

RÉFÉRENCE À LA POPOTE ROULANTE

Nom : _____ Prénom : _____

DDN : _____ / _____ / _____ (aa/mm/jj)

Adresse : _____

Ville : _____ Code postal : _____

Téléphone : _____

Courriel : _____

Motif de la demande :

- ☐ Personne âgée (50 ans et +)
- ☐ Convalescence
- ☐ En situation d'handicap
- ☐ Soins palliatifs
- ☐ Troubles cognitifs
- ☐ Proche aidant
- ☐ Autres _____

Diète :

- ☐ Ordinaire
- ☐ Diabétique
- ☐ Riche en fibres
- ☐ Sans lactose, sans gluten
- ☐ Faible en fibres, en gras, en sel, en sucre : _____
- ☐ Autre _____

Nom du référent(e) _____

Téléphone : _____ Poste : _____

Début du service : _____

Nombre de jours/semaine : _____

EN CAS D'URGENCE, APPELER :

Nom et lien : _____

Téléphone : _____

RENSEIGNEMENT PERSONNEL					
Nom		Prénom			
Adresse				N° appartement	
Ville		Province		Code postal	
Téléphone		Adresse électronique			
Nom de l'institution bancaire					
No de l'institution					
No de transit					
No de compte (avec chiffre vérificateur)					
ORGANISME BÉNÉFICIAIRE – INFORMATION DE CONTACT					
Centre d'action bénévole Rimouski-Neigette				418 722-7010	
37 rue Duchesne, Rimouski (Québec) G5L 2E5				popote.cabriki@globetrotter.net	
AUTORISATION DE RETRAIT					
Je _____, autorise l'organisme bénéficiaire à effectuer des debit préautorisés (DPA) dans mon compte à l'institution financière désignée ci-dessus à la fréquence suivante : - Entre le 23 du mois suivants - À un montant variable, lequel me sera communiqué par l'organisme bénéficiaire, par écrit, au moins 10 jours avant la date d'échéance					
CHANGEMENT OU ANNULATION					
J'informerai l'organisme bénéficiaire, dans un délai raisonnable, de tout changement aux présentes. Je peux révoquer mon autorisation à tout moment, sur signification d'un préavis 30 jours.					
SIGNATURE					
Je consens à ce que les renseignements contenus dans ma demande d'adhésion au débit préautorisé soient communiqués à l'institution financière, dans la mesure où cette communication de renseignements est directement reliée et nécessaire à la bonne mise en œuvre des règles applicables en matière de débits préautorisés.					
Signature du titulaire du compte				Date (aaaa/mm/jj)	

MENU POPOTE ROULANTE (581-246-6352)

**** Nos repas sont accompagnés d'une portion de légumes du jour et du féculents.**

N'oubliez pas de choisir entre la soupe et le dessert

Semaine 1	Semaine 2	Semaine 3	Semaine 4
Lundi	Lundi	Lundi	Lundi
Soupe	Soupe	Soupe	Soupe
Dessert	Dessert	Dessert	Dessert
Pilon de Poulet	Porc Miel et ail	Hamburger Steak	Pizza Burger
Tortillas de thon	Chili végé sur riz	Poulet Teriyaki	Pavé de saumon à la thai
Spaghetti à la viande	Pâté au poulet	Pâté au saumon	Pâte aux lentilles
Mercredi	Mercredi	Mercredi	Mercredi
Soupe	Soupe	Soupe	Soupe
Dessert	Dessert	Dessert	Dessert
Omelette Western	Fajitas au tofu	Côtelette de porc à l'italienne	Jambon à l'ananas
Tournedos de poulet	Pâté Chinois	Pizza Pita	Pâté à la viande
Macaroni chinois, egg roll	Ragoût de poulet	Pâte au thon brocoli	Poisson blanc avec légumes
Saumon Salsa	Fish and chips	Cipaille	Pain de viande
Vendredi	Vendredi	Vendredi	Vendredi
Soupe	Soupe	Soupe	Soupe
Dessert	Dessert	Dessert	Dessert
Saucisse de porc ou bœuf	Lasagne	Tofu thaï	Gratin de légumes
Poulet à la Grec	Poulet salsa	Poulet au beurre	Filet de porc marsala
Quiche brocoli	Pâte taco	Porc ou bœuf mongolienne	Fajitas de poulet

*Selon les arrivages journaliers, certains plats peuvent être changés sans préavis

é par Fousséna Koumei Menu Octobre 2026

Résumé

- ✓ Les repas sont cuisinés par un traiteur de la région de Rimouski.
- ✓ Les plats sont livrés par une équipe de bénévoles, du Centre d'action bénévole Rimouski-Neigette.
- ✓ Les journées de livraison sont **le lundi, le mercredi et le vendredi entre 10h00 et 12h30**. L'heure varie selon les circuits de livraison de chaque bénévole.
- ✓ Livraison le mercredi pour St-Narcisse, Ste-Blandine, St-Anaclet, Rivière-Hâtée, Bic, St-Fabien, St-Eugène de Ladrière.
- ✓ Le menu est en rotation sur quatres semaines. Les choix doivent être complétés dans la première semaine du service. C'est de votre responsabilité d'appeler pour toutes modifications.
- ✓ Un repas à faire réchauffer au four à micro-onde (soupe ou dessert et plat principal), 9,50\$ sans taxe.
- ✓ Vous devez fournir un spécimen chèque et vous recevrez un avis de prélèvement qui indiquera le montant qui sera prélevé dans votre compte bancaire **le 23 du mois suivant**.
- ✓ Si vous prévoyez être absent lors de la livraison de la popote, veuillez communiquer avec le Centre au **581-246-6352**. ***Toute annulation doit être faite avant 12h (midi) la veille, du lundi au vendredi (cela n'inclut pas les jours fériés ni les fins de semaine).***
- ✓ Il est strictement interdit d'offrir un pourboire au bénévole même si vous appréciez son soutien. Dites-leur plutôt des bons mots pour leur faire plaisir !
- ✓ Une procédure d'urgence est mise en place afin de s'assurer que vous n'êtes pas en situation de détresse dans votre logement si il n'y a aucune réponse de votre part lors de la livraison.
- ✓ En cas de tempête, le Centre décide si la livraison est possible. En cas, d'annulation, nous vous contacterons la journée même pour vous en informer.
- ✓ Pour les personnes de 70 ans et plus, un reçu (crédit d'impôt) vous sera remis pour les services de maintien à domicile.

Fousséna Koumeyî

Responsable de la popote roulante
581-246-6352