



Vicky Bombardier, photographe

# Rapport d'activité 2018-2019

**CENTRE**  
**D'Action** **BÉNÉVOLE**  
VALCOURT ET RÉGION  
**Maison CoopTel**

## Table des matières

<b>PRÉSENTATION DU CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE</b>	<b>3</b>
<b>PRÉSENTATION DU CONSEIL D'ADMINISTRATION</b>	<b>4</b>
<b>PRÉSENTATION DES EMPLOYÉES</b>	<b>4</b>
<b>ORGANIGRAMME</b>	<b>5</b>
<b>Mot de la présidente 2019</b>	<b>6</b>
<b>Mot de la directrice générale 2019</b>	<b>7</b>
<b>1. DÉVELOPPEMENT DE L'ACTION BÉNÉVOLE</b>	<b>8</b>
1.1 PROMOTION DE L'ACTION BÉNÉVOLE	8
Semaine de l'action bénévole	8
Promotion	10
Activités d'autofinancement et promotionnelles	11
1.2 SOUTIEN AUX BÉNÉVOLES	12
Formation aux bénévoles	13
Activités et gestes de reconnaissance	13
1.3 COLLABORATION AU DÉVELOPPEMENT DE L'ACTION BÉNÉVOLE	14
Représentations	14
Autres représentations	16
1.4 SOUTIEN DE LA COMMUNAUTÉ	17
<b>2. SOUTIEN À LA COMMUNAUTÉ</b>	<b>18</b>
2.1 CONCERTATION	18
2.2 IDENTIFICATION ET ANALYSE DES BESOINS	20
Tournée des municipalités	20
2.3 SERVICES AUX INDIVIDUS	21
Popote roulante	22
Accompagnement-transport et aide aux commissions	23
Télésurveillance	24
Rencontre amicale	24
Visite amicale	26
Envoi de cartes	26
Référence	27
Fête de Noël	27
Viactive et Club de marche	28
Groupe de soutien aux proches aidants	29

Cuisson aidants aidés	30
Programme Pair	30
Initiative de travail de milieu auprès des aînés vulnérables (ITMAV)	31
Dépannage alimentaire	39
Opération Septembre	40
Clinique d'impôt	40
Halte-garderie	40
2.4 SOUTIEN AUX ORGANISMES	41
<b>3. GOUVERNANCE ET VIE ASSOCIATIVE</b>	<b>42</b>
<b>4. GESTION</b>	<b>44</b>
Formation du personnel	44
Soutien bénévole	45
Rencontre d'équipe	45
<b>REMERCIEMENTS</b>	<b>46</b>
<b>Annexe 1</b>	<b>47</b>
1. Cuisine collective La Fricassée	48
Introduction	48
Historique	49
Mission	49
Objectifs	49
Territoire	50
Services rendus	50
Profil des participant.e.s réguliers	52
Cuissons en collaboration	54
Services du Centre d'action bénévole	55
Activités de mobilisation-visibilité	55
Activité de socialisation	56
Bénévolat	56
Représentations	57
Soutien aux organismes du milieu	57
2. Repas communautaire	57
3. Jardin communautaire	58
Promotion	59
Financement	59
Projets	60
<b>REMERCIEMENTS</b>	<b>60</b>

# PRÉSENTATION DU CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE

## Historique

Le Centre d'action bénévole Valcourt et Région existe depuis 1977 et a été incorporé en 1979. Il est reconnu comme organisme de bienfaisance enregistré depuis 1990.

## Mission

Promouvoir et développer l'action bénévole dans les différents secteurs de l'activité humaine en favorisant un espace d'engagement bénévole autour des enjeux socio-communautaires-humanitaires qui concernent la population de son territoire.

## Philosophie d'action

Pour le Centre, l'action bénévole est le moyen privilégié qui permet de favoriser le développement personnel et social, en vue d'accroître la présence d'une conscience sociale pour la prise en charge du milieu par le milieu.

## Champs d'action

1. Développement de l'action bénévole
2. Soutien à la communauté
3. Gouvernance et vie associative

## Territoire

Les sept municipalités desservies par le Centre d'action bénévole pour l'ensemble des services sont :

- Bonsecours
- Canton de Valcourt
- Lawrenceville
- Maricourt
- Racine
- Sainte-Anne-de-la-Rochelle
- Valcourt
- La MRC du Val-Saint-François est également desservie pour le travail de milieu auprès des aînés

## PRÉSENTATION DU CONSEIL D'ADMINISTRATION



Ginette Côté, administratrice  
Anne Cloutier, administratrice  
Claudette Pépin, administratrice  
Jean-Pierre Brien, secrétaire  
Raymonde Carbonneau, présidente  
Charline Martin, administratrice  
Cécile Roy, administratrice  
Pierre-Yves Lemay, vice-président  
Joan Tuck, trésorière

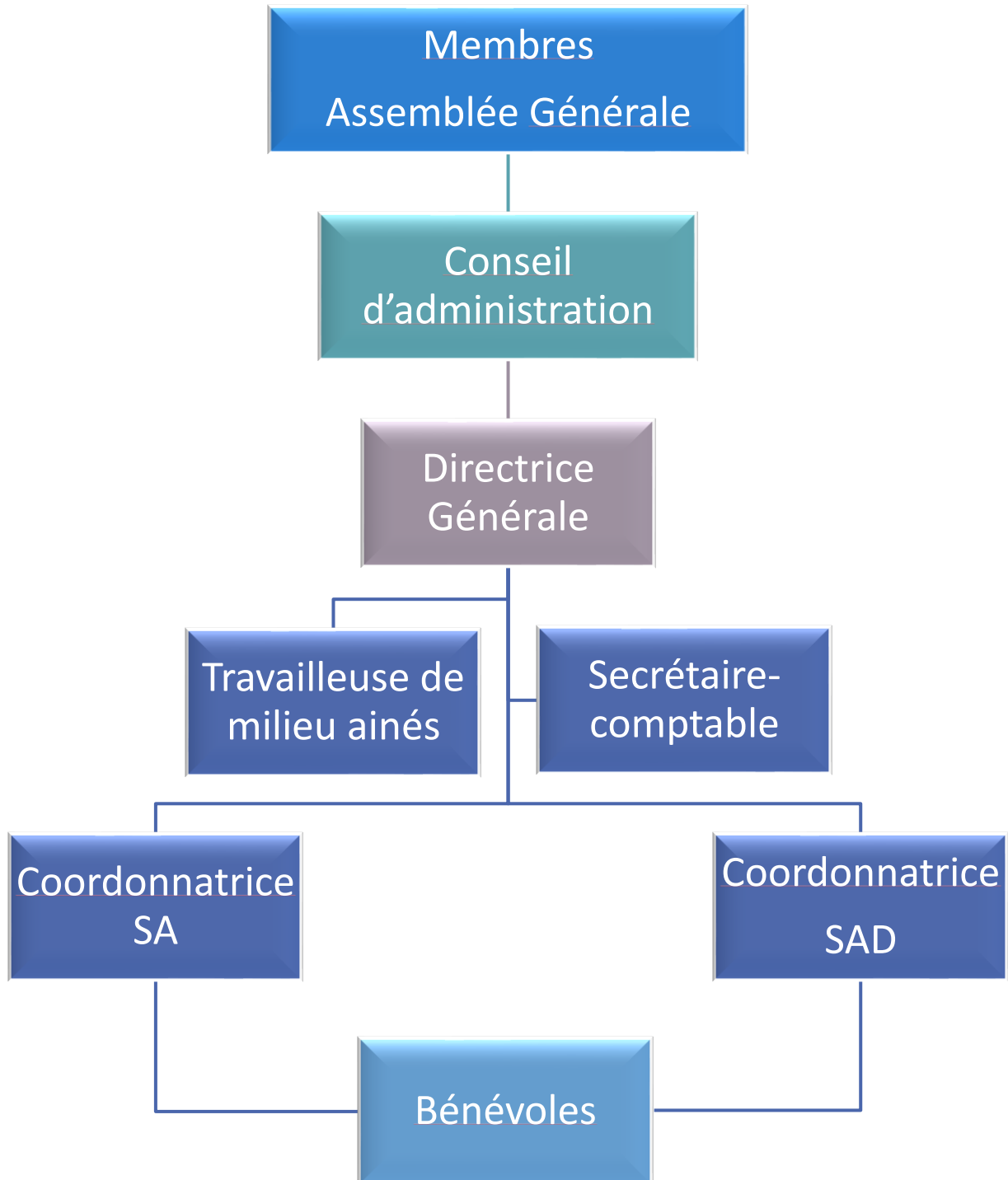
Résidante de Racine  
Résidante du Canton de Valcourt  
Résidante du Canton de Valcourt  
Résidant de Sainte-Anne-de-la-Rochelle  
Résidante du Canton de Valcourt  
Résidante de Maricourt  
Résidante de Lawrenceville  
Résidant de Valcourt  
Résidante de Bonsecours

## PRÉSENTATION DES EMPLOYÉES



Suzanne Gallagher, travailleuse de milieu auprès des aînés  
Marie-Line Briand, directrice générale  
Julie St-Pierre, secrétaire-comptable  
Louise Girard, coordonnatrice des services alimentaires  
Colette Fontaine, coordonnatrice du soutien à domicile

## ORGANIGRAMME



## Mot de la présidente 2019

### **Chers membres et amis de notre Centre d'action bénévole**

Notre année qui s'étend du début septembre 2018 à fin août 2019 a passé à la vitesse de l'éclair car les tâches n'ont pas manqué. Je porte à votre attention deux dossiers parmi tant d'autres que nous avons finalisés, tous paliers confondus.

En mars dernier, nous avons réuni les employées, la directrice générale, les membres du conseil d'administration et avec l'aide de Diego Scalzo, directeur de la Corporation de développement communautaire du Val-Saint-François, nous avons élaboré une planification stratégique. Il s'agit d'un exercice par lequel notre organisme, en tenant compte de l'état de situation qui l'entoure et aussi le caractérise de l'intérieur, se projette dans un horizon d'à peu près trois années. Concrètement, nous nous sommes fixés des actions à réaliser. Par exemple, pour accroître le financement de notre Centre d'action bénévole et le diversifier, nous créerons une fondation publique qui recueillera des dons selon plusieurs moyens. Cela fait environ deux ans que nous travaillons sur ce projet et nous avons besoin de votre aide pour le concrétiser en 2020.

Un autre dossier d'importance primordiale, pilotée par les membres du conseil d'administration, est le remplacement de Marie-Line Briand, directrice générale de notre organisme depuis 29 ans, qui sera bientôt jeune retraitée. Il y a un an, nous avons commencé le travail qui a consisté à mettre à jour la description de poste, faire des grilles d'analyse, préciser le salaire et tout planifier pour enclencher la recherche d'une personne remplaçante dès la rentrée de septembre. D'ailleurs, nous vous la présentons au cours de cette assemblée.

Parlons maintenant de notre future jeune retraitée. Depuis que la majorité d'entre vous connaissez le Centre d'action bénévole Valcourt et Région et que vous vous y impliquez, celui-ci a toujours évolué en cherchant à se surpasser, à accroître ses services et la qualité de ceux-ci. Marie-Line Briand, notre directrice générale, a joué un rôle essentiel dans ce succès. Ces compétences de gestionnaire et ses qualités humaines ont insufflé une culture, des façons de faire dignes des hauts standards dont nous nous inspirerons encore longtemps.

**BONNE RETRAITE MARIE-LINE !**

*Raymonde Gervais*

## Mot de la directrice générale 2019

Pour cette fin d'année 2018-2019, permettez-moi de personnaliser un peu ce dernier mot de la directrice.

En effet, je quitterai mon poste à la direction du Centre d'action bénévole après 29 années et ce rapport d'activité est pour moi un dernier bilan. Que de chemin parcouru et que de belles réalisations dont certainement la relocalisation qui en est le point culminant. Nous en sommes toujours aussi fiers et faisons encore et toujours des envieux.

Le travail fait en préparation de la relève à la direction générale nous a permis de tourner notre regard vers l'avenir, non sans un peu d'appréhension par moment, mais aussi d'évaluer la solidité de nos assises.

Le début de l'année fut marqué par la tournée dans cinq municipalités de notre territoire. Une partie de la population est vieillissante et l'idée de former des éclaireurs dans chacune des localités pour être à l'affût des besoins des personnes âgées plus isolées nous enchante. Jumelé à la présence d'une travailleuse de milieu, nous souhaitons faire en sorte que de moins en moins d'ânés se sentent seuls et laissés pour compte! En complément, la rencontre amicale se décentralise et plus d'activités auront lieu dans les municipalités, souvent organisées en partenariat avec les FADOQ.

La sécurité alimentaire est un sujet au goût du jour et un projet sur le sujet a vu le jour dans le courant de l'année. Des ateliers sur la saine alimentation débutent à l'automne 2019, dans une école primaire. Un défi qui s'ajoute, pourquoi pas. Et vous entendrez parler de plus en plus de projets qui allient alimentation et environnement.

Être porteur de l'action bénévole en tant que mécanisme de réalisation de soi et de changement social, tout un rôle pour un organisme tel que le Centre d'action bénévole. Nous sommes conscients que rien n'est parfait mais nous tentons d'apporter à chaque année des améliorations qui nous amènent à mieux jouer notre rôle dans ce sens.

Je ne le redirai jamais assez, il existe au Centre d'action bénévole une culture de travail d'équipe qui est à la base du succès remporté dans les activités et les projets mis en place. Je veux remercier du fond du cœur cette équipe dynamique et pleine de talents d'administratrices, d'administrateurs, d'employées et de bénévoles.

Félicitations à Rachel !

Bonne continuation à toutes et tous !



# 1. DÉVELOPPEMENT DE L'ACTION BÉNÉVOLE

Le développement de l'action bénévole comprend toutes les actions visant à faire la promotion de l'action bénévole et à soutenir les bénévoles dans leur implication. Ce champ d'action touche les bénévoles de toute la communauté.

## 1.1 PROMOTION DE L'ACTION BÉNÉVOLE

### Semaine de l'action bénévole

ACTIVITÉS	RÉALISATIONS
<p data-bbox="261 1088 539 1122">Du 7 au 13 avril 2019</p> <ul style="list-style-type: none"><li data-bbox="236 1167 424 1200">✓ Promotion</li><li data-bbox="236 1205 472 1238">✓ Sensibilisation</li><li data-bbox="236 1243 496 1276">✓ Reconnaissance</li></ul> <div data-bbox="225 1319 576 1626" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"><p data-bbox="288 1339 512 1417">Ces activités ont rejoint :</p><ul style="list-style-type: none"><li data-bbox="293 1458 520 1491">• La population</li><li data-bbox="293 1496 504 1529">• Associations</li><li data-bbox="293 1534 515 1568">• 59 bénévoles</li><li data-bbox="293 1572 469 1606">• 18 invités</li></ul></div>	<ul style="list-style-type: none"><li data-bbox="679 1088 1302 1160">➤ Présidence d'honneur : Madame Raymonde Carbonneau</li><li data-bbox="679 1193 1106 1265">➤ Communiqué de presse dans <i>La Pensée de Bagot</i></li><li data-bbox="679 1299 1318 1370">➤ Envoi d'affiches à 50 associations de Valcourt et Région.</li><li data-bbox="679 1404 1286 1514">➤ Souper-reconnaissance pour tous les bénévoles du Centre d'action bénévole Valcourt et Région</li><li data-bbox="679 1547 1321 1581">➤ Remise de certificats et prix à deux bénévoles</li><li data-bbox="679 1615 1382 1648">➤ Marche dans les rues de Valcourt ; 20 participants</li></ul>



M. Serge Ruel, conseiller politique du député de shefford M. Pierre Breton, M. Pierre-Yves Lemay, vice-président, Mme Francine Lescarbeau, bénévole honorée et M. Hugo Vachon, attaché politique du député de Richmond M. André Bachand

M. Serge Ruel, conseiller politique du député de Shefford M. Pierre Breton, Mme Anne Beauchemin, bénévole honorée, M. Pierre-Yves Lemay, vice-président, M. Clément Beauchemin, bénévole honoré et M. Hugo Vachon, attaché politique du député de Richmond M. André Bachand



M. Pierre-Yves Lemay, vice-président, M. Serge Ruel, conseiller politique du député de Shefford M. Pierre Breton, Mme Raymonde Carbonneau, présidente d'honneur, Mme Marie-Line Briand, directrice générale et M. Hugo Vachon, attaché politique du député de Richmond M. André Bachand



## Promotion

<b>ACTIVITÉS</b>	
Promotion de l'action bénévole :	
<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Information</li><li>➤ Sensibilisation</li></ul>	
<b>RÉALISATIONS</b>	
<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Promotion régulière faite par les bénévoles</li><li>➤ Publication dans les bulletins paroissiaux</li><li>➤ Communiqués de presse répertoriés : 82</li><li>➤ 56 dans <i>La Pensée de Bagot</i></li><li>➤ 14 dans <i>L'Informateur</i></li><li>➤ 4 dans <i>L'Info Canton</i></li><li>➤ 3 dans <i>Le RacinOscope</i></li><li>➤ 1 dans <i>Le Moulin Express</i></li><li>➤ 1 dans <i>l'Entre-Val</i></li><li>➤ 1 <i>Bulletin du député Pierre Breton</i></li><li>➤ 2 <i>Le Larochellois</i></li><li>➤ 2 communiqués comprenaient une photo</li><li>➤ 3 dans le programme d'activités socioculturelles et sportives</li><li>➤ 1 rencontre d'information sur le jardin communautaire</li><li>➤ Site Web Ville de Valcourt</li><li>➤ Page Facebook : 46 messages</li><li>➤ Panneau numérique de la Ville de Valcourt</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Dépliants dans les présentoirs :<ul style="list-style-type: none"><li>- Bureau de médecin et chiropraticien</li><li>- Pharmacies</li><li>- CLSC</li><li>- Office municipal d'habitation</li><li>- Comptoir familial</li></ul></li><li>➤ Promotion du travail de milieu</li><li>➤ TVME : 10 émissions sur la rencontre amicale par <i>TV Mag</i></li><li>➤ Site Web du Centre d'action bénévole : 5 communications</li><li>➤ Rencontre avec chacune des 7 municipalités desservies</li><li>➤ Rencontre avec la FADOQ de Bonsecours</li><li>➤ Rencontre avec La Fraternité de Lawrenceville</li><li>➤ Rencontre avec la FADOQ de Valcourt</li><li>➤ Rencontre avec l'ergothérapeute ISO santé</li><li>➤ Rencontre au dîner communautaire de Racine</li></ul>



Festi-Val en neige – Bonhomme décoré par Mme Ginette Côté

## Activités d'autofinancement et promotionnelles

Le Centre d'action bénévole Valcourt et Région a tenu une activité bénéfice de vente de couronnes d'entraide durant la période des Fêtes.

- Nous avons vendu 220 couronnes
- 31 bénévoles impliqués
- 193 heures bénévoles

Le Centre d'action bénévole effectue le ramassage de cannettes vides dans une entreprise privée. L'argent recueilli lors de la revente demeure au Centre d'action bénévole.

- 2 bénévoles impliqués
- 13 heures bénévoles

## 1.2 SOUTIEN AUX BÉNÉVOLES

Les bénévoles sont au cœur de la mission du Centre d'action bénévole.

Le Centre regroupe 94 bénévoles répartis dans les sept localités desservies. Huit nouvelles personnes ont été accueillies comme bénévoles cette année. Chaque personne est rencontrée individuellement afin d'identifier ses motivations, ses compétences, ses intérêts et ses disponibilités.

Les services offerts aux personnes bénévoles sont :

- Recrutement
- Accueil
- Information, orientation et référence
- Soutien et suivi
- Formation
- Activités et gestes de reconnaissance

ACTIVITÉS	RÉALISATIONS	NOMBRE DE BÉNÉVOLES
Recrutement	➤ Se fait tout au long de l'année par des activités promotionnelles et par l'entremise des personnes bénévoles	
Accueil	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Contacts téléphoniques</li> <li>➤ Entrevues individuelles</li> <li>➤ Remise de documentation</li> <li>➤ Fiches individuelles</li> <li>➤ Envoi de cartes de bienvenue</li> </ul>	11 nouvelles personnes bénévoles
Information, orientation et référence	➤ Entrevues individuelles permettant d'informer et d'orienter la personne vis-à-vis les services du Centre ou de la référer dans une autre organisation	11 nouvelles personnes bénévoles
Soutien et suivi	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 3 rencontres avec les bénévoles à l'animation Viactive</li> <li>➤ 16 rencontres individuelles</li> <li>➤ Rencontres des bénévoles à la popote roulante</li> </ul>	5 bénévoles 18 heures bénévoles  10 bénévoles 12 heures bénévoles  10 bénévoles 25 heures bénévoles

## Formation aux bénévoles

FORMATIONS	NOMBRE DE BÉNÉVOLES	NOMBRE D'HEURES BÉNÉVOLES
Sur le téléphone intelligent	1	2
Rendez-vous annuels	4	32
Conférence <i>Augmenter son énergie par le plaisir</i>	19	38
<b>TOTAL</b>	<b>22</b>	<b>72</b>

## Activités et gestes de reconnaissance

ACTIVITÉS	RÉALISATIONS	Nombre de bénévoles	Nombre d'heures bénévoles
Dîner	Administrateurs - administratrices et employées - Repas et échange	9	0
Fête de Noël	- Dîner - Animation - Cadeaux	39	60
Semaine de l'action bénévole	- Souper-reconnaissance - Remise de certificats - Cadeau-hommage - Présidence d'honneur	59 2 1 1	70
Dîner de Noël	Administrateurs - administratrices et employées	7	---
Cartes d'anniversaire	Administrateurs - administratrices	9	---
5 à 7	Bénévoles à l'impôt - Repas et échange	13	0
<b>TOTAL</b>		<b>70</b>	<b>130</b>

Pour le Centre d'action bénévole, il apparaît important de reconnaître les actions qui sont posées par les bénévoles. Pour ce faire, nous profitons de diverses occasions : temps des Fêtes, Semaine de l'action bénévole, etc. pour souligner l'engagement bénévole et remercier les personnes impliquées auprès des autres.

En collaboration avec le programme Viactive, quatre bénévoles ont été honorées dans le cadre de la Semaine de l'action bénévole.

## 1.3 COLLABORATION AU DÉVELOPPEMENT DE L'ACTION BÉNÉVOLE

### Représentations

Le Centre d'action bénévole fait partie de plusieurs regroupements et organisme régionaux et provinciaux :

- La Fédération des Centres d'action bénévole du Québec (FCABQ) ;
- Le Regroupement des Centres d'action bénévole de l'Estrie (RCABE) ;
- Le Regroupement des organismes de maintien à domicile de l'Estrie (ROMADE) ;
- Le Regroupement des organismes communautaires de l'Estrie (ROC de l'Estrie) ;
- Le Regroupement des cuisines collectives du Québec (RCCQ) ;
- Le Regroupement des cuisines collectives de l'Estrie (RCCE) ;
- L'Association des haltes-garderies communautaires du Québec ;
- L'Appui pour les proches aidants Estrie ;
- L'Observatoire estrien du développement des communautés (OEDC) ;
- JEVI, centre de prévention du suicide – Estrie.

## Représentations

<b>TABLES, ORGANISMES, ASSOCIATIONS</b>	<b>DOSSIERS TRAITÉS</b>	<b>NOMBRE DE RÉUNIONS</b>
FCABQ	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Semaine de l'action bénévole</li> <li>❖ Lien avec les régions</li> </ul>	1 colloque 1 AGA 1 AGE
RCABE	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Semaine de l'action bénévole</li> <li>❖ Lien avec la FCABQ</li> <li>❖ Dossiers communs</li> </ul>	3 réunions régulières  1 sous-comité 1 réunion extraordinaire
Romade	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Dissolution</li> </ul>	1 AGE
Roc de l'Estrie	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Cadre de relation et de reconnaissance</li> </ul>	1 rencontre
RCCQ	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Lien avec les régions</li> </ul>	Aucune
RCCE	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Échanges</li> <li>❖ Soutien au fonctionnement</li> </ul>	3 réunions
Association des haltes-garderies communautaires du Québec	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Financement</li> <li>❖ Formation</li> </ul>	Aucune
L'Appui pour les proches aidants Estrie	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Soutien financier</li> <li>❖ Ligne Info-Aidant</li> <li>❖ Semaine des proches aidants</li> </ul>	Aucune
OEDC	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Portrait des milieux</li> </ul>	AGA
JEVI Centre de prévention du suicide - Estrie	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Projet Sentinelle</li> </ul>	Aucune

- 14 représentations
- 2 bénévoles
- 2 employées
- 13 heures bénévoles

## Autres représentations

AUTRES REPRÉSENTATIONS	ACTIVITÉS	NOMBRE DE REPRÉSENTATIONS
CIUSSS de l'Estrie - CHUS	Cadre de gestion des ententes en santé publique Responsables des bénévoles Comité Estrien sur les saines habitudes de vie Équipe en qualité, éthique performance et partenariat	4
Fondation J. Armand Bombardier	Philanthropie	2
Ministre fédéral Jean-Yves Duclos	Stratégie Canadienne de réduction de la pauvreté <i>une chance pour tous</i>	1
Centre culturel Yvonne L. Bombardier	Journée internationale du droit des femmes	1
Cooptel	Assemblée générale annuelle	1
Maison des Jeunes	Souper	1
Mobilisation	Journée mondiale contre l'injustice sociale Action communautaire	2
Centre des femmes du VSF	Souper de départ et journée internationale	1
MRC du VSF	Consultation publique sur l'accueil aux nouveaux arrivants	1

- 14 représentations
- 4 employées

- 6 bénévoles
- 46 heures bénévoles

## 1.4 SOUTIEN DE LA COMMUNAUTÉ

L'essor qu'a connu le Centre d'action bénévole au fil des ans n'aurait pas été possible sans le soutien continu apporté par l'ensemble de la communauté de Valcourt et Région.

1) Le maintien de l'implication bénévole :

- près d'une centaine de bénévoles à chaque année ;

2) De la part des municipalités :

- participation des sept municipalités de Valcourt et Région au soutien financier du Centre d'action bénévole ;
- exemption de taxes foncières de la Ville de Valcourt ;
- entente par la Ville de Valcourt sur l'utilisation du Centre communautaire lors des activités de la Fête de Noël, de la Semaine de l'action bénévole et du programme Viactive qui a lieu deux fois par semaine ;

3) Ententes avec le CIUSSS de l'Estrie - CHUS, restaurateur et traiteur pour la popote roulante ;

4) Dons de nourriture pour le dépannage alimentaire de la part d'une entreprise privée et de particuliers ;

5) Dons en argent de particuliers ;

6) Partenariat avec Cooptel, coopérative de télécommunication, dans la relocalisation du Centre d'action bénévole ;

7) Participation de la population et des entreprises à l'activité bénéfice de vente de couronnes d'entraide ;

8) Dons de cannettes vides d'une entreprise privée ;

9) Participation de la population, des entreprises et associations au financement de la relocalisation du Centre d'action bénévole.

## 2. SOUTIEN À LA COMMUNAUTÉ

### 2.1 CONCERTATION

Afin de favoriser une réponse adéquate aux besoins du milieu, le Centre d'action bénévole participe à différentes Tables de concertation et collabore avec les organismes, les associations et les établissements de la MRC du Val-Saint-François.

<b>TABLES, ORGANISMES, ASSOCIATIONS...</b>	<b>DOSSIERS TRAITÉS</b>	<b>NOMBRE DE RÉUNIONS</b>
Corporation de développement communautaire du Val-Saint-François	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ <i>L'Entre-Val</i></li> <li>❖ Promotion des organismes</li> </ul>	2 réunions du C.A. 1 AGA 2 réunions des membres 1 <u>15<sup>e</sup> anniversaire</u>
Table de concertation pour les aînés du Val-Saint-François	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Bientraitance</li> <li>❖ Semaine nationale des proches aidants</li> </ul>	2 réunions ordinaires 6 réunions de comités
Comité des partenaires en approche de proximité	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Approche de proximité</li> </ul>	3 réunions 1 rencontre travaux de ménage
OMH	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Groupe d'achat</li> </ul>	1 rencontre
Carrefour jeunesse-emploi comté de Johnson	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Projet <i>Apprendre Autrement</i></li> </ul>	1 réunion
Maison de la Famille Les Arbrisseaux	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Halte-garderie</li> </ul>	1 réunion
La Fraternité de Lawrenceville	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Travail de milieu</li> </ul>	1 rencontre
Chambre de Commerce et Industrie de la Région de Valcourt	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Promotion</li> </ul>	1 AGA

Valcourt 2030	❖ Mise en œuvre du plan d'action pour le Grand Valcourt	5 réunions du C.A. 1 AGA 7 réunions de comités 1 Grand rendez-vous 3 dîners 3 entrevues 1 représentation
Comité mixte d'égalité MRC du Val-St-François	❖ Politique ❖ Plan d'action	3 réunions 1 présentation à la MRC
Le Rivage	❖ Approche de proximité	1 rencontre
Œuvre de Bienfaisance de Valcourt	❖ Comité conjoint	1 rencontre
Comité de mobilisation diversité	❖ Accueil nouveaux arrivants	2 rencontres
Filles d'Isabelle de Valcourt	❖ Comptoir familial	1 rencontre
Table de lutte à la pauvreté du VSF	❖ Concertation	1 rencontre
École primaire de Ste-Anne-de-la-Rochelle	❖ Projet en sécurité alimentaire	1 rencontre
École secondaire l'Odysée	❖ Projet pilote sur un cours en entrepreneuriat	1 rencontre

- 63 rencontres
- 4 employées

- 5 bénévoles
- 56 heures bénévoles

## 2.2 IDENTIFICATION ET ANALYSE DES BESOINS

### Tournée des municipalités

À l'automne 2018, nous avons fait la tournée de cinq municipalités : Bonsecours, Lawrenceville, Maricourt, Racine et Sainte-Anne-de-la-Rochelle grâce au projet *À la rencontre des aînés* soutenu par la Table de concertation pour les aînés de l'Estrie.

Les objectifs du projet étaient :

- être capable de repérer les personnes en perte d'autonomie dans nos milieux ruraux ;
- augmenter la participation des aînés plus éloignés ;
- analyser les besoins des aînés par l'entremise des comités de bénévoles.

Quarante-cinq personnes furent rencontrées : bénévoles, représentants des municipalités et des associations sociocommunautaires et citoyens. Ces rencontres ont aussi permis de renforcer les partenariats dans les localités.

## 2.3 SERVICES AUX INDIVIDUS

Les services aux individus visent à :

- soutenir et améliorer l'autonomie des personnes vivant à domicile ;
- supporter le réseau naturel d'un individu ;
- offrir conseil et support aux individus isolés face à un problème ;
- favoriser la qualité de vie.

Les services offerts en soutien à domicile sont :

- Popote roulante
- Télésurveillance
- Accompagnement-transport et aide aux commissions
- Rencontre amicale
- Envoi de cartes
- Visite amicale et téléphone amical
- Fête de Noël
- Viactive et Club de marche
- Groupe de soutien aux proches aidants
- Cuisson aidants-aidés
- Programme Pair
- Travail de milieu auprès des aînés

Le nombre d'utilisateurs qui reçoivent des services de soutien à domicile :

MUNICIPALITÉS	NOMBRE D'USAGERS
Bonsecours	75
Lawrenceville	75
Maricourt	108
Racine	87
Sainte-Anne-de-la-Rochelle	44
Canton de Valcourt et Valcourt	228
<b>Total</b>	<b>617</b>

## Popote roulante

Le service de popote roulante est un service de repas chauds et équilibrés livrés à domicile par une personne bénévole. Le service est accessible 5 jours par semaine dans toutes les municipalités.

<b>POPOTE ROULANTE</b>	<b>Bonsecours</b>	<b>Canton de Valcourt</b>	<b>Lawrenceville</b>	<b>Maricourt</b>	<b>Racine</b>	<b>Ste-Anne-de-la-Rochelle</b>	<b>Valcourt</b>	<b>Total</b>
<b>Repas livrés</b>	<b>873</b>	<b>271</b>	<b>924</b>	<b>27</b>	<b>385</b>	<b>724</b>	<b>1120</b>	<b>4324</b>
<b>Nombre d'usagers</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>8</b>	<b>1</b>	<b>7</b>	<b>5</b>	<b>21</b>	<b>54</b>
<b>Nombre de bénévoles</b>	<b>8</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>-</b>	<b>10</b>	<b>20</b>
<b>Nombre d'heures bénévoles</b>								<b>594</b>

Le service de popote roulante a connu une hausse majeure des demandes en 2018-2019 ; 735 repas de plus pour une hausse de 20 %. Le nombre de repas livrés est le plus élevé jamais atteint. Le nombre d'usagers a presque doublé (46% de plus). Quatre municipalités sont touchées par cette hausse : Bonsecours (56%), Lawrenceville (65%), Maricourt (27%) et Racine (189%).

## Accompagnement-transport et aide aux commissions

Le service d'accompagnement-transport est un service effectué par une personne bénévole. Ce service est utilisé pour les rendez-vous médicaux et paramédicaux.

L'aide aux commissions permet aux personnes de se déplacer vers les services de proximité tels que : la Caisse, la Banque, les pharmacies, l'épicerie, etc.

Nombre de demandes	530
Nombre de demandes annulées	54
Aide aux commissions	3
Accompagnement en Estrie	396
Accompagnement local et MRC	77
Nombre d'usagers	67
Nombre de chauffeurs(es) bénévoles	14
Nombre d'heures bénévoles	1415

Une hausse de 53% des demandes d'accompagnement-transport a été constatée. L'accompagnement-transport en Estrie continue à augmenter (69%) et en constitue la majorité. Il peut y avoir des accompagnements-transports qui se fassent en covoiturage. Cela a nécessité une hausse de 475 heures bénévoles.

## Télesurveillance

La télesurveillance est un système de sécurité téléphonique permettant de recevoir de l'aide en tout temps en cas d'urgence grâce à un médaillon ou un bracelet que la personne usagère porte sur elle et qui fait le relais avec une centrale téléphonique.

Nombre d'utilisateurs	33
Nombre de nouvelles installations	8
Nombre de désactivations	9
Nombre de suivis	6

Les suivis sont généralement effectués pour faire le changement de l'émetteur. D'autres problèmes, tels qu'une panne de courant ou un problème avec la prise de téléphone, peuvent aussi survenir.

## Rencontre amicale

Le mardi après-midi, une rencontre amicale a lieu avec des personnes retraitées. Une programmation est offerte de façon saisonnière et un dépliant en fait la promotion.

Nombre d'utilisateurs	70
Nombre de rencontres	19
Nombre d'heures bénévoles	70

Cette année, nous avons profité d'une activité avec les aînés pour faire l'inauguration du nouveau patio, aménagé grâce à une subvention du programme Nouveaux Horizons pour les aînés. Vingt-deux personnes étaient présentes dont le député fédéral M. Pierre Breton et son adjoint parlementaire M. Serge Ruel. Les invités ont pu profiter de la belle température en dégustant un repas cuisiné au barbecue et en participant à des jeux.

Voici des exemples de sujets présentés à la Rencontre Amicale :

- Kinésiologue : Programme d'exercices MOVE 50 + et *Mon objectif vieillir en forme* ;
- Dira Estrie : *Cé pas correct* ; comment porter assistance si vous êtes témoin d'une situation de maltraitance ;
- Intervenant du milieu : Qu'est-ce que la santé mentale ? Démystifier la santé mentale. Comment venir en aide aux personnes atteintes ;
- Présentation d'une vidéo sur la gratitude ;
  
- Équijustice Estrie : Atelier sur la gestion de conflit ;
  
- Société Alzheimer de l'Estrie : Mieux comprendre la maladie d'Alzheimer ;
  
- La maladie de Parkinson ;
  
- Les problèmes reliés à l'arthrose ;
  
- Clinique Cigonia : Problématiques périnéales et les pistes de solutions ;
  
- Maison Aube Lumière : Information sur les soins palliatifs ;
  
- AQDR Estrie : Situation financière à la retraite – Penser plus tôt à plus tard ;
  
- Notaire : Pour tout savoir sur les mandats ;
  
- Nutritionniste : Présentation du nouveau guide alimentaire canadien, etc.

## Visite amicale

Environ une fois par semaine, une personne bénévole va rendre visite ou téléphone à une personne âgée. Même si ce service rejoint peu de personnes, nous savons tout le réconfort qu'une visite ou un téléphone amical peut apporter à une personne plus isolée.

Nombre de visites	124
Nombre d'usagers	3
Nombre de bénévoles	4
Nombre d'heures bénévoles	186

## Envoi de cartes

Un envoi de carte d'anniversaire est effectué aux aînés de chaque municipalité par une personne bénévole. Ce service est aussi un outil pour faire la promotion des services offerts par le Centre d'action bénévole.

<b>ENVOI DE CARTES</b>	<b>Bonsecours</b>	<b>Lawrenceville</b>	<b>Maricourt</b>	<b>Racine</b>	<b>Ste-Anne-de-la-Rochelle</b>	<b>Canton de Valcourt et Valcourt</b>	<b>TOTAL</b>
<b>Nombre d'usagers</b>	71	76	108	76	47	142	520
<b>Nombre de bénévoles</b>	1	1	1	1	1	1	6
<b>Nombre d'heures bénévoles</b>	18	19	27	19	12	36	131

## Référence

Service de références à d'autres organismes ou professionnels pour des services autres que ceux fournis par le Centre.

Nous voulons souligner ici le lien étroit avec le CIUSSS de l'Estrie – CHUS. En effet, afin de combler le mieux possible l'ensemble des besoins des personnes âgées, plusieurs usagers sont référés au CIUSSS, de même que du CIUSSS vers le Centre d'action bénévole. Les intervenantEs des deux organisations ont des contacts téléphoniques ou de personne à personne régulièrement.

Comptabilisés globalement avec l'ensemble des références.

## Fête de Noël

Cette fête est très appréciée par les participants. Vingt-et-un usagers se sont joints aux bénévoles, invités spéciaux et employées pour ce repas de Noël au Club de Golf de Valcourt.



Participants au dîner de la Fête de Noël

## Viactive et Club de marche

VIACTIVE ET CLUB DE MARCHE				
PROGRAMMES	Nombre			
	ParticipantEs	Rencontres	Bénévoles	Heures bénévoles
<b>Viactive Valcourt</b>	80	68	4	154
<b>Club de marche Valcourt</b>	11	31	2	47

L'engouement pour ce service ne se dément pas d'une année à l'autre. Ce fut cependant sans conteste une année record avec 80 participants. Les séances d'exercices ont lieu deux fois par semaine. La coordonnatrice du soutien à domicile supervise l'activité et la prise en charge du groupe est assurée par un comité de bénévoles qui se partagent l'animation des rencontres à tour de rôle. Nous chapeautons également un Club de marche une fois par semaine, beau temps, mauvais temps.

Depuis quelques années le groupe termine l'activité autour d'un repas. Cette année 26 personnes étaient présentes à ce dîner.



Séance d'exercices à Viactive

## Groupe de soutien aux proches aidants

Ce service s'adresse aux personnes qui viennent en aide à un proche. Il permet aux proches aidants de :

- S'outiller face à leur rôle et leurs responsabilités
- Connaître les ressources existantes du milieu
- Apprendre par l'intermédiaire des autres participants
- Reconnaître leurs limites
- Échanger sur leur vécu

L'animation des rencontres est assurée par la coordonnatrice du soutien à domicile.

Nombre de rencontres	13
Nombre de participantEs	11
Nombre d'heures bénévoles	24

Dans le cadre de la Semaine nationale des proches aidants et grâce à l'implication d'un sous-comité de la Table de concertation pour les aînés du Val-Saint-François et le soutien financier de l'Appui Estrie, un événement sur le lâcher prise fut organisé. L'invitée était Madame Blandine Soulmana, conférencière, et un brunch fut servi par le Club Optimiste de Richmond. Plus d'une centaine de personnes étaient présentes dont plusieurs proches aidants.

## Cuisson aidants aidés

Un groupe de proches aidants accompagnés de personnes âgées ont participé à deux rencontres de cuisson. Coordinée par les coordonnatrices des services alimentaires et du soutien à domicile, cette activité a permis aux personnes de cuisiner, de dîner ensemble et de repartir avec quelques repas.

Nombre de rencontres	3
Nombre de participantEs	8
Nombre d'heures bénévoles	17



## Programme Pair

Le Programme Pair est un service d'appels automatisés que les personnes usagères reçoivent à une heure prédéterminée. Ce service est offert en collaboration avec le Centre d'action bénévole du Haut-Saint-François, l'Agence Pair qui dessert notre communauté. Nous faisons la promotion du service et les références des personnes intéressées à recevoir le service.

## Initiative de travail de milieu auprès des aînés vulnérables (ITMAV)

### Vieillir sans frontières dans le Val-Saint-François (VSF-VSF)

J'ai le plaisir de vous présenter le bilan de ma première année en tant que travailleuse de milieu auprès des aînés sur le territoire de la MRC du Val-Saint-François. Ce programme est financé par le Secrétariat aux aînés. Ce fut une année riche en apprentissages et en collaborations.

La travailleuse de milieu (TM) couvre l'ensemble du territoire de la MRC du Val-Saint-François et travaille dans les trois pôles de la MRC par l'entremise des centres d'action bénévole de Valcourt, Richmond et Windsor.

Le rôle principal d'un travailleur de milieu auprès des aînés est de faire le pont entre les personnes âgées et les ressources du milieu. Ce programme s'adresse spécifiquement aux personnes de 50 ans et plus qui vivent des situations susceptibles de fragiliser leur autonomie ou leur qualité de vie. Le passage à la retraite, la maladie, la perte d'un proche et des problèmes de santé constituent des exemples de changements pouvant affecter les personnes. Souvent, elles ne savent pas où se diriger pour obtenir de l'aide ou ne connaissent tout simplement pas les services offerts puisqu'elles n'en ont jamais eu besoin. De plus, demander de l'aide est parfois considéré comme un signe de faiblesse par les personnes elles-mêmes.

La première étape est de dépister ces personnes dans les différentes communautés. La travailleuse de milieu le fait en participant à des activités, en développant des stratégies avec les organismes communautaires, mais surtout en étant présente dans les lieux fréquentés par les aînés.

En deuxième lieu, une fois les personnes repérées, il faut établir un lien de confiance avec elles et analyser les différentes solutions qui pourraient être envisagées pour apporter un soutien ou améliorer leur qualité de vie. Ainsi, graduellement la personne aidée sera dirigée vers les ressources susceptibles de lui venir en aide.

En troisième lieu, étape ultime, la personne est référée ou accompagnée vers les ressources du milieu qui peuvent lui venir en aide. Ces trois étapes se font dans le respect des valeurs et du rythme de chacun.



## Mise en place du projet

Le travail de milieu auprès des aînés est guidé par un cadre de référence précis. Dans un premier temps, la travailleuse de milieu s'est familiarisée avec ce cadre tout en tenant compte des spécificités de notre MRC. Elle a mis en place un comité des partenaires composé des représentants suivant :

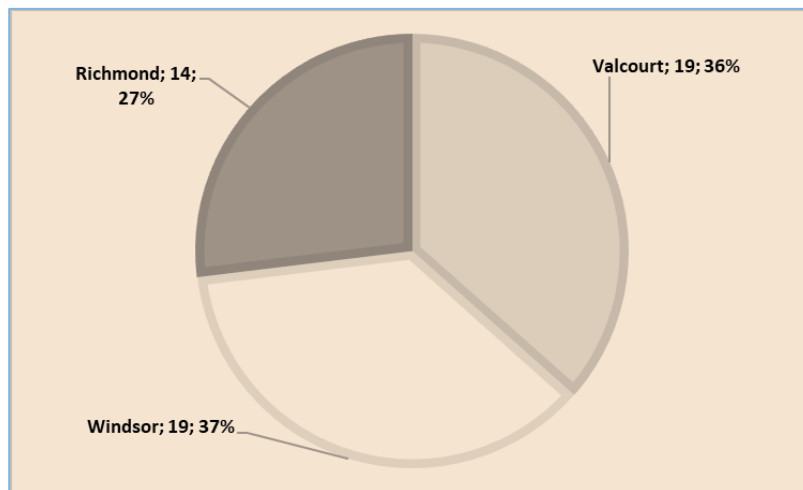
- Deux représentants des aînés du territoire;
- Un représentant de la Table de concertation pour les aînés de la MRC du Val-Saint-François;
- Un représentant du CIUSSS de l'Estrie- CHUS;
- Les trois directrices des centres d'action bénévole de la MRC;
- La travailleuse de milieu (TM)

Ce comité a travaillé sur le plan d'action, fait la promotion du projet et collabore afin de bien intégrer la TM sur le territoire.

Des outils de communication ont été créés ainsi que du matériel promotionnel. La TM a également mis en place les différents outils de travail nécessaires (compilation statistique, journal de bord, etc.).

## Le repérage des aînés risquant la fragilisation

Cette année la TM a participé à 52 activités de repérage/promotion sur l'ensemble du territoire de la MRC. Lors de ces activités, la TM a distribué des cartes postales de son service. Elle a expliqué à de nombreuses personnes le rôle de la TM et a aussi fait plusieurs fois une présentation publique. Nous estimons que plus de 1000 personnes ont participé à ces activités. Nous avons participé à 19 activités de repérage/promotion dans le secteur de Valcourt, 19 dans le secteur de Windsor ainsi qu'à 14 dans le secteur de Richmond.



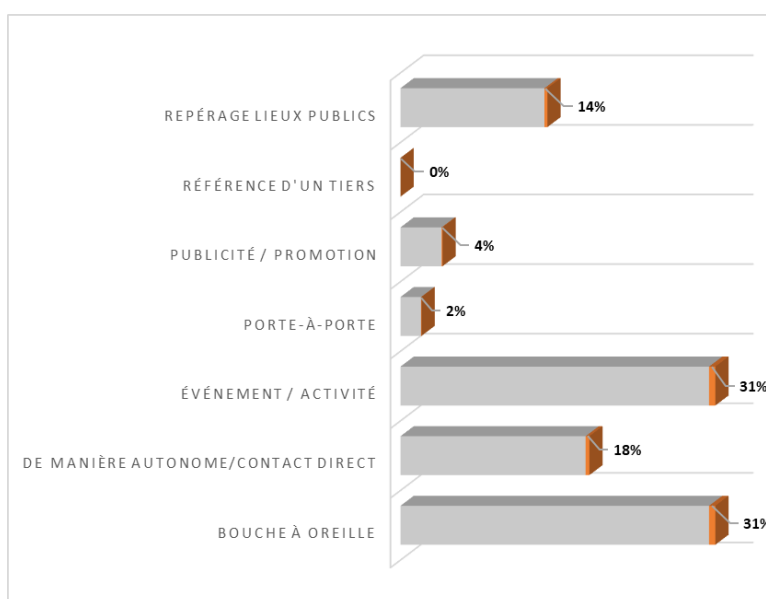
Majoritairement, il s'agit de présences dans les activités destinées aux aînés, d'une tournée des municipalités du secteur de Valcourt et de quelques-unes des secteurs de Windsor et Richmond. Il y a eu de nombreuses présences lors de repas, ou d'activités des associations d'aînés du territoire de la MRC. La TM a également rencontré les représentants des trois centres d'action bénévole du territoire afin d'établir des stratégies de repérage.

Pour ces raisons, il n'est pas étonnant que le type de repérage en ait été affecté. Ainsi, la référence par un tiers représente 30% des 70 personnes qui nous ont été référées. Les catégories événement/activité et bouche à oreille représentent un même pourcentage, soit 21%. Le référencement par des tiers s'est également fait par les organismes communautaires, les employés, les bénévoles ou les autres personnes qui en utilisent les services.

Le repérage par les restaurants s'est avéré peu efficace pour la MRC malgré une quinzaine de présences. Certains repérages se sont également faits dans les milieux de vie tels que les résidences pour aînés ou par un accompagnement par un tiers ou un travailleur du domaine communautaire ou de la santé.

De plus, étant donné la présence depuis 2012 du service du carrefour d'information et d'accompagnement pour aînés sur le territoire qui s'est terminé en 2018, certaines personnes sont venues rencontrer la travailleuse de milieu afin d'effectuer un suivi. C'est pourquoi 13% des personnes sont venues de leur propre chef.

## Type de repérage des personnes accompagnées par VSF-FSF en 2018-2019



## Le repérage : Une formation d'éclaireur

Cette année, nous avons demandé et obtenu une subvention de la part de la Table de concertation pour les aînés du Val-Saint-François. Cette subvention a permis à VSF-VSF de travailler à l'élaboration d'une formation d'éclaireur visant le dépistage précoce des pertes d'autonomie chez les aînés. Cette formation sera déployée sur le territoire au cours de la prochaine année.

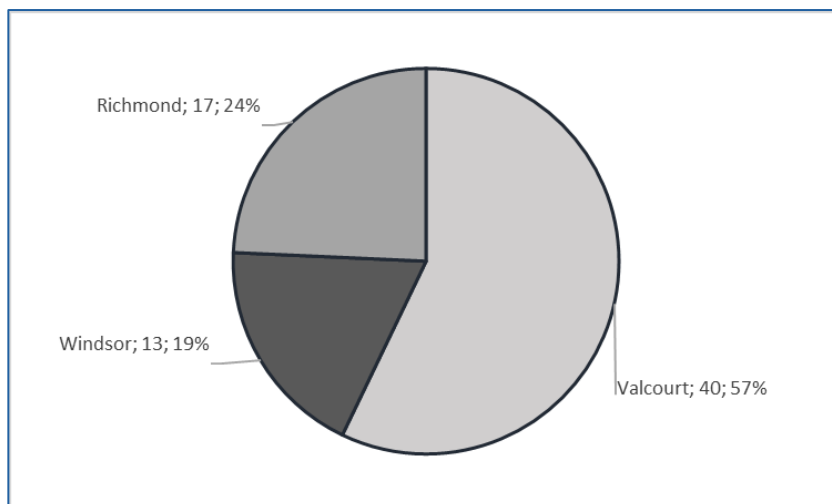
Cette formation vise essentiellement le référencement des personnes vivant des situations problématiques vers la travailleuse de milieu. Cela constitue un outil important qui sera offert aux citoyens de la MRC. Les personnes formées dans les communautés ajouteront leurs touches de bienveillance envers les aînés.

## L'intervention et le référencement

Entre le premier septembre 2018 et le 31 août 2019, 70 personnes ont été accompagnées dans leurs démarches par la travailleuse de milieu pour un total de 246 interventions, soit 197 en personne et 49 par téléphone. En tout, 45 femmes et 25 hommes ont été accompagnés.

Si l'on se réfère aux territoires des trois centres d'action bénévoles du Val-Saint-François, nous avons accompagné 40 personnes sur le territoire de Valcourt, 13 sur le territoire de Windsor et 17 sur le territoire de Richmond.

## Personnes accompagnées en 2018-2019 selon le territoire de Centre d'action bénévole



En tout, 246 interventions ont été effectuées afin de résoudre 175 fois des problématiques avec les personnes. Il faut noter qu'une problématique peut prendre plus d'une rencontre avant d'être résolue.

Voici donc la répartition des problématiques que nous avons tenté de résoudre en collaboration avec les personnes accompagnées :

<b>Problématiques identifiées</b>	<b>Nombre</b>	<b>Pourcentage</b>
Autonomie fonctionnelle	35	20%
Besoin de parler / se confier	18	10%
Consommation / dépendance	3	2%
Droits / recours	21	12%
Événement fragilisant (deuil, accompagnement d'un proche, etc...)	10	6%
Isolement	10	6%
Habitation	15	9%
Maltraitance et abus	11	6%
Méconnaissance des ressources	24	14%
Pauvreté	7	4%
Santé physique	0	0%
Santé mentale / psychologique	5	3%
Sécurité alimentaire	0	0%
Transport / déplacement	0	0%
Autres	16	9%
<b>Totaux</b>	<b>175</b>	<b>100%</b>

Il faut noter que la compilation statistique ne permettait pas de spécifier plusieurs objectifs poursuivis lors des rencontres. Par exemple, plusieurs personnes ont identifié des problèmes de sécurité alimentaire, mais comme cela ne constituait pas l'objectif principal, ils n'ont pas été compilés.

Pour trouver réponse à ces problématiques, des actions ont été entreprises avec les personnes en fonction des besoins identifiés.

La TM a effectué des interventions diverses auprès de ces personnes en fonction des besoins exprimés. Plusieurs personnes sont directement référées vers les services offerts dans le milieu notamment les travailleurs sociaux, mais également, Dira-Estrie, la Société Alzheimer, l'Appui Estrie, Équijustice Estrie, les centres d'action bénévole, etc. Parfois, l'établissement d'une relation de confiance est nécessaire et l'approche doit être modulée de manière créative afin d'amener la personne à utiliser les services offerts sur le territoire.

Voici un portrait des interventions faites :

<b>Interventions effectuées</b>	<b>Nombre</b>	<b>Pourcentage</b>
Accompagner vers ressources / services	30	17%
Créer / maintenir le lien de confiance	22	13%
Écouter	21	12%
Effectuer des démarches / recherches	36	21%
Effectuer un suivi / retour	8	5%
Informé / expliquer / vulgariser	24	14%
Référer vers ressources / services	29	17%
Sensibiliser / prévenir	1	1%
Stimuler / encourager	4	2%
<b>Total :</b>	<b>175</b>	<b>100%</b>

Les interventions faites ont permis d'effectuer 54 références ou accompagnements vers les ressources du milieu soit un peu plus de 30% des interventions. Pour une bonne partie d'entre elles, une faible connaissance des ressources du milieu a été identifiée. Toutes les personnes rencontrées avaient plusieurs indicateurs de vulnérabilité tels que décrits dans le cadre de référence ITMAV, notamment la pauvreté, l'analphabétisme, le manque de transport, des problèmes de santé mentale ou une déficience intellectuelle, des troubles cognitifs, une alimentation déficiente, une situation de maltraitance, etc.

## La collaboration et le partenariat

La travailleuse de milieu a participé à 27 activités de collaboration en 2018-2019 dont 16 touchaient l'ensemble du territoire de la MRC. Trois de ces rencontres concernaient le territoire de Richmond, trois autres concernaient le territoire de Windsor et cinq autres rencontres touchaient le territoire de Valcourt. Ces activités visaient plusieurs objectifs. Premièrement, nous voulions établir des relations de partenariat avec les centres d'action bénévole du territoire et le réseau de la santé et des services sociaux. Nous visions aussi à permettre une meilleure prestation de services aux personnes référées.

Nous collaborons étroitement avec notre comité des partenaires qui a travaillé à l'élaboration et à la mise à jour du plan d'action de la TM. Cela a permis, entre autres, de créer des liens directs avec les intervenants sociaux du réseau de la santé et ainsi accélérer la prise en charge des personnes référées par la TM. La travailleuse de milieu réfère également les personnes vers les organismes communautaires. Elle encourage ces derniers à ne pas hésiter à faire appel à ses services lorsqu'une personne risquant la fragilisation est dépistée et les informe des stratégies gagnantes le permettant.

Nous travaillons également à l'amélioration de la prestation de services dans les communautés rurales par les organismes régionaux. En effet, peu d'entre eux se déplacent dans les milieux ruraux, ce qui prive la clientèle démunie de certains services, car ils n'ont pas les ressources pour se déplacer.

## **En conclusion**

La mise en place d'un nouveau programme n'est pas nécessairement de tout repos. En tant que nouvelle travailleuse de milieu, j'ai été heureuse de pouvoir compter sur la collaboration exceptionnelle des partenaires de l'ensemble de la MRC du Val-Saint-François et de la région estrienne.

L'équipe du Centre d'action bénévole Valcourt et Région a voulu mettre de l'avant la nécessité de favoriser une approche de proximité depuis plusieurs années. La mise en place du programme ITMAV en est une concrétisation.

Évidemment, les chiffres nous indiquent 246 interventions auprès de 70 personnes risquant la fragilisation. Au-delà des chiffres, j'y ai vécu la possibilité d'accompagner celle-ci de manière très personnalisée en tenant compte des limites et spécificités de chacune. J'ai pu faire preuve de créativité dans mon approche et entendre des messages d'espoir à travers les difficultés vécues par ces personnes, espoir de continuer à avancer et de rendre leur quotidien plus confortable.

AUTRES SERVICES AUX INDIVIDUS :

Les services offerts autres que le soutien à domicile sont :

- Information
- Rencontre – écoute individuelle
- Référence
- Dépannage alimentaire
- Opération Septembre
- Clinique d'impôt
- Halte-garderie
- Cuisine collective (Annexe-1)
- Jardin communautaire (Annexe-1)
- Repas communautaire (Annexe-1)

SERVICES OFFERTS	NOMBRE DE DEMANDES	NOMBRE DE PERSONNES
Information	108	108
Rencontre – écoute individuelle	11	14
Référence	18	18

## Dépannage alimentaire

Le dépannage alimentaire est offert au Centre d'action bénévole par l'entremise de L'Œuvre de Bienfaisance de Valcourt. Ce service permet à une personne ou à une famille de s'alimenter pendant quelques jours. Depuis 2017, nous collaborons avec le Marché Ouimette Fille et Fils Inc. – IGA, dans le but de récupérer les surplus alimentaires. Trois fois par semaine, des bénévoles vont chercher les surplus que nous distribuons dans les jours qui suivent aux usagers. Les paniers remis s'en trouvent bonifiés. De plus, grâce à Moisson Estrie, nous recevons à quelques reprises durant l'année, des denrées que nous remettons lors de nos journées *banque alimentaire*. En 2018, nous avons reçu de Moisson Estrie, 1 677 kg de nourriture.

Usagers de l'aide alimentaire	128
Personnes rejointes	230
Nombre de services rendus	526
Nombre de bénévoles impliqués	14
Nombre d'heures bénévoles	233

## Opération Septembre

Grâce à un don de L'Oeuvre de Bienfaisance de Valcourt et de Centraide Estrie, de l'aide financière est accordée aux familles à faible revenu pour défrayer le coût des fournitures scolaires. En 2018, 24 familles ont été aidées pour un total de 41 élèves de niveau primaire pour Valcourt et Région.

## Clinique d'impôt

La clinique d'impôt est offerte par une équipe de personnes bénévoles et s'adresse aux personnes et aux familles à faible revenu. Lors de cinq demi-journées, les bénévoles recueillent les informations pertinentes pour remplir les formulaires par la suite.

<b>PERSONNES REJOINTES</b>	<b>FORMULAIRES COMPLÉTÉS</b>	<b>NOMBRE DE BÉNÉVOLES</b>	<b>NOMBRE D'HEURES BÉNÉVOLES</b>
197	398	16	501

## Halte-garderie

Grâce à une subvention du Ministère de la Famille, les parents qui participent aux cuisines collectives et à d'autres ateliers peuvent bénéficier du service de halte-garderie.

Du 1<sup>er</sup> avril 2018 au 31 mars 2019, les parents de la MRC du Val-Saint-François ont pu participer à 135 activités différentes grâce au service de halte-garderie. La halte-garderie a été fréquentée pendant 38 semaines pour 327 heures de gardiennage et 2 052 présences – enfants durant l'année.

<b>Nombre de semaines de fréquentation</b>	<b>Nombres d'activités</b>	<b>Heures de gardiennages</b>	<b>Présences-enfants</b>
38	135	327	2 052

## 2.4 SOUTIEN AUX ORGANISMES

Le soutien aux organismes se fait dans une perspective communautaire en respectant leur autonomie et en favorisant leur démarche. Le soutien peut être d'ordre professionnel ou technique et également de la référence de personnes bénévoles.

<b>ORGANISMES SOUTENUS</b>	<b>SERVICES OFFERTS</b>
Fadoq de Valcourt	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Soutien professionnel et technique :               <ul style="list-style-type: none"> <li>- Demande de subvention</li> <li>- Comptabilité</li> <li>- Photocopies</li> <li>- Secrétariat</li> </ul> </li> </ul>
Oeuvre de Bienfaisance de Valcourt	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Entente au niveau du personnel, des locaux, du matériel, du dépannage alimentaire</li> </ul>
Carrefour jeunesse-emploi comté de Johnson	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Location de locaux</li> <li>❖ Collaboration et promotion</li> </ul>
CDC du Val-Saint-François	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Parrainage du Bâtitseur communautaire</li> </ul>
Caritas Estrie	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Soutien à la campagne des bougies de la paix</li> </ul>
Bibliothèque Yvonne L. Bombardier	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Biblio chez soi et Biblio aidants</li> </ul>
Ville de Valcourt	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Sécurité civile</li> </ul>
Maison de la Famille Les Arbrisseaux	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Halte-garderie</li> <li>❖ Atelier purée pour bébés</li> <li>❖ Promotion</li> </ul>
Valcourt 2030	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Location de locaux</li> <li>❖ Collaboration</li> </ul>
Centre des femmes du Val-Saint-François	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Promotion</li> <li>❖ Location de locaux</li> </ul>
Promotion	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ 19 organisations</li> </ul>
Prêt de locaux	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ 3 organisations</li> </ul>

### 3. GOUVERNANCE ET VIE ASSOCIATIVE

Le Centre d'action bénévole s'assure d'un comportement éthique dans son milieu. Il met en place des mécanismes de gestion démocratique et démontre une vie associative dynamique.

Le tableau synthèse montre bien toute la place qu'ont les bénévoles au sein de l'organisme. Ils en sont le moteur et l'âme.



Notre présentoir à dépliants fait par M.Pierre-Yves Lemay



Le comité organisateur - décoration de Noël Mesdames Claudette Pépin, Charline Martin, Ginette Côté, Cécile Roy

<b>TABLEAU SYNTHÈSE</b>			
<b>Activités</b>	<b>Nombre de réunions</b>	<b>Nombre de bénévoles</b>	<b>Nombre d'heures bénévoles</b>
<b>Assemblée générale annuelle</b>	1	31	--
• Bénévolat		3	11
<b>Conseil d'administration</b>			
• Séance ordinaire	10	9	170
• Séance extraordinaire	3	9	34
• Comité de direction	7	4	59
<b>Comités du conseil d'administration</b>			
• Planification	1	4	12
• Prévisions budgétaires	1	1	3
• Conditions de travail	2	3	10
• Relève de la direction générale	9	4	78
- Sous-comité	1	1	2
• Droit de passage	5	5	37
- Sous-comité	6	4	65
<b>Autres comités</b>			
Semaine de l'action bénévole			
• Comité	2	5	14
• Bénévolat	--	8	56
Fête de Noël	4	4	19
• Sous-comité	--	10	41
Inauguration patio	1	2	4
Couronne d'entraide	2	4	16
• Bénévolat	--	31	193
Impôt	2	3	14
• Coordination	--	1	63
Jardin communautaire	1	3	5
• Bénévolat	--	5	14
<b>TOTAL</b>	<b>58</b>	<b>36</b>	<b>664</b>

## 4. GESTION

### Formation du personnel

FORMATIONS	NOMBRE D'EMPLOYÉES	NOMBRE D'HEURES
Les développement durable	1	2
Les ressources de proximité et la santé	1	1
La base de données CABSYS	1	2
L'arthrose	1	1
Les mandats, types de procuration et testament	1	2
Le cadre de référence des centres d'action bénévole	1	1
Colloque FCABQ	1	6
Le logiciel de comptabilité Sage 50	1	3
Les services d'un Centre d'action bénévole	3	9
<b>Total</b>	<b>4</b>	<b>26</b>

## Soutien bénévole

	<b>SERVICES RENDUS</b>	<b>BÉNÉVOLES</b>	<b>HEURES BÉNÉVOLES</b>
<b>Accueil - Comptabilité - Informatique</b>	<b>75</b>	<b>14</b>	<b>220</b>
<b>Entretien du bâtiment et aménagement</b>	<b>63</b>	<b>11</b>	<b>160</b>

## Rencontre d'équipe

- 13 réunions d'équipe
- 21 rencontres individuelles
- 4 rencontres en sous-groupe

## REMERCIEMENTS

Avant de tourner la page sur l'année 2018-2019, nous tenons à exprimer nos remerciements à tous ceux qui ont soutenu notre action : donateurs et collaborateurs.

### Pour leur appui financier

- CIUSSS de l'Estrie – CHUS
- Les sept municipalités de Valcourt et Région
- Fondation J. Armand Bombardier
- Ministère de la Famille
- Millette & Fils Ltée
- Gestion Réal Bombardier Inc.
- RBC
- Particuliers

### Pour leur collaboration au projet Jardin communautaire

Regroupement *Un toit pour toi*  
CIUSSS de l'Estrie – CHUS Établissement Valcourt  
Office municipal d'habitation de Valcourt  
Ville de Valcourt

### Pour les dons de nourriture que nous redistribuons

L'Oeuvre de Bienfaisance de Valcourt  
Moisson Estrie  
IGA Marché Ouimette Fille et Fils Inc.  
Particuliers

### Pour leur participation aux activités d'autofinancement

Entreprises, Commerces,  
Particuliers

Merci aux bénévoles qui croient à l'action bénévole  
et à toutes les personnes qui nous accordent  
appui et encouragement.

## Annexe 1

Cuisine collective La Fricassée  
Jardin communautaire  
Repas communautaire

# 1. Cuisine collective La Fricassée

## Introduction

La cuisine collective La Fricassée du Centre d'action bénévole Valcourt et Région est fière de vous présenter son rapport d'activité 2018-2019.

La Fricassée a été créée en 1998 et après 19 ans d'existence, elle reste fidèle aux objectifs initiaux de ses instigatrices et demeure plus que jamais un lieu d'éducation populaire. Les valeurs suivantes y sont encouragées et partagées :

- La solidarité;
- La démocratie;
- L'équité et la justice sociale;
- L'autonomie et la prise en charge;
- Le respect de la personne et la dignité.

En lisant ce rapport, vous pourrez apprécier les réalisations qui nous donnent l'envie de poursuivre dans la même voie. Les pages qui suivent vous montreront tout ce qui a été accompli grâce à la cuisine collective en 2018-2019.



Bonne lecture!

## Historique

L'idée d'une cuisine collective a fait du chemin depuis 1997. Grâce à une équipe de bénévoles issus de la clinique d'impôt du Centre d'action bénévole, la cuisine collective La Fricassée a vu le jour avec un premier groupe en 1998. En septembre 2005, La Fricassée ouvrait un point de service additionnel dans la municipalité de Sainte-Anne-de-la-Rochelle ; et un troisième à Maricourt. Ces derniers ne sont plus actifs mais, en septembre 2011, La Fricassée installe un point de service à Lawrenceville, toujours en opération. En 2014, nous avons ouvert un autre point de service à Bonsecours qui a été fermé en 2018. Au printemps 2016, le Centre d'action bénévole a emménagé dans une nouvelle construction ayant pignon sur la rue Saint-Joseph à Valcourt. Ce bâtiment multifonctionnel inclut maintenant le local de cuisine collective qui était logé au CSSS du Val-Saint-François depuis nombre d'années. Nous fonctionnons toujours avec deux points de service, soit un à Valcourt au Centre d'action bénévole et un à Lawrenceville au sous-sol de l'église. Depuis le début, plusieurs participantes et participants se sont ajouté.e.s et d'autres sont parti.e.s avec de nouvelles habiletés et connaissances.

## Mission

Promouvoir l'autonomie alimentaire et de saines habitudes de vie dans le but d'améliorer la santé et la qualité de vie de la population du territoire couvert par le Centre d'action bénévole Valcourt et Région.

## Objectifs

- Apprendre à cuisiner et échanger des trucs et des recettes;
- Favoriser la prise en charge et développer l'estime de soi;
- Développer la participation à la vie démocratique;
- Préparer des repas économiques et favoriser le pouvoir d'achat;
- Accéder dans la dignité à une alimentation de qualité pour tous dans le respect de la protection de l'environnement;
- Briser l'isolement.

## Territoire

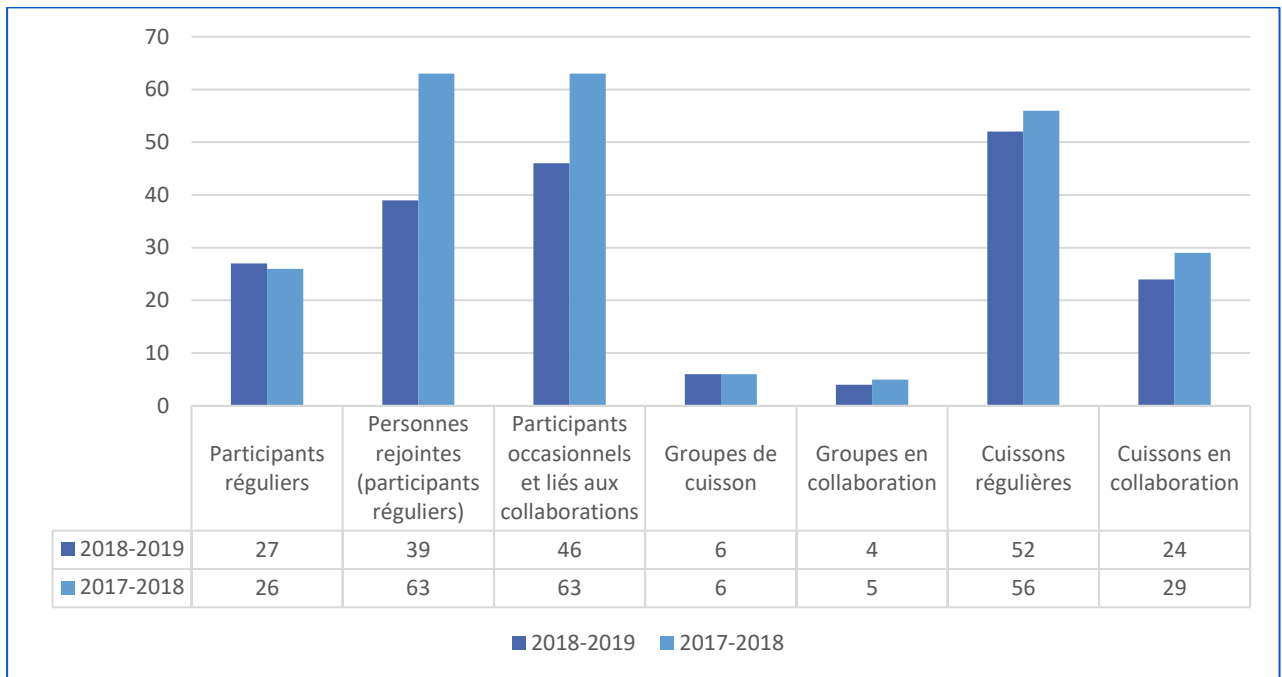
La Cuisine collective étant un service du Centre d'action bénévole Valcourt et Région, elle dessert donc le même territoire, c'est-à-dire les municipalités de :

Bonsecours	Racine
Canton de Valcourt	Sainte-Anne-de-la-Rochelle
Lawrenceville	Valcourt
Maricourt	

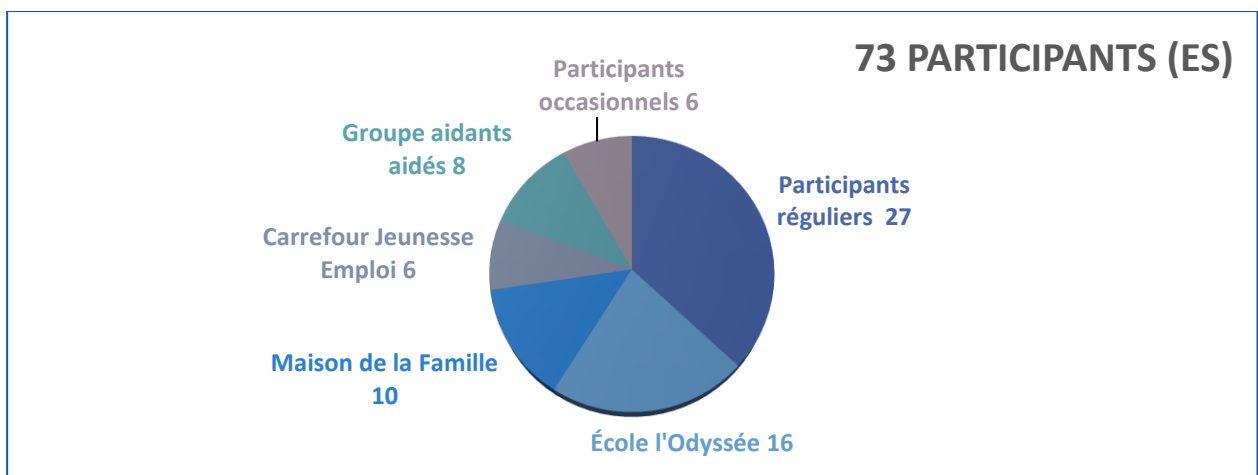
## Services rendus

La Fricassée offre ses services à toute la population. À raison d'une fois par mois, de petits groupes de trois à quatre personnes se réunissent pour planifier les recettes, dresser la liste d'épicerie et faire les achats. Elles cuisinent par la suite les mets planifiés, se répartissent les portions également et rapportent le tout à la maison. À chaque journée de cuisson, la coordonnatrice de La Fricassée ou une responsable de groupe accompagne les participant.e.s Au point de service de Lawrenceville, une participante est responsable d'un groupe.

Groupes réguliers de cuisson	<b>6</b>	Nombre de portions cuisinées	<b>7 159</b>
Participants réguliers	<b>27</b>	Nombre de personnes rejointes (sans participants)	<b>39</b>
Cuissons régulières	<b>52</b>	Planifications régulières	<b>54</b>
Cuissons annulées	<b>3</b>	Planifications annulées	<b>1</b>
Participants occasionnels (ont cuisiné 1 fois; 6, groupe aidants-aidés; 8)	<b>14</b>	Participants liés aux collaborations avec différents organismes (L'Odyssée; 16, CJE; 6, MFA; 10)	<b>32</b>
Groupes en collaboration	<b>4</b>	Cuissons ou activités culinaires en collaboration	<b>24</b>



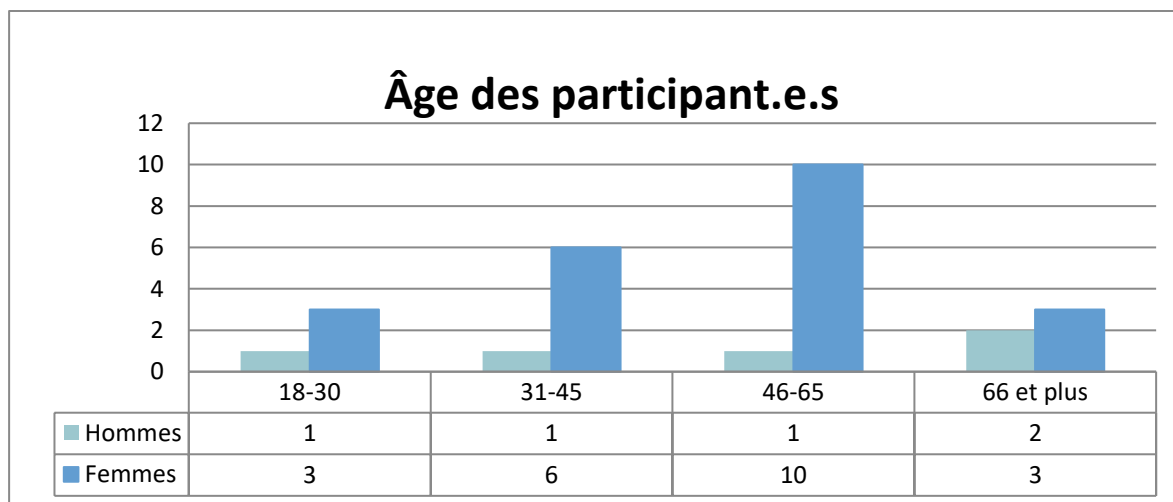
En résumé, nous pouvons observer le maintien de la clientèle régulière. Cependant, il y a une baisse de la clientèle occasionnelle : pas de groupe corporatif, ni de cuisson avec le groupe de la rencontre amicale ce qui représente 22 participants en moins. Nous avons 10 groupes pour un total de 73 participants.





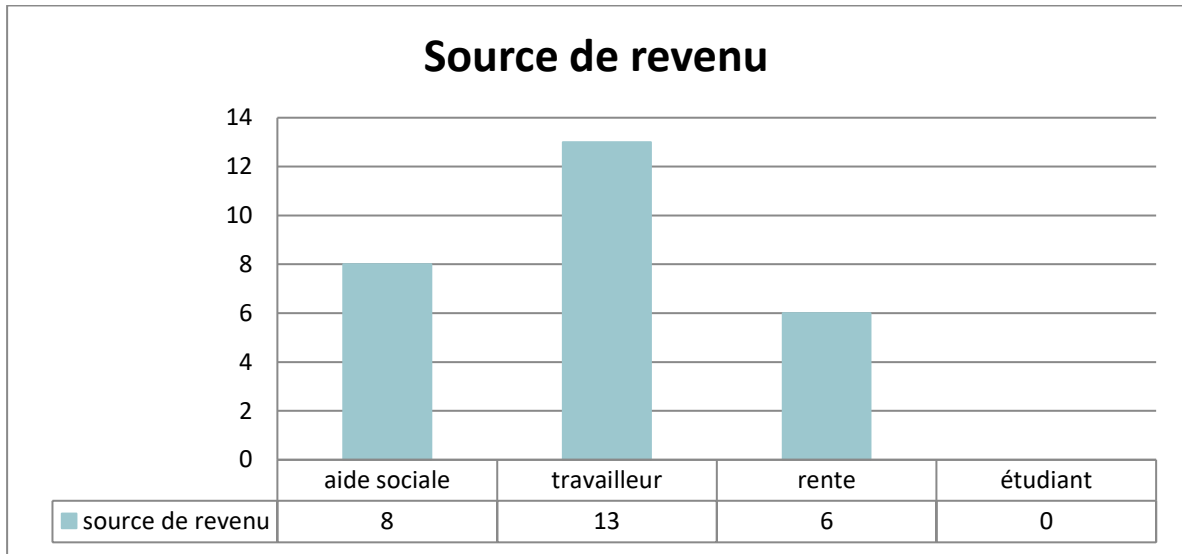
Les participants de la cuisine collective

## Profil des participant.e.s réguliers

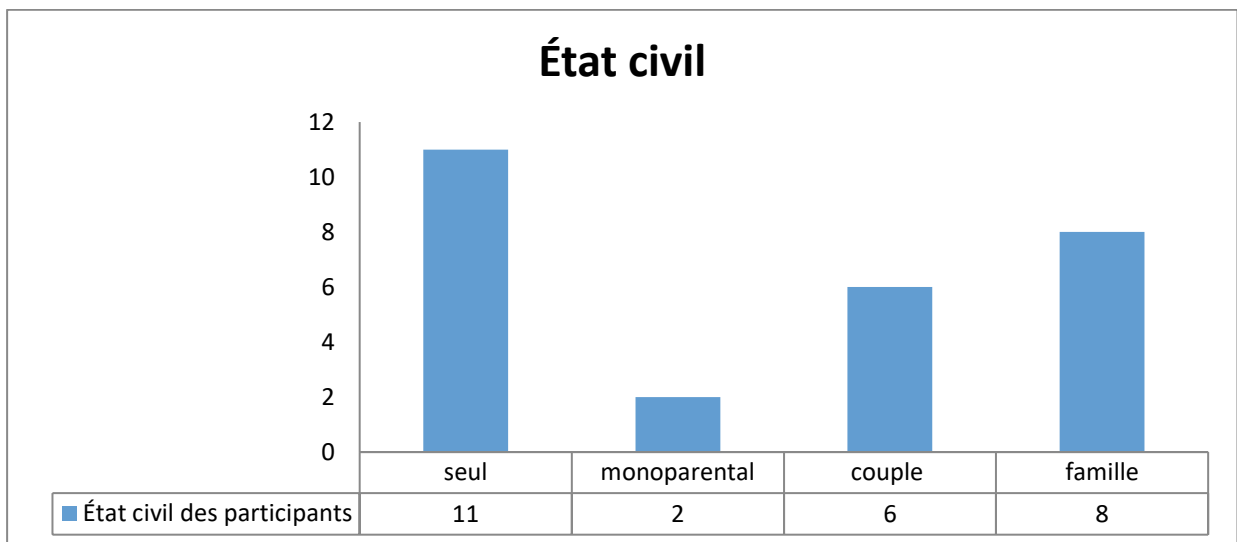


Hommes 19 %

Femmes 81%



30%	48%	22%	0
-----	-----	-----	---



41%	7%	22%	30%
-----	----	-----	-----

## Cuissons en collaboration

### Collaboration avec l'École secondaire de l'Odyssée : ateliers culinaires

Ces ateliers résultent d'une collaboration entre un professeur, la direction de l'Odyssée et La Fricassée pour offrir des ateliers à des adolescents afin de les outiller et augmenter leurs connaissances culinaires. Ces ateliers sont offerts pendant les heures de cours. Les élèves rapportent chez eux les recettes cuisinées.

- 13 ateliers;
- 16 participant.e.s;
- 90 participations totales.

### Collaboration avec le Carrefour jeunesse-emploi du comté de Johnson : ateliers culinaires

Grâce à notre collaboration avec le Carrefour jeunesse-emploi du comté de Johnson, des jeunes ont la possibilité de venir cuisiner. Ces jeunes participant.e.s viennent faire les apprentissages requis en vue de développer leurs habiletés en cuisine pour aller vivre en appartement, faire leurs boîtes à lunch, se nourrir sainement et économiquement. Ils sont accompagnés par la conseillère en emploi du Carrefour jeunesse-emploi.

- 5 activités;
- 6 participant.e.s;
- 20 participations.

### Collaboration avec la Maison de la Famille Les Arbrisseaux : ateliers de purée pour bébé

Un partenariat existe entre le Centre d'action bénévole Valcourt et Région et la Maison de la Famille Les Arbrisseaux pour la cuisson de purées pour bébé. Cet atelier permet aux jeunes mamans de se créer un réseau, d'apprendre à faire des purées pour bébé, d'économiser, de découvrir de nouveaux aliments et ainsi de se sensibiliser à une saine alimentation. La découverte du plaisir de cuisiner en groupe les incite souvent à poursuivre leur implication à la cuisine afin d'en faire bénéficier toute la famille.

- 3 ateliers;
- 10 participantes.

## Services du Centre d'action bénévole

### Ateliers culinaires aidants-aidés

Les coordonnatrices du soutien à domicile et des services alimentaires, avec l'aide d'une bénévole, préparent avec le groupe de soutien aux proches aidants et leur personne aidée un repas complet qui est dégusté sur place.

- 3 activités;
- 17 participations;
- 2 bénévoles;
- 17 heures de bénévolat.

### Halte-garderie

Encore cette année, nous offrons aux cuisinier.e.s, ayant de jeunes enfants, un service gratuit de halte-garderie. Les adultes peuvent cuisiner paisiblement pendant que leurs enfants sont pris en charge par une personne de confiance. Cette année, nous avons trois personnes pour faire du gardiennage. Ce service est soutenu financièrement par le Ministère de la Famille.

- 4 activités;
- 10 enfants.

## Activités de mobilisation-visibilité

### Journée nationale des cuisines collectives

La Journée nationale des cuisines collectives qui a lieu le 26 mars de chaque année a pour but de favoriser la réflexion et la mobilisation des participant.e.s. Cette année nous avons célébré cette journée en offrant aux participant.e.s un bon dîner à la cabane à sucre.

- 8 participant.e.s.

## Activité de socialisation

### Fête de Noël

Cette journée a été jumelée avec la fête de Noël du Centre d'action bénévole. Un délicieux repas fut servi aux gens, suivi de musique de circonstance et de jeux amusants.

- 6 participant.e.s.

### BBQ La Fricassée

Dîner organisé avant les vacances d'été par les participants de la cuisine collective afin d'avoir l'occasion de se rencontrer et d'échanger.

- 10 participant.e.s;
- 4 bénévoles;
- 20 heures de bénévolat.

## Bénévolat

Dans le but d'éviter le gaspillage alimentaire, nous avons parfois l'occasion de faire de la transformation d'aliments afin de les cuisiner plus tard. Dans le cadre du Défi Pierre Lavoie nous avons reçu des crudités qui ont été coupées et ensachées afin de les cuisiner dans les groupes de cuisine collective. Un bénévole nous aide aussi dans l'entretien des petits appareils ménagers et l'aiguisage des couteaux.

- 3 bénévoles;
- 6 heures de bénévolat.

## Représentations

La Fricassée est membre du Regroupement des cuisines collectives de l'Estrie (RCCE) et du Regroupement des cuisines collectives du Québec (RCCQ). Nous avons assisté à :

- 2 réunions régulières du conseil d'administration du RCCE.

## Soutien aux organismes du milieu

Au cours de l'année nous avons apporté du support à des organismes du milieu dont le Groupe d'achat de Valcourt et le Carrefour jeunesse-emploi du comté de Johnson :

- 2 rencontres.

## 2. Repas communautaire

À quelques reprises durant l'année, nous organisons un repas communautaire dans le but de favoriser des rencontres sociales entre les personnes plus isolées. Des bénévoles du Centre participent à la préparation de ces repas.

- 3 activités;
- 53 participant.e.s;
- 5 bénévoles;
- 43 heures de bénévolat.



### 3. Jardin communautaire

À l'automne 2010, nous avons commencé à travailler sur un projet de jardin communautaire en collaboration avec le Regroupement *Un toit pour toi*. La première étape fut celle de recherche de financement, l'objectif étant que le projet s'autofinance. Les donateurs sollicités ont bien répondu et le comité du jardin communautaire s'est mis à l'œuvre en janvier 2011. Malgré l'ampleur des travaux à réaliser durant la première année et une température peu clémente, tout a été prêt en juin pour que les jardiniers puissent cultiver leur potager. Nous avons fait livrer et étendre une bonne terre à jardin au printemps 2012, ce qui a augmenté considérablement la production de légumes. En 2013, l'installation de six bacs surélevés pour les personnes en perte d'autonomie, un lavabo extérieur, une toilette ainsi qu'une balançoire sont venus s'ajouter aux équipements déjà en place.

Au départ trente-quatre lots de 8' X 8' ou de 8' X 6' étaient accessibles. Au printemps 2017, nous avons augmenté la superficie des lots qui sont devenus dix lots de 8' x 11' et dix lots de 8' x 15'. Chaque lot est maintenant encadré et plusieurs heures de bénévolat ont été nécessaires pour faire l'installation de planches autour des lots. Le terrain du jardin lui-même est clôturé, muni d'une remise, de barils pour l'eau et d'outils de jardinage qui sont à la disposition des jardiniers. Cette année treize lots et trois bacs surélevés ont trouvé preneur. Chaque jardinier s'est fait offrir des plants de tomates, de fleurs et des semences variées au moment de la plantation.

Un comité de cinq personnes réunissant deux employées, deux bénévoles, un jardinier se réunit une à deux fois par année pour assurer la bonne marche du jardin.

Nous tenons aussi une assemblée générale à chaque printemps pour réunir les jardiniers. Cette année 15 heures de bénévolat ont été effectuées en comité ou directement au jardin pour mener à terme la saison 2018-2019.

## Promotion

Publications dans les journaux et les bulletins municipaux :

Pour La Fricassée :

- L'Informateur : quatre publications;
- Le Larochellois : une publication;
- Page Facebook : six publications.

Pour le repas communautaire :

- L'Informateur : 1 publication;
- Page Facebook : 2 publications.

Pour le jardin communautaire :

- La Pensée de Bagot : 2 publications;
- L'Informateur : 1 publication;
- Page Facebook : 2 publications.

La pose d'affiches publicitaires a été faite dans différents endroits : OMH, épiceries et pharmacies. Nous avons bénéficié de promotion sur le panneau électronique à l'entrée de la ville de Valcourt.

## Financement

Le soutien financier de La Fricassée provient de Centraide Estrie, du CIUSSS de l'Estrie-CHUS et de la Fondation J. Armand Bombardier. Le Ministère de la Famille accorde une subvention pour le service de halte-garderie.

### Sécurité alimentaire

Le budget en sécurité alimentaire est récurrent. Ce budget renforce nos actions en sécurité alimentaire auprès des personnes et des familles à faible revenu. Il soutient la cuisine collective et les activités culinaires qui y sont liées ainsi que le jardin communautaire.

## Projets

Bien entendu, le développement et la consolidation de La Fricassée sont au cœur de notre travail. Notre emplacement et nos équipements en font une cible de choix pour les activités culinaires au sein de notre communauté. Nous souhaitons le maintien de groupes fonctionnels pour les points de service de Valcourt et de Lawrenceville. L'activité du repas communautaire est maintenant bien implantée et connaît du succès puisque tous les billets disponibles trouvent preneurs à chaque événement. Nous prévoyons développer des ateliers culinaires dans une école primaire de notre région au cours de la prochaine année. Au jardin, le recrutement de nouveaux jardiniers et le maintien de l'intérêt des jardiniers actuels demeurent le défi pour assurer la pérennité du jardin communautaire. C'est avec cette intention que nous entreprendrons notre dixième saison de jardinage au printemps 2020.

## Remerciements

Pour le soutien financier :

- Centraide Estrie;
- CIUSSS de l'Estrie-CHUS;
- Ministère de la Famille;
- Fondation J. Armand Bombardier.

Pour le prêt de local :

- La municipalité de Lawrenceville.

Centre d'action bénévole Valcourt et Région  
950, rue St-Joseph, Valcourt (Québec) J0E 2L0  
Téléphone : 450 532-2255 Télécopieur : 450 532-2577  
Courriel : [cabver@cooptel.qc.ca](mailto:cabver@cooptel.qc.ca)  
Site Web: [www.cabver.org](http://www.cabver.org)  
<https://www.facebook.com/CABValcourt>