



2026  
5e édition

# Ma Carte Alimentaire Haute-Ville

Design graphique: Isabel Sanchez Design



Un merci spécial aux membres du comité de suivi :  
Micheline Dompierre, Patricia Fournier, Céline Gosselin,  
Nadia Lemba ainsi que Wiebke Wehmann qui ont travaillé  
à l'élaboration des différents projets.

Merci aux organisations suivantes pour leur implication  
dans le projet :

## Remerciements

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

## Contacts

## Projet Salsca

**Ma Carte Alimentaire Haute-Ville** est l'une des actions concertées en sécurité alimentaire qui s'inscrit dans le projet « Salsa ». Ce projet regroupe des organisations communautaires de la Haute-Ville qui œuvrent à l'amélioration des conditions de vie des CitoyenNES, ainsi que l'accès à des ressources alimentaires en quantité suffisante et de bonne qualité.

Les trois volets développés à l'intérieur de ce projet sont :

1. « Ma Carte Alimentaire Haute-Ville »
2. Les fiches du projet « Sauve ta bouffe » des Amies de la Terre de Québec
3. La mise en place de Frigos-partage en Haute-Ville

**Ma Carte Alimentaire Haute-Ville** dresse un portrait des ressources en sécurité alimentaire qui sont offertes dans les quartiers Vieux-Québec-Cap-Blanc-Colline Parlementaire, Saint-Jean-Baptiste, Montcalm et Saint-Sacrement.

La carte permet aux CitoyenNES et aux organismes de visualiser rapidement les services en alimentation offerts à proximité.

La majorité des ressources des différents quartiers y figurent, mais la carte ne prétend pas être exhaustive. Seuls les organismes offrant des services ouverts au public sont présents sur la carte.

**Ma Carte Alimentaire Haute-Ville** est un outil à diffuser et à afficher largement sur notre territoire. Il est à noter qu'il existe également un outil semblable pour : Basse-Ville, Limoilou, Charlesbourg et Vanier.

Ces cartes sont disponibles sur le site de Sauve ta bouffe :  
[sauvetabouffe.org/boite-a-outils/outils-a-telecharger/](http://sauvetabouffe.org/boite-a-outils/outils-a-telecharger/)

## Autres références sur les ressources

**Moisson Québec**  
www.moissonquebec.com  
info@moissonquebec.com | 418-682-5061

**Service du 211**  
Service de référence sur les ressources communautaires.  
www.211.quebecregions.ca

**Sauve ta bouffe**  
sauvetabouffe@atquebec.org  
www.sauvetabouffe.org

• « Carte alimentaire Haute-Ville »  
sauvetabouffe.org/conseilspratiques/7013/

• Fiches : « Trucs et astuces pour jeter moins et manger mieux »  
sauvetabouffe.org/boite-a-outils/outils-a-telecharger/

Pour toutes questions relatives au projet Salsa  
info@mobilisationhauteville.com

Pour plus d'informations sur les Fiches Sauve ta bouffe  
Les Amies de la Terre de Québec

www.sauvetabouffe.org | 418-524-2744  
sauvetabouffe@atquebec.org

# Mă Carte Alimentaire

## Haute-Ville

### Ressources en alimentation



#### LÉGENDE

- Popoteroulante**  
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
- Cuisines collectives**  
Partage de ressources pour cuisiner des plats à bas prix
- Ateliers éducatifs**  
Recettes, techniques et astuce de cuisine
- Accompagnement épicerie/ aide pour cuisiner les repas**  
Accompagnement pour l'épicerie et cuisiner les repas
- Critère d'admission
- Service payant
- Accessibilité

⚠ 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).



### RESSOURCES EN ALIMENTATION

- 1a LA BARATTE**  
2120 Rue Boivin  
418 - 527-1173  
   
 Ouvert à touTEs  
79-92-93-94-107-807
- 1b TRAIK JEUNESSE**  
2120 Rue Boivin, local 108  
418 - 651-7070  
   
 Jeunes en suivi avec l'organisme  
79-92-93-94-107-807
- 1c MIEUX-ÊTRE DES IMMIGRANTS**  
2120 Rue Boivin, local 204  
418 - 527-0177  
   
 ImmigrantEs  
79-92-93-94-107-807
- 2 CENTRE DES LOISIRS SAINT-SACREMENT**  
1360 Boul. de l'Entente  
418 - 681-7800  
   
 Ouvert à touTEs  
19-29-92-93-94

- 3 COOPÉRATIVE DE SERVICES À DOMICILE DU CAP DIAMANT**  
1379 Ch. Sainte-Foy, bureau 202  
418 - 683-3552  
  
 AînéEs, personnes avec incapacités, proches aidantEs  
79-807
- 4 BÉNÉVOLAT MONTCALM-SAINT-SACREMENT**  
1040 Av. Belvédère, bureau 102  
   
 418 - 681-7866 AînéEs, personnes avec incapacité, proches aidantEs, +65  
11-25-107-185-800-801-802
- 5 LOISIRS MONTCALM INC.**  
265 Boul. René-Lévesque  
O 418 - 523-6595  
  
 Ouvert à touTEs  
19-25-107-800-801
- 6a ÉCOLE JOSEPH-FRANÇOIS-PERRAULT**  
140 Ch. Sainte-Foy 418 - 686-4040 poste 4060  
  
 Ouvert à touTEs  
19-25-800-807

- 6b LOISIRS DU FAUBOURG**  
100 Ch Ste-Foy,  
418 - 691-3637 poste 114  
  
 RésidentEs du Vieux-Québec, Saint-Jean-Baptiste et Montcalm  
11-25-54-133-807
- 7 CENTRE FAMILLE HAUTE-VILLE**  
84 Rue Saint-Jean  
418 - 648-1702  
   
 Ouvert aux familles 0-5 ans  
807
- 8 ENTRAIDE DU FAUBOURG**  
369 Rue Saint-Jean  
418 - 522-2179  
   
 RésidentEs de la Haute-Ville 55+  
25-800-801-807
- 9 MAISON DES JEUNES DU QUARTIER SAINT-JEAN-BAPTISTE**  
655 Rue Saint-Gabriel  
418 - 641-1665  
   
 Jeunes de 12 à 17 ans  
800-801-807

- 10a CARREFOUR D'ACTION INTERCULTURELLE (CAI)**  
945 Rue des Sœurs-de-la-Charité  
418 - 692-1762 poste 236  
   
 ImmigrantEs  
3-11-25-28-65-86-136-807
- 10b FONDATION FAMILLE JULES-DALLAIRE (MAISON MÈRE-MALLET)**  
915 Rue des Sœurs-de-la-Charité  
418 - 692-1762  
  
 Ouvert à touTEs  
3-11-25-28-65-86-136-807
- 11 LA DAUPHINE**  
31 Rue D'Auteuil 418 - 694-9616 poste 208  
   
 Jeunes de 16 à 35 ans  
11-25-54-107-133
- 12 LAUBERIVIÈRE**  
485 rue du Pont  
418 - 694-9316  
  
 ItinérantEs, 18 ans et +  
11-18-25-54-107-133-800

- JARDINS COMMUNAUTAIRES ET COLLECTIFS**
- 13 JARDIN COMMUNAUTAIRE ET COLLECTIF DE L'ENTENTE**  
1660 Boul. de l'Entente,
- 14 JARDIN COMMUNAUTAIRE LA CITÉ VERTE \***  
1142 Ch. Sainte-Foy
- 15 JARDIN COMMUNAUTAIRE DES FRANCISCAINS\***  
744 Rue Père-Hiral
- 16 TERRE-GÉNÉRATIONNELLE (COLLECTIF)**  
925 Av. Turnbull
- 17 JARDIN POPULAIRE DU FAUBOURG (COLLECTIF)**  
780 Rue Sainte-Claire
- 18 JARDIN DES CITOYENS (COLLECTIF)**  
31 Rue des Jardins

\*Allez sur le site pour vous inscrire : [www.ville.quebec.qc.ca/CitoyenNEs/environnement/agriculture-urbaine/jardins-municipaux](http://www.ville.quebec.qc.ca/CitoyenNEs/environnement/agriculture-urbaine/jardins-municipaux)