

Soutien et accompagnement



Pour des informations bancaires

Consultez les fiches en espagnol du service Desjardins :



Utiliser les guichets automatiques



Faire un transfert international



Faire un transfert Interac



Déposer un chèque virtuellement

Pour un service d'accompagnement en espagnol

Communiquez avec Alejandra Rochon-Navarro.

@ alexandra.rochon-navarro@desjardins.ca

+1 418 629-2271 poste 7178230

Pour se rendre à une Caisse Desjardins

80 rue Notre-Dame Ouest, Trois-Pistoles

71 rue Principale Nord, Saint-Jean-de-Dieu



Pour apprendre le français

Il existe plusieurs services de francisation. Demandez à votre employeur de vous inscrire.

AgriFrancisation (uniquement pour travailleurs agricoles)

Francisation Québec



Loisirs, sports et culture



Besoin de bouger et de faire de nouvelles rencontres ?

Suivez-nous sur Facebook pour être au courant de ce qui se passe dans Les Basques !



f CANAB – Collectif d'accueil des nouveaux arrivants des Basques



f Quoi faire dans Les Basques ?



f Tourisme Les Basques



Quels sont les réseaux d'entraide et d'échange dans Les Basques ?

Voici des pages Facebook très utiles :

f Grand cercle des Basques

f Covoiturage des Basques



f Trabajadores agrícolas Trois-Pistoles / Saint-Jean-de-Dieu / Les Basques

Ces réseaux sociaux sont en français, mais certains utilisateurs parlent anglais et espagnol.

Pour toutes questions d'ordre général, InfoTET est le programme de référence au Québec pour vous guider.

+1 888 454-3998

+1 514 235-2765



infotetquebec.com

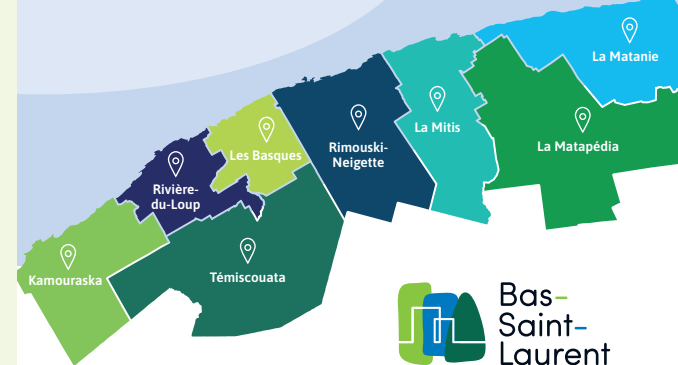
Pour un service personnalisé dans la région des Basques en français, espagnol ou anglais

N'hésitez pas à communiquer avec le Service Accès-Emploi (SAE).

+1 418 855-2777 poste 105

Omar Lopez: +1 418 714-7814

omar.lopez.luevano@accesemploi.org



Bas-Saint-Laurent

Vous souhaitez en connaître plus sur le Bas-Saint-Laurent ?



www.bas-saint-laurent.org

IMMIGRANT QUÉBEC

COLLECTIF RÉGIONAL DE DÉVELOPPEMENT DU BAS-SAINT-LAURENT

Ce projet est financé par le gouvernement du Canada

Canada

Petit guide pour les travailleurs étrangers

Bienvenue au Bas-Saint-Laurent

MRC LES BASQUES



Vous êtes une travailleuse ou un travailleur étranger temporaire ou saisonnier ?

Vous avez un permis fermé de moins d'un an et vous travaillez au Bas-Saint-Laurent, dans Les Basques ?

Ce document d'information est pour vous; il vous guidera vers les ressources disponibles dans votre langue.



« VERSION NUMÉRIQUE

Bas-Saint-Laurent

Services de proximité

DANS LES BASQUES



Pour trouver des vêtements d'occasion, des articles de sport ou de cuisine à petits prix

La Maison Le Puits est une véritable mine d'or.

📍 276 rue Langlais, Trois-Pistoles



Pour avoir de la nourriture gratuite ou à petits prix

Croc-Ensemble est un comptoir alimentaire ouvert les mardis et jeudis de 12h à 16h.

📍 25 rue Pelletier, Trois-Pistoles

Il y a aussi des frigos solidaires dans plusieurs municipalités. Servez-vous, c'est gratuit.

📍 Trois-Pistoles: 276 rue Langlais

📍 Saint-Clément: 0 rue principale

📍 Sainte-Rita: 5 rue de l'église Ouest

📍 Saint-Simon: 28 rue de l'église

📍 Saint-Jean-de-Dieu: 56 rue Principale Nord

📍 Saint-Mathieu-de-Rioux: 386 rue Principale



Pour trouver des aliments de mon pays

Les grandes épiceries comme Métro et IGA offrent une belle variété d'aliments.

Aux Galeries Trois-Pistoles vous trouverez aussi une pharmacie et différents magasins de vêtements et d'accessoires à des prix raisonnables.

📍 634 rue Richard, Trois-Pistoles

Vous pouvez aussi faire un tour à Rimouski au Marché du monde. Il y a de tout!

📍 95 avenue Rouleau, Rimouski

📍 www.marchedumonde.ca



Pour se déplacer vers les grands centres



📍 www.orseansexpress.com/fr



Pour un problème de santé

Rendez-vous à l'hôpital de Trois-Pistoles.

📍 550 rue Notre-Dame Est, Trois-Pistoles

Pour obtenir un conseil en santé, composez le **811**. Une infirmière vous guidera pour vous soigner à la maison ou vous dirigera vers une ressource.

📞 En cas d'urgence composez le **911**.

Soutien et accompagnement



J'ai un problème de santé, mais je ne parle ni français, ni anglais.

Le SIARI est là pour vous offrir des services d'interprétariat et de traduction pour toutes sortes de situations.

📞 Karol Pulido: +1 514 585-4763

@ TET@siari.org



Pour des questions concernant la fiscalité

À l'UPA de la Montérégie, une équipe répond à toutes vos questions.

📞 +1 888 454-3998

📞 +1 514 235-2765

f **Trabajadores agrícolas temporales en Québec**



J'ai besoin d'informations et de conseils juridiques.

Téléphonez à Justice ProBono; une avocate répondra à vos questions.

📞 +1 866 999-4881

📞 +1 438 337-6002

f **Justice Pro Bono**



J'ai besoin d'information sur mes droits et responsabilités au travail.

Le Centre des travailleurs et travailleuses immigrants défend les droits du travail des personnes migrantes.

📞 +1 438 300-8186

@ bas-saint-laurent@iwc-cti.ca



Je me sens seul et j'aimerais parler avec une personne dans ma langue.

N'hésitez pas. Communiquez avec la ligne SOS Santé psychosocial.

📞 +1 888 286-7584

📞 +1 514 776-7120

@ soutienTET@cafla.ca



Tous ces services sont gratuits et offerts **en français, en espagnol et en anglais**. Ils s'adressent aux travailleuses et travailleurs temporaires et saisonniers ayant un permis fermé de moins d'un an.