

LE CAB EXPRESS



JE TIENS À MA COMMUNAUTÉ



JE SOUTIENS LE COMMUNAUTAIRE



Activité pour proches aidants d'ainés

Déplacement sécuritaire de la personne aidée



Café-formation

Initiation aux bases de la formation PDSB

Par Denis Boucher, formateur PDSB, CSSS de la MRC de Coaticook

Objectifs spécifiques durant l'atelier :

- Étapes de préparation
- Bonne communication
- Principes de positionnement
- Principes de prise
- Principes de mouvement

En soirée, pour les travailleurs!

Mercredi 12 avril à 18 h 30

Bibliothèque Françoise-Maurice de Coaticook

Réservation et inscription : 819.849.7011 poste 223
Centre d'action bénévole de la MRC de Coaticook

GRATUIT

Grâce au soutien financier de :



NOUVEAU: HALTE-RÉPIT

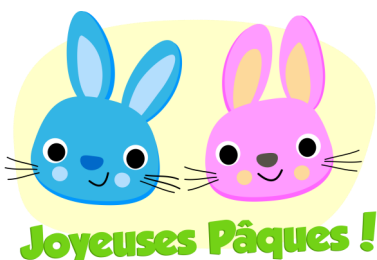
Les membres de la Maison de la famille peuvent maintenant faire garder leur(s) enfant(s) par notre éducatrice, Mme Édith Dodier, le temps de se reposer, d'aller à un rendez-vous médical ou tout simplement de faire des courses.

Vous pouvez donc amener vos enfants à la Halte-garderie de la Maison de la famille les lundis de 13h à 16h et vendredis de 9h à 12h pour du répit parental. Le coût est de 5\$ par enfant pour le bloc de 3 heures.

Pour réserver une place, contactez la Maison de la famille au 819-849-7011, # 231, ou à familles@mfmrccoaticook.org

FERMETURE POUR PÂQUES

Nous serons fermés du vendredi 14 au lundi 17 avril.



Bénévoles : Créateurs de richesses

Semaine de l'action bénévole - 43^{ème} édition
Du 23 avril au 29 avril 2017

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 internationale: la Grèce

Jeudi 13 avril 9h à 13h

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

Cuisine parents-enfants: Spécial Pâques

Mercredi 19 avril, 9h30 à 11h

1\$/adulte. Halte-garderie disponible



Soutien aux proches aidants

Information et inscription : 849-7011 #223

Formation *Déplacement sécuritaire de la personne aidée*

Mercredi 12 avril, 18h30 à 20h30

Bibliothèque Françoise-Maurice, Coaticook

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^{es} mardis du mois, à 13h30

Inscription: 819-849-4876, poste 57372

Nourri-Source

Tous les 3^{es} mardis du mois, de 9h à 12h

Bébé café Waterville

Tous les mercredis, de 9h à 11h

Café *Les 3 soeurs*, Waterville



En forme avec bébé

Tous les mercredis, de 9h à 10h

Parc Laurence de Coaticook

Pilates pré et post natal

Tous les mercredis, de 10h30 à 11h30

Salle communautaire, Hôtel de ville de Coaticook

Bébé café Coaticook

Tous les jeudis, de 9h à 11h

Nouveau lieu: à la Maison de la famille

CLINIQUES D'IMPÔTS À VENIR

- 11 avril: St-Malo, local âge d'or, 459, route 253
- Coaticook : 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](#).

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

BOTTIN DU CAB

TÉL.: 819-849-7011

MARJORIE TYROLER

Directrice générale
Poste 213 - direction@cabmrccoaticook.org

MARYSE LABBÉ

Secrétaire-comptable
Poste 210 - info@cabmrccoaticook.org

MANON MATHIEU

Adjointe aux services communautaires
Poste 201 - transport@cabmrccoaticook.org

OLIVIER GIRONDIER

Coordonnateur des bénévoles et des communications
Poste 215 - benevoles@cabmrccoaticook.org

GWLADYS SEBOGO

Coordonnatrice Maintien à domicile et dépannages
Poste 224 - maintien@cabmrccoaticook.org

ISABELLE ROUTHIER

Adjointe Maintien à domicile et dépannages
Poste 225 - adjmad@cabmrccoaticook.org

JADE ST-MARTIN

Travailleuse de milieu auprès des aînés
819-345-0877 - itmav@cabmrccoaticook.org

NOUVEAU: UNE BRIGADE JOUETS AU CAB



Depuis 3 ans, à l'initiative d'une bénévole, Mme Danielle Larochelle, le CAB distribue des jouets aux enfants lors de la Grande cuisine collective des fêtes et de la remise des paniers de Noël en décembre.

La quantité de jouets reçue ayant explosé, nous devons mettre en place une brigade de bénévoles qui s'occuperont de collecter, de nettoyer et d'emballer les jouets et toutous.

Le CAB recherche donc des bénévoles qui voudront faire partie de cette brigade.

Intéressé ? Contactez Olivier Girondier, au 819-849-7011, poste 215, ou à benevoles@cabmrccoaticook.org

Un grand merci à Défi Polyteck (anciennement Défi Récup-Air) qui nous prête un local pour entreposer les jouets reçus.

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.

LUCIE L'HEUREUX

Agente de développement en soutien aux proches aidants
Poste 223 - aidant@cabmrccoaticook.org

PATRICK LAJEUNESSE

Agent de participation sociale des aînés
Poste 216 - participation@cabmrccoaticook.org

CORINNE HAMELIN / MICHELLE HIVERT

Coordonnatrices-animatrices de la Maison de la famille
Poste 231 - familles@mfmrccoaticook.org

EDITH DODIER

Éducatrice de la halte-garderie
Poste 245 - haltegarderie@cabmrccoaticook.org

MARILYNE LALONDE

Animatrice des cuisines collectives
Poste 233 - 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

