

Soutien et accompagnement



Pour des informations bancaires

Consultez les fiches en espagnol du service Desjardins :



Utiliser les guichets automatiques



Faire un transfert international



Faire un transfert Interac



Déposer un chèque virtuellement

Pour plus de renseignement et prendre un rendez-vous

Desjardins Entreprises de Matane

+1 418 562-2058

248 rue Thibault, Matane



Pour apprendre le français

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

AgriFrancisation (uniquement pour travailleurs agricoles)

Francisation Québec



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 Matanie !

Service d'accueil des nouveaux arrivants de La Matanie - SANAM

Communauté Rézo Matanie

Loisirs de la Matanie

Tourisme Matane

Ville de Matane

Une ville attractive et animée !

+1 418 562-2333

230 avenue Saint-Jérôme, Matane



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

Pour un service personnalisé dans la région de La Matanie en français, espagnol ou anglais

N'hésitez pas à communiquer avec Marisol Rodriguez

+1 581 232-1862

rodriguezmarisol@cgmatane.qc.ca

au Service d'accueil des nouveaux arrivants de La Matanie - SANAM

464 avenue Saint-Jérôme, Matane

sanamatanie.org



Fiches d'information et d'accueil



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 pour les travailleurs étrangers

Bienvenue au Bas-Saint-Laurent

MRC DE LA MATANIE



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



VERSION NUMÉRIQUE

Bas-Saint-Laurent

Services de proximité

 **DANS LA MATANIE**



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

Friperie le Grenier

 807 avenue du Phare Est, Matane

Friperie Les chiffonniers

 11 avenue Desjardins, Matane



Pour avoir de la nourriture gratuite ou à petits prix

Cuisine collective de la Matanie

 221 rue de la Fabrique, Matane

 +1 418 562-7828



Pour trouver des aliments de mon pays

Les grandes épiceries comme Super C et Maxi offrent une belle variété d'aliments.

Aux Galeries du Vieux Port, vous trouverez aussi une pharmacie et différents magasins de vêtements et d'accessoires à des prix raisonnables.

 750 avenue du Phare Ouest, Matane



Pour se déplacer dans La Matanie

 **Transport Collectif de la MRC de La Matanie**

Vous trouverez aussi

Taxi Matane

 +1 418 562-2030

Co-voiturage

webcovoitureur.com



Pour un problème de santé

Rendez-vous au Centre hospitalier de Matane.

 333 rue Thibault, Matane

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

 **En cas d'urgence composez le 911.**

Soutien et accompagnement



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

 +1 514 235-2765

 **Trabajadores agrícolas temporales en Québec**



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

Téléphonez à Justice ProBono; une avocate répondra à vos questions.

 +1 866 999-4881

 +1 438 337-6002

 **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



Tous ces services 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.