

# GUIDE

## INFORMATION

bien



manger



n'a pas

de prix



# Repas Gratuits

## **ACCUEIL BONNEAU**

Pour les 18 ans et plus

Lundi au vendredi 9 h 30 à 11 h 20 / 13h45 à 15h

Samedi et dimanche 9 h 30 à 11 h 20

30 rue Bonneau (métro Champ-de-Mars)

514- 845-3906

## **CENTRE D'AMITIÉ AUTOCHTONE**

Pour des membres des Premières Nations

Lundi au samedi 12 h à 14 h

2001 boul. St-Laurent (métro St-Laurent)

514-499-1854

## **DANS LA RUE**

Pour les 16 à 25 ans

Lundi au vendredi 12 h 30 à 13h30

1662 rue Ontario Est (métro Papineau)

## **DÎNERS ST-LOUIS**

Pour les 18 à 30 ans

Lundi au vendredi 12 h à 13 h

1818 rue Gilford (métro Mont-Royal + autobus)

514-521-8619

(suite)  
Repas Gratuits

**KETCH CAFÉ**

Pour les 18 à 30 ans

Vendredi au lundi 17h à 18h (parfois sandwich et soupe, parfois repas complet)

4707 rue St-Denis (métro Laurier)

514-985-0505

**MISSION ST-MICHEL (TOIT ROUGE)**

Pour tous

Lundi au vendredi 8h à 12h30

Déjeuner 8h, collation 10h, soupe 11h30

137 av. Président-Kennedy (métro Place-des-Arts)

514-844-8127

**MAISON BENOÎT-LABRIE**

Pour tous

Déjeuner : lundi à jeudi 9h30 à 10h30

Dîner : lundi et mercredi 11h30

Souper : mardi à jeudi 15h30

308 rue Young (métro Bonaventure)

514-937-5973

**MISSION COMMUNAUTAIRE MILE-END**

Pour tous

Mardi à jeudi 12h

Vendredi : déjeuner à 10h et inscription pour banque alimentaire de 10h à 11h30

99 rue Bernard Ouest

514-274-3401

(suite)

## Repas Gratuits

### **MAISON DES AMIS DU PLATEAU**

Pour tous

Lundi au samedi 13h à 14h

1360 boul. St-Joseph (métro Mont-Royal + autobus)

514-527-1344

### **OLD BREWERY MISSION**

Pour tous

Tous les jours 16h30

Cafe Mission Keurig : Lundi au vendredi 8h à 16h, café et internet gratuit

915 rue Clark (métro Champ-de-Mars)

514-866-6591

### **MISSION BON ACCUEIL**

Pour les 18 ans et +

Tous les jours à 18h

1490 rue St-Antoine Ouest (métro Lucien-L'Allier)

514-935-6396

### **LE ROC**

Hommes : 16 à 25 ans / Femmes : 16 à 30 ans

Lundi au vendredi 17h30 à 19h

1450 rue Beaudry (métro Beaudry)

514-904-1346

(suite)

## Repas Gratuits

### **CHEZ DORIS**

Pour les femmes

Déjeuner : 8h30 à 10h30

Souper : 12h à 13h

(Ouvert jusqu'à 15h)

1430 rue Chomedey (métro Atwater)

514-937-2341

### **PEOPLES POTATO**

Pour étudiants et autres

Lundi au vendredi 12h30 à 14h durant les sessions  
d'automne et hiver (sauf durant congés et jours fériés)

Contribution volontaire

1455 boul. de Maisonneuve Ouest, 7e étage (métro  
Guy-Concordia)

514-848-2424 #7590

# Roulottes

## **DANS LA RUE**

Pour les moins de 25 ans

Hotdogs gratuits à 12h tous les jours sauf les mardis et samedis

1664 rue Ontario Est (métro Papineau)

514-526-7677

Sacs de nourriture les deux derniers lundis et vendredis du mois

Morgan et St-Catherine (métro Pie IX) : 20h15 à 21h

Métro Frontenac : 21h15 à 21h45

Mont Royal et St Hubert (métro Mont-Royal) : 22h30 à 23h15

Berri et De Maisonneuve (métro Berri Uqam) : 23h30 à 00h15

## **MISSION DU GRAND-BERGER**

Métro Berri-UQAM

Mardi : 19h à 20h

Vendredi : 19h30 à 20h30 (sauf le premier vendredi du mois) 514-933-9608

## **SANTROPOL ROULANT/POPOTTE ROULANTE**

Service de livraison. \$5.50 par repas (payé par mois). Pour des personnes en situation de perte d'autonomie qui doivent être référées par un médecin, travailleur social ou infirmier.

# Repas Pas cher\*

## **LES ACCORDAILLES**

Repas chaud

4\$ pour les membres, 5\$ pour les non membres

Mardi : 12h

465 rue Gilford, bureau 101 (métro Laurier)

514-282-1553

## **RESTO PLATEAU**

Repas complet 4\$

Lundi au vendredi : 11h30 à 13h30

4450 rue St-Hubert (métro Mont-Royal)

514-527-5997

## **COMITÉ SOCIAL CENTRE-SUD**

Lundi au vendredi

Déjeuner : 8h30 à 10h30, \$2.50

Diner : 11h30 à 13h30

Diner partiel (soupe OU breuvage, pas de dessert)

2.75\$ pour membres, 3.75\$ pour non membres

Dîner complet : 3.50\$ pour membres, 5\$ pour non membres

Sandwich : 1\$

## **CHIC RESTO POPS**

Pour tous: \$4.00

Femmes enceintes : \$2.00 (avec certificat médical)

Lundi au vendredi

Diner : 11h45 au 13h30

Souper : 16h45 au 18h30

1500 av. d'Orléans

514-521-4089

\*Tous les prix sont sujets à changement

# Sacs D'épicerie

Pour faciliter votre demande de sacs d'épicerie, ayez à portée de main vos cartes d'identité, preuve de résidence et preuve d'aide sociale ou preuve de revenu.

Tous les prix sont sujets à changement.

## RÉSIDENCE BON-ACCUEIL (GRATUIT)

Pour des familles (ou personnes) qui vivent sous le seuil de pauvreté, qui ont une adresse et un statut légal au Canada.

4755 rue Acorn (métro St-Henri)

514-937-9317

1. Ouvrir le dossier (sans rendez-vous)

Lundi : 8h30 à 11h

Mardi et mercredi : 8h30 à 11h / 13h à 14h

Jeudi : 13h à 18h

Vendredi : 8h30 à 11h / 13h à 14h

2. Distribution: chaque deux semaines, par rendez-vous qui doit être fait 1 semaine à l'avance.

Mardi et mercredi : 8h30 à 11h30 / 13h-14h30

Jeudi : 13h à 19h

Vendredi : 8h30 à 11h30

Vous devez amener:

- ID valide pour chaque membre de la famille (carte d'assurance maladie à jour/permis de conduire/ passeport canadien/carte de résidence permanente ou documents d'immigration comme permis de travail ou preuve de statut de réfugié)
- Preuve d'adresse (bail/reçu de loyer/lettre de colocation/facture hydro ou téléphone)
- Preuve de revenu pour chaque membre de la famille (18 ans et +)
- Pour des personnes sur aide sociale : avis de cotisation, relevé bancaire des 3 mois précédents, et carnet de réclamation

Vous devez aussi amener vos propres sacs d'épicerie et sacs thermos pour la viande

(suite)

## Sacs D'épicerie

### **MISSION ST-MICHEL/TOIT ROUGE (GRATUIT)**

Sac de bouffe le 15 du mois sauf si c'est sur le weekend (alors le lundi après). La personne doit s'inscrire sur la liste avant 11h30 le matin et la nourriture est disponible à 12h30 avec preuves de résidence et d'aide sociale.

137 av. Président Kennedy (métro Place-des-Arts)  
514-844-8127

### **CENTRE D'AMITIÉ AUTOCHTONE DE MONTREAL**

Pour membres seulement. (5\$ par année pour des personnes autochtones, 10\$ par année pour autres).  
Chaque deux semaines.

Pour des personnes autochtones : Mardi et mercredi  
14h à 16h

Pour tous autres : Jeudi et vendredi 14h à 16h

2001 boul. St-Laurent  
514-499-1854

### **JEUNESSE AU SOLEIL**

Prenez un rendez-vous pour obtenir une carte d'adhésion qui est valide pour un an et qui vous permet à obtenir de la nourriture une fois par mois. Vous devez amener une pièce d'identité pour chaque personne à votre adresse, preuve d'adresse pour chaque personne 18 ans +, vos factures domestiques pour le mois en cours et un sac thermos pour la nourriture congelée comme la viande.

Lundi au jeudi : 9h à 12h

4251 rue St-Urbain (métro Mont-Royal)

514-842-1214

(suite)

## Sacs D'épicerie

### **ÉGLISE LUTHERIAN (JEANNE MANCE) (GRATUIT)**

Pour la communauté Milton Park. Ouvert les derniers deux semaines de chaque mois.

Mercredi : 18h à 20h

Samedi : 12h à 14h

Choix de 4 menus différents pour cuisiner un repas.

Café disponible durant les heures d'ouverture.

3594 Jeanne-Mance

514-844-6297

### **CENTRE DES FEMMES DE MONTRÉAL**

Pour des femmes dans leur quartier ou qui suivent régulièrement leurs activités, ou des familles de nouvelles immigrants (moins que cinq ans). Vous devez ouvrir un dossier avec un intervenant. Le service peut être accédé un fois par mois. Ils font aussi la dépannage d'urgence.

Jeudi : 9h15 à 16h

3585 St-Urbain (Métro Mont-Royal)

514-842-4781

# Sites fixes d'échange

## **PLEIN MILIEU**

4677 St-Denis (métro Mont-Royal)  
514-524-3661 poste 26

## **CACTUS**

1244, rue Berger  
Dimanche au jeudi: 14h à 4h  
Vendredi et samedi: 14 à 6h  
514-847-0067

## **PACT DE RUE**

8105, rue de Gaspé #200 (métro Jarry)  
Lundi au vendredi: 16h à 18h30  
514-278-9181

## **DOPAMINE**

3591 Ste-Catherine Est  
Jeudi au mardi: 9h à 12h/13h à 16h30  
4205, rue Ontario Est  
Tous les soirs: 20h à 1  
514-251-8872

## **SPECTRE DE RUE**

1280, rue Ontario Est (métro Beaudry ou Sherbrooke)  
Lundi au vendredi: 8h30 à 18h30  
Samedi et dimanche: 10h à 16h  
514-524-5197

## **TRAC**

1100, rue de L'Église  
Mardi au vendredi: 16h à 21h  
514-798-1200

## **LA ROULOTTE DE L'ANONYME**

1-855-236-6700 (appeler pour connaître les arrêts)

## **LA ROULOTTE DE L'ACCÈS-SOIR**

514-347-4207  
(appeler à partir de 15h30 pour connaître les arrêts)

# SIS (Service d'injection supervisée)

## **CACTUS MONTREAL**

1244 rue Berger (métro St-Laurent)

Dimanche au jeudi : 16h à 4h

Vendredi et samedi : 16h à 6h

514-847-0067

## **DOPAMINE**

4205 rue Ontario Est (métro Pie-IX)

Lundi au dimanche : 20h à 1h

514-251-8872

## **SPECTRE DE RUE**

1278 rue Ontario Est (métro Beaudry)

Lundi au vendredi : 9h30 à 17h30

Samedi et dimanche : 10h à 16h

514-528-1770 #221

## **L'ANONYME**

1278 rue Ontario Est (métro Beaudry)

Lundi au vendredi : 9h30 à 17h30

Samedi et dimanche : 10h à 16h

Toutes les nuits de 0h30 à 6h30

1-844-381-2455