

# cai

carrefour  
d'action  
interculturelle

POUR UN ACCUEIL ET UN ACCOMPAGNEMENT  
ADAPTÉS À VOS BESOINS



ACCOMPAGNEMENT  
INDIVIDUALISÉ



SENSIBILISATION



ACTIVITÉS  
SOCIOCULTURELLES

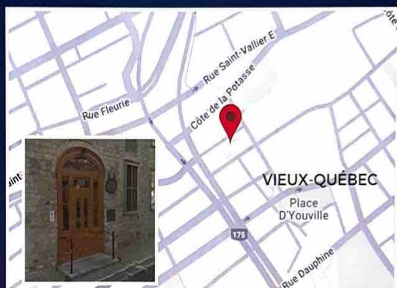
## NOUS CONTACTER

☎ 418-692-1762, poste 236  
Whatsapp: +1 581-777-6701

✉ info@cai-quebec.org

🏠 945, rue des  
Sœurs-de-la-Charité,  
suite 321  
Québec (Québec) G1R 1H8

🌐 www.cai-quebec.org



Avec la participation financière de :

Québec



Centraide  
Québec et  
Chaudière-Appalaches

cai  
carrefour  
d'action  
interculturelle



## FÉVRIER 2026



DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	
1	2	3	4	Atelier de conversation française 19 h - 21 h	5	6	7
8	9	10	11	Atelier de conversation française 19 h - 21 h	12	13	14
15	16	17	18	Atelier de conversation française 19 h - 21 h	19	20	C'est notre histoire 21 Musée de la civilisation 9 h 30 - 11 h 30 Sur inscription
22	23	24	25	Atelier de conversation française 19 h - 21 h	26	27	Fête hivernale interculturelle Patro Laval 14 h 30 - 19 h 30

Pour s'inscrire et avoir de l'information

📧 valerie.s@cai-quebec.org

☎ 418 264-6792

Avec la participation financière de :

Québec



**Ressource  
Espace  
Familles**

1000, rue de Bar-le-Duc  
Québec, Qc, G1W 4X6  
418-681-9740

# Ressource Espace Familles



- Habiletés parentales
- Développement global de l'enfant
- Inclusion sociale
- Lutte contre la pauvreté

**Ressource  
Espace  
Familles**

## PROGRAMMATION HIVER 2026

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
Sorties interculturelles* pour tous	Halte-garderie* 2-5 ans SM 8h - 17h	Hakuna Matata et jeux libres 0-5 ans SM 9h - 17h	Halte-garderie* 2-5 ans SM 8h - 17h	Jeux libres 0-36 mois SM 8h30 - 11h30	Halte-garderie* 2-5 ans SM 8h - 17h	
	Chefs en herbe* 3-5 ans NDF 9h - 11h	Éveil musical 18-36 mois* NDF 9h - 11h	Jeux libres 0-5 ans SU 9h - 12h	Jeux libres 0-5 ans SM 13h - 15h	Jeux libres 0-5 ans SU 9h - 12h	
	Chefs en herbe* 3-5 ans NDF 13h - 15h	Magie de la science* NDF 13h - 15h	Comptoir alimentaire* NDF 12h30 - 16h			



**En tout temps :** Soutien aux familles, aide matérielle, événements, dépannage alimentaire d'urgence, référencement, intervention de proximité, etc.

\*Inscription obligatoire

SU : Centre de Loisirs Ste-Ursule. SM : Centre de Loisirs St-Mathieu. NDF : Centre de Loisirs Notre-Dame-de-Foy



Réseau de santé publique  
en santé au travail

Les risques  
psychosociaux,  
en parler et agir!



L'organisation des  
premiers secours c'est plus  
que l'achat d'une trousse!



Des  
professionnels  
qui font équipe  
avec vous!

Niveaux d'exposition au bruit pour  
une journée de travail de 8 heures



Bruits impulsifs  
(bruits forts de très courte durée)

[www.santeautravail.qc.ca](http://www.santeautravail.qc.ca)

Réseau de santé publique  
en santé au travail

Capitale-Nationale

Pour faire une demande de service ou avoir des informations :

Centre intégré  
universitaire de santé  
et de services sociaux  
de la Capitale-Nationale



Direction de santé publique

[sat.ciusscn@ssss.gouv.qc.ca](mailto:sat.ciusscn@ssss.gouv.qc.ca)

418-623-1010, poste 0



CAPITALE-NATIONALE

*FAMILLE, QUALITÉ DE VIE, SÉCURITÉ ET EMPLOI*

NOUS VOUS ACCOMPAGNONS DANS VOS DÉMARCHES.



SOIT

ALLIÉ TALENT ET EMPLOI

Avec la participation financière de :

Québec 

2954, boul Laurier, Iberville 4,  
Bureau 650, 6e étage Québec, QC G1V 4T2  
(418) 648-0822  
Regionalisation@soit.quebec

# Ma Carte Alimentaire

## Basse-Ville

Ressources en alimentation




























**LÉGENDE**

❗ Il est important de communiquer avec l'organisme avant de se présenter en personne pour connaître le fonctionnement (critères d'admission, heures d'ouverture, coûts et autres conditions).

-  **Popote roulante**  
Service de livraison de repas
-  **Frigo partage**  
Réfrigérateur installé dans un espace public et rempli par des dons en libre service
-  **Distribution alimentaire**  
Distribution d'aliments sur une base régulière
-  **Repas congelés**  
Repas congelés à bas prix
-  **Dépannage alimentaire**  
Soutien temporaire à un besoin urgent en nourriture
-  **Offre de repas**  
Repas à bas prix
-  **Offre de collations**
-  **Cuisines collectives**  
Partage de ressources pour cuisiner des plats à bas prix
-  **Ateliers éducatifs**  
Recettes, techniques et astuces de cuisine
-  **Marché solidaire**  
Fruits et légumes frais locaux et plats préparés à bas prix
-  **Coupons alimentaires**
-  **Jardin collectif**
-  **Critère d'admission**
-  **Service payant**
-  **Accessibilité**



### Saint-Sauveur

- 1** CENTRE DUROCHER  
680, rue Raoul-Jobin  
418-522-5681  
    
Ouvert à tous.tes
- 2** SSVP SAINT-MALO/ SAINT-JOSEPH  
260, rue Bouffard  
418-681-9869  
    
Résident.es paroisses Saint-Malo, Notre-Dame-de-Pitié et Saint-Joseph
- 3a** SERVICE D'ENTRAIDE BASSE-VILLE  
155, avenue du Sacré Cœur  
418-529-6889  
    
Résident.es du quartier Saint-Sauveur  
Personnes en perte d'autonomie (Popote roulante)
- 3b** FRIGO PARTAGE  
155, avenue du Sacré Cœur  
(Devant le Service d'entraide Basse-Ville)  
  
Ouvert à tous.tes
- 4** PIPO  
535, avenue des Oblats  
418-641-0168  
    
Personnes qui fréquentent l'organisme
- 5** SSVP SACRÉ - CŒUR - PATRO LAVAL  
145, rue Bigaouette  
418-522-5741 poste 303  
    
Résident.es paroisse Sacré-Cœur
- 6** CENTRE DES FEMMES DE LA BASSE-VILLE  
380, rue Saint-Vallier Ouest  
418-648-9092  
    
Personnes s'identifiant comme femmes, inscrites seulement
- 7** SSVP SAINT-SAUVEUR  
221, avenue des Oblats  
418-641-0877  
    
Résident.es de la paroisse St-Sauveur
- 8** LE PIGNON BLEU  
271, rue Saint-Vallier Ouest  
418-648-0598  
      
Familles inscrites

### Saint-Roch

- 9** MAISON REVIVRE  
261, rue Saint-Vallier Ouest  
418-523-4343  
      
18 ans et +
- 10** CENTRE JACQUES-CARTIER  
20, boulevard Charest Est  
418-523-6021  
     (hiver)  
16-35 ans
- 11** CENTRE COMMUNAUTAIRE L'AMITIE  
59, rue Notre-Dame-des-Anges  
418-522-5719  
      
18 ans et +
- 12** SSVP NOTRE-DAME-DE-L'ASSOMPTION  
153, rue Saint-François Est  
581-984-2145  
    
Résident.es de Saint-Roch
- 13** VERGER - POTAGER LA NEF  
rue Saint-Joseph Est (devant La Nef)  
418-914-5188  
verdirsaicroch@gmail.com  
    
Ouvert à tous.tes
- 14a** ROULOTTE LE MARGINAL  
Parvis de l'église Saint-Roch  
418-522-5741 poste 222  
    
Ouvert à tous.tes
- 14b** MARCHÉ SOLIDAIRE CROQUE ST-ROCH  
Parvis de l'église Saint-Roch (en été)  
Dans des organismes (en hiver)  
418-455-1653  
    
Ouvert à tous.tes
- 14c** FRIGO PARTAGE  
Parvis de l'église Saint-Roch  
581-745-7640  
   
Ouvert à tous.tes
- 15a** ENTRAIDE SAINT-ROCH  
555, rue Saint-François Est  
418-525-3513  
    
Résident.es Saint-Roch
- 15b** SERVICE AMICAL BASSE-VILLE  
570, rue Saint-François Est  
418-529-9029  
   (hiver)  
Résident.es de Saint-Roch, Cap-Blanc et Pointe-aux-Lièvres
- 16** CAFÉ-RENCONTRE DU CENTRE-VILLE  
796, rue Saint-Joseph Est  
418-640-0915  
    
Ouvert à tous.tes
- 17a** CENTRE LE BOURG-JOIE  
500, rue du Pont  
418-525-9622 poste 22246  
    
Ouvert à tous.tes
- 17b** LAUBERIVIÈRE  
485, rue du Pont  
418-694-9316  
    
18 ans et +

# UNE RESSOURCE GRATUITE POUR PRATIQUER LE FRANÇAIS



Pour apprendre le français,  
découvrir la culture  
canadienne et rester connecté  
à la francophonie.

✦ RADIO-CANADA OHDIO OFFRE GRATUITEMENT DES LIVRES AUDIO,  
ÉMISSIONS ET BALADOS EN FRANÇAIS, ACCESSIBLES PARTOUT AU  
CANADA !

ACCÉDEZ À LA PLATEFORME: [HTTPS://ICI.RADIO-CANADA.CA/OHDIO/](https://ici.radio-canada.ca/ohdio/)

# Cours de français gratuits pour les personnes immigrantes



« Fiers de  
parler  
français.

Si je suis  
capable,  
vous l'êtes  
aussi. »



Pour en savoir plus :  
[Québec.ca/parlerfrançais](http://Quebec.ca/parlerfrançais)

# Services aux entreprises

Ministère de l'Immigration, de la Francisation  
et de l'Intégration



Un accompagnement personnalisé est offert aux entreprises  
dans toutes les régions du Québec. Demandez-le :

[Québec.ca/immigration/embaucher-immigrant](https://quebec.ca/immigration/embaucher-immigrant)

## Embauchez des candidat(e)s provenant de l'international



## Ouvrez la porte à de nouveaux talents !

En plus de promouvoir la **diversité en emploi**, voilà une façon efficace de bénéficier de **ressources engagées et motivées** au sein de votre organisation.

L'Université Laval pilote le programme *Première expérience de travail au Québec*. Une initiative qui facilite l'accès au marché du travail aux communautés étudiante et diplômée des cycles supérieurs provenant de l'international.

**Nous avons plusieurs personnes professionnelles prêtes à vivre une expérience de travail dans la grande région de Québec.**



### Pour en savoir plus

**Sophie Isabelle**  
Conseillère en emploi  
Première expérience de travail au Québec  
[pexquebec@ulaval.ca](mailto:pexquebec@ulaval.ca)

# Renforcement des compétences interculturelles

**Vous êtes un employé ou un bénévole  
d'un organisme à but non lucratif (OBNL)  
de Québec? De plus en plus de personnes  
issues de l'immigration utilisent  
vos services?**

**Le programme de formation  
*Accueillir la diversité ethnoculturelle*  
est pour vous!**

- ▶ Choix entre plusieurs formations
- ▶ Niveau débutant ou intermédiaire
- ▶ Possibilité de suivre le parcours  
au complet ou de choisir à la pièce
- ▶ Plusieurs dates offertes  
à l'automne et à l'hiver



**311  
INFO**  
VILLE DE QUÉBEC



Pour information et inscription :  
[ville.quebec.qc.ca/formationsdiversiteobnl](http://ville.quebec.qc.ca/formationsdiversiteobnl)

Avec la participation financière de :

Québec

VILLE DE  
**QUÉBEC**  
l'accent  
d'Amérique

# LA CROISÉE DES RESSOURCES

POUR LES PERSONNES IMMIGRANTES

Lors de cette journée gratuite, découvrez des organismes, rencontrez des employeurs et assistez à des conférences d'experts.



Jeudi 19 mars 2026 - 9 h à 16 h



**GIT Services-conseils en emploi**

245 rue Soumande, bureau 280 Québec, G1M 3H6



**Pour les personnes immigrantes, tous statuts**



**Découvrez des services utiles** (impôts, alimentation, emploi, logement, friperies, références, etc.), **apportez votre CV pour les employeurs et participez à des conférences gratuites toute la journée.**



**INSCRIVEZ-VOUS :**



[bit.ly/croisee-ressources](https://bit.ly/croisee-ressources)

# LA CROISÉE DES RESSOURCES

POUR LES PERSONNES IMMIGRANTES

Lors de cette journée gratuite, découvrez des organismes, rencontrez des employeurs et assistez à des conférences d'experts.



**Jeudi 19 mars 2026 - 9 h à 16 h**



**GIT Services-conseils en emploi**

245 rue Soumande, bureau 280 Québec, G1M 3H6



**Pour les personnes immigrantes, tous statuts**



**Découvrez des services utiles** (impôts, alimentation, emploi, logement, friperies, références, etc.), **apportez votre CV pour les employeurs et participez à des conférences gratuites toute la journée.**



**INSCRIVEZ-VOUS :**



[bit.ly/croisee-ressources](https://bit.ly/croisee-ressources)

ÉVÉNEMENTS  
**EMPLOI**  
ÉCLAIR



UN MATCH EN  
**7 MINUTES**

**Vous cherchez à embaucher des personnes et non des CV?**

Nos événements vous permettent de discuter avec une multitude de candidats aux profils variés, et ce, **gratuitement!**

### Comment ça fonctionne?

1. Consultez notre [site Web](#) et découvrez notre calendrier.
2. Inscrivez-vous à la date qui vous convient ou contactez-nous pour plus d'information.
3. Un membre de l'équipe communiquera avec vous pour confirmer votre participation.
4. Transmettez-nous vos descriptions de postes et votre logo. Nous en ferons la promotion et vous ferons parvenir les coordonnées des personnes intéressées avant l'événement.
5. Le jour de l'événement, contactez tous les candidats pour une entrevue de 5 à 7 minutes.
6. L'entrevue était positive? Poursuivez vos démarches habituelles avec les candidats retenus.
7. On veut vos impressions! Nous communiquerons avec vous pour un bref retour sur votre expérience et vos embauches potentielles.

### Prêt.e à engager?

Pour tout savoir : [evenementsemploieclair.com/jembauche](http://evenementsemploieclair.com/jembauche)

La version professionnelle du **speed dating!**

418 648-0044 poste 27 | [eee@libreemploi.qc.ca](mailto:eee@libreemploi.qc.ca)

Événements coordonnés par Libre Emploi, avec la participation financière de



# Championnat de la diversité

Une opportunité unique pour dynamiser votre recrutement local!

Participez à cette matinée d'activités ludiques où votre équipe sera jumelée avec des talents titulaires d'un statut valide pour travailler au Québec, tels que :

- Détenteurs d'un permis de travail ouvert (conjointes de travailleurs ou d'étudiants internationaux, ainsi que titulaires d'un permis de travail post diplôme);
- Résidents permanents;
- Étudiants internationaux (en cours de formation ou finissants);
- Personnes ayant un statut d'immigration et actuellement en recherche d'emploi pour des raisons économiques;
- Citoyens canadiens.

## ACTIVITÉS:

- Deck hockey;
- jeu du Washer;
- lancers francs;
- quiz photos.



## Pourquoi participer au Championnat de la diversité?

- Accéder à des candidats qualifiés prêts à travailler;
- Afficher une offre d'emploi sur notre plateforme de postulation;
- Renforcer votre marque employeur en démontrant votre engagement envers la diversité et l'inclusion;
- Réseauter avec les entreprises, établissements et partenaires participants.

## PRINCIPAUX DOMAINES DES PARTICIPANTS:

- Administration
- Comptabilité et finances
- Éducation, enseignement
- Génie
- Marketing, communications et ventes
- Santé

Inscrivez-vous dès maintenant!



Une initiative de



Avec la participation financière de



En collaboration avec



# Immigr'Action

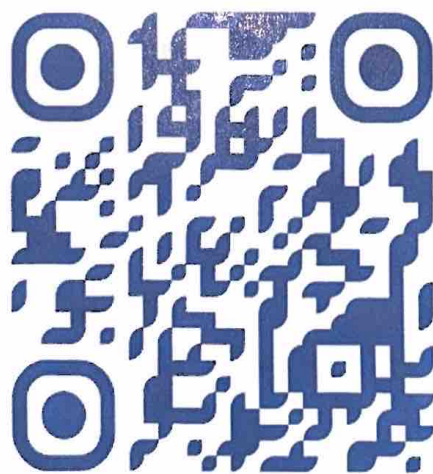


## Plateforme de formation

Dans le cadre du projet Immigr'Action, une **plateforme de formation en ligne gratuite** à été créée afin d'outiller les employeurs et les équipes à mieux comprendre et intégrer la diversité en milieu de travail.

**Chaque mois, une nouvelle capsule vidéo avec certificat à la clé**, outils concrets et témoignages: on y aborde le recrutement inclusif, la communication interculturelle, les biais inconscients et les réalités des parcours migratoires.

[Scannez le code QR pour accéder au calendrier des sorties des capsules ainsi qu'à la plateforme.](#)



En partenariat avec :



# Immigr'Action



## Infolettre *Cultivons l'inclusion*

Vous embauchez ou souhaitez embaucher des personnes immigrantes au sein de votre organisation? L'infolettre du projet Immigr'Action s'adresse aux employeurs de la région de Québec qui veulent s'informer et mieux comprendre les enjeux liés à l'accueil, à l'intégration et à la rétention des talents issus de l'immigration.

Chaque trimestre, Immigr'Action vous propose :

- des outils concrets et faciles à utiliser en milieu de travail
- des bonnes pratiques terrain issues d'organisations d'ici
- des ressources pertinentes en lien avec l'immigration et l'emploi
- des activités, des formations et des événements utiles, sans surcharge d'information

**Abonnez-vous gratuitement et faites partie des organisations qui contribuent à des milieux de travail accueillants, diversifiés et durables.**



Infolettre rédigée par **Libre EMPLOI**

En partenariat avec :

Québec 

VILLE DE QUÉBEC  *l'accent d'Amérique*

# Immigr'Action



## Communauté de pratique en inclusion dans l'économie sociale Élaboration et évaluation des politiques EDI

Immigr'Action  
Communauté de pratique  
en inclusion dans l'économie sociale

Élaboration et évaluation  
des politiques EDI

25 mars 2026  
12h à 13h30, en ligne

Personnes invitées

  
Anna Krol  
directrice générale et directrice du  
Programme d'action, d'intégration et d'adaptation au  
Québec pour la paix et l'inclusion sociale

  
Andrée-Anne  
Deschênes  
professeure adjointe, Université de Québec à  
Québec et membre du conseil d'administration

  
Catherine Beaudry  
professeure adjointe à l'Université du Québec à  
Québec (UQAR)



Pôle CN Québec VILLE DE QUÉBEC

Le 25 mars 2026, le Pôle CN vous invite à la 4<sup>e</sup> rencontre de la Communauté de pratique en inclusion dans l'économie sociale.

Aux côtés de **Anna Krol**, **Andrée-Anne Deschênes** et **Catherine Beaudry**, venez échanger sur vos défis liés à l'élaboration et à l'évaluation de vos politiques EDI. Ensemble, construisons une économie plus équitable, plus inclusive et véritablement inspirante.

**Date** : 25 mars 2026  
**Heure** : 12 h à 13 h 30  
**Lieu** : en ligne

En partenariat avec :

Québec 

VILLE DE QUÉBEC  l'accent d'Amérique

# Immigr'Action



## Communauté de pratique en inclusion dans l'économie sociale Gouvernance inclusive

A flyer for the event 'Gouvernance inclusive'. The top left has the 'Immigr'Action' logo. The top right says 'Communauté de pratique en inclusion dans l'économie sociale'. The main title 'Gouvernance inclusive' is in large white letters on a green background. Below it, 'Personne invitée' is written above a photo of Léa Larissa Monda. Her name and title 'conseillère en entrepreneuriat inclusif à la CDEC de Québec' are listed below the photo. A QR code is on the right. At the bottom, logos for 'Pôle CN Québec' and 'VILLE DE QUÉBEC' are shown.

Immigr'Action

Communauté de pratique  
en inclusion dans l'économie sociale

**Gouvernance  
inclusive**

Personne invitée

**Léa Larissa Monda**  
conseillère en entrepreneuriat inclusif à la CDEC de Québec

11 février 2026  
12h à 13h30, en ligne

Pôle CN Québec VILLE DE QUÉBEC

Et si la diversité devenait votre plus grande force de changement positif ?

Le **11 février 2026**, le **Pôle CN** vous invite à la 3<sup>e</sup> rencontre de la Communauté de pratique en inclusion dans l'économie sociale.

Aux côtés de **Léa Larissa Monda**, venez échanger sur vos défis liés à la mise en place d'une gouvernance pleinement inclusive. Ensemble, construisons une économie plus équitable, plus inclusive et véritablement inspirante.

**Date** : 11 février 2026

**Heure** : 12 h à 13 h 30

**Lieu** : en ligne

En partenariat avec :

**Québec** 

 **VILLE DE QUÉBEC**  **l'accent d'Amérique**



# Immigr'Action



## Cafés-jasette pour employeurs

Dans un contexte où les enjeux liés à l'inclusion des personnes immigrantes sont nombreux et complexes, il est essentiel de mieux comprendre les réalités vécues au sein des milieux de travail. Les cafés-jasette sont des rencontres confidentielles organisées entre des employeurs et des intervenants de Libre Emploi, visant à créer un espace de dialogue ouvert et constructif.

### Objectifs des rencontres :

- Vous offrir un espace confidentiel et chaleureux pour exprimer librement les défis et enjeux liés à l'inclusion des personnes immigrantes dans votre organisation.
- Échanger avec d'autres employeurs vivant des réalités similaires.
- Identifier les besoins spécifiques de votre équipe.
- Favoriser le codéveloppement de pistes de solutions concrètes.
- Nous permettre de mieux adapter nos outils et services d'accompagnement à vos besoins.

***Venez prendre un café avec nous et participez à la réflexion!***

Quand :

- **13 février**, de 9 h à 11 h 30
- **13 mars**, de 9 h à 11 h 30
- **Possibilité d'autres dates selon vos disponibilités**

Où : **Café la Maison Smith Sainte-Foy**



En partenariat avec :

Québec 

VILLE DE QUÉBEC   
l'accent  
d'Amérique



# Immigr'Action



## Dîner-causerie Sensibiliser les employeurs de travailleurs immigrants sur les questions en Santé et Sécurité au travail

Dans un marché du travail de plus en plus diversifié, cette rencontre d'une heure vous permettra d'en apprendre plus différents thèmes relatifs à la SST.

**Date** : 4 novembre 2026

**Durée** : 1 heure, de 12 h à 13 h

**Format** : En virtuel

### Sujets abordés :

- Obligations légales et les responsabilités de l'employeur
- Types de risques présents et enjeux auxquels font face ces travailleurs
- Informations et outils relatifs à l'intégration au travail
- Outils pour favoriser la communication entre l'employeur et les travailleurs immigrants

La rencontre sera suivie d'une période de questions-réponses.

**Conférencière** : Rosalie Simard, conseillère en prévention (CNESST)

Cet événement est organisé par GIT Services-conseils en emploi.

**En savoir plus** : [git.qc.ca/immigraction](https://git.qc.ca/immigraction)

En partenariat avec :

Québec 

VILLE DE QUÉBEC  l'accent d'Amérique



# Immigr'Action



## Dîner-causerie Un point sur l'immigration au Québec en 2026

Dans un marché du travail de plus en plus diversifié, cette rencontre d'une heure vous aidera à mieux comprendre les réalités actuelles de l'immigration.

**Date :** 12 février 2026

**Durée :** 1 heure, de 12 h à 13 h

**Format :** En virtuel

### Sujets abordés :

- L'immigration, moteur de développement et de diversité
- Particularités des différents statuts et types de permis de travail
- Les défis partagés : intégration, adaptation et collaboration
- Des perspectives inspirantes pour un avenir inclusif

La rencontre sera suivie d'une période de questions-réponses.

**Conférencier·ère :** Corinne Beguerie-Goddaert, Ph.D. (Université Laval) et Isaac Boutet (MIFI).

Cet événement est organisé par GIT Services-conseils en emploi.

**Inscription :** [git.qc.ca/immigraction](https://git.qc.ca/immigraction)

En partenariat avec :

Québec 

VILLE DE  QUÉBEC 



# Immigr'Action

## Dîner-causerie Savoir reconnaître et valoriser les compétences transversales des personnes immigrantes

Dans un marché du travail de plus en plus diversifié, cette rencontre d'une heure vous aidera à bâtir des milieux de travail plus innovants, résilients et inclusifs.

**Date** : 10 février 2027

**Durée** : 1 heure, de 12 h à 13 h

**Format** : En virtuel

### Sujets abordés :

- Apprécier la richesse des parcours de vie et professionnels
- Mettre en valeur les forces uniques de chaque personne
- Prendre conscience de nos perceptions et réflexes inconscients
- Reconnaître la valeur d'une contribution à long terme

La rencontre sera suivie d'une période de questions-réponses.

**Conférenciers** : Ibrahima Amadou LY, partenaire d'affaires sénior, acquisition de talents - Infrastructures Québec, Corpo TI/Q&EO, O&TD, CIMA + et Gaëlle Falcon Chachat-Rosset, Ph.D., CRHA, professeure agrégée au département de management, Faculté des sciences de l'administration, Université Laval et directrice de l'Institut Équité, Diversité, Inclusion et Intersectionnalité (EDI2)

Cet événement est organisé par GIT Services-conseils en emploi.

**Pour en savoir plus** : [git.qc.ca/immigration](http://git.qc.ca/immigration)

En partenariat avec :

Québec 

VILLE DE QUÉBEC  l'accent d'Amérique

Rencontre d'information en ligne sur la thématique du logement

# LOCATAIRES ET PROPRIÉTAIRES : QUE FERIEZ-VOUS DANS CES SITUATIONS ?

En collaboration avec Éducaloi, le Centre multiethnique de Québec a le plaisir de vous inviter à une rencontre d'information en ligne sur la thématique du logement.

**LE 5 FÉVRIER 2026 À 12 H EN LIGNE (ZOOM)**

Cet atelier d'introduction propose un survol de situations fréquentes **entre locataires et propriétaires** au Québec. Il vise à vous aider à mieux comprendre leurs droits et obligations, ainsi qu'à explorer des solutions possibles.

À la fin de l'atelier, les personnes participantes seront en mesure de :

- mieux comprendre ce que la loi prévoit concernant les problématiques courantes entre locataires et propriétaires ;
- évaluer les avantages et les inconvénients des différentes solutions possibles ;
- connaître les ressources disponibles pour obtenir de l'aide.

Centre multiethnique  
de Québec **6E**  
ans



# Séance d'information



**Droits et obligations des travailleurs et des  
employeurs en matière de normes du travail,  
de santé et de sécurité du travail**

Présentée par un conseiller de la Commission des normes, de l'équité, de la  
santé et de la sécurité du travail du Québec (CNESST)

**19 NOVEMBRE | 18:00 à 19:30 sur ZOOM**

**Gratuit**

**Pour plus d'information ou pour s'inscrire, veuillez contacter  
Wissal Temani, chargée d'activités collectives**

 [wtemani@centremultiethnique.com](mailto:wtemani@centremultiethnique.com)  
 (418) 569-8299

Centre multiethnique  
de Québec **65**  
ans

SAMEDI, 07 FEVRIER 2026: 9H30 À 12H00  
DIMANCHE, 08 FEVRIER 2026: 9H30 À 12H00

## Sorties au Carnaval de Québec !

dans le cadre des sorties interculturelles



Départ en autobus du Parc Notre-Dame de Foy  
(771 rue Jacques-Berthiaume)



En partenariat avec :



Québec

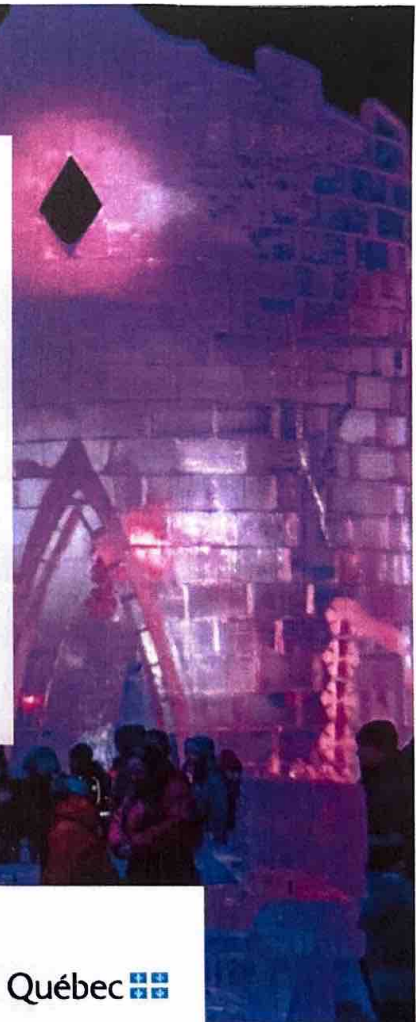
MARDI, 10 FEVRIER 2026: 17H00 À 19H30

## Sortie au Carnaval de Québec en soirée !

dans le cadre des sorties interculturelles



Départ en autobus du Parc Notre-Dame de Foy  
(771 rue Jacques-Berthiaume)



En partenariat avec :



Québec

**SAMEDI, 14 FÉVRIER 2026**  
**13 H À 16 H**  
**PARC NOTRE-DAME-DE-FOY**

**PLAISIRS  
D'HIVER  
NOTRE-DAME-DE-FOY**



**ANIMATION**  
Musique  
Animation ambulante  
Mascotte  
Défi Château de neige  
Jeux d'adresse et de défis



**POUR SE RÉCHAUFFER ET SE RÉGALER**

Tire sur neige (quantité limitée)  
Collations  
Chocolat chaud  
Café



Cette animation interculturelle est une invitation du projet Vie de quartier et de ses partenaires



**PLAISIRS  
D'HIVER  
ste-Ursule**

**SAMEDI, 21 FÉVRIER 2026**  
**13 H À 16 H**

**PARC RAYMOND-DE ROSA**

**POUR SE RÉCHAUFFER ET SE RÉGALER**

Tire sur neige (quantité limitée)  
Chocolat chaud  
Café  
Collations

**ANIMATION**  
Jeux d'adresse et de défis  
Personnages loufoques  
Défi Château de neige  
Musique  
Mascotte  
Rallye



**GRATUIT!**

Cette animation interculturelle est une invitation du projet Vie de quartier et de ses partenaires





# SOIRÉES DÉCOUVERTES

## Mon quartier vivant Ste-Ursule

musique

danse

dégustations

animations

tous les dimanches

17 h - 21 h\*

été 2026

### Mon quartier vivant Ste-Ursule

Parc Raymond-de Rosa (3224 rue Armand-Hamelin, Québec, G1W 2W8)

**\*17:00** Pique-nique, animations pour enfant, bibliothèque  
vivante et bouchées

**17:45** Spectacle/atelier

**19:00** Spectacle principal



Québec

[www.ressourcespacefamilles.com/mqv](http://www.ressourcespacefamilles.com/mqv)



## **Les Bénévoles des loisirs Saint-Benoît**

### **Activités 2026 aux Loisirs Saint-Benoît Inc.**

- 1. Samedi 02 mai, 12h à 17h, FÊTE MULTICULTURELLE** axée sur l'Afrique, 3200 av d'Amours, G1X 1L9.
- 2. Mercredi 24 juin, 12h à 22h SAINT-JEAN-BAPTISTE** Fête Nationale du Québec, Parc Saint-Benoît, 3454 rue Rochambeau.
- 3. Mercredi 01 juillet, 17h à 22 h FÊTE DU CANADA,** Parc Saint-Benoît, G1X 2H1.
- 4. Samedi 18 juillet, 17h à 21h, 5 à 9 Soirée musicale dansante,** Parc St-Benoît.
- 5. Samedi 15 août, 11 h à 16 h Fête du Campanile,** épluchette de blé d'Inde et jeux de société, 3696 rue du Campanile G1X4G6
- 6. Samedi 24 octobre, 11 h à 16 h, HALLOWEEN,** 3200 avenue d'Amours.
- 7. Samedi 05 décembre, 11h à 16h, Noël au 'Brésil',** 3200 avenue d'Amours.

**Renseignements : [loisirsst-benoit@hotmail.com](mailto:loisirsst-benoit@hotmail.com)**



# Programmation 2026

## Mois de l'histoire des Noirs à Québec

### 1 février

- **En harmonie: les voix de notre communauté** – 14h

*Librairie Laliberté*  
Meika Palmer

### 5 février

- **Festival d'arts afro-québécois** - 18h30

*Musée de la civilisation*  
Forum Jeunesse Afro-Québécois

- **Diffusion documentaire**  
18h30

*Musée de Civilisation*  
Roka Bouli x Forum Jeunesse Afro-Québécois.

### 6 février

- **Projection-débat : « L'Afrique, le berceau de l'humanité et des civilisations modernes »**

CCIA & DESUAL

- **Soirée ciné et discussion** 18h à 20h30

*Cégep Garneau*  
Forum Jeunesse Afro-Québécois x Salimata-Ismaël Tounkara

### 7 février

- **Micro ouvert de poésie sur l'inclusion** – 20h

APUR – santé mentale

- **Maracana** 15h à 20h

*Collège Jésus-Marie de Sillery*  
Métissage Québec, Deux-zéro Québec, Soccer Ulaval, Immigration et entrepreneuriat

- **Gala Artistique afro-québécois** - 18h à 23h

*La scène Lebourgneuf*  
Wilfried x FJAQ

### 7 février

- **Atelier créatif pour les jeunes**- 10h à 12h

*363 R. de la Couronne*  
Forum Jeunesse Afro-Québécois x Services de références

- **Journée Cheikh Anta Diop** 14h à 17h

*Maison de la coopération*  
Table de concertation du Mois de l'histoire des Noirs et Collectif pour la promotion du patrimoine immatériel en Francophonie

### 9 février

- **Projection-débat en exclusivité au Québec-Canada du documentaire « Fanon, héritage révolutionnaire et luttes contemporaines »**

*Université Laval, Salle 1630 Pavillon Louis-Jacques Casault*  
Salimatou-Ismael Tounkara

### 10 février

- **Atelier gospel public: Conférence - Atelier découverte** -19h à 20h30

*Collège Stanislas*  
Ludovic Dubé

### 11 février

- **Projection du documentaire <<L'Afrique, berceau de l'humanité et des civilisations modernes>>** - 19h à 21h

*Musée de la Civilisation -Auditorium Roland-Arpin*  
Conseil panafricain de Québec et musée de la Civilisation

### 12 février

- **Concert pédagogique sur le thème de l'histoire du Gospel** – 12h à 13h

*École du Parc Orléans*  
Ludovic Dubé

- **Panel sur l'apport des afroscientifiques et la décolonialité du savoir** – 18h

*Université Laval, Pavillon Desjardins*  
Association des étudiants haïtiens de l'Université Laval et Conseil panafricain de Québec

### 13 février

- **Héritages et horizons : quand notre histoire construit l'avenir** - 17h à 20h

*20 Boulevard Charest Ouest*  
Communauté RCA

- **Exposition : notre adoption, notre histoire, unis et construire avec les personnes adoptées**- 17h

*Université Laval – Pavillon Desjardins*  
Camille Esther Gagnon & Ébène Québec

- **Voix d'Ebène**  
CCIA & DESUAL

### 14 février

- **Projection du documentaire <<Les visages de l'immigration>>**

16h à 18h  
Fondation Léonie Mandang

### 18 février

- **Le Panafricanisme à l'heure de souverainisme : Comment se prendre en main et sortir de la dépendance** - 18h à 20h

*Bibliothèque Gabrielle Roy, salle polyvalente 115*  
Conseil panafricain de Québec (COPAQ)

- **L'immigration fait son cinéma à l'école : Projection cinématographique suivie d'un master class**- 14h à 16h

*École Saint-Albert-le-Grand*  
Denka Services Inc., Sen Coaching, L'Afrique fait son Cinéma, Métissage Québec

# Journée d'accueil **DES NOUVEAUX ARRIVANTS**

## Arrondissement des Rivières



## À la Découverte des Plaisirs d'hiver

L'arrondissement des Rivières invite les personnes immigrantes arrivées sur son territoire en cours d'année à participer à la Journée d'accueil des nouveaux arrivants.

**GRATUIT**

 **Samedi 21 février 2026**

De 10 h à 15 h

 **Centre communautaire Les Saules**  
4124, rue De Musset

 **Stationnement gratuit**  
**Accessible en autobus : terminus Les Saules**



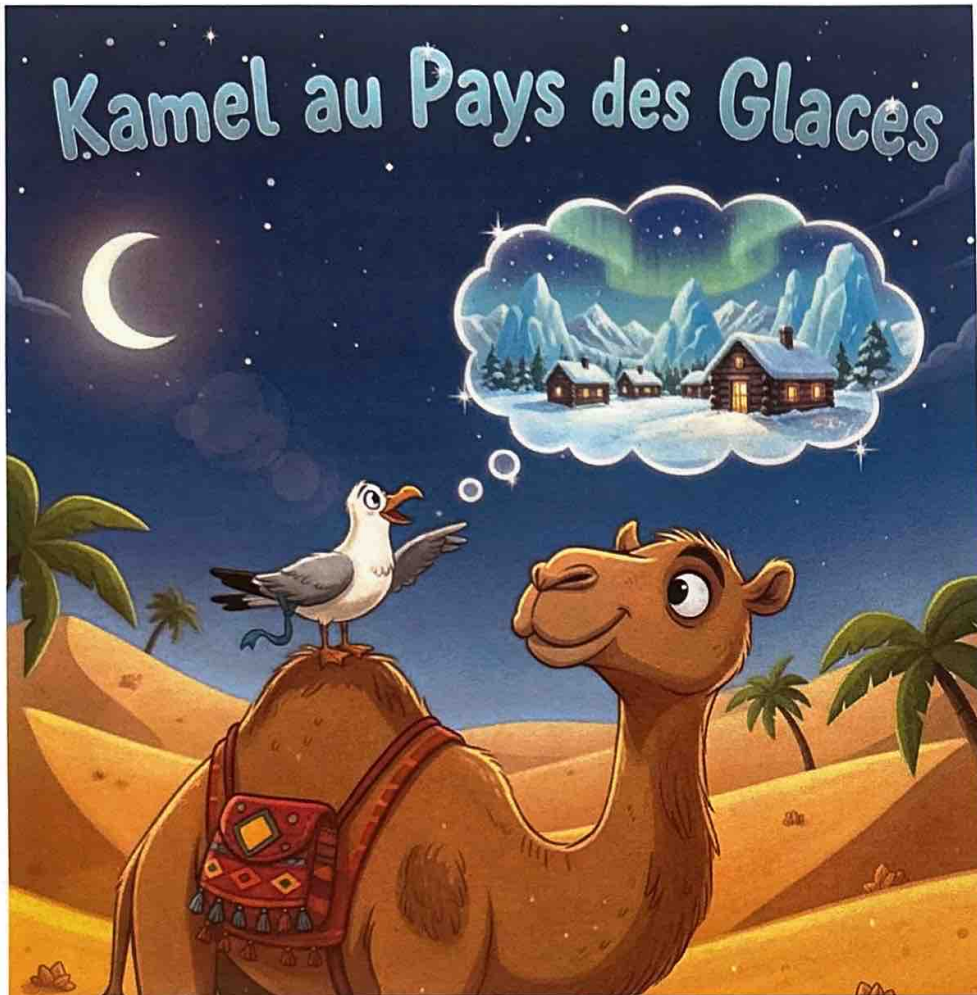
### Au programme :

- ▶ **Animation extérieure**  
Jeux gonflables, dessin sur neige, atelier de survie en nature, foyer
- ▶ **Animation intérieure**  
Magie ambulante, kiosques d'information, musique traditionnelle québécoise, camion-restaurant, poutine offerte aux 175 premières personnes
- ▶ **Atelier de patinage**  
**15 h à 16 h**  
\*Inscription obligatoire au 418 682-2429



Avec la participation financière de





*Le livre qui aide votre enfant  
à avoir confiance en lui*



**Rendez votre enfant  
fier( e ) de sa double  
culture**

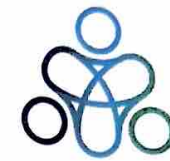
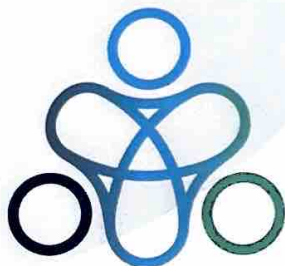
# COMPÉTENCE. OUVERTURE. ENGAGEMENT.

## MISSION

Regrouper les expertises, ressources et services de Centres d'action bénévole de la ville de Québec afin de soutenir le développement des organismes de la région.

## VISION

Être un leader et une référence en matière d'action bénévole dans la grande région de Québec.



**Alliance  
Action Bénévole**



**CAB de Québec**  
260-157, rue des Chênes O.  
Québec (Québec) G1L 1K6  
cabquebec.org



**CAB Aide23**  
5, rue du Temple  
Québec (Québec) G1E 4Z8  
cabaide23.org



**CAB Contrefort**  
140A-4765, 1re Avenue  
Québec (Québec) G1H 2T3  
cabducontrefort.quebec

# TROIS CENTRES D'ACTION BÉNÉVOLE, UNE SEULE PORTE D'ENTRÉE.

[action-benevole.ca](http://action-benevole.ca)  
[info@action-benevole.ca](mailto:info@action-benevole.ca)

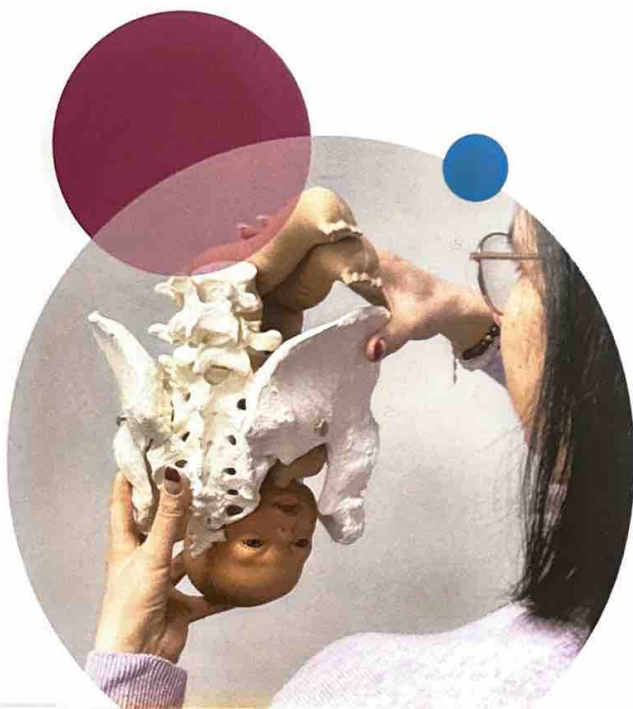
## Devenir accompagnante à la naissance

Formation offerte par le Collectif Les Accompagnantes depuis plus de 40 ans, reconnue dans toutes les régions du Québec.

Complète et riche de l'expérience des accompagnantes du Collectif, cette formation propose un bel équilibre entre les enseignements théoriques des processus physiologiques entourant la naissance d'un enfant et le cheminement personnel.

Ouverte à tous : que ce soit pour devenir accompagnante à la naissance et joindre le Collectif, pour développer une offre de service ou encore pour bonifier des connaissances en périnatalité pour les professionnels œuvrant auprès des femmes enceintes.

Consultez notre site Web pour en apprendre davantage au sujet du coût et des modalités d'inscriptions.



L'accouchement est **un moment important**, il est **profondément marquant**.

Offrez-vous **le soutien** et **l'expérience** des accompagnantes du Collectif, afin de faire des choix éclairés qui vous permettront de vivre **une expérience positive** et **enrichissante** lors de la naissance de votre bébé.



140, Saint-Vallier Ouest  
Québec (Québec) G1K 1K1

418-688-6039

[www.accompagnantes.quebec](http://www.accompagnantes.quebec)  
[services@accompagnantes.quebec](mailto:services@accompagnantes.quebec)



Nous sommes reconnu comme organisme de charité pouvant recevoir des dons et émettre des reçus de charité permettant l'obtention d'un crédit d'impôt.

  
LES  
accompagnantes



Collectif  
Les Accompagnantes

auprès des familles  
depuis plus de 40 ans

## Comment vous impliquer ?

Scannez le QR code pour en savoir plus !



➤ Participez à nos activités

➤ Devenez bénévole

➤ Devenez partenaire

## Contactez-nous

Pour vous impliquer et contribuer à bâtir une société plus inclusive !



 52 Rue des Pins O,  
Québec, QC G1L 1J6

 (581) 994-0326

 [info@metissagequebec.ca](mailto:info@metissagequebec.ca)

 [www.metissagequebec.ca](http://www.metissagequebec.ca)

## Ensemble pour des familles fortes et inclusives

MÉTISSAGE



QUÉBEC

➤ **Rassembler**

➤ **Outiller**

➤ **Soutenir**

➤ **Engager**



## Nos services

Soutien aux proches en santé mentale  
(avec ou sans diagnostic)

Volet jeunesse  
(12-29 ans)

Volet adulte

Volet pair-  
aideance famille

- ★ Rencontres individuelles, de couple, parentales et familiales
- ★ Interventions téléphoniques
- ★ Conférences et ateliers de sensibilisation
- ★ Groupes de soutien et éducatifs
- ★ Accompagnements à la demande d'ordonnance

Heures d'ouverture

Du lundi au vendredi  
de 8h30 à 12h00 et de  
13h00 à 16h30

Psst ! Nos services  
sont gratuits!

**Pour nous joindre :**

Texto : (367) 382-4636  
Téléphone: (418) 623-4636  
Télécopieur: (418) 623-7800  
Courriel : [info@cerclepolaire.com](mailto:info@cerclepolaire.com)



Cercle Polaire  
1900 Av. Mailloux,  
bureau 240, Québec  
(QC) G1J 5B9  
[www.cerclepolaire.com](http://www.cerclepolaire.com)

membre de  
  
santé mentale  
Centre d'aide psychologique  
des proches en santé mentale  
du Québec

Centre intégré  
universitaire de santé  
et de services sociaux  
de la Capitale-Nationale  
Québec

Parce que chaque enfant est unique, **LA MAISON DE L'ENFANCE** offre un accompagnement adapté à son rythme et à ses besoins. Ici, pas de bureaux froids ni d'attente interminable... mais un espace chaleureux, où l'enfant et sa famille entreprennent un véritable voyage vers plus de confiance, de sérénité et d'équilibre.



À travers des jeux ludiques, des espaces sensoriels et une approche inspirée de la PNL, chaque rencontre devient une escale précieuse pour mieux comprendre, avancer et grandir autrement.



**Embarquez avec moi dans cette aventure unique !**



**Marie-Josée Bertrand**

Hôtesse de La Maison

TES neurolinguistique (PNL)

📍 1336c rue de la Chaudière  
Lévis, Québec, G6K 1C3

📞 418 831-2144

✉ info@lamaisondelenfance.com

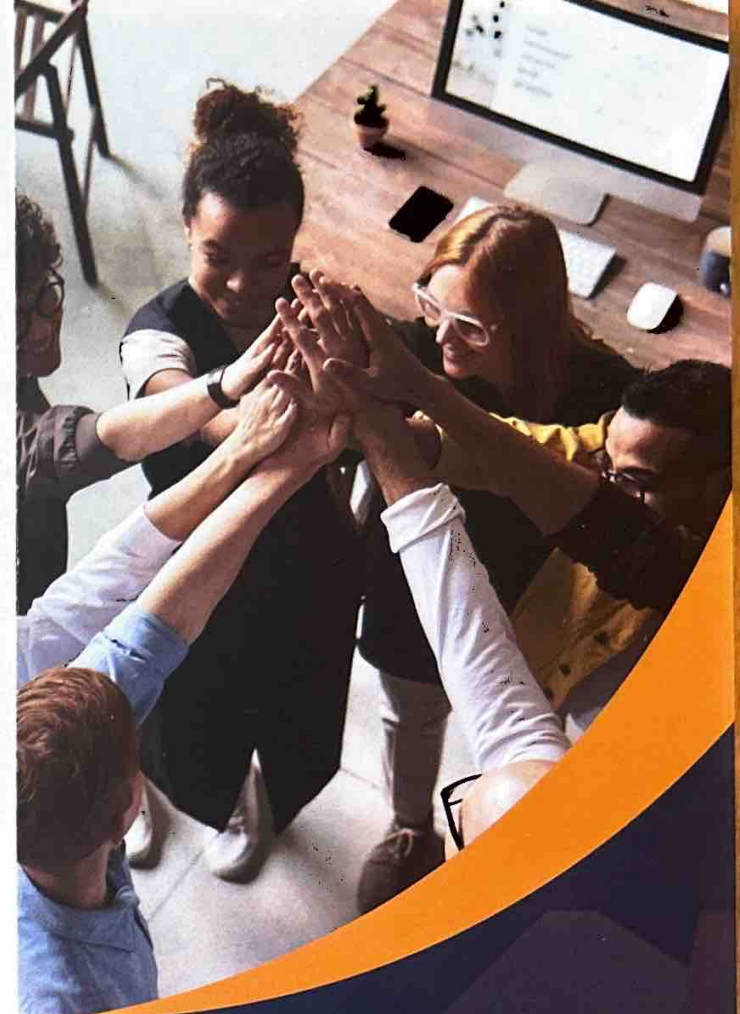
🌐 lamaisondelenfance.com





ALLIER TALENT ET EMPLOI

**Votre  
partenaire en  
gestion de la  
diversité depuis  
1985.**



ALLIER TALENT ET EMPLOI

Avec plus de 40 ans d'expertise en recrutement et en intégration des personnes immigrantes à Québec, le SOIT est l'organisme le plus spécialisé pour allier talents et emplois.

[www.soit.quebec](http://www.soit.quebec)

## Contact



[www.soit.quebec](http://www.soit.quebec)



[servicesentreprises@soit.quebec](mailto:servicesentreprises@soit.quebec)



418 648-0822 poste 250



2954, boul. Laurier, Iberville Quatre  
6e étage, bureau 650, Québec (QC)  
G1V 4T2



ALLIER TALENT ET EMPLOI

**Service aux  
entreprises :**

**Service d'Orientation et d'Intégration  
des Immigrants au Travail.**

# BESOIN DE JASER?

<b>INFO-SANTÉ SOCIAL</b> 811 24 h / 7 jours	<b>RÉPERTOIRE COMMUNAUTAIRE</b> 211 Lundi au vendredi 8 h à 19 h Samedi au dimanche 8 h à 15 h 30	<b>CENTRE DE CRISE</b> 418 688-4240 24 h / 7 jours	<b>CENTRE DE PRÉVENTION DU SUICIDE</b> 1 866 277-3553 24 h / 7 jours	<b>AIDE ABUS AÎNÉS</b> 1 888 489-2287 8 h à 20 h 7 jours
---	--	--	--	---

## POUR TOI OU UN PROCHE

<b>TEL-JEUNES</b> 1 800 263-2266 24 h / 7 jours	<b>TEL-AIDE QUÉBEC</b> 1 877 700-2433 9 h à minuit 7 jours	<b>SOS VIOLENCE CONJUGALE</b> 1 800 363-9010 24 h / 7 jours	<b>VIOL SECOURS</b> 418 522-2120 24 h / 7 jours
---	---	---	---

Merci à la Caisse Desjardins de Québec, à la Fondation Lucie et André Chagnon et au Collectif pour l'inclusion et le développement social dans la Capitale-Nationale pour leur soutien financier à la carte.



Merci à ceux et celles qui ont soutenu l'ensemble du projet incluant cette carte et un CD.

La magnifique équipe de bénévoles

La Concertation Saint-Sauveur

L'organisation communautaire du CIUSSS de la Capitale-Nationale

Le Patro Laval

**Le projet S'CD :**  
Pour (s'aider), s'aimer et s'unir



**Code QR**  
pour écouter le CD →



# QUARTIER SAINT-SAUVEUR QUÉBEC

## MA CARTE COMMUNAUTAIRE

Édition 2022

# LES SERVICES COMMUNAUTAIRES DU QUARTIER SAINT-SAUVEUR

## 1 Maison Marie-Frédéric

Pour les 18-30 ans

49 et 55, avenue du Pont Scott  
418 688-1582, poste 1  
maisonmariefrederic.com

## 2 Carrefour des enfants de Saint-Malo

Pour les 0-12 ans et leurs parents

262, rue de Marie-de-l'Incarnation  
418 682-0959  
carrefourdesenfants.com

## 3 Jeunes musiciens du monde

Pour les enfants et les adolescent.es

684, rue Saint-Vallier Ouest  
418 525-5400  
jeunesmusiciensdumonde.org

## 4 Conférence Saint-Vincent-de-Paul Saint-Malo / Saint-Joseph

Pour les personnes vivant des difficultés temporaires et qui habitent le secteur

260, rue Bouffard  
418 681-9869 ssvp-quebec.org

## 5 Centre Durocher

Pour tous.tes

680, rue Raoul-Jobin  
418 522-5681  
centredurocher.org

## 6 Service d'entraide Basse-Ville

Pour tous.tes

155, avenue du Sacré-Cœur  
418 529-6889  
facebook.com/servicedentraidebasseville

## 7 Projet Intervention Prostitution Québec

Pour les personnes actives, qui l'ont été ou qui sont à risque de se retrouver dans une dynamique prostitutionnelle ou d'exploitation sexuelle

535, avenue des Oblats  
418 641-0168  
pipq.org

## 8 Patro Laval

Pour tous.tes

145, rue Bigaouette  
418 522-2005  
patrolaval.com

## 9 Conférence Saint-Vincent-de-Paul Sacré-Cœur-de-Jésus

Pour les personnes vivant des difficultés temporaires et qui habitent le secteur

145, rue Bigaouette  
418 522-5741, poste 303 ssvp-quebec.org

Table de quartier

## 10 Concertation Saint-Sauveur

Pour les organismes et les citoyen.nes

145, rue Bigaouette  
418 999-9023  
facebook.com/concertation.saintsauveur

## 11 Flocons d'espoir

Pour les 0-3 ans et les femmes enceintes

340, rue de Montmartre, bureau 4  
418 558-2939  
floconsdespoir.org

## 12 Centre des femmes de la Basse-Ville

Un lieu féministe de références pour améliorer sa condition de vie

380, rue Saint-Vallier Ouest  
418 648-9092  
centrefemmesbasseville.org

## 13 Centre de jour de l'Arche de la Capitale-Nationale

Lieu d'accueil pour personne avec une déficience intellectuelle  
360, rue Saint-Vallier Ouest  
418 529-4874  
arche-quebec.ca

## 14 Maison des jeunes L'Ouvre-Boîte du Quartier

Pour les 12-17 ans

290, rue Chénier  
418 523-1530  
ouvreboiteduquartier.org

## 15 Association pour la défense des droits sociaux du Québec Métropolitain

Pour les personnes assistées sociales et travailleur.euses à faible revenu

301, rue de Carillon  
418 525-4983 addsqm.org

## 16 Comité des citoyens et citoyennes du quartier Saint-Sauveur

Pour les personnes concernées par les enjeux de logement, d'aménagement urbain et de vie de quartier

301, rue de Carillon  
418 529-6158 cccqss.org

## 17 Commun'action 0-5

Pour les jeunes enfants, leurs parents et toute la famille

165, rue de Carillon  
418 780-3330  
communaction05.ca

## 18 Pignon Bleu

Pour les 0-12 ans et leurs familles + insertion au travail pour les personnes éloignées de l'emploi

270, rue Saint-Vallier Ouest  
418 648-0598  
pignonbleu.org

## 19 Maison Revivre

Hébergement pour hommes + aide alimentaire pour tous.tes

261, rue Saint-Vallier Ouest  
418 523-4343  
maisonrevivre.ca

## 20 Clinique SPOT (à la Maison Revivre, jeudi 12h30 - 15h30)

Soins de santé sans rendez-vous pour les personnes marginalisées ou sans carte RAMQ  
261, rue Saint-Vallier Ouest  
418 781-2668 cliniquespot.org

## 21 Atout-Lire

Pour adultes voulant apprendre, à lire, à écrire, à calculer et à utiliser un ordinateur

266, rue Saint-Vallier Ouest  
418 524-9353  
atoutlire.ca

## 22 Conférence Saint-Vincent-de-Paul Saint-Sauveur

Pour les personnes vivant des difficultés temporaires et qui habitent le secteur

21, rue des Oblats  
418 641-0877 ssvp-quebec.org

## 23 Joujouthèque Basse-Ville

Pour les familles

31, boulevard Charest Ouest  
418 953-4342  
facebook.com/JoujouthequeBasseVille

## 24 Aire ouverte

Pour les 12-25 ans, services de santé et de bien-être

260, boulevard Langelier, pavillon administratif  
418 666-2613  
ciusscn.ca/aireouverte

Cette carte regroupe les organisations et organismes communautaires du quartier Saint-Sauveur qui offrent des services d'entraide directement à la population. Cette carte ne prétend pas être exhaustive. Vous pouvez aussi trouver "Ma Carte Alimentaire Basse-Ville" sur la page Facebook de la Concertation Saint-Sauveur.

# **LOCATAIRES, vous avez des droits!**

## **VOUS VIVEZ L'UNE DE CES SITUATIONS?**

- **Avis d'éviction ou de reprise**
- **Rénovations ou travaux majeurs**
- **Problèmes de voisinage**
- **Logement insalubre**
- **Hausse de loyer abusive**
- **Harcèlement**
- **Vermine ou moisissure**
- **Absence de chauffage**
- **Tout autre problème de logement**

**APPELEZ-NOUS!  
ON EST LÀ POUR VOUS!**

**COMITÉ DES CITOYENS ET CITOYENNES  
DU QUARTIER SAINT-SAUVEUR**



**DES QUESTIONS?  
BESOIN D'AIDE?**

**301 rue Carillon  
418 529-6158  
info@cccqss.org**

# LOCATAIRES, vous avez des droits!

## HAUSSE DE LOYER? VOUS POUVEZ REFUSER ET RESTER.

Vous n'êtes pas obligé·e d'accepter une hausse de loyer!

Vous pouvez :

- accepter la hausse
- refuser et déménager
- refuser et rester dans votre logement\*

\* Votre bail sera reconduit aux conditions actuelles. Cependant, votre propriétaire peut demander au Tribunal de fixer le loyer.



CONTACTEZ-NOUS. NOUS POUVONS  
ÉVALUER SI VOTRE HAUSSE EST ABUSIVE!

## VOTRE PROPRIÉTAIRE VEUT MODIFIER DES CONDITIONS À VOTRE BAIL?

Les modifications au bail doivent :

- respecter votre droit au maintien dans les lieux
- ne pas être abusives, ni viser à vous « punir »

Vous avez le droit de refuser les modifications.

Aussi, vous pourriez avoir droit à une baisse de loyer, s'il y a une perte de services (ex : chauffage) ou d'accessoires (ex : stationnement).

## COMMENT RÉPONDRE À L'AVIS?

Si votre bail est de 12 mois, VOUS AVEZ UN MOIS pour répondre à l'avis de hausse.

ATTENTION, si vous ne répondez pas dans les délais prévus par la loi, cela veut dire que les modifications et la hausse sont acceptées.

## DES QUESTIONS? BESOIN D'AIDE?

Contactez-nous!  
301, rue Carillon  
418 529-6158  
info@cccqss.org

