






RESSOURCES EN SÉCURITÉ ALIMENTAIRE DANS LA PETITE-PATRIE



Qu'est que le Collectif pour la sécurité alimentaire dans La Petite-Patrie?

Le Collectif pour une sécurité alimentaire est un regroupement d'organismes ayant pour objectif de favoriser l'accès alimentaire pour tous et toutes en fonction des spécificités de chacun et chacune.

Objectifs visés

-  Partager nos connaissances et nos actions pour améliorer le bien-être de notre communauté.
-  Consolider les ressources.
-  Travailler à la recherche de financement afin de développer les services adaptés à la population.
-  Impliquer la collectivité dans cette recherche de mieux-être.
-  Lutter contre la pauvreté, une des causes de l'insécurité alimentaire.


COLLECTIF POUR LA SÉCURITÉ ALIMENTAIRE LA PETITE-PATRIE

Centre N A Rive

278-2157

Ninette Piou, porte-parole.

Objectif

-  Favoriser une sécurité alimentaire pour tous, coordonner nos actions et impliquer la population.

Description de ce dépliant :

DÉFINITION DE LA SÉCURITÉ ALIMENTAIRE

Ateliers culinaires : Séances de groupe offrant de la formation théorique et pratique sur la préparation des repas, l'alimentation, la nutrition et la conservation des aliments. Socialiser tout en développant ses compétences en cuisine : recettes, trucs et astuces, découverte d'ingrédients, etc.

Comptoir alimentaire et dépannage d'urgence : Distribution gratuite ou à coût symbolique de denrées afin de dépanner les personnes en cas d'urgence. Les organismes de La Petite-Patrie desservent les codes postaux suivant : H2S et H2G. Preuve de revenus, de résidence et carte d'assurance maladie demandées lors de la première inscription.

Cours de cuisine : (enfants vs adultes, 2 couleurs différentes)

Cuisines collectives : Activité permettant de mettre en commun temps, argent et compétences afin de confectionner des plats sains, économiques et appétissants pour apporter à la maison.

Épicerie solidaire ou communautaire : Épicerie où l'on retrouve les produits essentiels à prix modiques.

Équiterre (à l'année) et coopérative les Bios locaux (novembre à mai) : Agriculture soutenue par la communauté. Panier de fruits et de légumes ou de viande biologique produits au Québec. Abonnement pour une durée déterminée et payable à l'avance (plusieurs versements possibles).

Groupe d'achats collectifs : Personnes qui se regroupent pour effectuer des achats afin d'économiser sur le prix des denrées. Liste des prix et des produits disponibles envoyée à chaque mois. Chacun décide des produits qu'il commande et récupère son épicerie au point de chute.

Jardin collectif : Jardin dont l'entretien est assuré par un groupe de personnes. Les participants se réunissent sur une base régulière et se partagent le travail nécessaire, les outils et les récoltes. La majorité de ces jardins bénéficient de l'expertise d'un animateur horticole pour guider les jardiniers.



Jardin communautaire : Terrain commun prêté par la Ville de Montréal contenant des parcelles de terre individualisées et attribuées à différents jardiniers. Chaque jardinier est responsable de l'entretien de sa parcelle de terrain, de fournir le matériel requis et de récolter les fruits et légumes cultivés. Inscription requise, composer le 311.

Jardin à partager : Ce sont des jardinets qui sont gérés par des citoyens ou des groupes de citoyens. Chacun est responsable de l'entretien et les récoltes sont partagées entre les participants.

Magasin-Partage de Noël : Mobilisation de plusieurs acteurs du quartier en collaboration avec Le Regroupement des Magasin-Partage de Montréal afin d'offrir aux ménages à faible revenus (places limitées), l'occasion de faire une épicerie économique en cette période des fêtes. Une cotisation représentant 10% du prix de la facture totale est demandée. Les personnes désireuses d'obtenir une épicerie doivent donc s'inscrire en octobre et novembre de chaque année. Vous devez apporter avec vous une preuve de revenu, de résidence et les cartes d'assurance maladie de chacun des membres de la famille.

Magasin-Partage de la rentrée scolaire : En plus des denrées, vous y trouverez des articles scolaires pour les jeunes du primaire et du secondaire. Vous devez vous inscrire. Dons et bénévoles recherchés pour les inscriptions et le montage du magasin.

Popotes roulantes : Service bénévole de préparation et de livraison à domicile de repas chauds à prix abordable pour les personnes en perte d'autonomie. Le service est offert sur référence du CLSC pour les personnes en perte d'autonomie, soit par suite d'une opération ou de maladie qui limite la capacité de se faire à manger.

Traiteur communautaire ou de réinsertion : Service de préparation et de livraison de plats cuisinés à prix abordable pour une consommation à domicile ou lors d'un événement. Pour la livraison, un minimum de repas est requis.



Accompagnement pour les achats

GROUPE L'ENTRE-GENS

🕒 Aide aux courses : accompagnement pour faire l'épicerie.

6240, av. Christophe-Colomb
273-0560
www.groupeentre-gens.ca

Atelier culinaire, cours de cuisine et cuisine collective ou solidaire

BUREAU DE CONSULTATION JEUNESSE

🕒 Partir en logement : section Recettes - gratuit pour les 14-25 ans.

www.bcj14-25.org.
270-9760

BCHM

🕒 Cuisine santé à faible coût – Activité familiale de découverte de recettes santé

6970, rue Marquette
725-9508, poste 301
direction@bchm.ca
www.bchm.ca

CENTRE DE RESSOURCES ET D'ACTION COMMUNAUTAIRE

🕒 Cuisine solidaire

6839, rue Drolet
277-4993 p. 203
www.cracpp.org

CENTRE N A RIVE

🕒 Atelier de cuisine pour les 18-25 ans
🕒 Atelier de cuisine solidaire pour les aînés
🕒 Cours de cuisine haïtienne - Cours de cuisine pour l'emploi PPEM

6971, rue Saint-Denis
278-2157
info@centrenarive.com
www.centrenarive.com

CUISINE COLLECTIVE AMICALE SAINT-AMBROISE

🕒 Les groupes sont formés en fonction de l'âge et des intérêts de chacun.
S'inscrire en mentionnant Cuisine collective Amicale Saint-Ambroise.

6510, rue de Normanville
272-7507

LA MAISONNETTE DES PARENTS

🕒 Cuisine 2.0 pour les jeunes de 9 à 12 ans
🕒 Cuisine collective pour adultes et parents-enfants
🕒 Initiation à la cuisine pour les enfants de 5 à 8 ans

6651, boul. Saint-Laurent
272-7507
alimentation@maisonnettedesparents.org
www.maisonnettedesparents.org

HALTE LA RESSOURCE

🕒 Cuisine collective pour les parents. Inscription requise.

*Les services et activités de Halte la Ressources sont exclusivement destinés aux familles.

2105, rue Beaubien Est
524-0073
info@haltelaressource.org
www.haltelaressource.org

LE MÛRIER

- 🕒 Cours de cuisine - *Cuisinons ensemble!* Cours adaptés en fonction des connaissances et du niveau d'autonomie de la personne. La personne doit avoir 18 ans et plus, présenter des problèmes de santé mentale et être référée par un intervenant professionnel. Elle doit posséder un degré d'autonomie et être en mesure de communiquer avec l'intervenant et d'exprimer ses besoins.

729-4123
sguay@lemurier.org
<https://lemurier.org/>

Équiterre et Bios locaux

BCHM

- 🕒 Point de chute Équiterre

6970, rue Marquette
725-9508, poste 301
direction@bchm.ca
www.bchm.ca

CENTRE N A RIVE

- 🕒 Point de chute des Bios locaux

6971, rue Saint-Denis
278-2157
info@centrenarive.com
www.centrenarive.com

Comptoir alimentaire et dépannage d'urgence

CENTRE DE RESSOURCES ET D'ACTION COMMUNAUTAIRE

- 🕒 Comptoir alimentaire. Inscription obligatoire. Preuves de résidence et de revenus.
- 🕒 Dépannage d'urgence. Accessible une fois aux 3 mois. Première visite gratuite.

6839, rue Drolet
277-4993, p. 203
www.cracpp.org

CEFEDI

- 🕒 Comptoir alimentaire
- 🕒 Dépannage d'urgence (sur référence)

6540, rue Papineau, local 102
384-5330

LA MAISONNETTE DES PARENTS

- 🕒 Dépannage alimentaire. Inscription obligatoire.

6651, boul. Saint-Laurent
272-7507
alimentation@maisonnettedesparents.org
www.maisonnettedesparents.org

LA MAISONNÉE INC.

- 🕒 Comptoir alimentaire réservé aux clients de La Maisonnée et aux résidents de La Petite-Patrie.
- 🕒 Dépannage alimentaire d'urgence sur référence et de façon

6865, av. Christophe-Colomb
271-3533
amina.benlehzil@lamaisonnee.org
www.lamaisonneeinc.org

exceptionnelle.

LA TABLÉE DU QUARTIER

- 🕒 Dépannage alimentaire le dernier samedi du mois. Inscription le 15 du mois.

6965, boul. Saint-Laurent
273-4739

LES CONFÉRENCES DE LA SOCIÉTÉ SAINT-VINCENT-DE-PAUL

- 🕒 Communiquer avec les différentes paroisses qui vous mettront en lien avec le service d'aide de la conférence de St-Vincent-de-Paul.
- 🕒 Bons d'achat sur l'évaluation de l'urgence et être résident de la paroisse.

526-5937

Épicerie solidaire ou communautaire

CEFEDI

- 🕒 Épicerie solidaire le jeudi seulement

1349 Saint-Zotique
384-5330

LA PLACE

- 🕒 Le Fridge, frigo communautaire, partage de nourriture entre citoyens.
- 🕒 Cueillette de pain, pâtisseries et viennoiseries et redistribution via le Fridge 3 fois/semaine.
- 🕒 Récupération des piles (batterie) pour retourner au recyclage.

6855, av. Papineau
(chalet du parc Montcalm)
439-1939
laplace@petitepatrie.org
www.facebook.com/LeFridgePetitePatrie

Épicerie et supermarché

Pour la livraison à domicile : vérifier les coûts et les horaires.

Métro St-Hubert

5300 St-Hubert
272-1832

Métro E. Bourdon et fils

760 Jean-Talon Est
270-5226

Métro Marcanio

1550 Bélanger
729-1866

Boucherie F. Iasenza

3266 Bélanger
729-1819

IGA F. Chartrand

2340 Rosemont
273-3138

IGA Barcelo

900 St-Zotique
270-9440

Marché Tradition

1200 Beaubien Est
277-9516

Boucherie St-Viateur

88 Beaubien Est
276-6759

Supermarché Italo

6433 Papineau
376-3790

Royal Plus

274 St-Zotique
276-6982

Intermarché

1451 Beaubien
495-3404

Groupes d'achats collectifs

LA MAISONNÉE INC.

- 🕒 Groupe d'achats. Inscription au début du mois et distribution des aliments à la fin du mois. 6865 Christophe-Colomb
271-3533

Jardins collectif, communautaire ou à partager et jardin sur balcon

BCHM

- 🕒 Jardin collectif 6970, rue Marquette
725-9508, poste 301

CENTRE N A RIVE

- 🕒 Jardinets sur balcon, en pots et en bacs 6971, rue Saint-Denis
278-2157

CENTRE DE RESSOURCES ET D'ACTION COMMUNAUTAIRE

- 🕒 Jardin collectif en concertation avec Maisonnette 6839, rue Drolet
277-4993, p. 200
www.cracpp.org

LA MAISONNETTE DES PARENTS

- 🕒 Initiation à l'agriculture urbaine pour enfants 6651, boul. Saint-Laurent
272-7507
🕒 Jardin collectif. alimentation@maisonnettedesparents.org
www.maisonnettedesparents.org

Magasin-Partage de la rentrée scolaire et autres fondations

CENTRE DE RESSOURCES ET D'ACTION COMMUNAUTAIRE

- 🕒 Magasin-Partage de la rentrée scolaire. Inscription à partir d'avril. 6839, rue Drolet
277-4993, p. 200
www.cracpp.org

FONDATION BON DÉPART DE CANADIAN TIRE

- 🕒 Camp de vacances 189, boul. Hymus
514 693.6456
🕒 Soutien aux activités sportives www.fondationbondepart.ca/

FONDATION MAMAN DION

- Faire grandir l'estime de soi, une rentrée scolaire à la fois. 130A, rue Notre-Dame, Charlemagne
450 585-3466
🕒 Procure aux enfants du Québec le matériel scolaire, les lunettes et les vêtements nécessaires pour leur entrée en classe, la Fondation maman Dion met tout en œuvre pour leur donner une www.fondationmamandion.org
info@fondationmamandion.org

chance égale de réussir et pour faire naître chez ces enfants, un sentiment de fierté et de confiance en soi.

OPÉRATION BONNE MINE (PROGRAMME DE LA SAINT-VINCENT-DE-PAUL)

- 🕒 Aide à la rentrée scolaire : répondre aux besoins essentiels et matériels d'un enfant pour une rentrée scolaire réussie.
- 🕒 Projets en persévérance scolaire : répondre au besoin d'appartenance d'un enfant en l'aidant à développer ses talents dans un processus d'apprentissage personnel et social.
- 🕒 Bourses de la persévérance : répondre au besoin d'estime d'un enfant en valorisant ses efforts et sa contribution à la communauté.

1930, rue de Champlain
514 526-5937
www.ssvp-
mtl.org/fr/programme-
operation-bonne-mine-3

Marché public et marché saisonnier

MARCHÉ JEAN-TALON

- 🕒 Fruits et légumes frais
- 🕒 Boutiques diverses

7070 Henri-Julien/Jean-Talon

Popotes roulantes et traiteurs de réinsertion

GROUPE L'ENTRE-GENS

- 🕒 Popote roulante : livraison de repas à domicile pour personnes en perte d'autonomie. 5 \$ par repas.

6240, av. Christophe-Colomb
273-5330

Repas communautaire et dîner-causerie

CENTRE N A RIVE

6971, rue Saint-Denis

278-2157

- 🕒 Bistro Boukan pour le grand public
- 🕒 Rond-point des aîné.e.s : Repas Resto solidaire les jeudis et vendredi de 11h30-13h

LA TABLÉE DU QUARTIER

273-8295

- 🕒 Repas communautaire du midi le dernier samedi du mois. Inscription le 15 du mois.

LE RÉCHAUD SOCIAL

- 🕒 Repas chaud servi sur place tous les derniers lundi du mois dès 17 h 15 au sous-sol de l'église Saint-Édouard situé au 425 Beaubien Est
- 🕒 Souper communautaire, ambiance festive, gratuit.

COPSI

- 🕒 Ateliers culinaires pour enfants et leurs parents, et personnes seules

MAISON DES AÎNÉS - HABITATIONS LES II VOLETS

6240 Christophe-Colomb et 6000 de La Roche 273-2521

🕒 Repas du midi pour les résidents de plus de 65 ans. S'inscrire 24 h à l'avance. Achat possible d'un repas pour emporter.

Services offerts à votre CLSC

CLSC DE LA PETITE-PATRIE

6520, rue de Saint-Vallier

273-4508

Programme OLO

Programme de prévention de bébé de petit poids, incluant un groupe de support ainsi que des suppléments alimentaires ou aliments : œufs, lait, orange. Programme offert dès 16 semaines de grossesse jusqu'à 3 mois après la naissance du bébé.

Halte d'allaitement

Les mercredis après-midi, parents et nourrissons sont invités à participer à ce groupe d'entraide. Une infirmière est disponible pour répondre à vos questions.

La Petite route de lait de La Petite-Patrie et de Villeray.

Sur cette carte, nous retrouvons des commerces et des organismes qui permettent aux mamans d'allaiter en toute quiétude sans obligation d'acheter ou de consommer. Voir La petite route de lait de La Petite-Patrie et Villeray ainsi que de plusieurs autres quartiers de Montréal.

Centre d'éducation pour la santé

CLSC de Villeray

1425, rue Jarry Est

376-2233

Trois programmes sont offerts à la population des quartiers de Villeray et de La Petite-Patrie : Bilan de santé, Choisir de maigrir et Abandon du tabac. Rencontre individualisée. Prenez rendez-vous!

Popote roulante

937-4798 ou www.popoteroulante.com

Le CSSS peut référer les personnes qui le désirent à l'Association des popotes roulantes de Montréal pour des repas cuisinés à faible coût

Services offerts dans certaines écoles du quartier

ÉCOLES

Selon les milieux et en fonction des critères des différents programmes, on peut retrouver diverses mesures et services en milieu scolaire : collations, repas du midi, petits déjeuners, ateliers de cuisine, cafétéria. Programmes offerts en collaboration avec des organismes communautaires.

ÉCOLE SAINT-ARSÈNE

🕒 Collation - inscription à l'école

Membres du Collectif pour la sécurité alimentaire

BCHM 6970, rue Marquette

725-9508, poste 301

direction@bchm.ca

www.bchm.ca

CEFEDI

6540, rue Papineau, local 102 384-5330

CENTRE NA RIVE 6971, rue Saint-Denis 278-2157

COPSI 1451 St Zotique E, Montral QC H2G 1G9 · 514-729-7098

La Maisonnée

6865 Christophe-Colomb

271-3533

La Maisonnette des parents 6651, boul. Saint-Laurent 272-7507

La Pastorale sociale/ Le Réchaud 425 Beaubien est 514-271-4789

Le centre de ressources et d'action communautaires de la Petite-Patrie 6839, rue Drolet

277-4993, p. 200

Le CLSC Petite-Patrie 6520, rue de Saint-Vallier 273-4508

Les Compagnons de Montréal 6365ST-Vallier 514-727-4444

Regroupement des tables de concertation de la Petite-Patrie

6839 Drolet 514-419-6072 ou

Au Chalet Montcalm, 514-439-1939