

## Réseau d'entraide de Verdun

5132 rue Wellington, Verdun



Lundi : 16h à 18h  
Aucun rendez-vous requis  
7\$

## Maison C.A.F.I.

5315 rue Wellington, Verdun / 514-844-3340



Lundi - mardi - jeudi - vendredi  
Rendez-vous : par téléphone ou sur  
centrecasacafi.org/canasta  
10\$ / Limite de 4 dépannages par mois



Vente de repas abordables  
Jeudi et vendredi  
Rendez-vous : par téléphone  
5\$ par repas complet

## Partageons l'Espoir

625 rue de Fortune, Pointe-St-Charles / 514-933-5599  
Escaliers pour accéder au local  
Adhésion requise (pièce d'identité, preuve de résidence)



Mardi : 10h à 12h et 13h à 16h  
Jeudi : 13h à 18h  
Aucun rendez-vous requis  
Gratuit / Limite de 1 dépannage par mois



Mardi et jeudi : 11h30 à 13h30  
**Ouvert aux non-membres**  
Gratuit / Aucune inscription requise



Mardi : 10h à 12h et 13h à 16h  
Jeudi : 13h à 18h  
Prix abordables

## Chantier d'Afrique du Canada (CHAFRIC)

4740 rue Wellington, bureau 203 / 514-767-6200  
Accès à l'ascenseur à l'angle de la 3<sup>ème</sup> avenue



Distribution de pain  
Mardi et mercredi : 10h à 14h  
Aucun rendez-vous requis  
Gratuit / Limite de 2 dépannages par mois

## Maison d'accueil des nouveaux arrivants (MANA)

286 rue Elgar, Île-des-Soeurs / 438-837-9223  
Preuve de revenu  
Escaliers pour accéder au local



Lundi : 15h30 à 19h  
Rendez-vous : manamtl.org/  
7\$ comptant ou 8\$ par Interac

## Société Saint-Vincent de Paul - Verdun

284A de l'Église / 514-768-2093  
Preuve de résidence et pièce d'identité requise  
Ascenseur au 284 de l'Église



Mardi et jeudi : 12h à 14h  
Rendez-vous : par téléphone, le lundi avant 17h  
Gratuit / Limite de 1 dépannage par mois  
Livraison pour personnes à mobilité réduite

## La Fabrique de la Paroisse de Saint-Willibrord

351 rue de Willibrord / 514-769-9678  
Preuve de résidence, pièce d'identité avec photo



Mercredi : 12h30 à 14h30 et 17h à 19h  
Rendez-vous : par téléphone ou sur place  
Gratuit / Limite de 1 dépannage par semaine



Mercredi : 11h à 12h30, accueil dès 9h  
**Ouvert à tout le monde, inscription non-requise**  
Gratuit

## Coopérative de solidarité Abondance Urbaine Solidaire

6049 bd Lasalle / 514-766-2202  
Référence par un organisme obligatoire  
Escaliers pour accéder au local



Mercredi : 15h30 à 17h30  
10\$ la première fois, 7\$ ensuite  
Limite de 4 dépannages par mois

## La Fringale

Frigos libre service / Repas prêts-à-manger  
Gratuit / Ouvert à tout le monde



**Multi-CAUS - 6049 bd Lasalle**  
Lundi - vendredi : 15h à 19h  
Samedi - dimanche : 10h à 17h



**Friperie Entre tes mains - 383 rue de l'Église**  
Mardi - mercredi : 10h à 16h  
Jeudi - vendredi : 10h à 18h  
Samedi : 10h à 17h

### Légende



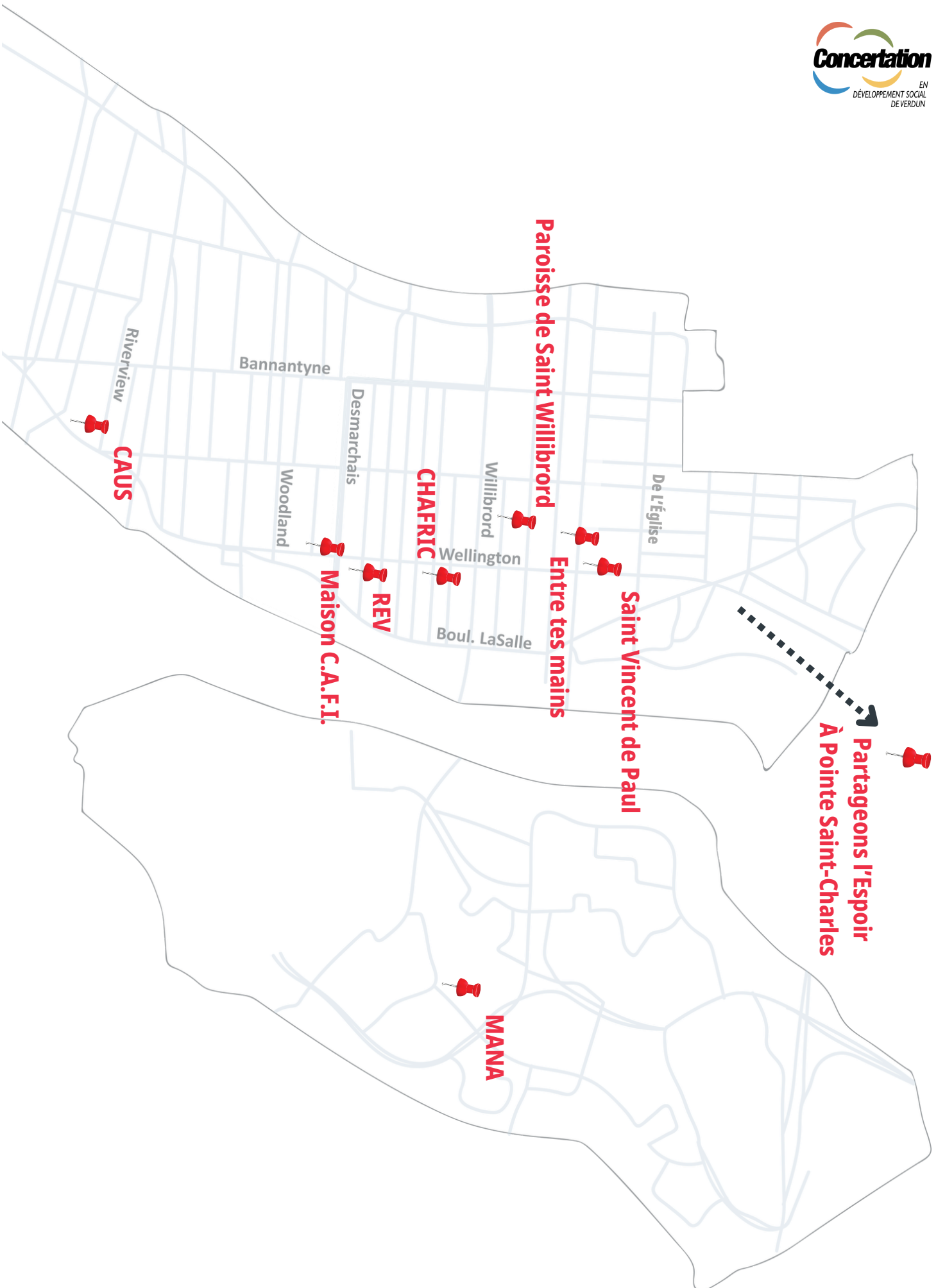
Distribution  
alimentaire



Repas  
communautaires



Marchés  
abordables





# MARCH, APRIL AND MAY 2026

Food assistance and other affordable food services in Verdun

## Réseau d'entraide de Verdun

5132 Wellington street, Verdun



Monday : 4 to 6 PM  
Appointment not required  
7\$

## Maison C.A.F.I.

5315 Wellington street, Verdun / 514-844-3340



Monday - Tuesday - Thursday - Friday  
Appointment : by phone or at  
centrecasacafi.org/canasta  
10\$ / Max 4 visits per month



Affordable meals  
Thursday and Friday  
Appointment : by phone  
5\$ a meal

## Share the Warmth

625 Fortune street, Pointe-St-Charles / 514-933-5599

Stairs to access the premises

Membership required (proof of residence and identity)



Tuesday: 10 AM to 12 PM / 1 to 4 PM  
Thursday: 1 PM to 6 PM  
Appointment not required  
Free / Limit of 1 visit a month



Tuesday and Thursday : 11:30 AM to 1:30 PM  
**Membership not required!**  
Free / Registration not required



Tuesday : 10 AM to 12 PM / 1 to 4 PM  
Thursday : 1 to 6 PM  
Affordable prices

## Chantier d'Afrique du Canada (CHAFRIC)

4740 Wellington street, office 203 / 514-767-6200

Access to elevator on 3rd street



Free bread  
Tuesday and Wednesday : 10 AM to 2 PM  
Appointment not required  
Free/ Limit of 2 visits a month

## Maison d'accueil des nouveaux arrivants (MANA)

286 Elgar street, Nun's Island / 438-837-9223

Proof of income required

Stairs to access the room



Monday : 3:30 to 7 PM  
Appointment : manamtl.org/  
\$7 cash or \$8 by Interac

## Société Saint-Vincent de Paul - Verdun

284A de l'Église street, Verdun / 514-768-2093

Proof of residence and identity required

Access to elevator at 284 rue de l'Église



Tuesday and Thursday : 12 to 2 PM  
Appointment: call on Monday before 5 p.m.  
Free / Max 1 visit per month  
Delivery for people with reduced mobility

## Saint Willibrord's Parish

351 Willibrord street, Verdun / 514-769-9678

Proof of residence and identity required



Wednesday : 12:30 to 2:30 PM / 5 to 7 PM  
Appointment : by phone or on site  
Free / Limit of 1 visit a week



Wednesday : 11 AM to 12:30 PM  
Doors open at 9 AM  
**Open to everyone, registration not required**  
Free

## Coopérative de solidarité Abondance Urbaine Solidaire

6049 Lasalle Blvd, Verdun / 514-766-2202

Referral by an organization required

Stairs to access the premises



Wednesday : 3:30 to 5:30 PM  
\$10 the first time, \$7 thereafter  
Limit of 4 visits a month

## La Fringale

Self service fridges / Ready-to-eat meals

Free / Open to everyone



### Multi-CAUS - 6049 Lasalle Blvd

Monday - Friday : 3 PM - 7 PM  
Saturday - Sunday : 10 AM to 7 PM



### Entre tes mains - 383 de l'Église street

Tuesday - Wednesday : 10 AM to 4 PM  
Thursday - Friday : 10 AM to 6 PM  
Saturday : 10 AM to 5 PM



This tool is an initiative from Verdun sans  
Faim, committee of the CDSV.

### Key



Food  
distribution



Community  
meals



Affordable  
market

