

# LE CAB EXPRESS



JE TIENS À MA  
COMMUNAUTÉ



JE SOUTIENS LE  
COMMUNAUTAIRE



## NOUVEAU SERVICE AU CAB: L'AGENT DE PARTICIPATION SOCIALE DES AÎNÉS

Le travail de l'agent de participation sociale des aînés consiste à :

- \_ développer un réseau d'éclaireurs et de bénévoles d'accompagnement des aînés;
- \_ développer de nouveaux groupes d'aînés, soutenir ceux existants et favoriser l'accueil de nouveaux participants au sein de ces groupes;
- \_ développer des activités intergénérationnelles

L'ouverture de ce poste est possible grâce au projet «Communauté bienveillante des aînés» du programme QADA (Québec ami des aînés) du Ministère de la Famille.

C'est M. Patrick Lajeunesse, ancien travailleur de milieu auprès des aînés, qui occupe ce poste depuis le 13 mars.

Pour le contacter: 819-849-7011, poste 216 ou [participation@cabmrccoaticook.org](mailto:participation@cabmrccoaticook.org)

## BIENVENUE À JADE ST-MARTIN

Depuis le 13 mars, Mme Jade St-Martin est la nouvelle travailleuse de milieu auprès des aînés, en remplacement de M. Patrick Lajeunesse.



Rappelons que son rôle est de repérer, accompagner et référer les aînés vulnérables et isolés vers les services et les soins dont ils ont besoin.

Vous pouvez contacter Jade aux mêmes coordonnées que Patrick avait: 819-345-0877 et [itmav@cabmrccoaticook.org](mailto:itmav@cabmrccoaticook.org)

## RETOUR D'EN FORME AVEC BÉBÉ

Dès le mercredi 5 avril, ces cours seront de retour. Ils se dérouleront au Parc Laurence de Coaticook, de 9h à 10h.

Coût: 60 \$ pour 12 séances.

Inscription obligatoire: 849-7011, poste 231.



## BABILLARD DES ACTIVITÉS

### Cliniques d'impôts

Information : 849-7011 #224

En cours partout dans la MRC

Voir le calendrier [ici](#)

### Cuisines collectives

Information et inscription : 849-7011 #233

Cuisine international: la Grèce

Jeudi 13 avril 9h à 13h

Vendredi 14 avril, 17h30 à 21h

5\$ par personne + 10\$ pour la nourriture



Cuisine parents-enfants

Mercredi 19 avril, 9h30 à 11h

Gratuit. Halte-garderie gratuite disponible

### Soutien aux proches aidants

Information et inscription : 849-7011 #223

Activité aidant-aidé: *Initiation à la marche nordique*

Mardi 21 mars, 13h30 à 14h30

Stationnement du parc Jean-D'Avignon, à Coaticook

Café-formation *Bienveillance de notre proche aimé en famille!*

Mercredi 29 mars, 13h30 à 16h30

Formation d'un conseil de famille et stratégies de communication auprès de notre proche aimé

### Maison de la Famille

Information et inscription : 849-7011 #231

Sauf avis contraire, les activités se déroulent à la Maison de la famille

Parent'jase

Tous les mardis, de 9h30 à 11h

Bébé arrive bientôt

Tous les 3<sup>es</sup> mardis du mois, à 13h30

Inscription: 819-849-4876, poste 57372

Nourri-Source

Tous les 3<sup>es</sup> mardis du mois, de 9h à 12h

Bébé café Waterville

Tous les mercredis, de 9h à 11h

Café *Les 3 soeurs*, Waterville

Pilates pré et post natal

Tous les mercredis, de 11h à 12h

Salle communautaire, Hôtel de ville de Coaticook

Bébé café Coaticook

Tous les jeudis, de 9h à 11h

Restaurant *Jack'O*, Coaticook

Formation RCR

Lundi 27 mars, de 9h à 12h ou de 18h15 à 21h15

2\$ par personne



## CLINIQUES D'IMPÔTS À VENIR

- 20 mars: **St-Herménégilde**, centre communautaire, 776, rue Principale
- 23 mars: **Compton**, Manoir de chez-nous, 4 ch. De la Station
- 28 mars: **Waterville**, salle du conseil, Hôtel de Ville, 170, rue Principale Sud
- 11 avril: **St-Malo**, local âge d'or, 459, route 253
- **Coaticook** : 1<sup>er</sup>, 22 et 29 mars; 5, 19 et 26 avril, sous-sol de l'Église St-Jean, 50 rue Court.

Toutes les cliniques se déroulent de **13h30 à 16h**.

Des frais de dossier et de traitement de **5 \$** sont payables à l'inscription.

Plus d'informations sur les critères d'admissibilité et les documents à fournir se trouvent dans le calendrier de notre site internet ou en cliquant [ici](#).

## ANNONCES D'OFFRES DE BÉNÉVOLAT

Nous vous rappelons que sur notre site internet, dans la section [Bénévoles recherchés](#), vous trouverez plusieurs annonces du Centre d'action bénévole ou d'autres organismes cherchant des bénévoles.

## NOUVEAU: CAFÉ DES AÎNÉS DE COMPTON

Le modèle du « Café des aînés » s'inspire d'initiatives semblables déjà déployées dans notre MRC. Son objectif est de resserrer les liens entre les citoyens et d'offrir un moyen de partager ses opinions, de fraterniser et de s'impliquer dans sa communauté.

Pour les 50 ans et plus de Compton

Les mercredis à 13h, à partir du 29 mars.

À l'Église de Compton  
sous-sol de la sacristie (porte 2)  
(6747, route Louis-S.-Saint-Laurent)

## IMPORTANT: POPOTE ROULANTE CHERCHE LIVREURS



Nous avons de plus en plus de demandes de personnes voulant des repas de la popote roulante, mais nous manquons de bénévoles pour les livrer.

Nous cherchons donc des bénévoles, possédant une voiture, pour livrer des repas à Coaticook et ses environs.

**La livraison des repas se fait du lundi au vendredi, entre 10h30 et midi.** Même si vous n'êtes disponible qu'un jour par semaine, nous sommes preneurs!

**Le kilométrage est remboursé.**

Intéressé? Contactez Olivier au 819-849-7011, poste 215, ou à [benevoles@cabmrccoaticook.org](mailto:benevoles@cabmrccoaticook.org)

## BOTTIN DU CAB

TÉL.: **819-849-7011**

### MARJORIE TYROLER

Directrice générale  
Poste 213 - [direction@cabmrccoaticook.org](mailto:direction@cabmrccoaticook.org)

### MARYSE LABBÉ

Secrétaire-comptable  
Poste 210 - [info@cabmrccoaticook.org](mailto:info@cabmrccoaticook.org)

### MANON MATHIEU

Adjointe aux services communautaires  
Poste 201 - [transport@cabmrccoaticook.org](mailto:transport@cabmrccoaticook.org)

### OLIVIER GIRONDIER

Coordonnateur des bénévoles et des communications  
Poste 215 - [benevoles@cabmrccoaticook.org](mailto:benevoles@cabmrccoaticook.org)

### GWLADYS SEBOGO

Coordonnatrice Maintien à domicile et dépannages  
Poste 224 - [maintien@cabmrccoaticook.org](mailto:maintien@cabmrccoaticook.org)

### ISABELLE ROUTHIER

Adjointe Maintien à domicile et dépannages  
Poste 225 - [adjmad@cabmrccoaticook.org](mailto:adjmad@cabmrccoaticook.org)

### JADE ST-MARTIN

Travailleuse de milieu auprès des aînés  
819-345-0877 - [itmav@cabmrccoaticook.org](mailto:itmav@cabmrccoaticook.org)

### LUCIE L'HEUREUX

Agente de développement en soutien aux proches aidants  
Poste 223 - [aidant@cabmrccoaticook.org](mailto:aidant@cabmrccoaticook.org)

### PATRICK LAJEUNESSE

Agent de participation sociale des aînés  
Poste 216 - [participation@cabmrccoaticook.org](mailto:participation@cabmrccoaticook.org)

### CORINNE HAMELIN / MICHELLE HIVERT

Coordonnatrices-animatrices de la Maison de la famille  
Poste 231 - [familles@mfmrccoaticook.org](mailto:familles@mfmrccoaticook.org)

### EDITH DODIER

Éducatrice de la halte-garderie  
Poste 245 - [haltegarderie@cabmrccoaticook.org](mailto:haltegarderie@cabmrccoaticook.org)

### MARILYNE LALONDE

Animatrice des cuisines collectives  
Poste 233 - [cuisines@cabmrccoaticook.org](mailto:cuisines@cabmrccoaticook.org)

### KIM ST-PIERRE HOVINGTON

Cuisinière de la popote roulante  
Poste 209

**BOUTIQUE MOD-ÉCOLO** - Poste 205

Pour tout commentaire sur le *CAB Express*, contactez Olivier Girondier au **819-849-7011, poste 215** ou par courriel à [benevoles@cabmrccoaticook.org](mailto:benevoles@cabmrccoaticook.org)

