

Manger mieux à petit prix



Découvrez des applications et services à Lachine qui facilitent l'accès à des aliments abordables tout en réduisant le gaspillage.

- **Too Good To Go** : surplus alimentaires provenant de divers restaurants et épiceries à prix réduits.
- **Food Hero** : aliments à prix réduits proche de la date d'expiration dans les épiceries Métro et IGA.
- **Flashfood** : aliments à prix réduits proche de la date d'expiration dans les épiceries Maxi.
- **Odd Bunch** : service de livraison de boîtes de fruits et légumes locaux « imparfaits ».
- **Flipp** : regroupe les spéciaux des circulaires de toutes les grandes épiceries.

La Cantine à domicile : repas livrés chez vous à Lachine, accessibles à tous. Visitez : commander.lacantinepourtous.org/livraison

Ressources en milieux scolaires

9. Le Relais Populaire (le Club des petits déjeuners)



Dans les écoles Dalbé-Viau et Paul-Jarry

Quoi ? Un programme de déjeuners gratuits.

Pour Qui ? Les étudiants des écoles Dalbé-Viau et Paul-Jarry.

Comment ? Aucune inscription requise.

- **Dalbé-Viau** : Service à la cafétéria pour tous et directement dans les classes spécialisées.
- **Paul-Jarry** : Service clé en main dans les classes pour tous les élèves.

Combien ? Gratuit.

Quand ? Du **lundi au vendredi**, toutes les semaines pendant la période scolaire.

Pour plus d'informations : direction@relaispopulaire.com.

9. Le Relais Populaire (la Cantine dans les écoles)



Dans les écoles Très-Saint-Sacrement, Philippe-Morin, les Berges et Jardin des Saints Anges

Quoi ? Une offre de diners à tarification sociale pour les jeunes.

Pour Qui ? Les étudiants des écoles Très-Saint-Sacrement, Philippe-Morin, les Berges et Jardin des Saints Anges.

Comment ? Un parent doit s'inscrire sur le site web de La Cantine Pour Tous pour commander.

- S'assurer de passer la commande au plus tard **2 jours et 12 heures** avant le jour de livraison souhaité.

Combien ? Prix demandé entre **1\$ à 6\$** par repas.

Quand ? Du **lundi au vendredi**, toutes les semaines pendant la période scolaire.

Ressources pour les jeunes

10. MDJ l'Escalier Lachine



560 5e Avenue, Lachine, QC, H8S 2V9

Quoi ? Des sacs de denrées en priorité aux étudiants.

Pour Qui ? Tous les jeunes et leurs familles résidant à Lachine et les environs.

Comment ? Contacter info@mdjescalier.com ou @mdjlachine sur Instagram, ou appeler au (514) 637-0934 poste 200.

Combien ? Gratuit sur demande, **par référence et/ou inscription**.

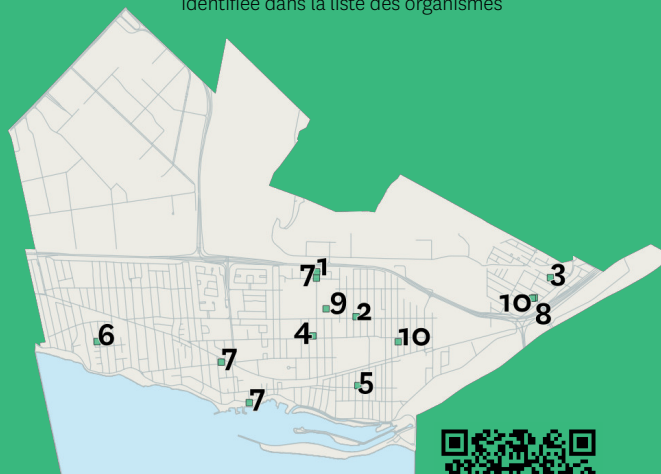
Quand ? Une fois aux 2 semaines. Distribution d'urgence possible.

AUTRES ACTIVITÉS ALIMENTAIRES

- Cuisine collective pour organismes, écoles et programmes parascolaires;
- Livraison popote roulante sur demande.

Où trouver de l'aide alimentaire

Chaque numéro sur la carte correspond à une ressource alimentaire identifiée dans la liste des organismes



Visitez le **site web du Concert'Action Lachine** via le **code QR** pour plus d'informations ainsi que le <https://www.211qc.ca/> pour accéder au répertoire des ressources communautaires.

CONTACT

📍 735 Rue Notre-Dame, Lachine, QC, H8S 2B5

☎ (514) 506-2000

✉ coordination@concertactionlachine.org

RESSOURCES ALIMENTAIRES À LACHINE



FICHE MISE À JOUR EN MAI 2026



Distribution alimentaire d'urgence

1. COVIQ



COVIQ
Comité de vie de quartier Duff-Court

1830 Rue Duff-Court, dans la Salle Communautaire COVIQ

Quoi ? Des sacs de denrées.

Pour Qui ? Les **membres du COVIQ** résidant sur la rue **Duff-Court** ou **au nord de la rue Sherbrooke, entre la 14e et la 24e avenue.**

Comment ? Pour devenir membre, passez au bureau pendant les heures d'ouverture ou contactez Jesus Alcalde (responsable du secteur alimentaire) au (514) 634-5055 #226 ou Glorioso (à l'accueil) au (514) 634-5055 #0.

Combien ? 4\$ pour devenir membre. Coût pour le dépannage de **3,50\$ chaque visite.**

Quand ? Chaque **mercredi** de **13h à 15h**. La participation est limitée à **une fois par mois.**

AUTRES ACTIVITÉS ALIMENTAIRES

- Cuisines collectives;
- Ferme urbaine;
- Ateliers de transformation des aliments;
- Deux dépannages alimentaire d'urgence par année pour les personnes résidant sur la rue Duff-Court.

2. Le Carrefour d'Entraide



1176 Rue Provost, Lachine, QC H8S 1N5

Quoi ? Des sacs de denrées.

Pour Qui ? Les **résidents de Lachine**, sauf ceux demeurant dans les quartiers **Saint-Pierre** (desservis par La P'tite Maison) et **Duff-Court** (desservis par le COVIQ).

Comment ? Sur rendez-vous. Présenter une **preuve de revenus**, une **preuve de résidence** et une **preuve d'identité** pour s'inscrire.

- **Amenez vos sacs réutilisables.**
- **Livraison disponible pour personnes à mobilité réduite.**

Combien ? 10\$ pour la carte de membre et 5\$ de contribution à chaque distribution.

Quand ? Chaque **mercredi**. La participation est limitée à **une fois par mois.**

Pour plus d'informations : Marie-Eve Côté au (514) 634-3686 poste 223 ou Mélanie Laflamme au (514) 634-3686 poste 225.

AUTRES ACTIVITÉS ALIMENTAIRES

- Cuisines collectives;
- Épicerie communautaire avec système de points bonis pour les membres et étudiants, avec différents paliers d'achats donnant droit à des avantages;
- Plats préparés.

Distribution alimentaire d'urgence

3. La P'tite Maison de Saint-Pierre



41 Avenue Ouellette, Lachine, QC, H8R 1L4

Quoi ? Des sacs de denrées.

Pour Qui ? Les **résidents du quartier de Saint-Pierre.**

Comment ? Sur rendez-vous. Se présenter à la P'tite Maison pendant les heures d'ouverture ou appelez au (514) 544-1319.

Combien ? Gratuit.

Quand ? Chaque **mercredi** de **12h30 à 16h00**. La participation est limitée à **une fois toutes les deux semaines.**

AUTRES ACTIVITÉS ALIMENTAIRES

- Cuisines collectives sur demande.

4. Mains Tendues



1810 Rue Saint Antoine, Lachine, QC, H8S 1V4

Quoi ? Sac de denrées.

Pour Qui ? Les **personnes à faible revenus.**

Comment ? S'adresser au (514) 469-2408 ext. 4 ou remplir le formulaire de contact.

- **Amenez vos sacs réutilisables.**

Combien ? 5\$ par personne.

Quand ? Chaque **mercredi** de **11h à 13h.**

AUTRES ACTIVITÉS ALIMENTAIRES

- Repas communautaires : **Jeu**di de **11h à 12h30.**

5. L'Oeuvre Soupe Maison Lachine



1170 Rue Notre Dame, Lachine, QC, H8S 2C4

Quoi ? 1 sac de 3-4 repas préparés par semaine et 1 sac de denrées non périssables par mois.

Pour Qui ? Les **résidents de Lachine.**

Comment ? Se présenter **en personne le jeudi entre 10h30 et 12h15** pour s'inscrire. Présenter une **preuve de revenus**, une **preuve de résidence** et une **preuve d'identité.**

Combien ? Gratuit.

Quand ? Chaque **jeudi** entre **10h30 et 12h15**, de **septembre à juin.**

Pour plus d'informations : communautaire@soupeamaisonlachine.org ou (514) 469-9954.

Autres ressources alimentaires

6. Popote Roulante



225 50e Avenue, Lachine, QC, H8T 2T7

Quoi ? Livraison de repas à domicile à bas prix.

Pour Qui ? Les personnes malades, en situation de handicap ou aînées. **Une référence médicale ou sociale est nécessaire** pour accéder à ce service.

Comment ? Sur commande, via Équipe Entreprise et le site web de la Popote Roulante.

Combien ? De **6\$ à 10\$** pour les repas et **4\$** pour les soupes et les desserts. **Minimum de 5 repas** et **maximum de 15 repas par commande.** Des frais administratifs de **5\$** s'appliquent à chaque commande inscrite pour livraison.

Quand ? En tout temps.

AUTRES ACTIVITÉS ALIMENTAIRES

- Repas à l'église Summerlea les **mardis** et **mercredis.**

7. Les P'tits Marchés de Lachine



À plusieurs adresses, visitez la page Facebook pour l'horaire

Quoi ? Des fruits et légumes frais et locaux à prix abordables.

Pour Qui ? Tout le monde.

Comment ? Se présenter pendant les heures d'ouverture.

- **Amenez vos sacs réutilisables.**

Combien ? Prix variables en fonction des items et de la saisonnalité.

Quand ? 3-4 marchés par semaine entre **juin à la fin octobre.**

Pour plus d'informations : visitez la page Facebook.

8. Le 59 Saint-Pierre



59 Avenue Saint-Pierre, Lachine, QC, H8R 1P1

Quoi ? Des plats préparés à bas prix et épicerie communautaire.

Pour Qui ? Tout le monde.

Comment ? Se présenter pendant les heures d'ouverture.

Combien ? De **5\$ à 10\$** pour les repas.

Quand ? Se référer à la page Facebook pour les heures ouvertures.

Pour plus d'informations : visitez la page Facebook.

AUTRES ACTIVITÉS ALIMENTAIRES

- Transformation alimentaire;
- Service traiteur communautaire;
- Repas communautaires.

Eat better for less



Discover apps and services in Lachine that make it easier to access affordable food while reducing waste.

- **Too Good To Go** : surplus food from various restaurants and grocery stores at reduced prices.
- **Food Hero** : discounted items near expiry at Métro/IGA stores.
- **Flashfood** : discounted items near expiry at Maxi stores.
- **Odd Bunch** : delivery service offering boxes of locally-sourced "imperfect" fruits and vegetables at lower prices.
- **Flipp** : gathers flyers and weekly deals from major grocery stores.

La Cantine à domicile: meals delivered to your home in Lachine, accessible to everyone. Visit:

commander.lacantinepourtous.org/livraison

Resources for Youth

10. MDJ l'Escalier Lachine



560 5th Avenue, Lachine, QC, H8S 2V9

What ? Bags of groceries, with priority given to students.

For whom ? All youth and their families living in Lachine and surrounding areas.

How ? Contact info@mdjescalier.com or @mdjlachine on Instagram, or call (514) 637-0934 ext. 200.

How much ? Free upon request, by referral and/or registration.

When ? Once every two weeks. Emergency distribution available.

OTHER FOOD-RELATED ACTIVITIES

- Collective cooking workshops for organizations, schools, and extracurricular programs;
- Meal delivery service available upon request.

Resources Available in Schools

9. Le Relais Populaire (le Club des petits déjeuners)



Bien se nourrir prépare l'avenir

At Dalbé-Viau and Paul-Jarry schools

What ? A free breakfast program.

For who ? Students of Dalbé-Viau and Paul-Jarry schools.

How ? No registration required.

- Dalbé-Viau : Cafeteria service available to all students and directly in specialized classrooms.
- Paul-Jarry : Full in-class service for all students.

How much ? Free.

When ? From **Monday to Friday**, every week during the school year.

For more information : direction@relaispopulaire.com.

9. Le Relais Populaire (la Cantine dans les écoles)



Bien se nourrir prépare l'avenir

At Très-Saint-Sacrement, Philippe-Morin, Les Berges, and Jardin des Saints Anges schools

What ? A subsidized lunch program for youth.

For whom ? Students of Très-Saint-Sacrement, Philippe-Morin, Les Berges, and Jardin des Saints Anges schools.

How ? A parent must register on La Cantine Pour Tous website to place orders.

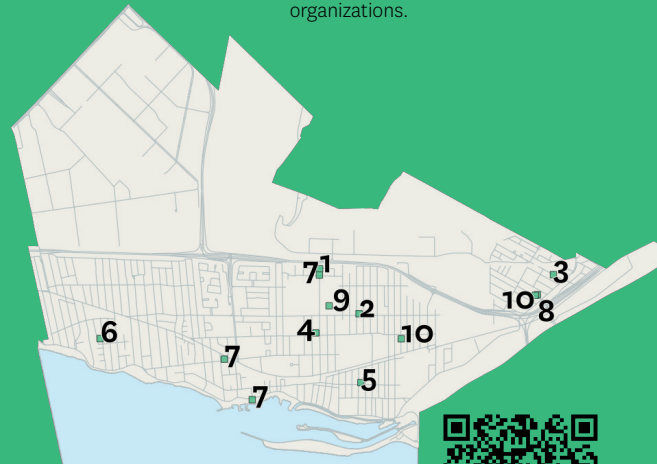
- Orders must be submitted no later than **2 days and 12 hours** before the desired delivery day.

How much ? Prices range from **\$1 to \$6** per meal.

When ? From **Monday to Friday**, every week during the school year.

Where to find food assistance

Each number on the map corresponds to a resource identified in the list of organizations.



Visit the website of **Concert'Action Lachine** via the QR code for more information, as well as <https://www.211qc.ca/> to access the directory of community resources.

CONTACT US

📍 735 Notre-Dame Street, Lachine, QC, H8S 2B5

☎ (514) 506-2000

✉ coordination@concertactionlachine.org

FOOD RESOURCES IN LACHINE



LAST UPDATED MAY 2026



Emergency Food Distribution

1. COVIQ



COVIQ
Comité de Vie de Quartier Duff-Court

1830 Duff-Court Street, in the COVIQ community room

What ? Bags of groceries.

For whom ? COVIQ members living on Duff-Court Street or north of Sherbrooke Street, between 14th and 24th Avenue.

How ? To become a member, visit during office hours or contact Jesus Alcalde (food program coordinator) at (514) 634-5055 #226 or Glorioso (front desk) at (514) 634-5055 #0.

How much ? \$4 to become a member. Cost of \$3.50 per visit.

When ? Every Wednesday between 12 pm to 3 pm. Participation is limited to once per month.

OTHER FOOD-RELATED ACTIVITIES

- Collective kitchens;
- Urban farm;
- Food transformation workshops;
- Two emergency food assistance distributions per year for residents of Duff-Court Street.

2. Carrefour d'Entraide



1176 Provost Street, Lachine, QC H8S 1N5

What ? Bags of groceries.

For whom ? Residents of Lachine, except those living in the Saint-Pierre neighbourhood (served by La P'tite Maison) and Duff-Court (served by COVIQ).

How ? By appointment. Bring proof of income, proof of residence, and proof of identity for registration.

- Bring your reusable bags.
- Delivery is available for people with reduced mobility.

How much ? \$10 for a membership card and a \$5 contribution per distribution.

When ? Every Wednesday. Participation is limited to once per month.

For more information : Marie-Eve Côté at (514) 634-3686 ext. 223 or Mélanie Laflamme at (514) 634-3686 ext. 225.

OTHER FOOD-RELATED ACTIVITIES

- Collective kitchens;
- Community grocery store with a bonus points system for members and students, with different spending levels offering various benefits;
- Prepared meals.

Emergency Food Distribution

3. La P'tite Maison de Saint-Pierre



41 Ouellette Avenue, Lachine, QC, H8R 1L4

What ? Bags of groceries.

For whom ? Residents of the Saint-Pierre neighbourhood.

How ? By appointment. Visit La P'tite Maison during opening hours or call (514) 544-1319.

How much ? Free.

When ? Every Wednesday from 12:30 pm to 4:00 pm. Participation is limited to once every two weeks.

OTHER FOOD-RELATED ACTIVITIES

- Collective kitchens upon request.

4. Mains Tendues



1810 Saint Antoine Street, Lachine, QC, H8S 1V4

What ? Bags of groceries.

For whom ? Individuals with low income.

How ? Contact (514) 469-2408 ext. 4 or complete the contact form.

- Bring your reusable bags.

How much ? 5\$ per person.

When ? Every Wednesday from 11:00 am to 1:00 pm.

OTHER FOOD-RELATED ACTIVITIES

- Community meals: Thursdays from 11:00 a.m. to 12:30 p.m.

5. L'Oeuvre Soupe Maison Lachine



1170 Notre Dame Street, Lachine, QC, H8S 2C4

What ? 1 bag including 3-4 prepared meals per week and 1 bag of non-perishable groceries per month.

For whom ? Residents of Lachine.

How ? Visit in person on Thursday between 10:30 am and 12:15 pm to register. Bring proof of income, proof of residence, and proof of identity.

How much ? Free.

When ? Every Thursday from 10:30 am to 12:15 pm, from September to June.

For more information : communautaire@soupe maison lachine.org or (514) 469-9954.

Additional Food Resources

6. Popote Roulante



225 50th Avenue, Lachine, QC, H8T 2T7

What ? Home-delivered meals at low-cost.

For whom ? People who are ill, living with a disability, or seniors. A medical or social referral is required to access this service.

How ? By order, through Équipe Entreprise and the Popote Roulante website.

How much ? From \$6 to \$10 for meals and \$4 for soups and desserts. Minimum of 5 meals and maximum of 15 meals per order. A \$5 administrative fee applies to each delivery order.

When ? At all times.

OTHER FOOD-RELATED ACTIVITIES

- Meals at Summerlea Church on Tuesdays and Wednesdays.

7. Les P'tits Marchés de Lachine



Multiple locations – see Facebook page for schedule

What ? Fresh, local fruits and vegetables at accessible prices.

How ? Visit during opening hours.

- Bring your reusable bags.

How much ? Prices vary depending on items and seasonality.

When ? 3-4 markets per week between June to end of October.

For more information : visit the Facebook page.

8. 59 Saint-Pierre



59 Saint-Pierre Avenue, Lachine, QC, H8R 1P1

What ? Low-cost prepared meals and community grocery store.

For whom ? Everyone.

How ? Visit during opening hours.

How much ? From \$5 to \$10 per meal.

When ? Refer to the Facebook page for opening hours.

For more information : visit the Facebook page.

OTHER FOOD-RELATED ACTIVITIES

- Food transformation;
- Community catering service;
- Community meals.

Comer mejor a bajo costo



Estas aplicaciones y servicios en Lachine pueden ayudarte a ahorrar dinero en comida y a reducir el desperdicio de alimentos.

- **Too Good To Go** : Sobrantes de comida de varios restaurantes y supermercados a precios reducidos.
- **Food Hero** : alimentos cerca de su fecha de vencimiento a precios reducidos en los supermercados Métro e IGA
- **Flashfood** : alimentos cerca de su fecha de vencimiento a precios reducidos en el supermercado Maxi.
- **Odd Bunch** : servicio de entrega de cajas de frutas y verduras locales "imperfectas".
- **Flipp** : reúne los folletos y ofertas de los principales supermercados.

La Cantine à domicile: comidas entregadas a tu casa en Lachine, accesibles para todas y todos. Visita: commander.lacantinepourtous.org/livraison

Recursos en las escuelas

9. Le Relais Populaire (le Club des petits déjeuners)



En las escuelas Dalbé-Viau y Paul-Jarry

- ¿ **Qué** ? Un programa de desayunos gratuitos.
- ¿ **Para quién** ? Estudiantes de las escuelas Dalbé-Viau y Paul-Jarry.
- ¿ **Cómo** ? No se requiere inscripción.
- **Dalbé-Viau** : Servicio en la cafetería para todos los estudiantes y directamente en los aules especializados.
- **Paul-Jarry** : Servicio completo en el aula para todos los estudiantes.
- ¿ **Cuánto** ? Gratuito.
- ¿ **Cuándo** ? De **lunes a viernes**, cada semana durante el período escolar.

Para más información : direction@relaispopulaire.com.

9. Le Relais Populaire (la Cantine dans les écoles)



En las escuelas Très-Saint-Sacrement, Philippe-Morin, Les Berges y Jardin des Saints Anges

- ¿ **Qué** ? Oferta de almuerzos con tarificación social para jóvenes.
- ¿ **Para quién** ? Estudiantes de las escuelas Très-Saint-Sacrement, Philippe-Morin, Les Berges y Jardin des Saints Anges.
- ¿ **Cómo** ? Un padre debe registrarse en el sitio web de La Cantine Pour Tous para realizar pedidos.
- Asegúrese de hacer el pedido a más tardar **2 días y 12 horas** antes de la fecha de entrega deseada.
- ¿ **Cuánto** ? Entre **\$1 y \$6** por comida.
- ¿ **Cuándo** ? De **lunes a viernes**, todas las semanas durante el período escolar.

Recursos para jóvenes

10. MDJ l'Escalier Lachine



560 50^a Avenida, Lachine, QC, H8S 2V9

- ¿ **Qué** ? Bolsas de alimentos, con prioridad para estudiantes.
- ¿ **Para quién** ? **Todos los jóvenes y sus familias que viven en Lachine** y sus alrededores.
- ¿ **Cómo** ? Contactar a info@mdjescahier.com o a @mdjlachine en Instagram, o llamar al (514) 637-0934 ext. 200.
- ¿ **Cuánto** ? Gratuito a solicitud, mediante referencia y/o inscripción.
- ¿ **Cuándo** ? **Una vez cada dos semanas**. Distribución de emergencia disponible.

OTRAS ACTIVIDADES ALIMENTARIAS

- Cocina colectiva para organizaciones, escuelas y programas extracurriculares;
- Entrega de comidas a domicilio disponible bajo solicitud.

Dónde encontrar recursos alimentarios

Cada número en el mapa corresponde a un recurso alimentario identificado en la lista de organizaciones



Visite el **sitio web de Concert'Action Lachine** a través del código QR para obtener más información, así como <https://www.211qc.ca/> para acceder al directorio de recursos comunitarios.

CONTACTO

- 📍 735 Rue Notre-Dame, Lachine, QC, H8S 2B5
- ☎ (514) 506-2000
- ✉ coordination@concertactionlachine.org

RECURSOS ALIMENTARIOS EN LACHINE



ACTUALIZADO EN MAYO DE 2026



Distribución de alimentos de emergencia

1. COVIQ



COVIQ
Comité de Vie de Quartier Duff-Court

1830 Calle Duff-Court, en la sala comunitaria de COVIQ

¿ **Qué ?** Bolsas de alimentos.

¿ **Para quién ?** Miembros del COVIQ que residen en la calle Duff-Court o al norte de la calle Sherbrooke, entre la 14ª y la 24ª avenida.

¿ **Cómo ?** Para hacerse miembro, pase por la oficina durante el horario de atención o contacte a Jesus Alcalde (responsable del sector alimentario) al (514) 634-5055 ext. 226 o a Glorioso (recepción) al (514) 634-5055 ext. 0.

¿ **Cuánto ?** \$4 para hacerse miembro. Costo de \$3,50 por visita.

¿ **Cuándo ?** Cada **miércoles** de **13:00 a 15:00**. Participación limitada a **una vez al mes**.

OTRAS ACTIVIDADES ALIMENTARIAS

- Cocinas colectivas;
- Huerto urbano;
- Talleres de transformación de alimentos;
- Dos distribuciones de alimentos de emergencia al año para las personas que viven en la calle Duff-Court.

2. Carrefour d'Entraide



1176 Calle Provost, Lachine, QC H8S 1N5

¿ **Qué ?** Bolsas de alimentos.

¿ **Para quién ?** Los residentes de Lachine, excepto aquellos que viven en los barrios de Saint-Pierre (atendidos por La P'tite Maison) y Duff-Court (atendidos por el COVIQ).

¿ **Cómo ?** Con cita previa. Se requiere presentar **prueba de ingresos, prueba de domicilio y documento de identidad** para la inscripción.

- Traiga sus bolsas reutilizables.
- Entrega disponible para personas con movilidad reducida.

¿ **Cuánto ?** \$10 para la tarjeta de miembro y una contribución de \$5 por cada distribución.

¿ **Cuándo ?** Cada **miércoles**. Participación limitada a **una vez/mes**.

Para más información: Marie-Eve Côté al (514) 634-3686 ext. 223 o Mélanie Laflamme al (514) 634-3686 ext. 225.

OTRAS ACTIVIDADES ALIMENTARIAS

- Cocinas colectivas;
- Tienda comunitaria con sistema de puntos de bonificación para miembros y estudiantes, con distintos niveles de compra que ofrecen beneficios;
- Platos preparados.

Distribución de alimentos de emergencia

3. La P'tite Maison de Saint-Pierre



41 Avenida Ouellette, Lachine, QC, H8R 1L4

¿ **Qué ?** Bolsas de alimentos.

¿ **Para quién ?** Los residentes del barrio de Saint-Pierre.

¿ **Cómo ?** Con cita previa. Presentarse en La P'tite Maison durante el horario de atención o llamar al (514) 544-1319.

¿ **Cuánto ?** Gratuito.

¿ **Cuándo ?** Cada **miércoles** de **12:30 a 16:00**. Participación limitada a **una vez cada dos semanas**.

OTRAS ACTIVIDADES ALIMENTARIAS

- Cocinas colectivas bajo pedido.

4. Mains Tendues



1810 Calle Saint Antoine, Lachine, QC, H8S 1V4

¿ **Qué ?** Bolsas de alimentos.

¿ **Para quién ?** Personas de bajos ingresos.

¿ **Cómo ?** Contactar al (514) 469-2408 ext. 4 o completar el formulario de contacto.

- Traiga sus bolsas reutilizables.

¿ **Cuánto ?** \$5 por persona.

¿ **Cuándo ?** Cada **miércoles** de **11:00 a 13:00**.

OTRAS ACTIVIDADES ALIMENTARIAS

- Comidas comunitarias: **jueves** de **11:00 a 12:30**.

5. L'Oeuvre Soupe Maison Lachine



1170 Calle Notre Dame, Lachine, QC, H8S 2C4

¿ **Qué ?** Una bolsa de 3-4 comidas preparadas por semana y 1 bolsa de alimentos no perecederos por mes.

¿ **Para quién ?** Los residentes de Lachine.

¿ **Cómo ?** Presentarse en persona el **jueves** entre las 10:30 y las 12:15 para inscribirse. Se requiere presentar una **prueba de ingresos**, una **prueba de domicilio** y un **documento de identidad**.

¿ **Cuánto ?** Gratuito.

¿ **Cuándo ?** Cada **jueves** de **10:30 a 12:15**, de **septiembre a junio**.

Para más información: communautaire@soupeamaisonlachine.org o (514) 469-9954.

Otros recursos alimentarios

6. Popote Roulante



225 50ª Avenida, Lachine, QC, H8T 2T7

¿ **Qué ?** Entrega de comidas a domicilio a bajo costo.

¿ **Para quién ?** Personas enfermas, en situación de discapacidad o personas mayores. Se requiere una **referencia médica o social** para acceder a este servicio.

¿ **Cómo ?** Por pedido, a través de Équipe Entreprise y el sitio web de la Popote Roulante.

¿ **Cuánto ?** Entre **\$6 y \$10** por comida y **\$4** por sopas y postres.

Mínimo de 5 comidas y máximo de 15 por pedido. Se aplica una tarifa administrativa de **\$5** a cada pedido de entrega.

¿ **Cuándo ?** En todo momento.

OTRAS ACTIVIDADES ALIMENTARIAS

- Comidas en la Iglesia Summerlea los **martes** y **miércoles**.

7. Les P'tits Marchés de Lachine



En varias direcciones, consulte la página de Facebook para el horario

¿ **Qué ?** Alimentos frescos y locales a precios accesibles.

¿ **Para quién ?** Todos.

¿ **Cómo ?** Visite durante el horario de atención.

- Traiga sus bolsas reutilizables.

¿ **Cuánto ?** Los precios varían según los productos y la temporada.

¿ **Cuándo ?** 3-4 mercados por semana desde **junio hasta finales de octubre**.

8. 59 Saint-Pierre



59 Avenida Saint-Pierre, Lachine, QC, H8R 1P1

¿ **Qué ?** Platos preparados a bajo costo y tienda de alimentos comunitaria.

¿ **Para quién ?** Todos.

¿ **Cómo ?** Visite durante el horario de atención.

¿ **Cuánto ?** De **\$5 a \$10** por comida.

¿ **Cuándo ?** Consulte la página de Facebook para el horario.

Para más información, consulte la página de Facebook.

OTRAS ACTIVIDADES ALIMENTARIAS

- Transformación de alimentos;
- Servicio de catering comunitario;
- Comidas comunitarias.