

Apoyo y acompañamiento



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 llegar a una Caja Desjardins

315 boulevard Armand-Thériault,
Rivière-du-Loup



Para aprender francés

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

AgriFrancisation
(Solo para trabajadores agrícolas)

Francisation Québec



Ocio, deporte y cultura



Necesito moverme
y conocer gente nueva.

Síguenos en Facebook para estar al tanto de lo que sucede en Rivière-du-Loup !



Immigration Rivière-du-Loup



Service loisirs RDL
pour un mode de vie actif



¿Cuáles son las redes de autoayuda e intercambio en Rivière-du-Loup ?



Loups et louves d'adoption
Rivière-du-Loup



Fiches d'accueil pour
personnes immigrantes



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



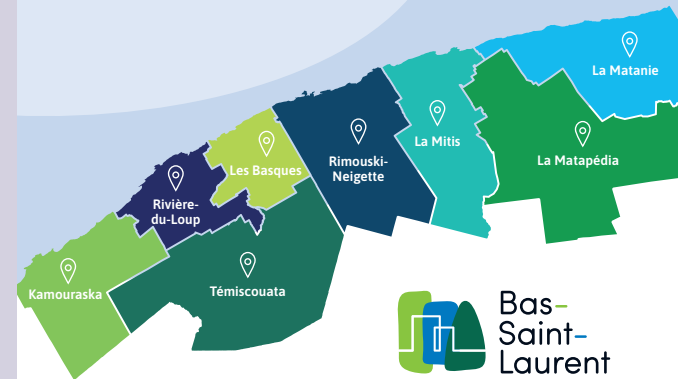
Para un servicio personalizado en la región
de Rivière-du-Loup en francés, español o inglés

No dudes en ponerte en contacto con
el Servicio Acceso-Empleo (SAE).

+1 418 855-277, poste 105

Omar Lopez : +1 418 714-7814

omar.lopez.luevano@accesemploi.org



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 para
trabajadores extranjeros

Bienvenido al Bas-Saint-Laurent

MRC DE RIVIÈRE-DU-LOUP



¿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 MRC de Rivière-du-Loup ?

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



« VERSIÓN
DIGITAL

Bas-Saint-Laurent

Servicios de proximidad



EN MRC DE RIVIÈRE-DU-LOUP



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

La Société Saint-Vincent de Paul es una verdadera mina de oro!

15-A rue Frontenac, Rivière-du-Loup



f Saint-Vincent de Paul féminine RDL



Para comida gratis o a bajo precio

El Carrefour d'initiatives populaire está aquí para ti!

9 rue Lafontaine, Rivière-du-Loup



f Carrefour d'initiative populaire



Para desplazarse por Quebec



www.orleansexpress.com/fr



Para encontrar alimentos de mi país

Grandes supermercados como Maxi ofrecen una gran variedad de alimentos. En las Centre commercial de Rivière-de-Loup, también encontrarás una farmacia y varias tiendas de ropa y accesorios a precios razonables.

298 boul. Armand-Thériault, Rivière-du-Loup



Para un problema de salud

Cita en el Centro Hospitalario de Rivière-du-Loup

75 rue Saint-Henri, Rivière-du-Loup

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**.

Apoyo y acompañamiento



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



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

f 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

f 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



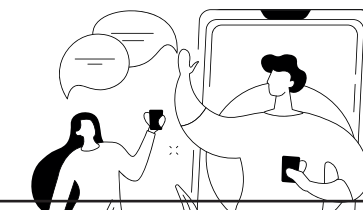
Me siento solo y me gustaría hablar con alguien en mi idioma.

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

+1 888 286-7584

+1 514 776-7120

@ soutienTET@cafla.ca



Todos estos servicios 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.

