

Servicios de proximidad



Para información bancaria

Consultar las fichas en español del servicio Desjardins :



Utilizar los cajeros automáticos



Hacer una transferencia internacional



Hacer una transferencia Interac



Depositar un cheque virtualmente

Para un servicio de acompañamiento bancario en español

Comunícate con Karla Torres-Navarro.

@ karla.c.torres.navarro@desjardins.com

418 629-2271 poste 7206243

Para llegar a una Caja Desjardins

15, rue du Pont, Amqui



Para aprender francés

Existen varios programas de francización. Pide a tu empleador que te registre.

Francisation Québec

AgriFrancisation
(Solo para trabajadores agrícolas)

Ocio, deporte y cultura



Necesito moverme y conocer gente nueva.

Síguenos en Facebook para estar al tanto de lo que sucede en la Matapédia!

Quoi faire dans La Matapédia

Rézo de La Matapédia



Calendrier des événements



¿Cuáles son las redes de autoayuda e intercambio en la Matapédia?

Marketplace Matane-Amqui-Rimouski



Service d'accueil aux personnes immigrantes de La Matapédia

Estas redes sociales están en francés, pero algunos usuarios hablan inglés y español.



Para cualquier cuestión general, Info TET es el programa de referencia para guiarte.

+1 888 454-3998

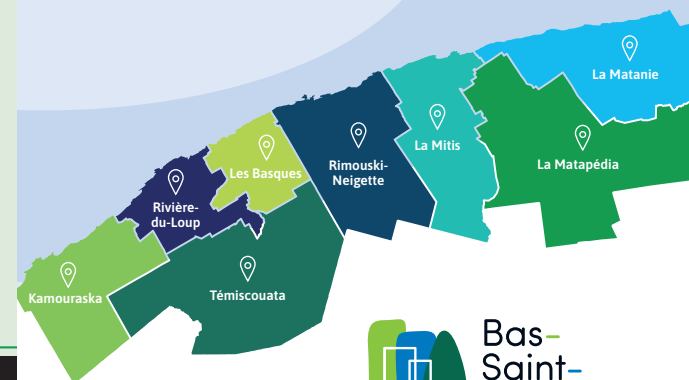
+1 514 235-2765

infotetquebec.com



Consulta el documento informativo para trabajadores extranjeros temporales.

infotetquebec.com/guide



Bas-Saint-Laurent

Para saber más sobre el Bas-Saint-Laurent.



www.bas-saint-laurent.org

IMMIGRANT QUÉBEC

COLLECTIF RÉGIONAL DE DÉVELOPPEMENT DU BAS-SAINT-LAURENT

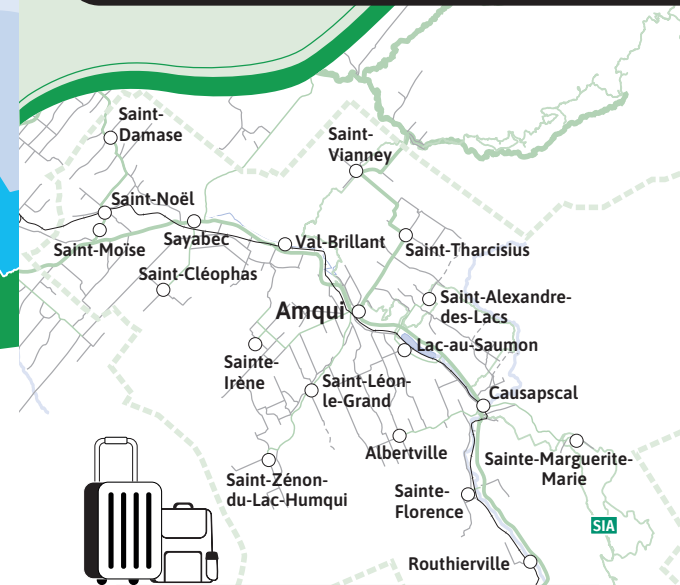
Ce projet est financé par le gouvernement du Canada

Canada

Breve guía 2024 para trabajadores extranjeros

Bienvenido al Bas-Saint-Laurent

MRC DE LA MATAPÉDIA



¿Eres una trabajadora o un trabajador extranjero temporal o estacional?

¿Tienes un permiso cerrado de menos de un año y trabajas en Bas-Saint-Laurent, en la Matapédia?

Este documento informativo es para ti; te guiará a los medios disponibles en tu idioma.



« VERSIÓN DIGITAL

Bas-Saint-Laurent

Apoyo y acompañamiento



Necesito un servicio personalizado en la región de Matapédia.

No dudes en ponerte en contacto con Marie-Chantal.

+1 418 629-2572

@ accueilimmigration@tremlintravail.com

Tremlin Travail: 65 Boulevard Saint-Benoit

www.tremlintravail.com



Tengo un problema de salud, pero no hablo francés ni inglés.

El SIARI está aquí para ofrecerte servicios de interpretación y traducción para todo tipo de situaciones.

Karol Pulido: +1 514 585-4763

@ [TET@siari.org](https://www.tet.ca)



Tengo preguntas sobre los impuestos

Pónte en contacto con la UPA Montérégie, un equipo responde a todas sus preguntas

+1 888 454-3998

+1 514 235-2765

Trabajadores agrícolas temporales en Québec



Necesito información y asesoramiento legal.

Llama a Justice Pro Bono, y una abogada responderá tus preguntas.

+1 866 999-4881

+1 438 337-6002

Justice Pro Bono



Necesito información sobre mis derechos laborales.

El Centro de Trabajadoras y de Trabajadores Inmigrantes defiende los derechos de los trabajadores extranjeros.

+1 438 300-8186

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



Me siento solo y me gustaría hablar con alguien en mi idioma.

No lo dudes. Comunícate con la línea SOS Salud psicosocial.

+1 888 286-7584

+1 514 776-7120

@ soutienTET@cafla.ca

Los servicios de acompañamiento son gratuitos y se ofrecen **en español e inglés**. Se dirigen a las trabajadoras y los trabajadores y estacionales con permisos cerrados de menos de un año.

Servicios de proximidad

EN LA MATAPÉDIA



Para encontrar ropa de segunda mano, artículos deportivos o de cocina a precios reducidos.

Friperie de la Rivière

57 rue du Pont, Amqui

Le Fripçon d'or

7 rue de l'Église, Sayabec

Friperie Nouvelle vie

29 rue des Loisirs, Saint-Florence

Passion Mode

118A rue Saint-Jacques Nord, Causapsal



Para comida gratis o a bajo precio

Moisson Vallée Matapédia da cestas de alimentos. Abierto de lunes a jueves.

Para más información:

+1 418 629-1331 poste 103

54 rue du Pont, Amqui

También hay refrigeradores de autoservicio. Sírvelte, es gratis!

Moisson Vallée: 54 rue du Pont, Amqui

Centre Écllosion:
63 rue Saint-Jacques Sud, Causapsal

Bureau municipal:
19-A rue Turcotte, Saint-Noël



Para encontrar alimentos de mi país

Grandes supermercados como Métro e Maxi ofrecen una gran variedad de alimentos. En la Place Sybrel, también encontrarás una farmacia y varias tiendas de ropa y accesorios a precios razonables.

30 et 33 boulevard St-Benoît Est, Amqui



Para moverse en la Matapédia

La Caravelle: reservación obligatoria con 24 horas de antelación. Servicio en francés solamente.



www.transportlacaravelle.com

+1 418 629-1502 poste 1

Para acceder a las redes de vehículos compartidos

Covoiturage Amqui Québec - Le groupe

Covoiturage Amqui-Rimouski

Para desplazarse por Québec



www.orleansexpress.com/fr



Para un problema de salud

Cita en el hospital de Amqui.

135 avenue Gaëtan-Archambault, Amqui

Para obtener un consejo de salud, llama al **811**. Una enfermera te guiará para atenderte en casa o te dirigirá al recurso correcto.

En caso de emergencia, llama al 911.