ET D'ÉPICERIE À DOMICILE / LES MARDIS & VENDREDIS

CERF-VOLANT DE PORTNEUF
DISTRIBUTION DE MOISSON QUÉBEC / 20 AVRIL
*POUR LA CLIENTÈLE DES CUISINES COLLECTIVES

L'ARC-EN-CIEL, ORGANISME COMMUNAUTAIRE EN SANTÉ MENTALE DE PORTNEUF
DISTRIBUTION DE MOISSON QUÉBEC / DATE À DÉTERMINER
*POUR LA CLIENTÈLE DES CUISINES COLLECTIVES

SOS ACCUEIL
AIDE ALIMENTAIRE / LE MERCREDI

CARREFOUR F.M. PORTNEUF
DISTRIBUTION DE MOISSON QUÉBEC / 31 MARS & 6 AVRIL
*À LA CLIENTÈLE DES CUISINES COLLECTIVES
DÉPANNAGE ALIMENTAIRE D'URGENCE



ST-BASILE

ENTRAIDE COMMUNAUTAIRE LE HALO

**POPOTE ROULANTE UNE FOIS PAR SEMAINE / PROCHAINE LIVRAISON LE 31 MARS
AIDE À DOMICILE INCLUANT LA PRÉPARATION DE REPAS
SERVICE GRATUIT DE COMMISSION POUR LES PERSONNES EN QUARANTAINE
OU À RISQUE**

SERVICE D'ENTRAIDE PORTNEUF - CHAMPLAIN

DISTRIBUTION DE BONS ALIMENTAIRES *POUR LES MEMBRES DÉJÀ INSCRITS

COLLATION SANTÉ PORTNEUF

DISTRIBUTION SOUS FORME DE BONS ALIMENTAIRES / 16 AVRIL

CERF-VOLANT DE PORTNEUF

**DISTRIBUTION DE MOISSON QUÉBEC / 20 AVRIL
*POUR LA CLIENTÈLE DES CUISINES COLLECTIVES**

SERVICE D'ENTRAIDE ST-BASILE

**DISTRIBUTION ALIMENTAIRE / 16 AVRIL
*BONS ALIMENTAIRES DONNÉS À L'ÉPICERIE**

L'ARC-EN-CIEL, ORGANISME COMMUNAUTAIRE EN SANTÉ MENTALE DE PORTNEUF

**DISTRIBUTION DE MOISSON QUÉBEC / DATE À DÉTERMINER
*POUR LA CLIENTÈLE DES CUISINES COLLECTIVES**

CARREFOUR F.M. PORTNEUF

**DISTRIBUTION DE MOISSON QUÉBEC / 31 MARS & 6 AVRIL
*À LA CLIENTÈLE DES CUISINES COLLECTIVES
DÉPANNAGE ALIMENTAIRE D'URGENCE**

ST-UBALDE

ENTRAIDE COMMUNAUTAIRE LE HALO

**POPOTE ROULANTE UNE FOIS PAR SEMAINE / PROCHAINE LIVRAISON LE 31 MARS
AIDE À DOMICILE INCLUANT LA PRÉPARATION DE REPAS
SERVICE GRATUIT DE COMMISSION POUR LES PERSONNES EN QUARANTAINE
OU À RISQUE**

SERVICE D'ENTRAIDE PORTNEUF - CHAMPLAIN

DISTRIBUTION DE BONS ALIMENTAIRES *POUR LES MEMBRES DÉJÀ INSCRITS

CERF-VOLANT DE PORTNEUF

**DISTRIBUTION DE MOISSON QUÉBEC / 20 AVRIL
*POUR LA CLIENTÈLE DES CUISINES COLLECTIVES**

NOËL DU COEUR DE ST-UBALDE

**AIDE ALIMENTAIRE D'UGENCE
DISTRIBUTION DE BONS ALIMENTAIRES SEULEMENT**

L'ARC-EN-CIEL, ORGANISME COMMUNAUTAIRE EN SANTÉ MENTALE DE PORTNEUF

**DISTRIBUTION DE MOISSON QUÉBEC / DATE À DÉTERMINER
*POUR LA CLIENTÈLE DES CUISINES COLLECTIVES**

CARREFOUR F.M. PORTNEUF

**DISTRIBUTION DE MOISSON QUÉBEC / 14 AVRIL
*À LA CLIENTÈLE DES CUISINES COLLECTIVES
DÉPANNAGE ALIMENTAIRE D'URGENCE**

SOCIÉTÉ SAINT-VINCENT DE PAUL DE ST-MARC-DES-CARRIÈRES

**AIDE ALIMENTAIRE / 7 AVRIL
DÉPANNAGE ALIMENTAIRE D'URGENCE**

POUR JOINDRE LES ORGANISMES

CARREFOUR F.M. PORTNEUF	418-337-3704
CERF-VOLANT DE PORTNEUF	418-873-4557
COMITÉ VAS-Y	418-337-4454
COLLATION SANTÉ PORTNEUF	418-283-3022
COOPÉRATIVE ALIMENTAIRE RIVIÈRE-À-PIERRE	418-323-0101
COMITÉ SOS CAP-SANTÉ	418-284-2454
ENTRAIDE COMMUNAUTAIRE LE HALO	418-285-2935
NOËL DU COEUR DE ST-UBALDE	418-277-2319
NOËL DU PAUVRE DE ST-ALBAN	418-268-8328
SERVICE D'ENTRAIDE PORTNEUF-CHAMPLAIN	418-262-2736
SERVICE D'ENTRAIDE ST-BASILE	418-329-2835
SOCIÉTÉ ST-VINCENT-DE-PAUL DE ST-MARC-DES-CARRIÈRES	418-510-9111
SOCIÉTÉ ST-VINCENT-DE-PAUL DE DONNACONA	418 808-7576
SOCIÉTÉ ST-VINCENT-DE-PAUL DE PONT-ROUGE	418-873-1277
SOCIÉTÉ ST-VINCENT-DE-PAUL DE NEUVILLE	418-520-3071
SOCIÉTÉ ST-VINCENT-DE-PAUL DE PORTNEUF	418-283-6140
SOS ACCUEIL ST-RAYMOND	418-337-6883
L'ARC-EN-CIEL, ORGANISME COMMUNAUTAIRE EN SANTÉ MENTALE	418-285-9302