

CENTRE D' *Action* BÉNÉVOLE DE LA MRC DE COATICOOK

RAPPORT D'ACTIVITÉ 2020-2021



Centre d'action bénévole de la MRC de Coaticook
23, rue Cutting, Coaticook, Québec, J1A 2G2 | cabmrccoaticook.org

MOT DU PRÉSIDENT

Chère équipe
de bénévoles,
Membres du personnel,
Collègues du Conseil
d'administration,
Partenaires du milieu,



J'ai le plaisir de présenter le rapport annuel 2020-2021. Le CAB a su tirer son épingle du jeu et malgré le contexte de la pandémie, a continué à offrir d'importants services à la population en générale, aux personnes âgées et aux personnes dans le besoin. Nous avons même pu répondre à une hausse de demandes pour certains de nos services et ajouter des activités pour mieux répondre aux besoins.

Au cours de la dernière année, le CAB a pu compter sur nombre de bénévoles, partenaires et donateurs/trices pour adapter et développer ses services auprès de la population. Je suis fier de voir que le CAB a répondu avec brio aux défis et obstacles pour continuer à venir en aide aux personnes et améliorer la qualité de vie dans notre milieu. Je voudrais

aussi remercier les gouvernements du Canada et du Québec et d'autres bailleurs de fonds qui ont mis sur pied divers programmes d'aide financière ponctuels. Le CAB a pu chercher les fonds nécessaires pour développer et adapter certains services grâce à cet appui.

Je voudrais surtout remercier les multiples partenaires locaux qui nous appuient tout au long de l'année. Notre milieu est très solidaire et la liste des entreprises et d'individus qui nous ont soutenus fera l'envie de bien d'autres territoires. Je voudrais particulièrement souligner l'initiative de l'entreprise RMSTATOR qui a organisé une levée de fonds pour nous et qui a fait un don très apprécié de 20000 \$ à notre organisme au début de la pandémie.

Pour conclure, j'aimerais remercier les membres du Conseil d'administration pour le temps dédié à notre organisme et remercier tout particulièrement la grande famille de bénévoles qui œuvrent au CAB, sans votre appui, les services rendus à la communauté ne seraient pas possibles. J'aimerais aussi souligner le dévouement et le dynamisme de toute l'équipe du CAB qui travaillent sans relâche afin de répondre aux besoins de la population.

Martin Saindon,
Président du CA

PRÉSENTATION DU CAB DE LA MRC DE COATICOOK

NOTRE MISSION

La mission du Centre d'action bénévole de la MRC de Coaticook consiste à **promouvoir l'action bénévole** dans les différents secteurs de l'activité humaine et **susciter une réponse à des besoins** du milieu.

NOTRE CONSEIL D'ADMINISTRATION 2020-2021

- > **MARTIN SAINDON**, président
- > **MÉLISSA CYR**, vice-présidente
- > **ROCH LÉTOURNEAU**, trésorier
- > **FRÉDÉRIC JUBINVILLE**, secrétaire
- > **ABBÉ CLÉMENT BANABA**, administrateur
- > **FRANÇOIS BOUCHY-PICON**, administrateur
- > **NATHALIE DUPUIS**, administratrice
- > **MARIO LALONDE**, administrateur
- > **SYLVIE MORIN**, administratrice
- > **MÉLANIE PROVENÇAL**, administratrice
- > **MANON THIBAUT**, administratrice

NOS OBJECTIFS



MOT DE LA DIRECTRICE GÉNÉRALE

Qui aurait cru que la pandémie COVID 19 durerait toute l'année 2021-2022? Masques, plexiglas,

distanciation, télétravail, désinfection, annulation d'activités et adaptation ont marqué toute la période du présent rapport d'activités. Avant toute autre chose, j'aimerais remercier les membres de l'équipe et les bénévoles qui ont œuvré dans ce contexte difficile. Vous avez su maintenir et adapter les services du CAB aux besoins de la population, tout en gardant votre sourire et votre détermination à améliorer la vie des personnes de notre milieu.

Notre organisme a brillé tout au long de l'année par son dynamisme et sa capacité de répondre rapidement aux nouveaux besoins. Nous avons réorganisé nos espaces de travail et nous avons adapté l'ensemble de nos activités et de nos services à la nouvelle réalité. Nous avons été proactifs pour contrer l'isolement des personnes âgées en faisant des appels et en mettant en place un service de prêt de tablettes et une programmation virtuelle complète.



De plus, nous avons répondu à de plus en plus de demandes d'aide de la part de la population. Entre autres, le service de la popote roulante a connu une augmentation de plus de 60 % du nombre de repas, et le nombre de dépannages alimentaires a augmenté de près de 8 %.

Notre équipe de bénévoles est très impliquée. Nous avons eu plusieurs nouvelles recrues malgré les conditions difficiles. Nous continuons à faire beaucoup d'efforts afin que les bénévoles se sentent valorisés et appréciés. C'est très important, car ce sont les bénévoles qui sont au cœur des actions du CAB.

Cette année, nous avons accueilli l'abbé Clément Banaba comme nouveau membre du conseil d'administration. Merci à tout le conseil d'administration pour son soutien et son dynamisme. Merci à notre président, Martin Saindon, pour son écoute et son appui.

Merci encore à l'équipe, votre dévouement m'a beaucoup impressionné au cours de la dernière année et je suis fière de vous côtoyer et de travailler avec vous.

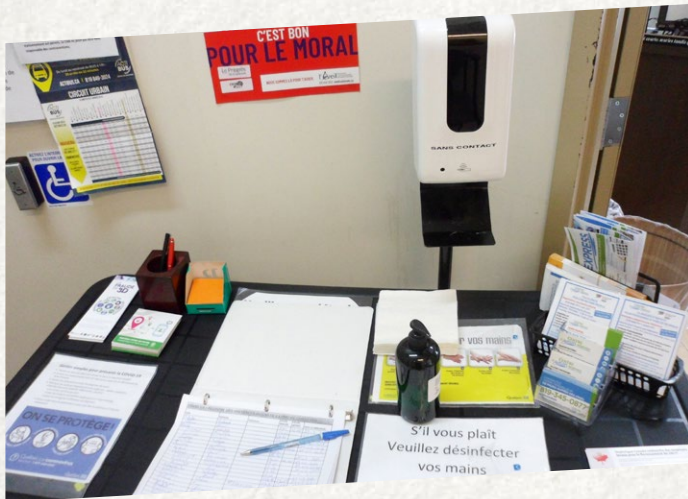
Finalement merci à nos précieux bénévoles, j'espère que vous êtes fiers du CAB et du travail accompli. C'est grâce à vous que le CAB peut connaître de tels succès et contribuer au mieux-être dans notre milieu.

Marjorie Tyroler
Directrice générale

NOTRE ÉQUIPE 2020-2021

- > **MARJORIE TYROLER**, directrice générale
- > **MARYSE LABBÉ**, secrétaire-comptable
- > **ISABELLE ROUTHIER**, coordonnatrice du service de maintien à domicile et dépannages
- > **GENEVIÈVE RICARD**, adjointe du service de maintien à domicile et dépannages
- > **SANDRA BOSS**, adjointe au service de maintien à domicile, responsable de la popote roulante
- > **JANIE MARTEL**, agente de développement en service de soutien aux proches aidants
- > **JIM ARÉVALO**, agent de participation sociale pour les aînés (jusqu'en août 2020)
- > **CATHERINE DESJARDINS**, agent de participation sociale pour les aînés (depuis août 2020)
- > **SERGE FOURNIER**, travailleur de milieu pour aînés
- > **MICHEL MOINE**, cuisinier en chef de la popote roulante
- > **STÉPHANIE GILBERT**, cuisinière à la popote roulante (depuis mars 2021)
- > **MARILYNE LALONDE**, animatrice des cuisines collectives
- > **OLIVIER GIRONDIER**, coordonnateur des ressources bénévoles et des communications
- > **MANON MATHIEU**, adjointe aux services communautaires, responsable de la boutique et des accompagnements à des rendez-vous médicaux
- > **JORDANE MASSON**, responsable contractuelle de la programmation des conférences virtuelles

COVID ET MESURES SANITAIRES : SÉCURITÉ ET ADAPTATION



Comme tout le monde, le CAB a dû s'adapter à l'évolution des différentes mesures gouvernementales liées au contrôle de la pandémie de COVID afin d'offrir un environnement sécuritaire à ses bénévoles, bénéficiaires et à son équipe, tout en maintenant ses services essentiels.

SÉCURITÉ

Le CAB a bien sûr **respecté les consignes** émises par le gouvernement et ses structures comme la CNESST :

- > Station de désinfection des mains et registre des présences à l'entrée.
- > Mise à disposition de masques médicaux (les masques «de procédure» bleus).
- > Installation de plusieurs Plexiglas dans les locaux du CAB et de toiles en plastique transparent dans les voitures des bénévoles d'accompagnement-transport.
- > Limitation des présences et de la circulation dans le bâtiment (télétravail, obligation de prendre un rendez-vous, entretien téléphonique au lieu d'en présentiel, réunions d'équipe par ZOOM, etc.).

ADAPTATION DES ACTIVITÉS

Bien sûr, compte tenu des consignes liées à la distanciation physique et aux autres restrictions, nous avons dû procéder à **plusieurs adaptations** de nos activités. Par exemple :

- > La Guignolée des médias transformée en plusieurs mini-guignolées en entreprise et commerce.
- > La Grande cuisine collective des fêtes remplacée par la vente de tourtières et pâtés au poulet ainsi que par le projet Petite recette en famille.
- > Les cliniques d'impôts qui se sont déroulées sous forme sans contact avec inscription téléphonique.
- > Les groupes de soutien pour proches aidants par ZOOM au lieu d'en présentiel.
- > Pour les cuisines collectives, l'offre de sacs «prêts à cuisiner» contenant ingrédients et recettes pour cuisiner un bon repas à domicile.

Nous avons aussi, grâce à diverses subventions, pu essayer de **favoriser une participation sociale des personnes âgées et prévenir leur isolement** en :

- > Achétant 50 tablettes électroniques et en faisant le prêt.
- > Ayant une personne pour gérer ces prêts de tablettes et former les gens à les utiliser et à se brancher sur ZOOM (projet en collaboration avec la Corporation de développement communautaire de la MRC de Coaticook).
- > Développant une riche programmation de **124 activités virtuelles** via ZOOM.



DÉVELOPPEMENT DE L'ACTION BÉNÉVOLE ET COMMUNAUTAIRE

Promotion de l'action bénévole et soutien aux bénévoles

BILAN
2020-2021

LE BÉNÉVOLAT AU CAB

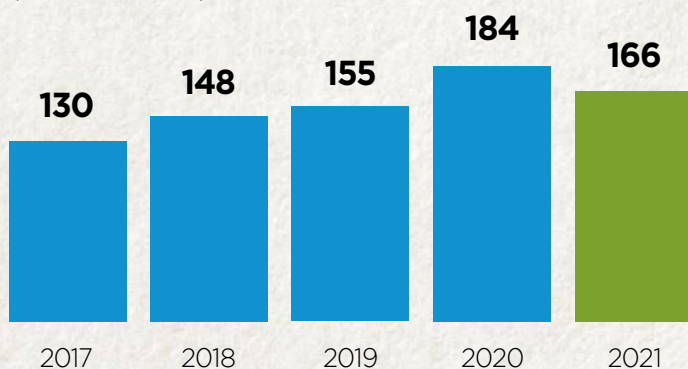
Les bénévoles sont au cœur du CAB. Le maintien et le renouvellement de l'équipe de bénévoles sont au cœur des priorités de l'organisme.

Lors du confinement du printemps 2020, la Santé publique avait déconseillé aux gens de 70 ans et plus de sortir de chez eux et nous avons donc dû nous priver des services de plusieurs bénévoles. Heureusement, nous avons eu la bonne surprise de voir de nombreuses personnes en congé forcé se proposer pour faire du bénévolat, notamment plusieurs personnes issues du réseau scolaire. **Merci à elles pour leur aide.**

Cependant, **plusieurs activités de bénévolat ont été très réduites, voir annulées**, comparativement à l'année précédente : Grande cuisine collective des fêtes (686 heures de bénévolat en 2019) et activités de la chorale (1168 heures en 2019-2020) annulées, Guignolée des médias remplacée par la Guignolée du CAB et les mini-guignolées, fermeture puis ouverture réduite de la Boutique Mod-Écolo, importante diminution des accompagnements-transports à des rendez-vous médicaux lors du confinement du printemps, etc. Par conséquent, le nombre d'heures de bénévolat accomplies par les bénévoles du CAB a nettement diminué en 2020-2021, comparativement à l'année précédente.

- > **166 bénévoles actifs** inscrits au CAB au 31 mars 2021, une diminution de 9,75 % par rapport à l'année précédente.

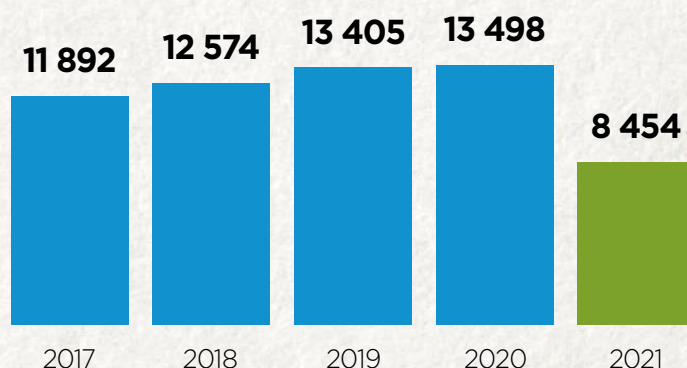
NOMBRE DE BÉNÉVOLES ACTIFS INSCRITS (au 31 mars 2021)



Note : Ce chiffre n'inclut pas les personnes qui ont fait du bénévolat ponctuel pendant la période des fêtes.

- > **50 bénévoles** ont participé à la préparation et à la remise des paniers de Noël.
- > **18 bénévoles** (170 en 2019) ont aidé lors de la **Guignolée du CAB**.
- > La moyenne d'âge des 166 bénévoles actifs au 31 mars 2021 était de **61,5 ans**.
- > Un total de **8454 heures** de bénévolat réalisées, une diminution de 37,5 % par rapport à 2019-2020.

TOTAL ANNUEL DES HEURES DE BÉNÉVOLAT (bénévoles du CAB)



Note : le nombre d'heures total comprend le bénévolat ponctuel lors des activités des fêtes.

LES BONS COUPS

- > **Tenir le coup malgré tout!**

SOUTIEN AUX BÉNÉVOLES

LES BONS COUPS

- > **Formation comme éclaireurs** des livreurs bénévoles de la popote roulante volontaires.
- > À la place de la fête de Noël des bénévoles, annulée à cause des mesures sanitaires, **un cadeau a été livré aux bénévoles du CAB** ayant offert un peu de leur temps dans les mois précédents.

SEMAINE DE L'ACTION BÉNÉVOLE

La valorisation et la promotion du bénévolat dans notre milieu nous tiennent à cœur. Les bénévoles sont essentiels pour maintenir la qualité de vie des citoyens et le dynamisme de notre milieu! La Semaine de l'action bénévole qui se tient chaque année en avril est ainsi une occasion de célébrer le bénévolat et les bénévoles.

À cause des mesures sanitaires et notamment du confinement, les activités de la Semaine de l'action bénévole (soirée de reconnaissance du CAB et soirée régionale de reconnaissance des bénévoles) ont dû être annulées et n'ont pu être remplacées compte tenu du court délai entre l'annonce des mesures et des dates de la Semaine de l'action bénévole.

Toutefois, il y a eu une campagne promotionnelle de la SAB sur les ondes de **CIGN 96,7 FM** et la publication d'une pleine page soulignant l'apport des bénévoles dans **Le Progrès de Coaticook**.

SOUTIEN À LA COMMUNAUTÉ

Services aux individus

BILAN
2020-2021

POPOTE ROULANTE

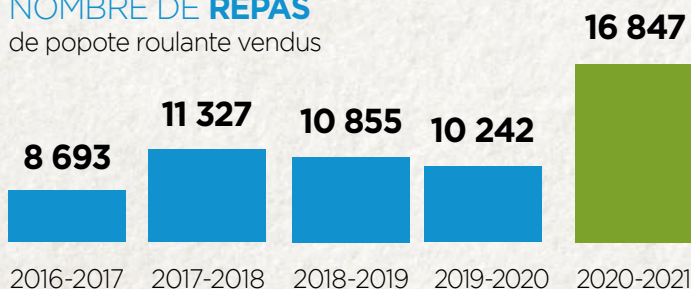
Les bénévoles aident à la préparation et livrent les repas destinés aux personnes convalescentes, aux nouvelles mamans, aux personnes handicapées et aux personnes de 50 ans et plus.

En 2020-2021, nous avons vendu **16 847 repas**, dont **2 584 repas congelés**, soit **une augmentation de 64,5 % par rapport à l'année précédente!**

Il faut noter que la livraison de repas congelés dans les écoles primaires a été annulée à cause des mesures sanitaires dans celles-ci.

NOMBRE DE REPAS

de popote roulante vendus



LES BONS COUPS

- > Ajout d'une offre de service de vente de **repas congelés pour adulte**.
- > **Achat de trois congélateurs** financés par le programme Food Rescue de Second Harvest.
- > **Campagne de promotion** dans le cadre de la Semaine québécoise des popotes roulantes : les maires et mairesses des 12 municipalités de la MRC ont écrit un commentaire suite à la dégustation d'un plat de la popote roulante et ces commentaires ont été diffusés sur notre page Facebook.



DU 14 AU 20 MARS 2021

SEMAINE QUÉBÉCOISE DES
POPOTES ROULANTES

LES POPOTES: UN SERVICE ESSENTIEL

La popote
roulante

CENTRE
D'Action
BÉNÉVOLE
DE LA MRC DE COATICOOK

J'ai mangé un plat de la popote roulante
L'avis des maires et mairesses de notre MRC

M. Simon Madore,
maire de Coaticook

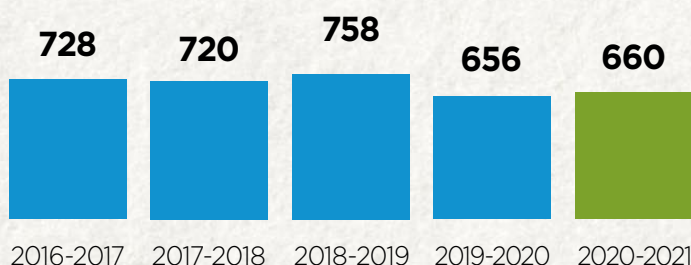
« Je me suis régalé avec le repas de
tourtière et légumes! La ville de
Coaticook est chanceuse de pouvoir
compter sur un organisme comme le CAB
et sa fameuse popote roulante qui goûte
comme si tout avait été cuisiné à la
maison. En plus, la livraison est gratuite
pour les gens de Coaticook. »

CLINIQUES D'IMPÔTS

Les bénévoles remplissent les déclarations de revenus des personnes et des familles à faibles revenus.

660 déclarations de revenus ont été produites en 2020-2021 par les bénévoles du service des cliniques d'impôts.

NOMBRE DE **RAPPORTS D'IMPÔTS** réalisés



LES BONS COUPS

- > Transformation des cliniques en inscription et recueil des informations **en mode sans contact**.
- > **Retour de tous les bénévoles** du service de cliniques d'impôts.
- > **3 sessions de formation** offertes sur la plateforme Zoom.
- > Participation de nos **partenaires municipaux** malgré la pandémie.

SERVICE D'AIDE AUX COMMISSIONS

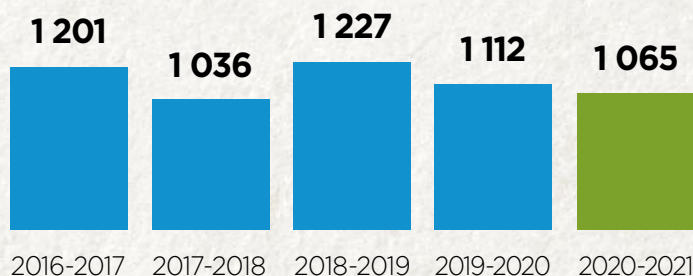
Lors du confinement du printemps 2020, le CAB a mis en place un service d'aide aux commissions pour les personnes de 70 ans et plus. **Des bénévoles faisaient les achats essentiels dont elles avaient besoin et leur livraient à leur domicile.**

ACCOMPAGNEMENT À DES RENDEZ-VOUS MÉDICAUX

Les bénévoles offrent un précieux service de transport et d'accompagnement aux personnes incapables de se déplacer seules à cause d'un problème physique ou cognitif.

Le confinement du printemps et le délestage des activités médicales dans les hôpitaux **ont réduit le nombre de rendez-vous médicaux** auxquels les gens avaient accès. De plus, le CAB a aussi volontairement réduit son offre aux rendez-vous médicaux essentiels comme la dialyse ou le traitement des cancers (chimio et radiothérapies). Il y a donc eu une **forte baisse des accompagnements au début de la pandémie**. Par exemple, entre avril et juillet 2020, il y a eu environ 45 accompagnements par mois, alors qu'à partir d'août 2020, il y en a eu plus de 105 par mois.

NOMBRE D'**ACCOMPAGNEMENTS À DES RENDEZ-VOUS MÉDICAUX**



PROGRAMME P.I.E.D.

Le **Programme Intégré d'Équilibre Dynamique** consiste à prévenir des chutes chez des personnes âgées en leur permettant, par le biais de divers exercices, de développer leur équilibre et de renforcer leurs muscles.

Compte tenu des mesures sanitaires à respecter et de l'âge des personnes concernées, **aucune séance de PIED n'a pu être donnée en 2020-2021.**

PRÊT DE TABLETTES ÉLECTRONIQUES – FORMATION INFORMATIQUE

Afin de favoriser l'accès à ses activités virtuelles, le CAB a fait l'acquisition de **50 tablettes électroniques offertes en prêt**. «De plus, en collaboration avec la **Corporation de développement communautaire de la MRC de Coaticook**, une personne a été embauchée afin d'offrir des formations personnalisées à la clientèle pour l'utilisation de l'équipement informatique (cellulaire, ordinateur et tablettes) ainsi qu'à la maîtrise de la plateforme Zoom.»

- > **48 prêts** de tablettes.
- > **185 heures de formation** à 77 personnes.



Crédit photo : Vincent Cliche Le Progrès

CONFÉRENCES ET SPECTACLES VIRTUELS

22 conférences et spectacles ont été organisés pour **285 participations** au total.



AGENTE DE PARTICIPATION SOCIALE DES AÎNÉ.E.S

Ce projet vise à favoriser la participation sociale des personnes âgées par le soutien et la création d'activités avec des partenaires du milieu. De plus, l'agente soutient un réseau d'éclaireurs/éclaireuses bénévoles pour dépister les personnes en situation d'isolement ou de vulnérabilité.

- > **79 cafés pyjama** avec 101 participations au total.
- > **21 cafés branchés** avec 118 participations au total.
- > **2 cafés virtuels anglophones** avec 12 participations au total.
- > **37 activités** du **Café du Bien** Waterville.
- > **20 activités** du **Café-In** de Compton.

LES BONS COUPS

- > Les deux **cafés virtuels anglophones**.
- > Mise en place d'une **formation d'éclaireurs en ligne**, par ZOOM, qui a permis de former **54 éclaireurs** de milieux différents (employé.e.s municipaux, de pharmacies et du CAB, bénévoles du CAB), de toute la MRC au même moment, sans les faire se déplacer.

APPELS TÉLÉPHONIQUES AMICAUX AUX AÎNÉ.E.S

Le bénévolat d'accompagnement auprès des aîné.e.s ne pouvant se faire à cause des mesures sanitaires, le CAB a mis en place un système d'appels téléphoniques amicaux : des bénévoles téléphonent une à deux fois par semaine à des personnes âgées pour discuter et ainsi diminuer l'isolement de ces dernières.

- > **19 aîné.e.s** ont ainsi pu bénéficier d'un jumelage.

TRAVAILLEUR DE MILIEU POUR AÎNÉ.E.S

Le travailleur de milieu auprès des aîné.e.s fait le lien entre des personnes âgées vulnérables ou isolées et des ressources du milieu.



Personnes rejointes : **585 (+86 %)**



Nombre de rencontres : **1150 (+12,5 %)**
(au téléphone et en personne)

LES BONS COUPS

- > Avoir permis aux personnes âgées de **garder leur autonomie** dans le contexte pandémique en les stimulant et les encourageant, tout en brisant la lourde tension causée par l'isolement et le confinement.
- > **Repérage de personnes vulnérables** lors de la livraison de la popote roulante et lors des cliniques d'impôts.
- > **Développement de liens** avec des organisations de la communauté, ce qui a généré des références de plusieurs acteurs communautaires.
- > Emphase mise sur le **développement de l'autonomisation** et le développement de la capacité à être ou demeurer autonome.
- > Aider des personnes âgées complètement en retrait de la société à **réintégrer une vie communautaire active**, à se sentir valorisées.



SOUTIEN AUX PROCHES AIDANTS AIDANT.E.S

Grâce à une subvention de l'Appui Estrie, notre agente de développement en service de soutien aux proches aidant.e.s offre une programmation visant à appuyer les personnes proches aidantes qui prennent soin d'un membre de leur famille ou de leur entourage.



Un total de **132 proches aidant.e.s** (+ 42 %) a été rejoint par téléphone, en personne ou lors d'activités.

Pour un total de **321 participations** à 29 activités.

LES BONS COUPS

- > Offre d'**activités virtuelles** représentant près de 80 % de toutes les activités offertes dans l'année :
- > **43 personnes proches aidantes distinctes** ont participé aux activités virtuelles au courant de l'année.
 - **Formations personnalisées** à distance données pour permettre une connexion aux activités virtuelles. Au total, environ **87 heures de formation technologique** ont été données durant l'année (à distance et en présence).
- > **21 personnes** ont assisté au **Lancement des recueils de textes des proches aidants** en présentiel (9 septembre 2020) : ces recueils rassemblent 46 textes distincts composés par 25 proches aidant.e.s. Les textes ont été composés lors de plusieurs ateliers d'écritures se déroulant sur 4 ans.
- > Le **lancement virtuel des capsules vidéos de sensibilisation à la conciliation travail et proche aidance** : mettent en vedette 2 portraits de proches aidant.e.s de notre région (5 novembre 2020, dans le cadre de la Semaine nationale des Proches aidants).
 - **61 personnes** connectées sur Zoom.
 - **10 entreprises** de la MRC de Coaticook présentes.
 - Présence de la **ministre Marguerite Blais** et de la **députée Geneviève Hébert**.
 - **Grande couverture médiatique** : les capsules vidéo ont notamment été partagées en grand nombre sur Facebook (la vidéo de la proche aidante Isabelle Morin avait récolté **6100 vues** au 31 mars).
- > **7 groupes de soutien** offerts dans l'année, de manière virtuelle ou présentielle.

VESTIMENTAIRE

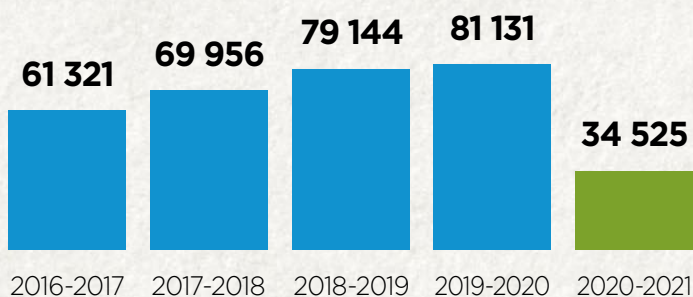
Les bénévoles s'occupent de la boutique Mod-Écolo et trient le linge reçu dans les cloches de vêtements au CAB.

Les mesures sanitaires, dont le confinement du printemps 2020, ont bien sûr eu un **impact important sur les heures d'ouverture de la boutique et donc le nombre de ventes réalisées**, tous les deux en baisse.

À partir de la fin de l'hiver 2021, il y a eu une **restructuration de la collecte de linge** afin de trouver une meilleure rentabilité. La collecte à Coaticook est maintenue, mais la collecte dans les autres municipalités a été cédée à l'organisme Récupex.

Ce sont les deux raisons qui font que le **chiffre d'affaires annuel du secteur vestimentaire est en forte baisse** par rapport à l'an dernier.

CHIFFRE D'AFFAIRES ANNUEL vestimentaire (\$)



LES BONS COUPS

- > Réussite de la **vente de garage** des nombreux objets laissés au CAB avec les dons de linge (septembre 2020).
- > **Achat d'équipement** facilitant le travail des bénévoles.
- > Nouvelle collaboration avec **Distribution Michel Fillion** qui a fait un don de vêtements d'une valeur de près de 14 000 \$.

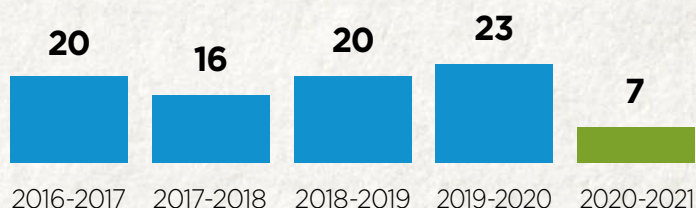


CUISINES COLLECTIVES

Une cuisine collective est un petit groupe de personnes qui partagent temps et compétences pour cuisiner de bons plats sains qu'ils rapporteront ensuite à la maison.

Cette année, compte tenu des mesures sanitaires et des périodes de confinement, la **période d'activité des cuisines collectives a été très réduite** et n'a pas permis d'avoir beaucoup de groupes et de personnes participantes par rapport aux années précédentes.

NOMBRE DE GROUPES DE CUISINE COLLECTIVE



LES BONS COUPS

- > De septembre 2020 à mars 2021, vente mensuelle de **sacs prêts à cuisiner** contenant ingrédients et recettes à 39 familles différentes.
- > **Rénovation des cuisines collectives** : nouveaux comptoirs, ajout d'un lave-vaisselle, rafraîchissement de la peinture des murs et armoires, transformation de la petite cuisine en un espace de rangement plus adapté et efficace.



RÉCUPÉRATION ALIMENTAIRE POUR ET PAR LA COLLECTIVITÉ

Cette initiative a été possible grâce à une subvention du programme du Plan gouvernemental pour l'inclusion économique et la participation sociale (PAGIEPS) avec une contribution spéciale du Plan d'action gouvernemental de prévention en santé (PGPS)

LES OBJECTIFS DU PROJET

- > Améliorer l'accès physique et économique à une alimentation, particulièrement pour les personnes défavorisées.
- > Réduire le gaspillage alimentaire.
- > Accroître la capacité du CAB à récupérer, transformer, conserver et entreposer les dons de nourriture des commerces et des producteurs agricoles de la région.
- > Accroître le volume de nourriture récupérée, transformée et conservée.

LES RÉSULTATS

- > **Acquisition d'équipements** (convoyeur pour la manutention, lave-vaisselle, etc.).
- > **Réaménagement d'une cuisine** pour l'entreposage et la transformation de nourriture.
- > **Augmentation du nombre de dépannages alimentaires de 7,4 %** par rapport à l'année précédente. Nous avons permis à 255 familles de la MRC de Coaticook d'avoir accès à une saine alimentation.
- > **Augmentation de 64 %** du nombre de repas produits pour la popote roulante.
- > **Acquisition de congélateurs et d'équipements** pour les deux maisons de jeunes de la MRC (Coaticook et Waterville) pour favoriser l'accès à la saine nourriture des jeunes qui les fréquentent.

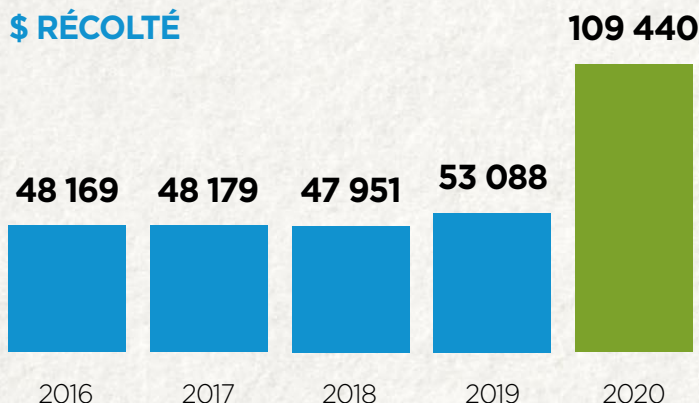


- > Réception de dons de nourriture de plusieurs entreprises locales (**IGA, Tigre Géant, Place Water, Marché Beaulieu, Verger le Gros Pierre, O'Bagel Café, Pause Gourmande, Abri Végétal, Vallons Maraîchers, Ferme Groleau**).
- > **Cueillette, par des bénévoles**, de bleuets qui seraient autrement restés dans le champ faute de main-d'œuvre pour les ramasser. Ces bleuets ont été donnés dans des dépannages alimentaires ou utilisés lors de transformations alimentaires.
- > **3517 portions** de nourriture cuisinées pour les dépannages alimentaires.

Il est à noter que la COVID a réduit de beaucoup la capacité du CAB à faire des transformations en raison des mesures sanitaires en place, notamment parce que les activités de groupe ont dû être annulées et donc l'employée-ressource mise à pied pour quelques mois.

CAMPAGNE DES PANIERS DE NOËL 2020

\$ RÉCOLTÉ



LES BONS COUPS

- > Des records exceptionnels :
- > Guignolée du CAB : **27 095 \$ récoltés**, une augmentation de près de 1 500 \$.
- > Total de la Campagne des paniers de Noël 2020 : **109 440 \$**, soit plus de 56 000 \$ de plus que l'an dernier!
- > **Sollicitation par les publisacs** grâce à une commandite de la **Caisse Desjardins des Verts-Sommets-de-l'Estrie**.
- > **Soutien important de la communauté : 57 commerces, entreprises ou institutions** ont tenu des mini-guignolées.
- > **Anges de Noël : 120 cadeaux donnés à 51 familles défavorisées** grâce à l'aide de La Frontalière et de Jean Coutu.
- > Un énorme **merci au président d'honneur** de la campagne des paniers de Noël 2020 : **Bruno Jacques**.



ACTIVITÉS DE NOËL

- > La Grande cuisine collective des fêtes a dû être annulée à cause des mesures sanitaires. Afin de compenser en partie son absence, deux importantes initiatives ont été mises en place :
- > **Vente de 500 tourtières et 500 pâtés** au poulet dont les profits ont permis l'achat de 250 tourtières et 250 pâtés au poulet pour distribution dans les paniers de Noël.
- > **Petite recette en famille** : 200 familles ont reçu gratuitement, livré par le père Noël, un sac contenant les ingrédients et la recette pour cuisiner une croustade aux pommes.
- > **Un moment enchanté** : ce parcours décoré et illuminé a pris place dans la ruelle située à côté du CAB les 4, 5 et 6 décembre 2020. Cinquante sapins illuminés et d'autres décors ont ainsi émerveillé environ 400 visiteurs.



Crédit photo : Vincent Cliche Le Progrès

COLLECTE DE FONDS SPÉCIALE

En juin 2020, l'entreprise **RMSTATOR** a lancé la campagne **Alimente ta communauté** afin de recueillir de l'argent pour notre service de dépannages alimentaires. Ce sont ainsi 39 674 \$ qui ont été collectés.



ALIMENTE ta COMMUNAUTÉ

SERVICE DES DÉPANNAGES

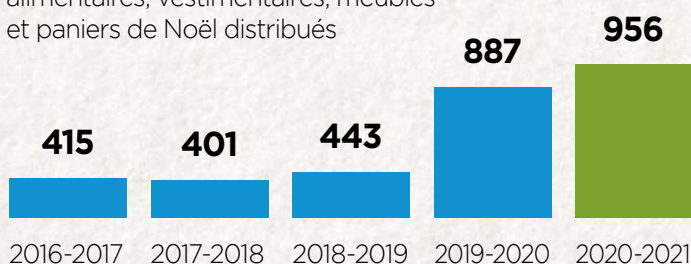
Le service des dépannages du CAB comprend plusieurs volets.

LES DÉPANNAGES ALIMENTAIRES, VESTIMENTAIRES ET DE MEUBLES

Nous avons réalisé **796 dépannages réguliers** et distribué **160 paniers de Noël**, une **augmentation de 8 %** par rapport à l'an dernier. Le CAB fait également des dépannages vestimentaires et de meubles au besoin.

NOMBRE DE DÉPANNAGES

alimentaires, vestimentaires, meubles et paniers de Noël distribués



LES BONS COUPS

- > **Plus de bénévoles** mis à contribution pour la préparation des dépannages ce qui permet de mieux répondre aux besoins.
- > **Plus de dons** en argent et en denrées de la part d'entreprises, commerces, restaurants et personnes.
- > **Obtention de fonds** (programme fédéral Vers un chez soi) pour aider à payer des besoins non alimentaires (électricité, loyer, hypothèque, etc.) de gens en difficulté financière.

LES CONSULTATIONS BUDGÉTAIRES

Un de nos bénévoles, **M. Serge Bélanger**, diplômé en administration et formé par Solution Budget Plus, rencontre les personnes qui le souhaitent afin de les aider à établir un **budget réaliste** et **reprendre du pouvoir sur leurs finances**.

- > **6 consultations** réalisées en 2020-2021.

LES RÉFÉRENCES VERS DES RESSOURCES

La travailleuse sociale responsable du service des dépannages s'assure également de **référer les bénéficiaires du service aux ressources appropriées** si besoin.

Nous siégeons sur différents comités et nous sommes membres de plusieurs regroupements.

LOCAL

- > Comité de prévention contre la maltraitance envers les aînés de la MRC de Coaticook
- > Corporation de développement communautaire (CDC) de la MRC de Coaticook
- > Mobilis'Action 0-5 ans
- > Table adulte 18 - 64 ans
- > Table réseau 0 -17 ans
- > Table de concertation des aînés (TCA) de la MRC de Coaticook
- > Table de gouvernance - Réseau local de services de Coaticook

RÉGIONAL

- > Regroupement des Centres d'action bénévole de l'Estrie (RCABE)
- > Regroupement des Cuisines collectives de l'Estrie (RCCE)
- > Regroupement des organismes communautaires (ROC) de l'Estrie

NATIONAL

- > Fédération des centres d'action bénévole du Québec (FCABQ)
- > Regroupement des cuisines collectives du Québec (RCCQ)
- > Regroupement des popotes roulantes et autres services alimentaires bénévoles (R-PRASAB)



Le CAB, ce n'est pas seulement l'organisation d'activités et de services, c'est aussi une vie dynamique comprenant exercices démocratiques de gestion de notre organisme, communication des réalisations du CAB et animation du milieu.

ASSEMBLÉES

- > **6 rencontres régulières** du conseil d'administration et trois du comité exécutif.
- > Assemblée générale 2020 : **22 membres et 2 partenaires**.

COMMUNICATIONS AVEC LES MEMBRES ET LE PUBLIC

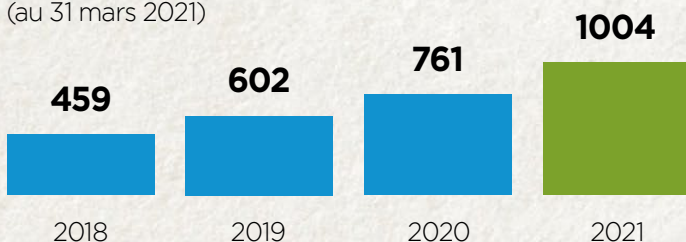
- > **Publication du CAB Express** (papier et infolettre) une fois par mois pour informer les bénévoles, les partenaires et toute autre personne intéressée aux actualités du CAB.



- > Chaque fin de mois, **envoi courriel de la liste des activités virtuelles** à venir le mois suivant aux bénévoles et usagers/usagères.
- > **Publications régulières sur la page Facebook** du CAB, sur la page Facebook des Cuisines collectives et sur les groupes Facebook *Coaticook*, *ma ville* et *Coaticook*, notre ville.
- > La page Facebook du CAB comptait **1004 mentions J'aime** au 31 mars 2021 (+32 %).

NOMBRE DE MENTIONS J'AIME

(au 31 mars 2021)



- > **Publication de nos activités** dans le calendrier du site Web Ressources Coaticook.
- > Mise à jour régulière du **site Internet du CAB**.

STATISTIQUES DU SITE WEB CABMRCCOATICOOK.ORG

- > **7229 visites** en 2020-2021 par rapport à **5563** visites en 2019-2020.
- > Une **augmentation de 30 %**.
- > **4270 visiteurs différents** en 2020-2021 par rapport à **3756** en 2019-2020.
- > Une **augmentation de 14 %**.



SOUTIEN À LA COMMUNAUTÉ

Soutien aux organismes

BILAN
2020-2021

Étant donné les mesures sanitaires, plusieurs organismes ou événements que nous aidons habituellement ont annulé leurs activités (le Relais pour la Vie par exemple). Nos bénévoles ont donc seulement aidé deux organismes cette année :

- > **La Bibliothèque Françoise-Maurice de Coaticook** : des bénévoles ont aidé à la manutention de caisse de livres pour la vente Tapis rouge de leur boutique Aux vieux bouquins.
- > **Le CIUSSS de l'Estrie-CHUS - installation de Coaticook** : des bénévoles ont aidé lors des cliniques de vaccination contre la grippe.

Le CAB est présent dans les médias par le biais d'annonces et de publicités, mais aussi, grâce à des entrevues et à des articles.

RADIO

CIGN

- Différents passages toute la journée lors de la **Guignolée du CAB**, le 3 décembre 2020, pour parler de la Guignolée et annoncer le montant d'argent récolté.
- **Entrevues** lors de certaines émissions sur différents sujets (campagne des Paniers de Noël, Un moment enchanté, cliniques d'impôts, etc.).

INTERNET

NOOVO

- **Capsule NVL Estrie** : Reportage sur les accompagnements-transport à la vaccination contre la COVID.

JOURNAUX

- **Le Progrès** : 37 articles (papier et Internet), une 1^{re} page.
- **The Sherbrooke Record** : 2 articles.
- **EstriePlus.com** : 1 article.
- **Journaux municipaux**.



DISTINCTIONS

MICHEL MOINE

Notre cuisinier en chef, M. Michel Moine, a été nommé comme **un des citoyens exceptionnels des Cantons de l'Est** par Mme Marie-Claude Bibeau, ministre et députée fédérale de Compton-Stanstead. C'est pour son travail et toutes ses heures passées à cuisiner pour s'assurer que, malgré l'augmentation des commandes, tous les bénéficiaires de la popote roulante puissent avoir un repas qu'il a été honoré.



NOS PARTENAIRES 2020-2021

Nos partenaires sont nombreux et diversifiés.

Un grand merci pour leur aide.

Les 12 municipalités de la MRC de Coaticook sont nos précieuses partenaires : toutes nos activités y rayonnent et nécessitent leur collaboration.

FINANCIERS¹

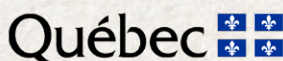
- > Assurances Gérard Leblanc
- > Appui pour les proches aidants d'âinés de l'Estrie
- > Caisse Desjardins des Verts-Sommets-de-l'Estrie
- > Centraide Estrie
- > CIUSSS de l'Estrie – CHUS (programmes PAGIEPS et PGPS)
- > Clubs Lions de Coaticook et Compton
- > Comité de priorité dans les dons de l'Estrie
- > Donateurs anonymes
- > Financement agricole Canada
- > Fonds de dotation Desjardins
- > Fondation Desjardins
- > Fondation Laure-Gaudreault
- > Fondation RBC
- > Fonds Tillotson de la région de Coaticook
- > Geneviève Hébert, députée de Saint-François
- > Gouvernement fédéral (programmes Vers un chez soi et Nouveaux Horizons)
- > Gouvernement provincial (programmes Affaires municipales, PSOC, QADA, SAPA et ITMAV)
- > IGA de Coaticook
- > L'APPUI pour les proches aidants d'âinés de l'Estrie
- > Ministère de l'Éducation
- > Moisson Estrie
- > Neil and Louise Tillotson Fund de la New Hampshire Charitable Foundation
- > Promutuel Centre-Sud
- > Quincaillerie Les Rivières – Rona de Waterville
- > Revenu Québec
- > RMSTATOR
- > Second Harvest Food rescue

SERVICES ET ACTIVITÉS²

- > Acti-Bus
- > Association des personnes handicapées de la MRC de Coaticook
- > Bibliothèque Françoise-Maurice
- > Carrefour jeunesse emploi de la MRC de Coaticook
- > Centre de services scolaires des Hauts-Cantons
- > Cercle des fermières de Coaticook
- > Cercle des fermières St-Marc
- > Chevaliers de Colomb de Coaticook et Compton
- > CIUSSS de l'Estrie CHUS – installation de Coaticook
- > Club Lions de Coaticook
- > Club Lions de Compton
- > Coatic'art
- > Collège Rivier
- > Comités MADA (municipalité amie des âinés) des municipalités de la MRC
- > Corporation de développement communautaire de la MRC de Coaticook
- > École secondaire La Frontalière
- > Écoles primaires de la MRC de Coaticook
- > Journaux municipaux
- > Journal Le Progrès de Coaticook
- > L'Éveil, ressource communautaire en santé mentale
- > La Ressourcerie des Frontières
- > Les Tissus Geo. Sheard
- > Maison de la famille de la MRC de Coaticook
- > Maison des jeunes de Coaticook
- > Maison des jeunes de Waterville
- > Maison Séjour
- > Moisson Estrie
- > MRC de Coaticook
- > Municipalités de la MRC de Coaticook
- > Musée Beaulne
- > Niedner
- > Paroisse des Saints-Apôtres
- > Pavillon des arts et de la culture de Coaticook
- > Radio coopérative de Coaticook CIGN 96,7 FM
- > Résidences pour âinés (Bel-Âge, Boiscastel, Maison familiale et Manoir de Chez-Nous)
- > Société Alzheimer de l'Estrie



Gouvernement
du Canada



¹ Bailleurs de fonds ayant contribué pour 500 \$ ou plus à la mission du CAB (commanditaires et donateurs de la Campagne des paniers de Noël non inclus).

² Partenaires ayant apporté un soutien pendant l'année.