

# LE CAB EXPRESS

819-849-7011 - cabmrccoaticook.org #141 - JUIN 2026



## Bienvenue à Marie-Ève Breton

C'est avec une grande fierté que je rejoins le Centre d'action bénévole de Coaticook en tant que directrice générale adjointe. Ancienne directrice générale et mairesse d'East Hereford, je connais bien les réalités et les enjeux de la MRC de Coaticook, une région qui me tient profondément à cœur. Mon expérience dans les Forces armées canadiennes m'a permis de développer des valeurs d'entraide, d'engagement et de service qui me guident encore aujourd'hui. Je suis ravie de mettre ces compétences au service de la communauté et de collaborer avec une équipe et des bénévoles dévoués pour le bien-être des habitants. Au plaisir de vous rencontrer prochainement.



## Bienvenue à Mélanie Bergeron

Je suis Mélanie Bergeron, maman d'une belle cocote de 4 ans. Je rejoins le CAB comme agente de soutien aux personnes proches aidantes. Résidente de Sherbrooke, diplômée en travail social, j'apporte 14 ans d'expérience dans le communautaire en santé mentale (accompagnement individuel et de groupe). Je partage les valeurs du communautaire et je suis reconnue pour ma sensibilité, ma curiosité et mon sens de l'humour. J'ai hâte de vous rencontrer et d'en apprendre plus sur la communauté de la MRC de Coaticook. J'arrive avec une grande humilité; c'est une nouvelle expérience pour moi. Au plaisir de vous rencontrer!



## La popote roulante: des gestes qui réchauffent les cœurs et nourrissent l'espoir.

Le mois passé, le CAB célébrait 60 ans d'impact de la popote roulante au Québec. Lors de la Semaine québécoise des popotes roulantes, du 10 au 16 mai 2026, les chiffres ont attesté la vitalité de ce service: 27 409 repas livrés au cours de l'année 2024-2025, soit une hausse d'environ 12 % par rapport à l'année précédente. Plus de 20 bénévoles œuvraient en cuisine et 22 trajets de livraison étaient effectués chaque jour. Ce qui avait commencé comme un repas s'est transformé en présence humaine, en lien social et en soutien communautaire constant.



Cette année, le 60e anniversaire de la popote roulante dans plusieurs régions était célébré comme un symbole d'une tradition forte et en évolution. Pendant la Semaine québécoise des popotes roulantes, notre équipe a multiplié les gestes qui font les grandes joies: des tasses ont été offertes aux clients, symboles de chaleur et de reconnaissance. Les employés du CAB qui travaillent à la popote ont partagé des témoignages et moments uniques, et nous avons diffusé ces portraits sur notre page Facebook pendant la semaine pour mettre en lumière l'impact concret et chaleureux du travail accompli. Un clin d'œil spécial est adressé aux bénévoles des cuisines et des livraisons pour leur dévouement et leur esprit d'équipe.



[www.cabmrccoaticook.org/services/popote-roulante.php](http://www.cabmrccoaticook.org/services/popote-roulante.php)



Du 4 mai 2026 à 8 h  
jusqu'au 25 juin à 16 h

Semer  
aujourd'hui  
pour nourrir demain

LE moitié-moitié EST DE RETOUR

Tirage  
en ondes à  
CIBN  
COATICOOK  
FM 96.7  
25 juin à 16 h 30



**La popote roulante**  
DU CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE  
DE LA MRC DE COATICOOK

Service de plats congelés

**4 50\$**



- Pâté au poulet
- Macaroni à la viande
- Cubes de porc aux carottes
- Pâté au saumon
- Lasagnes
- Ragoût de boulettes, sauce brune
- Poulet Général Tao et riz
- Pâté chinois
- Casserole de bœuf
- Poulet à la King

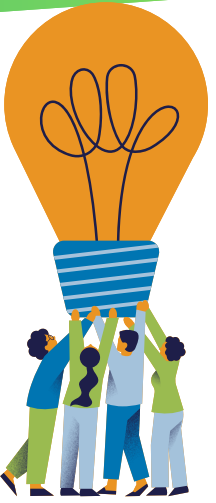
Commande et livraison

Commandes en même temps que la popote régulière au 819-849-7011, poste 225 ou 236.

Les commandes reçues avant le jeudi midi seront livrées le mercredi suivant.

### Assemblée générale annuelle — le 9 juillet

Chères et chers membres, cette année, l'assemblée générale annuelle aura lieu le 9 juillet au Centre communautaire de Coaticook, de midi à 14 h. Les invitations et les détails seront publiés et diffusés sous peu. Cette assemblée permettra de faire le point sur le bilan et le rapport des activités annuelles. Nous comptons sur votre présence pour discuter des orientations et des projets à venir et pour soutenir les activités de notre organisation.



## Bonne fête de la St-Jean!

Le CAB sera fermé le mercredi 24 juin pour les festivités de la Saint-Jean-Baptiste. Profitez-en !



Notre intervenante de milieu Vivian Gonçalves y sera!



**15 JUIN 2026**



Journée mondiale de sensibilisation à la maltraitance envers les personnes âgées

Spectacle : Mémoire de mes aïeux  
Nicolas Landry, conteur madelinot

Histoires empreintes d'humour, de sensibilité et de bienveillance  
Suivi d'un moment d'échange avec l'artiste

Date : Lundi 15 juin 2026

Heure : 13 h 30

Lieu : Microbrasserie Hop Station  
31, rue Lovell, Coaticook

Entrée gratuite et collation servie

Sous la présidence d'honneur de Julie Grenier, mairesse de Barnston-Ouest et responsable du dossier Familles et aînés



## un grand MERCI!



### HORAIRE D'ÉTÉ 2026

BUREAUX BOUTIQUE

	CENTRE D'Action BÉNÉVOLE DE LA MRC DE COATICOOK	Med-Ecolo
Lundi	8h30 à 12h00 13h00 à 16h30	9h00 à 16h00
Mardi	8h30 à 12h00 PM FERMÉ	9h00 à 12h00 PM FERMÉ
Mercredi	8h30 à 12h00 13h00 à 16h30	9h00 à 16h00
Jeudi	8h30 à 12h00 13h00 à 16h30	9h00 à 16h00
Vendredi	Fermé	Fermé
Samedi	Fermé	Fermé
Dimanche	Fermé	Fermé

Rappel important: la boutique du CAB est ouverte pendant l'heure du dîner.

Les bureaux administratifs restent fermés de midi à 13 h. Merci de planifier vos visites et appels en conséquence.

## SPECIAL JUIN

# Med-Ecolo!

JEAN-PIERRE MORIN

### LINGE DE MAISON - TOUT à -50%!

LITERIE, RIDEAUX, SERVIETTES ET DÉBARBOUILLETES

PRIX CHOC JUSQU'AU 30 JUIN 2026!

USAGÉ OU PRESQUE NEUF, JUSQU'À ÉPUISEMENT DES STOCKS!