

# Es-tu un parent monoparental/soloparental?

Oui

As-tu quelqu'un qui pourrait faire l'épicerie pour toi?

Oui

Demande-lui de faire tes commissions pour toi.

Non

Demande à ton conjoint/e de rester avec les enfants pendant que tu vas faire l'épicerie ou vice-versa.

Non

La Maison des familles peut t'aider à te procurer ton épicerie (ta commande et/ou ta livraison).

# Veux-tu utiliser ce nouveau service?

1. Envoie un message à la Maison des familles de Baie-Comeau au

**rfm600@hotmail.fr** ou par téléphone au **418 589 2117** mentionnant ton

nom, ton numéro de téléphone, ta liste d'épicerie.

2. La Maison des familles va faire ton épicerie. Elle te demandera un virement Interac du

montant exact de ta facture.

3. Une fois ta commande payée, un bénévole du Centre d'action bénévole de la MRC de la

Manicouagan va te livrer, à ta porte, ta commande.

4. Ce service est disponible pour les familles monoparentales/soloparentales de la

MRC de la Manicouagan (Ragueneau à Baie-Trinité) qui n'ont aucun autre moyen

sécuritaire de faire leur épicerie. Chaque demande est vigoureusement analysée

avant d'être acceptée. Le fait que nous soyons à effectif réduit peut retarder le

processus. Pas de consommations alcoolisées, ni de produits du tabac.



En collaboration avec



CAB

Centre d'action bénévole  
de la MRC Manicouagan