

### AIDE-MÉMOIRE DES RESSOURCES<sup>1</sup>

Services	Organismes	Coordonnées 
<b>Dépannage alimentaire</b>	⇒ Soupe au bouton	⇒ 418 358-6001 (L'Islet)
	⇒ Centre d'entraide familiale de la MRC de Montmagny	⇒ 418 469-3988 (Montmagny-Sud)
	⇒ Maison de Secours La Frontière	⇒ 418 248-7133 (Montmagny-Nord)
<b>Cuisine collective</b>	⇒ Centre-Femmes La Jardilec	⇒ 418 598-9677
	⇒ Maison de la Famille de la MRC de L'Islet	⇒ 418 356-3737 (L'Islet-Sud)
	⇒ Centre d'entraide familiale de la MRC de Montmagny	⇒ 418 469-3988 (Montmagny-Sud)
	⇒ Soupe au bouton	⇒ 418 358-6001 (Montmagny-L'Islet)
	⇒ Hop la vie L'Islet-Sud	⇒ 418 356-3737 poste 109 (L'Islet-Sud)
	⇒ Centre communautaire Normandie	⇒ 418 248-3158 (Montmagny)
<b>Popote roulante MRC de L'Islet</b>	⇒ La Popote de L'Islet	⇒ 418 291-3555 (L'Islet et Saint-Cyrille)
	⇒ La Chaudronnée du Bel Âge	⇒ 418 598-3235 (Saint-Jean-Port-Joli et Saint-Aubert)
	⇒ La Popote des Aulnaies	⇒ 418 354-2428 (Saint-Roch et Sainte-Louise)
	⇒ Maison de la famille de la MRC de L'Islet	⇒ 418 356-3737 (Saint-Pamphile et Sainte-Perpétue)
	⇒ CAB CECB Montmagny-L'Islet	⇒ 418 248-7242 (Saint-Adalbert)
<b>Popote roulante MRC de Montmagny</b>	⇒ Tournée des marmitons de Montmagny	⇒ 418 241-2229 (Ville de Montmagny)
	⇒ Cercle de l'Amitié	⇒ 418 241-9512 (Cap-Saint-Ignace)
	⇒ Centre d'entraide familiale de la MRC de Montmagny	⇒ 418 469-3988 (Montmagny-Centre)
<b>Transport</b>	⇒ <u>Transport bénévole d'accompagnement médical</u> CAB CECB Montmagny-L'Islet	⇒ 418 248-7242 (L'Islet Sud, Montmagny-Sud, L'Isle-aux-Grues, Saint-Pierre, Saint-François Ville de Montmagny)
	⇒ Les voiles ouvertes	⇒ 418 259-2622 (Berthier-sur-Mer)
	⇒ Le cercle de l'amitié de Cap-Saint-Ignace	⇒ 418 241-9512 (Cap-Saint-Ignace)
	⇒ Trans-Aide	⇒ 418 247-3837 (L'Islet-Nord)

<sup>1</sup> Territoires :

Montmagny-Sud : Sainte-Lucie-de-Beaugard, Lac-Frontière, Saint-Fabien-de-Panet, Saint-Just-de-Bretenières;

Montmagny-Centre : Sainte-Apolline, Saint-Paul-de-Montigny, Sainte-Euphémie, Notre-Dame-du-Rosaire;


Montmagny-Nord : Berthier-sur-Mer, Saint-François-de-la-Rivière-du-Sud, Saint-Pierre-de-la-Rivière-du-Sud, Montmagny, L'Isle-aux-Grues, Cap-Saint-Ignace;

L'Islet-Sud : Tourville, Sainte-Perpétue, Saint-Marcel/Sainte-Félicité, Saint-Adalbert, Saint-Pamphile/Saint-Omer;

L'Islet-Nord : Saint-Eugène, Saint-Cyrille-de-Lessard, L'Islet, Saint-Jean-Port-Joli, Sainte-Louise, Saint-Roch-des-Aulnaies, Saint-Aubert, Saint-Damase

Services	Organismes	Coordonnées 
<b>Transport collectif et adapté</b>	⇒ Transport collectif et adapté de la MRC de Montmagny	⇒ 418 248-0445 (MRC Montmagny)
	⇒ Transbéliment Inc.	⇒ 418 248-7444 (Montmagny, Cap-Saint-Ignace, L'Islet)
	⇒ Transport adapté « Vieux Quai »	⇒ 418 291-0056 (Berthier-sur-Mer, St-Pierre, St-François)
	⇒ Transport adapté et collectif de L'Islet-Nord	⇒ 418 598-9375 (L'Islet-Nord)
	⇒ Transport adapté et collectif de L'Islet-Sud	⇒ 418 356-2116 (L'Islet-Sud)
	⇒ Trans-apte Inc.	⇒ 418 308-0956 (Saint-Roch et Sainte-Louise)
	⇒ Accès L'Islet — Transport collectif régional	⇒ 1 844 598-8950
	⇒ Co-V (covoiturage) — CDC ICI Montmagny-L'Islet	⇒ <a href="http://www.co-v.ca">www.co-v.ca</a> et 418 358-6001
<b>Aide vestimentaire</b>	⇒ Société Saint-Vincent de Paul de Montmagny	⇒ 418 248-7178 (Montmagny)
	⇒ Friperie Élisabeth Morneau	⇒ 418 598-7947 (Saint-Jean-Port-Joli)
	⇒ La Petite Friperie	⇒ 418 246-5763 (Cap-Saint-Ignace)
	⇒ Mode sans frontière	⇒ 418 248-9131 (Montmagny)
	⇒ La Maison De Secours La Frontière	⇒ 418 248-7133 (Montmagny)
	⇒ Friperie Quatre Saisons	⇒ 418 469-3988 (Sainte-Apolline)
	⇒ Vestiaire communautaire Saint-Pamphile	⇒ 418 356-5012/418 356-2235 (Saint-Pamphile)
	⇒ Friperie de fil en bouton	⇒ 418 358-6001 (Saint-Jean-Port-Joli)
<b>Aide au budget</b>	⇒ ACEF Rive-Sud de Québec	⇒ 1 877 835-6633
	⇒ CAB CECB Montmagny-L'Islet (Aide aux formulaires)	⇒ 418 248-7242
<b>Clinique d'impôt</b>	⇒ CAB CECB Montmagny-L'Islet	⇒ 418 248-7242
	⇒ Alphis	⇒ 418 356-2011 (Saint-Pamphile)
<b>Meubles usagés et/ou accessoires</b>	⇒ Société Saint-Vincent de Paul de Montmagny	⇒ 418 248-7178 (Montmagny)
	⇒ Mode sans Frontière	⇒ 418 248-9131 (Montmagny)
	⇒ Dépano-Meubles	⇒ 418 598-2012 (Saint-Jean-Port-Joli)
	⇒ Friperie Quatre Saisons	⇒ 418 469-3988 (Sainte-Apolline)
	⇒ Give Box de la MRC de L'Islet	⇒ 418 358-6001 (Saint-Jean-Port-Joli)
<b>Économie d'énergie</b>	⇒ Écono logis	⇒ 1 866 266-0008
<b>Défense des droits</b>	⇒ Aide juridique de Montmagny	⇒ 418 248-3230
	⇒ Aide aux Travailleurs accidentés	⇒ 418 598-9844/1 855 598-9844
	⇒ AQDR Montmagny-L'Islet	⇒ 418 247-0033/1 877 948-2333
	⇒ Protecteur du citoyen	⇒ 1 800 463-5070
	⇒ Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes	⇒ 1 877 767-2227/1 888 841-8414

Services	Organismes	Coordonnées 
<b>Autres services</b>	⇒ CLSC Info santé/Info social	⇒ 811
	⇒ CLSC Montmagny	⇒ 418 248-2572
	⇒ CLSC Saint-Fabien-de-Panet	⇒ 418 249-2572
	⇒ CLSC Saint-Jean-Port-Joli	⇒ 418 598-3355
	⇒ CLSC Saint-Pamphile	⇒ 418 356-3393
	⇒ Service de garde communautaire à l'école	⇒ 418 469-3988 (CEF) (Sainte-Apolline, Saint-Fabien)
	⇒ Carrefour Jeunesse Emploi de Montmagny	⇒ 418 248-3522
	⇒ Carrefour Jeunesse Emploi de L'Islet	⇒ 418 359-3730
	⇒ CAB CECB Montmagny-L'Islet (Intervenantes de proximité)	⇒ 418 248-7242
	⇒ Centre communautaire Normandie (Halte-garderie)	⇒ 418 248-3158 (Montmagny)
<b>Loisirs</b>	⇒ Fondation Bon départ	⇒ <a href="http://jumpstart.canadiantire.ca/fr.html">http://jumpstart.canadiantire.ca/fr.html</a>
	⇒ CAB CECB Montmagny-L'Islet (Viactive)	⇒ 418 248-7242
	⇒ Accès-Loisirs Montmagny-Nord	⇒ 418 248-3522, poste 229
	⇒ Accès-loisirs L'Islet-Nord	⇒ 418 358-6001
	⇒ Accès-Loisirs L'Islet-Sud	⇒ 418 356-3737, poste 105
	⇒ Accès-Loisirs	⇒ 418 356-3737, poste 105 (Montmagny-L'Islet)
<b>Mes ressources</b>	⇒	⇒
	⇒	⇒
	⇒	⇒
	⇒	⇒
	⇒	⇒
	⇒	⇒
	⇒	⇒
	⇒	⇒
	⇒	⇒
	⇒	⇒

 Il existe un centre gratuit d'information et de référence qui peut vous diriger rapidement vers les ressources communautaires de votre territoire. Vous n'avez qu'à composer le **211**. Ouvert 7 jours sur 7 du lundi au vendredi de 8 h à 21 h et la fin de semaine de 8 h à 18 h ou à l'adresse suivante : <http://www.211quebecregions.ca/>