

Rapport d'activités



35 ans au cœur de l'action bénévole!

Table des matières

1. Rapport du président et de la directrice générale	3
2. Portrait du centre	4
2.1 Historique	4
2.2 Mission	4
2.3 Conseil d'administration.....	5
2.4 Les employés	6
2.5 Les bénévoles.....	7
3. Services	8
3.1 Promotion du bénévolat	8
- Semaine de l'action bénévole	8
- Soirée reconnaissance	8
- Programme de reconnaissance	8
- Bulletin l'ASNAC.....	8
- Cartes d'anniversaire.....	9
3.2 Soutien aux organismes	9
3.3 Services aux individus.....	10
- Transport accompagnement médical.....	10
- Popote roulante.....	11
- Plats surgelés.....	12
- Dépannages alimentaires	13
- Paniers de Noël	14
- Cuisines collectives.....	16
- Initiative de travail de milieu pour aînés en situation de vulnérabilité ITMAV	19
- APPUI aux proche-aidant	20
- Projet « Je me raconte »	25
- Comptoir de vêtements la Garde-robe	27
- Coup de pouce scolaire	28
4. In Memoriam	29

1. Rapport du président et de la directrice générale

Rapport du président



Chers partenaires, employés, bénévoles et clients,

Il me fait plaisir, au nom du conseil d'administration du Centre d'action bénévole Ascension Escuminac, de vous présenter le bilan des activités 2023/2024.

Déjà 34 ans de service à la population de L'Ascension à Escuminac, ceci grâce à vous bénévoles dévoués et employés fidèles. Votre engagement auprès des aînés, des personnes démunies et des familles en difficultés illustre votre grand cœur. Vous bâtissez un monde meilleur.

Merci à vous chers bénévoles pour votre engagement. Merci à toute la population pour votre appui tout au long de l'année. Merci tout spécial aux membres du conseil d'administration pour votre appui, nous formons une belle équipe dynamique.

Merci aux employés pour leur professionnalisme, leur engagement, leur support et leur généreuse collaboration au succès de la mission du centre. Nous continuons nos services et nos activités avec bon humeur et joie de vivre.

Nicolas A. Gallant, président

Rapport de la directrice générale



Je suis à la direction du CAB Ascension-Escuminac depuis un an et demi, j'ai donc fait mon premier tour du calendrier dans ce poste. Bien que les défis soient grands, ma motivation l'est tout autant. La mission inspire l'engagement, et le contact des gens ne fait qu'augmenter ma détermination.

Comme vous le verrez dans ce rapport d'activité, le CAB a été fort occupé dans la dernière année. Nous avons, entre autres, augmenté notre présence dans l'est du territoire avec un point de service à Pointe-à-la-Croix pour le dépannage alimentaire. Nous avons participé au comité de services de proximité du CISSS pour tenter, avec les autres organismes, de mieux atteindre les personnes en perte d'autonomie du territoire.

Nous avons augmenté le nombre de groupes de cuisines collectives pour répondre à la demande dans le contexte de l'inflation étouffante. L'équipe a aussi organisé une belle journée d'activité avec le conférencier David Philippe.

À l'interne il y a eu beaucoup de travail pour mettre à jour nos pratiques et politiques. Parmi celles-ci il y a une nouvelle politique de transport-accompagnement médical, une amélioration des pratiques de comptabilité, et une politique de ressources humaines.

Cet automne, j'aimerais procéder à une planification stratégique pour déterminer les priorités de notre organisme dans les prochaines années. Notre secteur connaît un vieillissement rapide de sa population et si le CAB continue à offrir des services aux aînés, il faudra les planifier adéquatement.

Chose certaine, nous continuerons à valoriser le bénévolat puisque c'est le cœur de notre mission. Les bénévoles soutiennent des causes bénéfiques à nos communautés. La popote roulante, les clubs sociaux, les sports amateurs et bien d'autres services et activités sont possibles parce que les bénévoles s'en occupent.

Mais plus encore, le bénévolat permet l'engagement dans sa communauté, le sentiment d'appartenance et la valorisation des humains. Je dirais même plus, ces occasions de socialisation qu'offre le bénévolat jouent un rôle important en cette ère d'individualisme et de solitude. Le CAB demeurera présent pour valoriser toute cette action communautaire.

Lisa Guerette, d.g.

2. Portrait du centre

2.1 Historique

À la fin des années 1970s, des groupes de premiers répondants unissent leurs efforts pour rendre des services à la population. Ensemble, ils fondent le Carrousel Joie-de-Vivre en 1987 pour appuyer les médecins et les infirmières dans les soins apportés aux personnes âgées et en fin de vie pour les maintenir à domicile le plus longtemps possible.

En 1989, le Carrousel Joie-de-Vivre devient le Centre d'action bénévole Ascension-Escuminac. L'une des membres fondateurs du premier conseil d'administration, Véronique Pelletier, est toujours administratrice aujourd'hui.

En 2000, constatant les besoins de la population, le Centre a ajouté la sécurité alimentaire à sa mission.

Aujourd'hui, 10 employés travaillent au Centre d'action bénévole pour coordonner les bénévoles et offrir une foule de services à la population.

2.2 Mission

La mission du Centre d'action bénévole Ascension Escuminac est de promouvoir l'action bénévole dans les différents secteurs de l'activité humaine et de susciter une réponse à des besoins du milieu. Depuis 2000 le volet sécurité alimentaire a été ajouté.

Les huit municipalités desservies touchant la M.R.C. Avignon, Secteur ouest et la communauté autochtone sont :

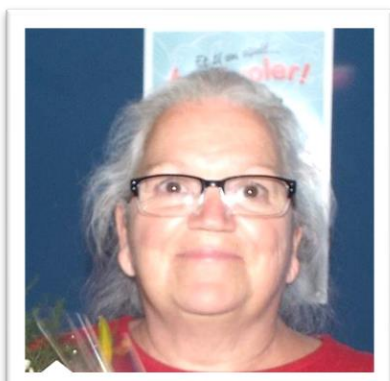
Escuminac / Pointe-à-la-Garde	L'Ascension-de-Patapédia
Matapédia	Restigouche Partie Sud-Est
Pointe-à-la-Croix/L'Alverne/Listuguj	Saint-Alexis-de-Matapédia
Saint-André-de-Restigouche	Saint-François d'Assise

Heures d'ouvertures	
Lundi	8h à 16h
Mardi	8h à 16h
Mercredi	8h à 16h
Jeudi	8h à 16h
Vendredi	8h à 12h
Samedi	Fermé
Dimanche	Fermé

2.3 Conseil d'administration



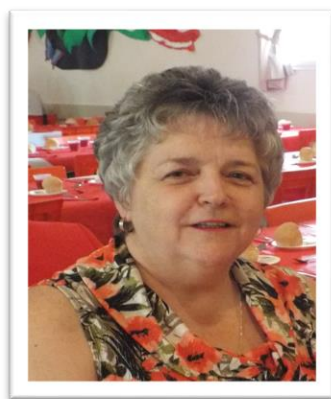
Nicolas Gallant
Président bénévole



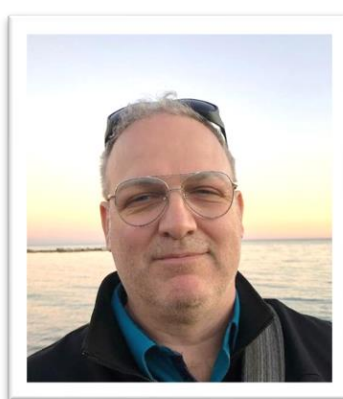
Véronique Pelletier
Administrateur bénévole



Louis Macchabée
Administrateur bénévole



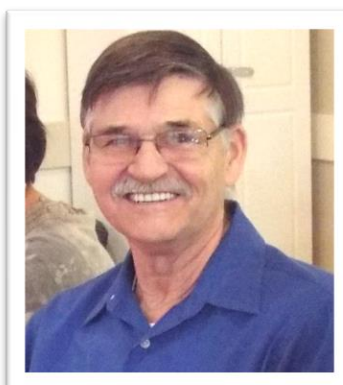
Marjolaine Beaudoin
Administrateur bénévole



André Tremblay-Roy
Administrateur bénévole



Ghislaine Gendron
Administrateur bénévole



Louis-Philippe Beaulieu
Administrateur bénévole

2.4 Les employés



Lisa Guerette
Directrice générale



Mado Doiron
Adjointe administrative



Pauline Bélanger
Cuisinière



Sonia Doucet
Cuisinière



Pierrette Lévesque
Programme PAIR
Projet Proches aidants



Annik Gallant
Travailleuse de milieu pour les aînés



Mélanie LeBlanc
Technicienne comptable



Denise Godin
Cuisines collectives



Carole Gallant
Sécurité Alimentaire



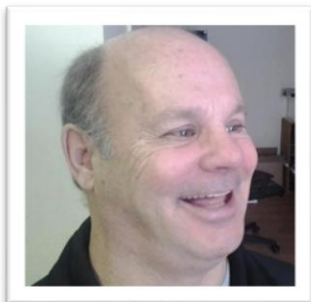
Marie-Josée Gagné
Cuisines collectives



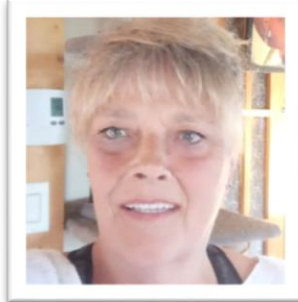
Sylvain Lemieux
Cuisines collectives



Izala Francoeur
Projet : Je me raconte



Léopold Tremblay
Aide à la garde-robe
entretien du bâtiment



Manon Lévesque
Entretien ménager



Lorraine Couturier
Responsable du
Comptoir de vêtements

2.5 Les bénévoles

De nombreux bénévoles s'impliquent lors d'événements spéciaux tels que la Guignolée, comptoir de vêtements La Garde-robe, et autres..., au 31 mars 2024, le Centre avait 252 bénévoles enregistrés, dont 142 hommes et 111 femmes. Nous les retrouvons à :

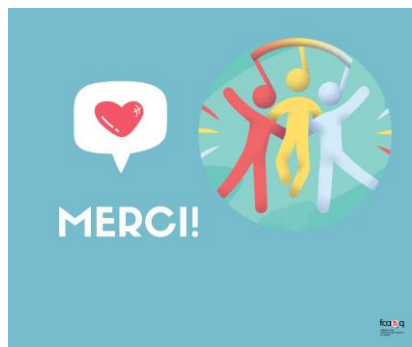
L'Ascension	13
Saint-François d'Assise	58
Saint-Alexis-de-Matapédia	54
Saint-André-de-Restigouche	10
Matapédia	65
Restigouche Sud Est	03
Pointe-à-la-Croix/L'Alverne	27
Escuminac/Pointe-à-la-Garde	23



3. Services

3.1 Promotion du bénévolat

Semaine d'action bénévole, publicité



Soirée reconnaissance des bénévoles du CAB

Cette soirée n'a pas eu lieu depuis le début de la pandémie.

Programme de reconnaissance des bénévoles des organismes

<p>Robert Bouchard, Président Chambre de Commerce, Conseil 2021, St-Roch-de-Saprin</p>	<p>Marie-France Gauthier, Présidente Club de Tennis et de Badminton de St-Jovite</p>	<p>Robert Bouchard, Président Chambre de Commerce, Conseil 2021, St-Roch-de-Saprin</p>	<p>Jean-François Gauthier, Président Club de Tennis et de Badminton de St-Jovite</p>	<p>Geneviève Gauthier, Présidente Club de Tennis et de Badminton de St-Jovite</p>	<p>Marie-France Gauthier, Présidente Club de Tennis et de Badminton de St-Jovite</p>	<p>Geneviève Gauthier, Présidente Club de Tennis et de Badminton de St-Jovite</p>	<p>Marie-France Gauthier, Présidente Club de Tennis et de Badminton de St-Jovite</p>	<p>Geneviève Gauthier, Présidente Club de Tennis et de Badminton de St-Jovite</p>	<p>Marie-France Gauthier, Présidente Club de Tennis et de Badminton de St-Jovite</p>
<p>Robert Bouchard, Président Chambre de Commerce, Conseil 2021, St-Roch-de-Saprin</p>	<p>Marie-France Gauthier, Présidente Club de Tennis et de Badminton de St-Jovite</p>	<p>Robert Bouchard, Président Chambre de Commerce, Conseil 2021, St-Roch-de-Saprin</p>	<p>Jean-François Gauthier, Président Club de Tennis et de Badminton de St-Jovite</p>	<p>Geneviève Gauthier, Présidente Club de Tennis et de Badminton de St-Jovite</p>	<p>Marie-France Gauthier, Présidente Club de Tennis et de Badminton de St-Jovite</p>	<p>Geneviève Gauthier, Présidente Club de Tennis et de Badminton de St-Jovite</p>	<p>Marie-France Gauthier, Présidente Club de Tennis et de Badminton de St-Jovite</p>	<p>Geneviève Gauthier, Présidente Club de Tennis et de Badminton de St-Jovite</p>	<p>Marie-France Gauthier, Présidente Club de Tennis et de Badminton de St-Jovite</p>

Bulletin l'ASNAC

Nous avons produit deux fois le journal L'ASNAC et quelques bulletins d'informations. Chaque bulletin ou journal est livré dans 2 065 foyers.

Pour réaliser cette activité, les tâches suivantes sont nécessaires :

- Recueil de l'information
- Montage
- Impression d'environ 16 520 feuilles annuellement
- Pliage

Statistiques

Nombres de bénévoles 6
Nombres d'heures de bénévolat 144

Cartes d'anniversaire

L'ensemble des bénéficiaires âgés de 65 ans et plus reçoivent à l'occasion de leur anniversaire une carte de fête personnalisée.

Nombres de bénéficiaires 476
Nombres de cartes 462
Nombres d'heures 1 904



3.2 Soutien aux organismes

Maison de la famille, centre de ski « Petit ChamoniX », théâtre des Plateaux, les Clubs de 50 ans et plus, club de Soccer, les conseils de fabrique et autres.

Le théâtre des Plateaux vous présente...
Comédie en 1 acte
André Roy, auteur et mise en scène
La période des grandes questions
Le grand spectacle d'été des Plateaux présente 114 questions, dont St-François D'Assise et Alexis de Matapédia, vous le dit-on.
13 comédiens, 2 journalistes, 2 élus, 2 D.G.
14/15 avril, St-François D'Assise 19546, Salle municipale
16 avril, St-Alexis 19530, Salle municipale
Billets en vente: Département St-Alexis
Coop St-François D'Assise
20,00\$

NOTRE PASSIONNANTE HISTOIRE servie sur un plateau
Présentation théâtrale au Matapédia et les Plateaux présentée sur scène!
À l'église de St-Alexis-de-Matapédia
185, rue Principale
• Samedi 2 sept. à 20h
• Dimanche 3 sept. à 20h
• Vendredi 15 sept. à 20h
• Samedi 16 sept. à 20h
Billets disponibles chez:
• Centre d'Action Sociale des bénévoles
• Municipalité de St-Alexis-de-Matapédia
• Participatif de la Francophonie
25\$, 10\$

Lechère publique de la place du Théâtre de...
Les Belles-Soeurs
De l'auteur Michel Tremblay. Une œuvre en scène de Sylvia Duchon.
4 représentations
À l'église de St-Alexis-de-Matapédia
Jeudi 18 mars - 19h30
Vendredi 19 mars - 19h30
Samedi 20 mars - 19h30
Dimanche 21 mars - 14h
20\$ / Adulte
10\$ / Enfant 12 ans et +
Si vous ne pouvez pas venir!
• Centre d'Action Sociale des bénévoles
• Municipalité de St-Alexis-de-Matapédia
• Participatif de la Francophonie

Fête 50 ans d'histoire...

Club des 50 ans et + St-François D'Assise
Soirée de Joie
Souper du 50^e anniversaire
Samedi 28 octobre, 17h
Salle municipale
20\$

LE SOCCER REVIENT POUR L'ÉTÉ À MATAPÉDIA
Date limite: 29 mai
PAR TÉLÉPHONE ET INTERACT
AU 418-320-9734 OU 418-865-1350
Pour plus d'informations contactez Cynthia Poirier au 418 320 9734 ou sur Messenger

FABRIQUE DE LA PAROISSE SAINT-LAURENT-DE-MATAPÉDIA
AVIS AUX PAROISSIENS
UNE ASSEMBLÉE DES PAROISSIENS aura lieu
Dimanche, 26 novembre 2023
Avant la célébration dominicale de 11heures
À l'église de Matapédia
On procédera à l'élection des 2 marguilliers
En remplacement de
Berthe Lagard
Jean-Guy St-Onge
Il y aura informations à la population.
Donné à Matapédia (Québec), ce 17^e jour de novembre 2023.
Hubert Bourque, président de fabrique

Club des 50 ans et plus "Joie de Vivre" de Saint-François-D'Assise
Certificat de Reconnaissance
Le Club des 50 ans et plus "Joie de Vivre" de Saint-François-D'Assise rend hommage au Club des 50 ans et plus "Les Jeunes Coeurs" de Matapédia pour son implication dans son milieu.
En foi de quoi, nous lui décernons le présent certificat

Club des 50 ans et + St-François D'Assise
SOUPER
23 mars
17h

3.3 Services aux individus

Accompagnement transport médical

Ce service consiste à accompagner la personne (malade physiquement, handicapée, santé mentale menacée ou manque d'autonomie) vers des services de santé, par exemple : le Centre de santé, le médecin, la clinique médicale ou la pharmacie pour se procurer les médicaments prescrits. Selon notre code d'éthique, la personne bénévole est tenue d'être disponible pour la personne bénéficiaire jusqu'à son retour au domicile, en plus de respecter la confidentialité. Ce service s'adresse aux gens âgés de 65 ans et plus, ainsi qu'aux bénéficiaires de la Sécurité du Revenu.

Pour mener à bien ce service les tâches suivantes sont nécessaires :

- Accueil de la demande;
- Analyse des besoins;
- Vérification de l'entente de service pour le financement, s'il y a lieu (CLE, Curatelle etc.)
- Recherche des bénévoles;
- Suivi auprès du bénéficiaire;
- Gestion financière du dossier;
- Suivi mensuel et les statistiques.

Statistiques

Bénéficiaires 65 ans et plus desservis pour transports extérieurs	146
Bénéficiaires 65 ans et plus desservis pour transports locaux	192
Transports 65 ans et plus annulés	47
Nombre d'heures de bénévolat	1 640
Nombre de kilomètres parcourus	48 829

Bénéficiaires Sécurité du Revenu desservis pour transports extérieurs	267
Bénéficiaires Sécurité du Revenu desservis pour transports locaux	37
Transports Sécurité du Revenu annulés	53
Nombre d'heures de bénévolat	1 271
Nombre de kilomètres parcourus	46 077



Popote roulante

La popote roulante consiste à livrer un repas chaud et équilibré à une personne âgée et/ou une personne recommandée deux fois par semaine.

Pour mener à bien ce service, les tâches suivantes sont nécessaires :

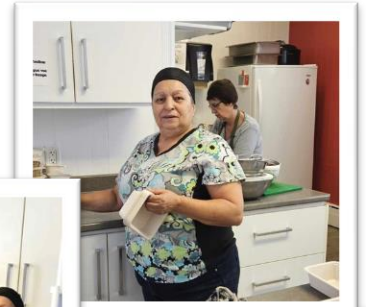
- Coordination;
- Évaluation de la clientèle et des besoins;
- Suivi hebdomadaire des bénéficiaires et des bénévoles;
- Préparation des horaires;
- Compilation une fois par mois;
- Gestion financière;
- Volet Alimentaire;
- Planification des menus
- Achat des aliments
- Préparation des repas
- Faire l'emballage

Statistiques

Nombre de bénéficiaires	52
Nombre de jours de popote roulante	75
Nombre de services	2 510
Nombre d'heure de préparation	1 195
Nombre de kilomètres parcourus	18 994
Heures de bénévolat préparation	95
Heures de bénévolat livraison	319



Sonia Doucet, Pauline Bélanger et Hélène Gallant, cuisinières



Claudette Couturier
secteur Pointe-à-la-Croix/Escuminac



Manon Lévesque,
secteur Matapédia/Les Plateaux

Pour souligner la Semaine Québécoise des popotes roulante, 39 repas ont été offerts gratuitement aux bénéficiaires inscrits à ce service.



Le Centre d'action bénévole est heureux de vous offrir le repas de Popote roulante du 8 janvier gratuitement. Un petit cadeau pour vous!



SEMAINE QUÉBÉCOISE DES POPOTES ROULANTES
10 au 16 mars 2024

Popote roulante
Des repas chauds livrés chez vous mardi et jeudi à un prix abordable. Un repas complet (soupe, assiette principale et dessert).

Meals on Wheels
Hot meals delivered to your home on Tuesday and Thursday at an affordable price. A complete meal (soup, main plate and dessert).

Vous désirez recevoir chez vous des repas équilibrés réalisés sous la supervision d'un personnel qualifié? Peu importe vos revenus, si vous ignorez des problèmes de santé, êtes en perte d'autonomie, êtes un consommateur, vivez un handicap ou êtes âgé de 65 ans et plus, vous pouvez bénéficier de ce service.

Monday and Tuesday, between 11h and 12h, volunteers deliver hot and hot meals to your home.

Représentant des popotes roulantes
CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE Ascension-Escuminac
POPOTE ROULANTE MEALS ON WHEELS

Plats surgelés

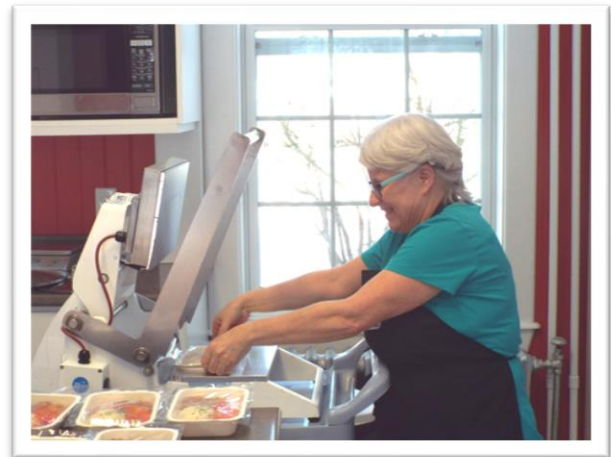
- Ce service offre à sa clientèle la possibilité de compléter leur alimentation par des plats sants surgelés.
- Les plats sont cuisinés ici au Centre d'Action Bénévole et respectent les normes du MAPAQ.
- Nos plats sont cuisinés par deux cuisinières et des bénévoles pour les accompagner.
- Nous offrons une douzaine de menus principaux et une variété de soupe. Nos plats incluent viande ou poisson, pommes de terre, riz ou pâte et légumes (ces plats ne sont pas accompagnés de soupe, ni de dessert) pour un montant de 5.00\$/plat et 1.50\$/soupe.
- Tous nos plats sont congelés.

Clientèle cible

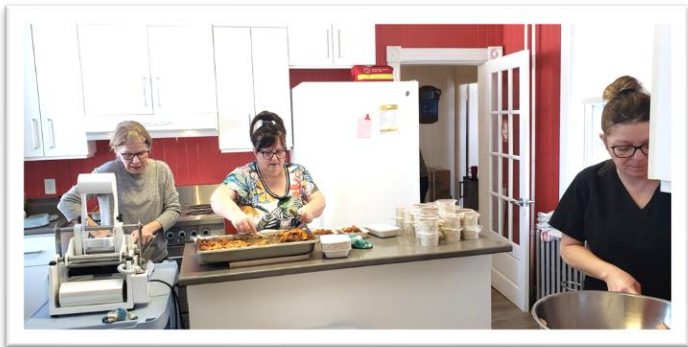
- Les personnes en perte d'autonomie et vivant à domicile et leur proche aidant
- Les personnes âgées de 65 et +
- Les personnes en convalescence temporaire pourront profiter du service pour une période de 8 semaines
- Les personnes en traitement de chimiothérapie ou de radiothérapie et leur proche aidant
- Les familles monoparentales en difficulté
- Toute autre clientèle vulnérable référée par les intervenants du réseau de la santé et du CLSC et/ou les Organismes communautaires de notre territoire.

Statistiques

Personnes inscrite	321 (incluant 54 autochtones de Listuguj)
Soit : 65 et +	263
Perte d'autonomie	01
En convalescence	00
En chimiothérapie	01
Référé (santé mentale)	02
Soit : Français	229
Anglais	54
Soit : Hommes	144
Femmes	177
Plats cuisinés en 2023/2024	7 416
Nombre de bénévoles	09
Nombre de jours de bénévolat	37
Heures de bénévoles	222



Nicole Ouellette, bénévole



Nos cuisinières Hélène Gallant et Sonia Doucet avec
Gilberte Gallant, bénévole



Dépannages alimentaires

Considérant nos valeurs d'entraide et de solidarité sociale, nous effectuons des dépannages alimentaires dont vous trouverez les détails ci-dessous :

DÉPANNAGES ALIMENTAIRES		
SERVICES RENDUS		2023/2024
Dépannages alimentaires		183
Hommes		109
Femmes		74
Personnes aidées	Adultes	217
	Enfants	41
Personnes sur la sécurité du revenu		128
Personnes sur l'assurance emploi		10
Personnes sur la sécurité de vieillesse		7
Travailleurs		14
Autres		31



Des élèves de l'École des Deux-rivières de Matapédia ont livré des plats qu'ils ont cuisiné eux-mêmes pour notre banque alimentaire. Sur la photo, de gauche à droite, Marie-Soleil Gallant, Mélanie Francoeur, technicienne en loisirs à l'école, Félicia Francoeur, et Carole Gallant, responsable des dépannages alimentaires.

Merci aussi à Aisa Levesque, Lily-Rose Gallant, Lauralie Bernard, Clovis Falardeau, Nelsen Deshaies et Joève Francoeur qui ont cuisiné les délicieux plats.

Merci pour ce beau geste!

Merci



Merci à Réjean Levesque, marchand propriétaire du Provigo de Pointe-à-la-Croix pour le généreux don de fruits et légumes samedi dernier. Bien des gens bénéficieront de ce geste. Meilleur succès dans la suite du commerce.

Jeu de accueil à Pointe-à-la-Croix

Le CAB a fourni l'épicerie pour les dîners du Jeudi Accueil à Pointe-à-la-Croix. Au cours de l'hiver, les personnes itinérantes étaient invitées à se réchauffer et à prendre un repas en compagnie d'intervenants. Ce projet, porté par le Centre Accalmie, devrait reprendre à l'hiver 2025.

Atelier à l'école d'Escuminac

Le CAB a contribué les aliments pour des ateliers culinaires à l'Escuminac Intermediate School en novembre et décembre avec Mme Louise Fugère.

Une quinzaine d'élèves ont appris des techniques de cuisine et ont préparé des dîners sains.

Paniers de Noël

- Création et impression des formulaires de demande de paniers;
- Distribution des formulaires dans des endroits spécifiques dans chacun des villages de notre territoire;
- Réception et traitements des données relatives aux demandes;
- Sollicitation de divers collaborateurs pour la collecte de dons;
- Envoi de lettre de sollicitation aux commerçants et aux organismes;
- Mobilisation et soutien des intervenants du milieu pour l'analyse des demandes;
- Préparation des paniers;
- Livraison des paniers aux personnes sélectionnées par les comités d'évaluation.

Statistiques

Paniers donnés	73
Personnes aidées	137 (106 adultes et 31 enfants)
Nombre de bénévoles pour cette activité	105
Nombre d'heures de bénévolat	828

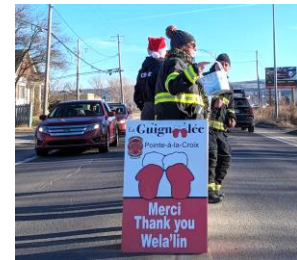
Personnes aidées :

Personnes seules	55	Monoparentales	14
Couples sans enfants	11	Couples avec enfants	6



MERCI

*Merci spécial à *Maria Lanteigne* et *Ronald Irving*, qui ont rendu heureux, 31 enfants, par le don de cadeaux de Noël. Ils ont à cœur cette activité depuis plusieurs années.



En recueillant des dons en argent en décembre dernier, des pompières et pompiers des service incendie de *Pointe-à-la-Croix* et *Matapédia* ont fièrement remis au centre d'action bénévole *L'Ascension-Escuminac* une généreuse somme.

Pointe-à-la-Croix : 5170.70\$

Matapédia : 1835.70\$.

Merci

BRAVO aux pompiers pour le geste et à tous ceux et celles qui se sont arrêtés pour donner.



L'équipe de la préparation des paniers de Noël

Merci





Cuisines collectives

Les ateliers de cuisine collective sont enrichissants. Lieu de socialisation et d'apprentissages, les ateliers renforcent les connaissances alimentaires, développent des habiletés culinaires, brisent l'isolement et améliorent la santé mentale et physique, accentuent la confiance en soi et enseignent la planification et le respect d'un budget. Elles sont une porte ouverte sur l'entraide et la solidarité sociale.

Denise Godin, animatrice

CUISINE COLLECTIVE		
Groupes	14	
Rencontres préparatoires	90	
Rencontre de cuisine	90	
Participant(e)s	Adultes	409
	Enfants (activités)	60
Adultes aidés	779	
Enfants aidés	30	
Nombre de portions	15 641	
Moyenne du coût par portion	0.90\$	



Groupe L'Ascension



Groupe St-François D'Assise

Invitation 

Journée nationale des cuisines collectives

**Dîner annuel, mercredi 26 avril 2023 à midi,
à la salle municipale de St-Alexis-de-Matapédia**

***Tenue décontractée**

**Veillez m'indiquer votre présence par courriel à :
donegodin@yahoo.com
avant le vendredi 21 avril, s'il vous plaît.**

Denise Godin, animatrice




Journée nationale des cuisines collectives 2022-2023

La Journée nationale des Cuisines collectives est célébrée le 26 mars chaque année. Pour cette occasion, le 26 avril 2023, nous avons cuisiné un repas pour tous les groupes afin de nous rencontrer et de discuter des avantages des cuisines. Le repas a été préparé par 4 groupes, soit celui de Matapédia qui a cuisiné le potage au navet, celui du Groupe 2 de St-Alexis a préparé la lasagne, le groupe de L'Ascension ont fait la salade César et le groupe de St-André a préparé le dessert, le gâteau-pouding au chocolat. Tous se sont régalés!

Plusieurs cartes-cadeaux offertes par le Regroupement des cuisines collectives du Québec et totalisant un montant de 450\$ ont été remises aux participantes et participants. Cette célébration s'est terminée par un message de remerciement de la part de Denise Godin, animatrice des Cuisines collectives.

 **Collective Kitchen Groups**



You like to... 

- Cook
- Discover new recipes
- Meet new people
- Have a reserve of prepared meals in your freezer?

A collective kitchen is a small group of people who pool their time, money, and skills to make economical, healthy, and delicious meals to take home. It is for everyone with or without experience.

Beginning of Collective Kitchen Groups for 2023-2024

Ristigouche Sud Est
Pointe-à-la-Croix
Escuminac/Pointe-à-la-Garde

- According to the preferred days and places of the participants.
- With vegetarian, traditional or other meals ... everything is POSSIBLE!

INFORMATION MEETING
THURSDAY, SEPTEMBER 14th
1 PM
CENTRE PONVALENT
42, RUE LASALLE
POINTE-À-LA-CROIX



Denise Godin, animator
367-990-1191

Publicité 2023



Groupe de St-André-de-Restigouche



*Groupe Végé 3A
St-Alexis-de-Matapédia*



*Groupe 1
St-Alexis-de-Matapédia*

Initiative de travail de milieu pour aînés en situation de vulnérabilité ITMAV



Durant l'année qui vient de se terminer, j'ai eu le privilège d'intervenir et d'accompagner plus de 400 personnes réparties sur notre territoire. Lors de ces nombreuses rencontres, j'ai pu mettre à profit mes connaissances et ainsi, les aider à traverser les situations plus difficiles qu'ils peuvent rencontrer.

Comme par les années passées, j'ai également été présente sur les divers comités et tables de concertation locale et régionale.

En plus de me permettre d'éviter le travail en silo, de ne pas dédoubler les services, ces rencontres permettent d'établir des collaborations ou la tenue d'évènements. La pièce de théâtre Humanitude ayant eu lieu en mai 2023 de même que l'activité de remise de cartes de Saint-Valentin aux aînées en résidences ainsi qu'aux aînés recevant la popote roulante en sont des exemples.

L'année qui se termine fut marquée par une collaboration avec la chargée de projet APPUI pour la tenue d'évènements et de rencontre avec les aînés. Que ce soit autour d'un café, d'un repas ou lors de la tenue d'évènements comme la pièce de théâtre ou la journée « Moments présents » ce furent autant d'occasions de continuer de me faire connaître et d'entrer en contact avec les gens plus isolés.

Si le passé est garant de l'avenir, l'année prochaine sera une année remplie.

Annik Gallant, travailleuse de milieu pour les aînés

ITMAV, l'année en quelques chiffres :

Quelques statistiques pour l'année 2023-2024...	
Contactés téléphoniques effectués :	526
Contactés rencontre en personnes :	259
Contactés par texto et Facebook :	100
Total des actions effectuées :	885
Âge des personnes rencontrées	
50 à 64 ans	75 (18 %)
65 à 74 ans	99 (23%)
75 à 89 ans	226 (53 %)
90 et plus	12 (3 %)
Inconnu	12 (3%)
Répartition par sexe	
Homme	190
Femme	234

APPUI aux proches-aidants



PROJET APPUI pour les proches-aidants

Le projet Apprentis Sages vise le mieux-être des proches aidants basé sur les besoins de chacun, par des échanges entre proches aidants ou des rencontres d'informations. Un autre objectif du projet est de susciter la solidarité et la reconnaissance du milieu envers les proches aidants.

Être proche aidant n'est pas un choix et les besoins de soutien varient d'une personne à l'autre. Afin d'être capable de bien cibler les problématiques de la clientèle desservie par le programme APPUI, il est nécessaire d'utiliser différents outils d'intervention. J'ai assisté à plusieurs webinaires en lien avec les enjeux rencontrés par les proches-aidants. Les thèmes abordés dans ceux-ci ont abordé plusieurs sujets qui affectent les proches aidants : anxiété, détresse psychologique, santé psychologique, succession, harmonie familiale, etc.

J'ai proposé des activités de groupes sur le territoire que dessert les CAB Ascension-Escuminac ainsi que des rencontres individuelles ou de petits groupes, ce qui m'a permis d'identifier les besoins du milieu. J'ai eu la chance de pouvoir travailler conjointement avec l'intervenante ITMAV ainsi qu'avec des personnes ressources du CISSS Baie-des-Chaleurs.

Également, le programme APPUI, avec la collaboration et Entre-Tiens D'Avignon, a offert du répit à quelques proches-aidants.

Puisque le territoire desservi par le CAB est vaste, j'ai utilisé la ressource me permettant de rejoindre le plus grand nombre de personnes ayant des besoins de proche aide : les Clubs des 50 ans +.

Les deux événements qui m'ont permis de regrouper les proches aidants et les aînés en plus grand nombre, ont été la conférence sur l'aide médicale à mourir, qui a eu lieu à Pointe-à-la-Croix en septembre 2023, et la journée « Moments présents » à Saint-Alexis-de-Matapédia en mars 2024. Ceux deux activités combinées m'ont permis de rejoindre plus de 150 personnes aînées.

Cela dit, durant toute l'année, il y a eu des communications régulières avec les proches aidants, ainsi que du suivi pas des rencontres téléphoniques ou en présentiels. Des cafés rencontres, des suivis individuels et des appels téléphoniques ont fait partie du travail. La participation citoyenne a augmenté durant la dernière année.

En terminant, je suis ravie de constater que le programme APPUI ait sa raison d'être sur le territoire et que nos efforts à informer la population des services disponibles ont porté fruit.

Pierrette Lévesque, intervenante APPUI.

C.A.B. Ascension Escuminac



Rencontre d'information sur l'aide médicale à mourir

Pièce de théâtre - Humanitude

Voici quelques photos de la pièce de théâtre Humanitude qui a été présentée à Matapédia en mai 2023 dans le cadre de la journée mondiale de sensibilisation à la maltraitance des personnes âgées 🧓💜.

Cette journée avait pour but de sensibiliser le public à cette problématique et encourager les gens à adopter des comportements **bientraitants**. 💜

Nous vous encourageons à communiquer avec la **Ligne Aide Abus Aînés** si vous avez des inquiétudes par rapport à votre situation ou à celle d'une personne aînée.

☎️ 1 (888) 489-2287



Journée moments présents avec conférence, dîner et séance de yoga sur chaise

Le centre d'action bénévole Ascension-Escuminac est fier de vous présenter :

"Moments présents"

Vendredi 8 mars
Dès 10 heures
Club Rustico
116, Rang Saint-Benoit,
Saint-Alexis de Matapédia

David Philippe, conférencier

C'EST GRATUIT! Bienvenue à tous!

"Moments présents" est une conférence lumineuse abordant la résilience, l'espoir, l'amour paternel, l'humour et le dépassement de soi.

Une soupe-repas ainsi que quelques surprises suivront pour compléter la journée!

Si le transport est un problème pour vous, CONTACTEZ NOUS - nous regarderons ensemble pour une solution!

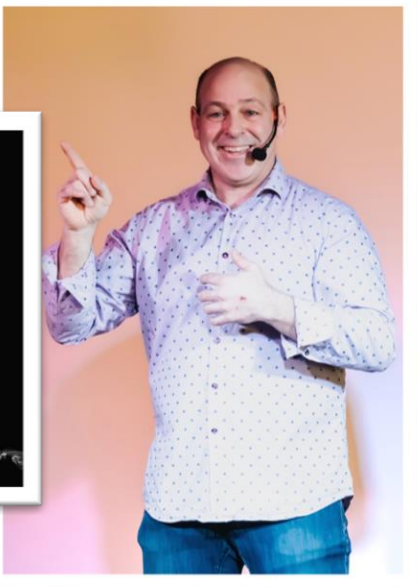
Pour information et POUR RÉSERVER VOTRE PLACE :

Pierrette Lévesque (418) 865-2740 poste 3
Annik Gallant (418) 865-2740 poste 5 ou (418) 320-9552

JOURNÉE MOMENTS PRÉSENTS

EN QUELQUES PHOTOS

Merci de votre nombreuse participation!!





« Je me raconte »

Résumé du projet :

- Accompagner les personnes âgées dans l'écriture de leur histoire de vie afin d'améliorer leur qualité de vie en chassant la solitude.
- Permettre aux aînés de contrer le stress et l'anxiété par un projet d'écriture relatant une tranche de leur vie ou l'histoire de leur vie au complet.
- Permettre aux aînés de faire la transmission de leurs savoirs à la famille.
- Permettre aux personnes proches des aînés (famille, amis et autres) l'accompagnement dans l'écriture de vie afin de garder une histoire vivante dans nos communautés.
- S'assurer que les personnes âgées, dans les résidences ou ailleurs, sur le territoire Avignon Ouest, puissent avoir un projet afin de diminuer leur sentiment d'impuissance, de colère ou de tristesse. L'écriture peut s'avérer un excellent moyen de rester vivant, alerte et en bonne santé psychologique.
- Favoriser le maintien et le développement de liens intergénérationnels dans les familles et la communauté.
- Favoriser la mobilisation de bénévoles dans la communauté afin de soutenir la population aînée en cette période où elle est particulièrement vulnérable.



Chaque personne a une vie et un cheminement exceptionnels à raconter, c'est la dernière génération qui se souvient du défrichement de notre région et des sacrifices vécus pour assurer un monde meilleur à leur famille. Écrire leur vie est le plus bel héritage à laisser à leurs enfants et petits-enfants.

Neuf personnes ont participé à ce projet qui s'avère être un héritage familial. Les gens qui ont participé sont très heureux de laisser des écrits de leur vie à leur famille qui les encourage fortement à poursuivre. Des rencontres à domicile et des appels téléphoniques ont permis de garder les participants motivés.

J'ai accompagné des personnes âgées dans le projet d'écriture de leur histoire de vie. Cette activité a meublé leur quotidien de positif. Ils ont éprouvé beaucoup de plaisir à rechercher des photos, à me parler d'eux, de leur vécu, de leurs souvenirs.

Ce projet d'écriture leur a permis de se sentir vivants et heureux, car ils avaient un objectif, un projet. J'ai beaucoup appris de ces personnes aux parcours parfois fascinants. Entendre leurs rires, et parfois ressentir la nostalgie que je voyais dans leurs regards lorsqu'ils se souvenaient d'instantanés mémorables, ça m'a fait vivre des moments magiques. Ce projet leur redonne la parole, et ils se sentent intégrés dans cette société, qui est aussi la leur. Ce fut un plaisir pour moi de les côtoyer, mais surtout de les écouter se raconter, en mot et en images. Ils sont tellement attachants. Ils ont le désir de transmettre leurs souvenirs aux prochaines générations, ainsi qu'à leur communauté. Car, ils ont tous contribué à la fondation de leurs villages.

Les neuf personnes qui ont participé à ce projet, laissent un héritage rempli d'amour à leurs enfants et petits-enfants, afin que leurs souvenirs se perpétuent.

Le montage des livres a été fait en collaboration, par les participants et moi-même.

Izala Francoeur





Roger Deroy
L'Ascension-de-Patapédia



Yvonne Arsenault Beaudoin
St-François-d'Assise



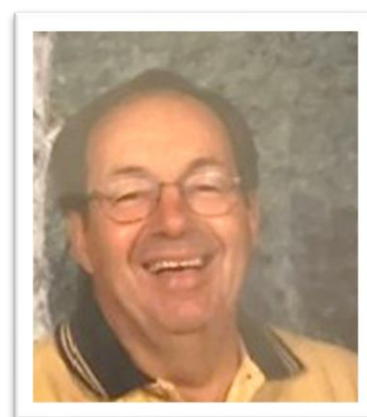
Jacqueline Boudreau Beaulieu
Matapédia



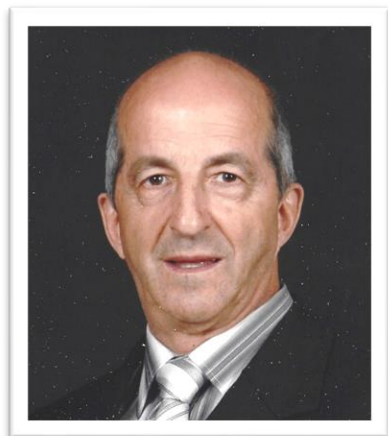
Valmont Gagné
L'Ascension-de-Patapédia



Stella Bérubé
St-Alexis-de-Matapédia



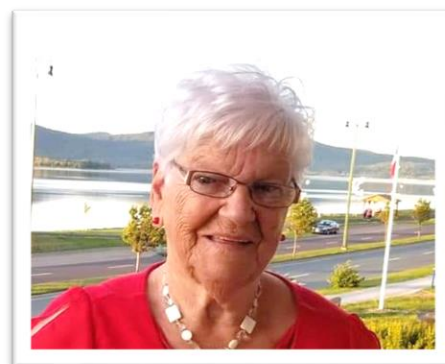
Michel Martin
St-Alexis-de-Matapédia



Paul LeBlanc
Matapédia



Georgette Sirois
Matapédia



Ida Gallant Dufour
St-Alexis-de-Matapédia

Comptoir de vêtements la Garde-robe

Ce service offre à toute la population la possibilité d'acheter des articles usagés de toutes sortes, tels que : vêtements pour hommes, femmes et enfant, ainsi que bibelots, livres, jouets et autres.

Pour mener à bien ce service, plusieurs tâches sont nécessaires :

- Réception des articles;
- Triage
- Étiquetage
- Rotation des vêtements (selon les saisons)
- Entretien du local
- Service de vente au comptoir de vêtements

Statistiques

Nombres de personnes	1 322
Nombres d'heures de bénévolat	3 047
Nombres de bénévoles	13



Lorraine Couturier, responsable



Claudette Couturier au comptoir de vêtements



Raymonde Gallant
Comptoir de vêtements



Manon Martin et Claudette Couturier
Triage de vêtements pour « La Garde-robe »

La "Garde-robe"

Prenez note que pour les mois de juillet et août 2022, le comptoir de vêtements sera ouvert les mercredis seulement de 9h à 12h et de 13h à 15h

*Vacances d'été, nous serons fermés du 24 juillet au 6 août 2022

Please note that for the months of July and August 2022, the clothing counter will be open on Wednesdays only from 9 a.m. to 12 p.m. and from 1 p.m. to 3 p.m.

*Summer holidays, we will be closed from July 24 to August 6, 2022

MÉGA VENTE DE DÉBARRAS

BIENVENUE MEGA YARD SALE

Samedi 17 juin
Saturday, June 17

8h à midi
8h am to 12h pm

Si vous avez des choses à vendre, vous êtes invités à vous installer sur notre terrain. Vous pouvez aussi réserver une table à \$5 (payable sur place) au 418-865-2740 #1.

If you have things to sell, you are welcome to set up on our lot. You can also reserve a table for \$5 (payable on site) at 418-865-2740 ext 1.

En cas de pluie, la vente est remise au lendemain.
In case of rain, the sale is postponed to the following day.

Publicités

Coup de pouce scolaire

Ce projet a été rendu possible par le Centre d'action bénévole Ascension Escuminac avec l'appui de :

Complices persévérance scolaire Gaspésie Iles de la Madeleine
Catherine Blouin, député de Bonaventure à l'Assemblée nationale
CISSS Gaspésie



Bonjour (nom),

À l'approche de la rentrée à l'école, l'équipe du Centre d'action bénévole Ascension-Escuminac et nos partenaires sont heureux de te fournir le matériel nécessaire pour ton travail scolaire. On espère que tu y trouveras tout ce qu'il faut pour participer aux activités et travaux en classe.

Le début de l'année commence toujours avec un peu de hâte et un peu de stress. On veut tous t'appuyer dans tes efforts pour apprendre et grandir. On te souhaite une belle année, plein de découvertes et de défis stimulants.

Bonne année scolaire!

Centre d'action bénévole Ascension Escuminac
Avec l'appui de :
Complices persévérance scolaire Gaspésie Iles de la Madeleine
Catherine Blouin, député de Bonaventure à l'Assemblée nationale
CISSS Gaspésie



Suzie LePage, Serge Doucet, Lisa Guerette



4. In memoriam

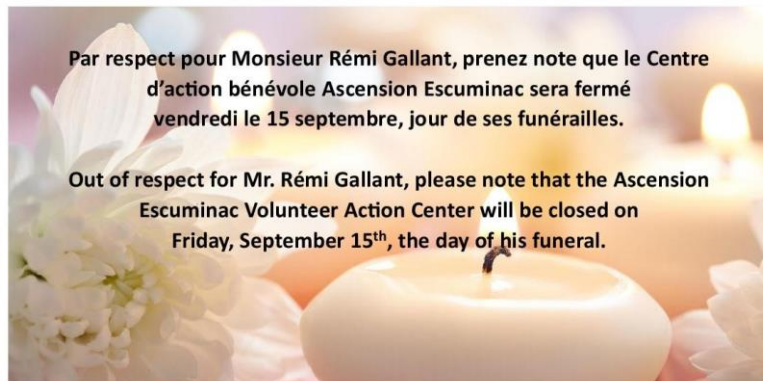


Rémi Gallant, L'Ascension-de-Patapédia 1955 – 2023

Décédé à l'hôpital Régional de Rimouski, le 6 septembre 2023, à l'âge de 68 ans, à la suite d'une longue lutte contre le cancer. Monsieur Gallant était le directeur général de notre Centre d'action bénévole depuis sa fondation.

Nous en garderons un très bon souvenir!

Repose en paix Rémi!



Par respect pour Monsieur Rémi Gallant, prenez note que le Centre d'action bénévole Ascension Escuminac sera fermé vendredi le 15 septembre, jour de ses funérailles.

Out of respect for Mr. Rémi Gallant, please note that the Ascension Escuminac Volunteer Action Center will be closed on Friday, September 15th, the day of his funeral.

Souvenons-nous des bénéficiaires et bénévoles qui nous ont quittés au cours de l'année 2023-2024



Cécile Heppell D'Amours
Matapédia



Gérald Boudreau
Matapédia



Ghislain Michaud
St-François-d'Assise



Michel Gallant
St-Alexis



Renaud Francoeur, bénévole
St-François-d'Assise



Adrienne Soucy Martin
Matapédia



Edna Gallant Bélanger
Matapédia



Gaston Gallant
St-Alexis



Gérard Pitre
St-François-d'Assise



Ginette Francoeur
Matapédia



Jean-Marie Pineault
St-François-d'Assise



Marcel LeBlanc
St-Alexis



Marcelle Leclerc Roy
St-Alexis-de-Matapédia



Gilles Lévesque
St-Alexis



Roland Blaquière
Matapédia



Roland Pitre
St-Alexis



Rose-Aimée Robichaud
St-François-d'Assise



Béatrice Arsenault et Adéodat Lagacé
L'Ascension-de-Patapédia



Gilbert Hudon, bénévole
St-Alexis-de-Matapédia



Rosaire Chabot
St-Alexis-de-Matapédia



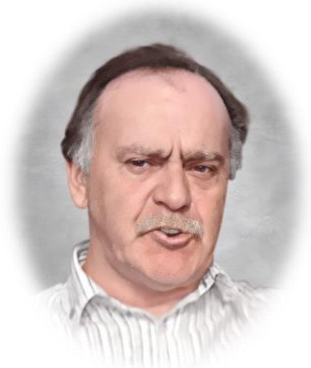
Imelda Pineau
St-François-d'Assise



Armel Pineau
St-François-d'Assise



Julie Charest
St-Alexis (St-André)



Lucien Gallant
St-Alexis-de-Matapédia



Félix Dufour
St-Alexis-de-Matapédia



Donaldo Reed
St-Alexis-de-Matapédia



Lorraine Robichaud
St-Alexis-de-Matapédia



Hectorine Blaquière Gallant
L'Ascension-de-Patapédia



Lucie Richard Charest
St-André-de-Restigouche



Toute l'équipe du



*vous remercie
de votre collaboration!*

3, rue du Carillon, C. P. 265
Matapédia (Qc.) G0J 1V0
Tél. : (418) 865-2740

Courriel : accueil@cabmatapedia.com
direction@cabmatapedia.com