RESSOURCES DU SECTEUR

1 CHANTELAIT
3180, avenue d'Amours • 418 877-5333

Ressource en allaitement : ateliers d'information, soutien, clinique d'allaitement, location et achat de tire-lait.

2 COMITÉ LOGEMENT D'AIDE AUX LOCATAIRES
2120, rue Boivin • 418 651-0979

Informations sur les droits des locataires, support pour l'accès aux logements sociaux.

3 GIT SERVICES-CONSEILS EN EMPLOI
2750, ch. Sainte-Foy, bur. 220 • 418 686-1888

Accompagnement pour chercheurs d'emploi dans leurs démarches; services individuels ou groupe.

4 LA BARATTE
2120, rue Boivin • 418 527-1173

Services favorisant la sécurité alimentaire (mets préparés, La Belle visite).

5 LA COURTEPOINTE
3180, avenue d'Amours • 418 657-3836

Services favorisant la sécurité alimentaire (cuisines collectives, groupe d'achats).

6 LA FRIPE.COM
2120, rue Boivin • 418 688-5162

Vente d'articles et vêtements à prix modiques, ateliers de couture.

7 LE COMPTOIR LOUISE ET FRÉDÉRIC
2901, ch. Sainte-Foy • 418 651-3993

Vente de vêtements, de meubles et d'appareils électroménagers à prix modiques.

8 LES COFFRES DE MONSIEUR VINCENT
909, boulevard Pie-XII • 418 657-3206

Vente d'articles usagés à prix modiques.

9 LUDOTHÈQUE DE SAINTE-FOY
1100, route de l'Église • 418 641-6301 p. 4081

Prêt de jeux et jouets, jeux sur place, activités parents-enfants et soirées de jeux de société.

10 MAISON DE LA FAMILLE LOUIS-HÉBERT
2120, rue Boivin, bureau 202 • 418 681-0141

Un organisme centré sur les besoins psycho-sociaux de toutes personnes, couples et familles.

11 MAISON DES GRANDS-PARENTS DE SAINTE-FOY
3180, avenue d'Amours • 418 658-8484

Aide aux devoirs, accompagnement à la francisation, développement de compétences.

12 MAISON DES JEUNES LA SYMBIOSE DE CAP-ROUGE
1210, rue Provancher • 418 650-7780

Milieu de vie pour adolescents, lieu de rencontre, d'échange et d'activités. Promotion de la santé.

13 MAISON DES JEUNES L'ÉLÉMENT DE SILLERY
1225, av. du Chanoine-Morel • 418 527-4333

Milieu de vie pour adolescents, lieu de rencontre, d'échange et d'activités. Promotion de la santé.

14 MAISON DES JEUNES L'ENVOL DE SAINTE-FOY
873, route de l'Église • 418 656-6039

Milieu de vie pour adolescents, lieu de rencontre, d'échange et d'activités. Promotion de la santé.

15 MIEUX-ÊTRE DES IMMIGRANTS
2120, rue Boivin, bureau 204 • 418 527-0177

Services de soutien : dépannage alimentaire, paniers de Noël, francisation, café rencontres, etc.

16 MOUVEMENT DES SERVICES À LA COMMUNAUTÉ DU CAP-ROUGE
4473, rue Saint-Félix • 418 641-6643

Services d'aide : friperie, loisirs, club familles, visite d'amitié, livraison de repas.

17 OPTION-TRAVAIL
2750, ch. Sainte-Foy, bur. 295 • 418 651-6415

Accompagnement socioprofessionnel des personnes de 16 ans et + (démarches d'orientation, de retour aux études, recherche d'emploi).

18 ORGANISME COMMUNAUTAIRE HORIZON NOUVEAU
2120, rue Boivin, bureau 209 A • 418 651-8027

Service d'aide aux personnes, familles, couple, vivant une situation de rupture familiale.

19 RESSOURCE ESPACE FAMILLES
1000, rue de Bar-le-Duc • 418 681-9740

Ateliers éducatifs, activités diverses et services aux familles ; aide alimentaire ; halte-garderie.

20 SERVICE D'AIDE À L'ADAPTATION DES IMMIGRANTS ET IMMIGRANTES (S.A.A.I)
2520, ch. Sainte-Foy, bur. 100 • 418 523-2058

Services de soutien à l'établissement, groupe d'achats, cuisines collectives, ateliers de français, etc.

21 SERVICE D'ORIENTATION ET D'INTÉGRATION DES IMMIGRANTS AU TRAVAIL (S.O.I.T.)
969, route de l'Église, bur. 450 • 418 648-0822

Accompagnement visant l'intégration professionnelle (formation, conseils, orientation, etc).

22 TRAIC JEUNESSE
2120, rue Boivin, bureau 108 • 418 651-7070

Soutien aux jeunes ; travail de rue, milieu de vie, services ; dépannage alimentaire, frigo-partage, etc.

Adolescents · Adultes · Femme · Familles · Aînés · Tous

Activités récréatives communautaires et sociales · Aide aux devoirs · Aide matérielle · Emploi · Francisation / Ateliers de français · Friperie · Services alimentaires · Services d'entraide

AUTRES RESSOURCES DU SECTEUR

23 Bibliothèque Charles-H.-Blais
1445, avenue Maguire • 418 641-6276

24 Bibliothèque Monique-Corriveau
1100, route de l'Église • 418 641-6277

25 Bureau de Services Québec de Sainte-Foy
1020, route de l'Église, 4e étage • 418 646-8066

26 Cégep Sainte-Foy
2410, chemin Sainte-Foy • 418 659-6600

27 Le Verger (Centre comm. en santé mentale)
934, avenue du Chanoine-Scott • 418 657 2227

28 Centre Culturel Islamique de Québec
2877, chemin Sainte-Foy • 418 683-1329

29 Centre d'éducation des adultes des Découvreurs Le Phénix
1088, route de l'Église • 418 652-2158

30 Centre de glaces de Sainte-Foy
930, avenue Roland Beaudin • 418 641-6275

31 Centre d'entraide Émotions
3360, rue de La Pérade, suite 002 • 418 682 6070

32 Centre Femmes d'aujourd'hui
1008, rue Mainguy • 418 651-4280

33 Centre hospitalier de l'Université Laval (CHUL)
2705, boulevard Laurier • 418 525-4444

34 Centre Le Pavois de Sainte-Foy
3360, rue de La Pérade • 418 627-9779

35 Centre Service Canada
3229, ch. des Quatre-Bourgeois • 1 800 622-6232

36 Clinique médicale Saint-Louis
3165, chemin Saint-Louis • 418 653-1970

37 CLSC Sainte-Foy
3108, chemin Sainte-Foy • 418 651-2572

38 Commission scolaire des Découvreurs
100-945, avenue Wolfe • 418 652-2121

39 Entraide des aînés de Sillery
1229, avenue du Chanoine-Morel • 418 641-6665

40 Entraide Sainte-Foy
4473, rue Saint-Félix • 418 650-5544

41 Hôpital Laval (IUCPQ)
2725, chemin Sainte-Foy • 418 656-8711

42 OCÉAN (Organisation communautaire d'écoute et d'aide naturelle)
2120, rue Boivin • 418 522-3352

43 Piscine Jacques-Amyot (Coll. des Compagnons)
3643, avenue des Compagnons • 418 641-6283

44 Piscine Sylvie Bernier (École de Rochebelle)
3020, boulevard Hochelaga • 418 641-6284

45 Réno-Jouets
2699, avenue Watt • 418 877-7878

46 Unité de médecine familiale
2875, boulevard Laurier (Delta 2) • 418 654-2701

47 Université Laval
2325, rue de l'Université • 418 656-2131

Société St-Vincent-de-Paul
St-Benoit • 418 653-6362
St-Mathieu • 418 650-2252
St-Ursule • 418 653-1381
Central • 418 522-5741

Carte des services

de l'arrondissement de Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge

Bienvenue chez vous !

Comité immigration
SAINTE-FOY–SILLERY–CAP-ROUGE

SERVICES TÉLÉPHONIQUES SANS FRAIS

Centre antipoison du Québec • 1 800 463-5060
Centre de crise de Québec • 418 688-4240
Centre de prévention du suicide • 418 683-4588
Guichet accès médecin de famille • 1 844 666-2727
Info-santé / Info-social • 811
La Place 0-5
www.laplace0-5.com • 1 844 270-5055
Ligne Parents • 1 800 361-5085
Ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion (MIDI) • 418 864-9191
Police / Pompiers / Ambulance • 911
Répertoire des services communautaires • 211
Réseau de transport de la Capitale (RTC)
418 627-2351
SOS Violence conjugale • 1 800 363-9010
Tel-Aide Québec • 418 686-2433
Tel-jeunes • 1 800 263-2266
Ville de Québec (services municipaux) • 311

Table Familles secteur Ouest · Commission scolaire des Découvreurs, Découvreurs en tête ! · Ville de Québec · Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de la Capitale-Nationale, Québec

Octobre 2019

Direction Vieux-Québec

2 - 4 - 6 - 10 - 15
18 - 22 - 42

SECTEUR CAP-ROUGE

RESSOURCES À L'EXTÉRIEUR DU SECTEUR

Accès-Loisirs Québec
3065, 2e avenue • 418 657-4821

Armée du Salut
815, boul. Wilfrid-Hamel • 418 641-0050

Camp Kéno (camp d'été)
5020, rue Clément Lockquell • 418 872-9949

Centre International des Femmes, Québec
915, boulevard René-Lévesque • 418 688-5530

Centre multiethnique de Québec
200, rue Dorchester • 418 687-9771

Centre R.I.R.E. 2000
369, rue de la Couronne • 418 524-5609

Entraide-parents
1450, boulevard Père-Lelièvre • 418 684-0050

Maison pour Femmes Immigrantes
418 652-9761

Société d'assurance automobile du Québec (SAAQ)
1400, avenue Saint-Jean-Baptiste, bur. 180
418 643-7620

YWCA Québec
855, avenue Holland • 418 683-2155

Parcours Métrobus — Parcours leBus
Écoles - Université — Pistes cyclables