

LE CAB EXPRESS



SPÉCIAL - ACTIVITÉS DES FÊTES



© Spectre Média, André Vullemin

LANCEMENT DE LA CAMPAGNE DES PANIERS DE NOËL 2019

Le lancement de la **Campagne des paniers de Noël 2019** a dévoilé plusieurs éléments importants... Premièrement, le Président d'honneur de l'édition 2019 qui est le maire Simon Madore et deuxièmement, l'objectif financier qui est de **50 000 \$**. Pour vous donner une idée, nous avons amassé **47 951 \$** l'année dernière : cela veut dire que notre objectif n'est pas impossible. Geneviève, la responsable des dépannages alimentaires, a révélé que le nombre de dépannages réalisés est en hausse depuis quelque temps. Plusieurs facteurs peuvent expliquer ce phénomène, comme le coût de la vie ou la régularité de l'emploi occupé.

Du 11 novembre au 20 décembre

Campagne des Paniers de Noël



VENEZ PORTER DES DONS EN DENRÉES ET EN ARGENT

Faites preuve de générosité avec un dépôt de denrées dans un point de collecte près de chez vous ! Il y en a plus de 60 dans toute la MRC de Coaticook. Si vous souhaitez faire une demande afin de recevoir un panier de Noël, vous pouvez remplir un formulaire du 4 novembre au 6 décembre 2019. **Information : 819 849-7011 poste 224.**

LE PARTY DE NOËL DES BÉNÉVOLES DU CAB

Que seraient les activités du temps des fêtes sans le Party de Noël des bénévoles ? Nous invitons tous nos bénévoles au Bar l'Épervier le jeudi 28 novembre prochain pour célébrer le temps des fêtes, mais surtout pour souligner votre implication si généreuse. **Réservez votre place avant le 22 novembre : 819 849-7011 poste 215.**



Cuisine collective DES FÊTES

10 décembre

Inscription : 819 849-7011



LA GRANDE CUISINE COLLECTIVE DES FÊTES

La Grande cuisine collective des fêtes est un événement unique au Québec, puisque des centaines de familles viennent préparer leur repas des fêtes dans une ambiance magique. Le coût est de 10 \$ pour 2 personnes et moins, ainsi que 15 \$ pour 3 personnes et plus. **Pour réserver votre place : 819 849-7011 poste 201.**



LA GRANDE GUIGNOLÉE DES MÉDIAS

La Guignolée des médias est LA JOURNÉE où la générosité de la population est demandée plus que jamais. En 2018, nous avons recueillis 24 705 \$. On vise un petit peu plus haut cette année. Vous pouvez également laisser des dons en argent. **Pour être bénévole à cette journée festive : 819 849-7011 poste 215.**

PETITES ANNONCES



MAUDE BRODEUR EST AVEC NOUS JUSQU'AUX VACANCES DES FÊTES !

Depuis quelques semaines déjà, **Maude est animatrice aux cuisines collectives!** Ambitieuse et passionnée, elle prend les rênes de la cuisine avec brio : elle sera la responsable en chef lors de la Grande cuisine collective des fêtes. Elle nous quittera bientôt, puisque son remplacement est temporaire jusqu'au retour de Marilynne Lalonde en janvier.



Les prix **Hommage bénévolat-Québec** sont l'occasion de dire merci aux citoyennes et aux citoyens qui posent des gestes d'altruisme dans leur communauté et aux organismes sans but lucratif qui contribuent au développement, au recrutement et au soutien de l'action bénévole. La période de mise en candidature se termine le 5 décembre 2019. La cérémonie de remise des prix aura lieu durant la Semaine d'action bénévole au printemps 2020 !

PETITES ANNONCES



La représentation de la pièce de théâtre « LES JEUDIS DE SANDRA », une création du théâtre Parminou, a connu un bon succès. Une centaine de spectateurs étaient présents le 7 novembre dernier au Pavillon des arts et de la culture de Coaticook. Rappelons que la soirée avait pour objectif de sensibiliser le monde du travail face à la conciliation travail, famille et proche aidance.

© Estrie Plus, Daniel Campeau



La **Journée internationale des bénévoles** a lieu le 5 décembre de chaque année, « afin de souligner toute l'importance de la contribution des bénévoles au développement économique et social des communautés » (ONU). Par un heureux hasard, elle tombe en même temps que la Guignolée des médias cette année ! Nous tenons à dire à tous nos bénévoles :

un gros merci ♥

REVENONS AUX CONCOURS



Le 23 octobre dernier, le **CAB** était finaliste dans la catégorie « Services de proximité » au **Gala Excellence 2019** de la Chambre de Commerce et d'Industrie de la Région de Coaticook. Le CAB n'a pas été le grand vainqueur, mais il est honoré d'avoir été parmi les 3 finalistes. Toutes nos félicitations à Plomberie Coaticook !



Le 24 octobre dernier, le **CAB** participait au **Gala de L'ACA**. Il a déposé sa candidature dans la catégorie « Nouveau-nés » pour présenter son implication dans la communauté avec ses événements citoyens. Nous n'avons pas gagné, mais nous sommes fier d'avoir participé à ce tout premier gala de l'action communautaire autonome organisé par le ROC de l'Estrie.

BABILLARD DES ACTIVITÉS



VENEZ CUISINER AVEC NOUS UN MIJOTÉ !

Lundi, 18 novembre à 13h00
Au Centre d'action bénévole (Coaticook)
N'oubliez pas vos contenants !
Inscription : 819 849-7011 poste 225



ACHETEZ UN CADEAU À UN ENFANT DANS LE BESOIN

Du 19 novembre au 16 décembre
Valeur de 25 \$ maximum. Venez porter le cadeau au Jean Coutu de Coaticook.
Une initiative de Jean Coutu.



CONSULTATIONS BUDGÉTAIRES OFFERTES GRATUITEMENT

Tous les mercredis matins
Au Centre d'action bénévole (Coaticook)
Par Serge Bélanger, B. A. A.
Inscription : 819 849-7011 poste 224



CONFÉRENCE DONNÉE PAR DAVID BÉLANGER DE SBP

Lundi, 25 novembre à 13h30
Programme *Mes finances, mes choix*
Au Centre d'action bénévole (Coaticook)



COLLECTE DE DENRÉES AVEC LA BANQUE RBC

Vendredi, 29 novembre à 18 h
Au Salon de quilles Le Riviera
« Une denrée = une participation au tirage d'un panier cadeau ! »



DISTRIBUTION DES PANIERS DE NOËL

Du 16 au 19 décembre 2019
Au Centre d'action bénévole (Coaticook)
Merci à tous nos partenaires et bénévoles !

BÉNÉVOLES RECHERCHÉS : 819 849-7011 poste 215



LES SCOUTS DE COATICOOK
Chaque semaine, les vendredis

Recherche 2 animateurs ou animatrices de groupe scouts. Tous les vendredis soirs de 18 h 30 à 20 h 30.



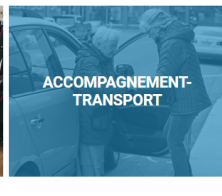
CUISINE COLLECTIVE DES FÊTES
Mardi, 10 décembre

Préparation d'aliments, portionnement, transport d'aliments et de matériel, vaisselle, ménage, halte-garderie, coin café et plus !

NOUVEAUTÉ
SUR NOTRE SITE WEB :
OFFRES DE BÉNÉVOLAT

www.cabmrccoaticook.org/benevolat

Pour connaître toutes les opportunités en matière de bénévolat au CAB et dans la MRC !



POUR DES INFORMATIONS SUR LES ACTIVITÉS DU CAB: 819-849-7011 POSTE 215