

Services de proximité



Pour des informations bancaires

Utiliser les guichets automatiques
Faire un transfert international
Faire un transfert Interac
Déposer un chèque virtuellement



Consultez les fiches en espagnol du service Desjardins

Pour un service d'accompagnement bancaire en espagnol

Communiquez avec Karla Torres-Navarro.

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

418 629-2271 poste 7206243

Pour se rendre à une Caisse Desjardins

15, rue du Pont, Amqui



Pour apprendre le français

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



Francisation Québec

AgriFrancisation (uniquement pour travailleurs agricoles)

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 La Matapédia!

Quoi faire dans La Matapédia

Rézo de La Matapédia

Calendrier des événements



Quels sont les réseaux d'entraide et d'échange dans La Matapédia?

Marketplace Matane-Amqui-Rimouski

Service d'accueil aux personnes immigrantes de La Matapédia



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

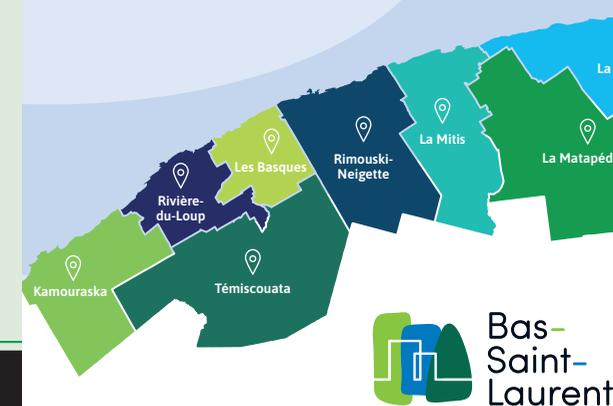
+1 514 235-2765



infotetquebec.com

Consultez le document d'information pour les travailleurs étrangers temporaires.

infotetquebec.com/guide



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

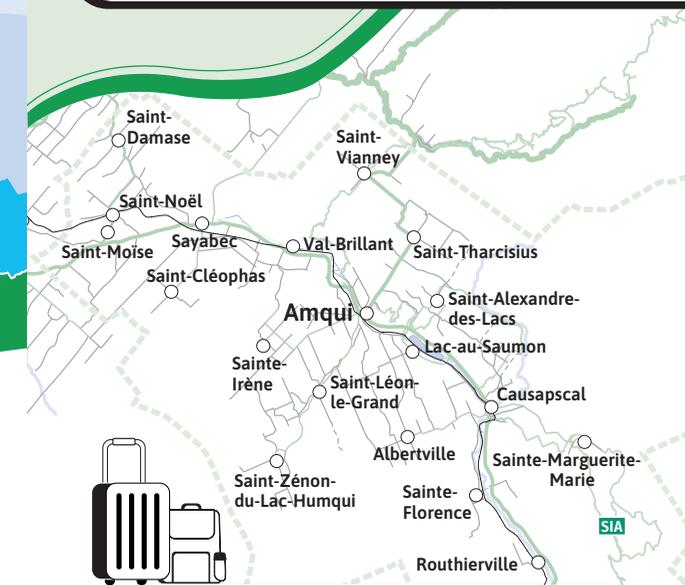
Ce projet est financé par le gouvernement du Canada

Canada

Petit guide 2024 pour les travailleurs étrangers

Bienvenue au Bas-Saint-Laurent

MRC DE LA MATAPÉDIA



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 La Matapédia?

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



VERSION NUMÉRIQUE

Bas-Saint-Laurent

Soutien et accompagnement



Je souhaite avoir un service personnalisé dans la région de La Matapédia.

N'hésitez pas à communiquer avec Marie-Chantal.

+1 418 629-2572

@ accueilimmigration@tremlintravail.com

Tremlin Travail: 65 boul. St-Benoit, Amqui

www.tremlintravail.com



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

+1 438 543-5062

f **Trabajadores agrícolas temporales en Québec**



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

Téléphonez à Justice Pro Bono; 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

Les services de soutien et d'accompagnement 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.

Services de proximité

DANS LA MATAPÉDIA



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

Friperie de la Rivière

57 rue du Pont, Amqui

Le Frippon d'or

7 rue de l'Église, Sayabec

Friperie Nouvelle vie

29 rue des Loisirs, Saint-Florence

Friperie La relève

4 rue Saint-Pierre Ouest, Val-Brillant



Pour avoir de la nourriture gratuite ou à petits prix

Moisson Vallée Matapédia donne des paniers alimentaires. Ouvert du lundi au jeudi.

Pour plus d'information :

+1 418 629-1331 poste 103

54 rue du Pont, Amqui

Il y a aussi des frigos libre-service. Servez-vous, c'est gratuit!

Moisson Vallée: 54 rue du Pont, Amqui

Centre Écllosion:
63 rue Saint-Jacques Sud, Causapscal

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



Pour trouver des aliments de mon pays

Les grandes épiceries comme Métro et Maxi offrent une belle variété d'aliments. À la Place Sybrel, vous trouverez aussi une pharmacie et différents magasins de vêtements et d'accessoires à des prix raisonnables.

30 et 33 boulevard St-Benoît Est, Amqui



Pour se déplacer dans La Matapédia

La Caravelle: réservation obligatoire 24 heures d'avance. Service en français seulement.



www.transportlacaravelle.com

+1 418 629-1502 poste 1

Pour accéder aux réseaux de covoiturage

f **Covoiturage Amqui Québec – Le groupe**

f **Covoiturage Amqui-Rimouski**



Embarque Bas-Saint-Laurent

Pour vous déplacer vers les grands centres



www.orleansexpress.com/fr



Pour un problème de santé

Rendez-vous à l'Hôpital d'Amqui.

135 avenue Gaëtan-Archambault, Amqui

Pour obtenir un conseil en santé, composez le **811, option 1**. Une infirmière vous guidera pour vous soigner à la maison ou vous dirigera vers une ressource.

En cas d'urgence composez le 911.