

# Novembre 2022

Banques alimentaires, dépannage alimentaire et autres services alimentaires abordables à Verdun



## Sur rendez-vous

### MAISON CAFI

5315 rue Wellington, Verdun

**Fonctionnement:** Appeler au 514-844-3340 pour prendre rendez-vous. Entrée sur la ruelle. Du lundi au vendredi

7\$ par panier

Amener un sac

### SOCIÉTÉ SAINT-VINCENT-DE-PAUL - VERDUN

284 rue de l'Église, Verdun (dans l'église)

**Fonctionnement:** appeler au 514-768-2093 et laisser un message avec un numéro de rappel. On rappellera avec un rendez-vous, le mardi ou le jeudi. Amenez 3 sacs, sacs de plastique non fournis. Il est recommandé d'emmener un sac sur roulettes. Dépannage offert une fois par mois. **La dernière banque alimentaire du mois sera le 17 novembre.**

### BGC DAWSON, MANNA FOODBANK

666 Woodland, Verdun

**Fonctionnement:** Appeler au 514-7676-9967 poste 223 et laisser un message avec un numéro de rappel (avant mardi pour une réponse plus rapide). Les jeudis, entre 9h-12h et

13h-15:30h, 1 x aux 4 semaines par ménage

## Repas communautaire

### PARTAGEONS L'ESPOIR

625 Rue Fortune, Pointe-Saint-Charles

**Fonctionnement:** Dîners communautaires, tous les mardis et jeudis de 11h30 à 13h30, contributions suggérées de 0,50\$ / 2,50\$ / 5,00\$

## Banques alimentaires

### RÉSEAU D'ENTRAIDE DE VERDUN

5132 rue Wellington, Verdun

**Fonctionnement:**

Le lundi, à 16h à 18h. 5\$ par panier. Le dernier panier du mois est gratuit. Amener une glacière, un icepack, ainsi qu'un sac/chariot.

### PARTAGEONS L'ESPOIR

625 Rue Fortune, Pointe-Saint-Charles

514-933-5599 (poste 231)

**Fonctionnement:** Ouvert les mardis et jeudis de 13h à 15h30.

Les 2e et 4e jeudis de chaque mois, ouvert de 13h à 18h. Desert les codes postaux suivant :

H3C, H3E, H3J, H3K, H4C, H4E, H4G, H4H.

1 \$ par adulte par visite.

Aucune livraison possible pour les résident-es de Verdun.

## Marchés

### PARTAGEONS L'ESPOIR

625 Rue Fortune, Pointe-Saint-Charles

**Fonctionnement:** Marché de fruits et légumes. Les lundis de 15h – 18h à l'année. Payez ce que vous pouvez

### BGC DAWSON

666 Woodland, Verdun

**Fonctionnement:** Les Paniers du Marché Verdunois contiennent des fruits et légumes d'haute qualité à des prix abordables. Ces paniers ont une économie moyenne de 50% comparé avec les chaînes alimentaires économiques de Verdun. Grand \$20, Moyen \$15, Petit \$10. Pour commander: <https://tinyurl.com/PanierVerdun>

## Île-des-Soeurs

### Maison d'Accueil des Nouveaux Arrivants (MANA)

286 rue Elgar, Île-des-soeurs

**Fonctionnement:** La MANA opère sa banque alimentaire à tous les lundis dans le sous-sol de l'Église Ste-Marguerite-Bourgeoys sur la rue Elgar. Apportez vos sacs et prévoyez payer 7 \$ comptant ou 8 \$ si payé par Interac.

Pour s'inscrire, simplement [cliquer ici](#) et après pour prendre le rendez-vous [cliquer ici](#) ou visitez le <https://manamtl.org/>



Cet outil est une initiative du comité Verdun Sans Faim, dont la vision est de favoriser la concertation, l'échange et l'aide pour un accès de proximité à la saine alimentation au sein de la communauté verdunoise, dans un esprit solidaire et équitable.

# November 2022

Food banks, emergency food services and other affordable food services in Verdun



## On appointment

### MAISON CAFI

5315 Wellington Street, Verdun

**How it works:** Call 514-844-3340 to make an appointment. By the alleyway entrance.

Monday to Friday. 7\$ per basket. Bring a bag

---

### SAINT-VINCENT-DE-PAUL SOCIETY - VERDUN

284 de l'Église Street, Verdun (inside the church)

**How it works:** Call 514-768-2093 and leave a message with a callback number, they will call back with an appointment on Tuesday or Thursday. Bring three bags, we are not giving plastic bags anymore. It is recommended to bring a bag on wheels.

Food offered once a month per person. **The last food assistance in November will be November 17th**

---

### BGC DAWSON, MANNA FOODBANK

666 Woodland, Verdun

#### How it works:

Call 514-7676-9967 (ext. 223) and leave a message with a callback number (before Tuesday for a faster reply). On Thursdays from 9 AM to 12 PM and 1 PM to 3:30 PM, once every four Thursdays per household.

---

## Community meals

### SHARE THE WARMTH

625 Rue Fortune, Pointe-Saint-Charles

**How it works:** Community lunch, every tuesday and thursday, 11:30 AM until 1:30 PM voluntary contribution: 0,50\$ / 2,50\$ / 5,00\$

---

## Île-des-Soeurs

### Maison d'Accueil des Nouveaux Arrivants (MANA)

286 rue Elgar, Île-des-soeurs

**Fonctionnement:** MANA operates its food bank every Monday in the basement of Ste-Marguerite-Bourgeoys Church on Elgar Street. Bring your bags. Pay 7\$ cash or 8\$ if paid by Interac.

To register, [click here](#) then to make the appointment [click here](#) or visit the website: <https://manamtl.org/>

---

## Food banks

### RÉSEAU D'ENTRAIDE DE VERDUN

5132 rue Wellington, Verdun

**How it works:** Monday, from 4 to 6 PM  
Bring 5\$ (the last basket of the month is free)  
Bring a cooler, an icepack, as well as a bag/trolley

---

### SHARE THE WARMTH

625 Fortune Street, Pointe-Saint-Charles  
514-933-5599 (ext 231)

**How it works:** Open on Tuesdays and Thursdays from 1PM to 3:30 PM. 2nd and 4th Thursdays of each month, open from 1 PM to 6 PM.

Serves the following postal codes : H3C, H3E, H3J, H3K, H4C, H4E, H4G, H4H.

1 \$ per adult per visit.

No more delivery to Verdun addresses.

---

## Markets

### SHARE THE WARMTH

625 Fortune Street, Pointe-Saint-Charles

**How it works:** Fruits and vegetables market. Mondays, 3 to 6 PM, all year long. Fridays at 11 AM to 2 PM, July, August and September.

---

### BGC DAWSON

666 Woodland, Verdun

**How it works:** The Paniers du Marché contain high quality fruits and vegetables at affordable prices. These baskets offer an average savings of 50% compared with Verdun's affordable grocers. Large \$20, Medium \$15, Small \$10. Order here: <https://tinyurl.com/PanierVerdun>

---



This tool is an initiative of the Verdun Sans Faim committee, whose vision is to foster concertation, exchange and assistance for local access to healthy food within the Verdun community, in a spirit of solidarity and equity.