



### **Comment recevoir une aide alimentaire**

Si vous ou votre famille a besoin d'un dépannage alimentaire et que vous habitez Bells Corners, Crystal Beach, Accora Village à Bayshore, Craig Henry, Manordale ou Trend Arlington, le comptoir alimentaire FAMSAC peut vous aider. **Vous pouvez accéder à ce service une fois aux 30 jours.**

Pour demander de l'aide, veuillez téléphoner au 613-820-5428 et laissez un message sur la boîte vocale avec votre nom (veuillez svp l'épeler) et vos coordonnées, y compris le meilleur moment pour vous joindre. Si vous n'avez pas de téléphone, vous pouvez envoyer une demande par courriel à [info@famsac.ca](mailto:info@famsac.ca).

Nos bénévoles vérifient la boîte vocale entre 9 heures et midi du lundi au jeudi. L'un des bénévoles vous contactera pour prendre certains renseignements de base au sujet de toutes les personnes dans votre demeure et fixera ensuite un rendez-vous pour que vous veniez au comptoir alimentaire ramasser de la nourriture. **Des rendez-vous sont disponibles le mardi entre 17 h 30 et 19 h 30, le mercredi entre 18 h 30 et 20 h 30, le jeudi entre 10 heures et midi et le samedi entre 13 heures et 15 heures. Svp ne pas vous présenter au comptoir alimentaire sans avoir un rendez-vous.**

### **Où sommes-nous?**

Le comptoir alimentaire FAMSAC se trouve à Bells Corners au Centre des arts créatifs de Nepean au **35, ch. Stafford, Unité 7**, derrière le Tigre Géant. Vous pouvez vous y rendre par autobus sur les circuits 57 et 88.

### **À quoi s'attendre**

**Chaque fois que vous venez au comptoir alimentaire**, l'un de nos bénévoles vous accueillera et vérifiera des pièces d'identité pour toutes les personnes habitant votre ménage ainsi qu'une preuve de résidence. Le bénévole vous aidera ensuite à choisir des aliments de notre inventaire. Nous vous offrons un mélange de denrées non périssables, d'aliments frais et d'aliments congelés.

### **Quoi apporter**

Veuillez svp apporter une pièce d'identité et une preuve de résidence lors de chaque visite. Les pièces d'identités qui peuvent être utilisées comprennent : une carte d'identité provinciale, une carte santé, un passeport ou un permis de conduire. Les preuves de résidence comprennent des documents qui ont été livrés récemment par la poste comme un relevé bancaire, une facture d'électricité ou de gaz naturel, une lettre d'une agence gouvernementale ou encore un bail.

Si vous n'êtes pas certain quoi fournir, demandez à l'un de nos bénévoles qui se fera un plaisir de vous aider.

Aussi, veuillez svp apporter des sacs pour transporter vos aliments. Une commande régulière peut facilement remplir cinq à six sacs réutilisables.