

RAPPORT D'ACTIVITÉ 2024-2025



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

Bienvenue

Le présent rapport d'activité est présenté selon les 3 champs d'action de l'organisme, tel que définit par la Fédération des Centres d'action bénévole du Québec.

Champs d'action

1. Soutien aux organismes dans le développement, la promotion et la reconnaissance de l'action bénévole;
2. Soutien à la communauté;
3. Gouvernance et vie associative.

Les critères de l'action communautaire autonome (ACA) relatifs à nos activités sont mentionnés dans les sections pertinentes.

Qu'est-ce que le Centre d'action bénévole Valcourt et Région?

HISTORIQUE

Le Centre d'action bénévole Valcourt et Région existe depuis 1977. C'est grâce à Mesdames Simone Laflamme, Diana Beauregard et Jeannine Tétreault que l'organisme est officiellement incorporé en 1979. L'organisme a été reconnu comme organisme de bienfaisance en 1990. Axé à ses débuts sur des services de soins à domicile et d'auxiliaires familiales, sa mission n'a cessé d'évoluer ainsi que les services s'y rattachant.

Le Centre d'action bénévole Valcourt et Région (CABVER) est maintenant plus qu'un organisme de bienfaisance, il est un organisme à but non lucratif d'**Action Communautaire Autonome (ACA)**. Tout au long du présent rapport d'activité, vous verrez comment le Centre actualise les 8 critères de reconnaissance de l'ACA.

Cette année était l'an un de la mise en marche de la planification stratégique de 2024-2028. L'organisme a travaillé notamment pour bien définir sa mission afin de refléter son évolution. Le CABVER réaffirme cette année son engagement à *promouvoir et développer l'action bénévole en favorisant des espaces d'implication citoyenne autour des enjeux vécus par les communautés du Val-7*. Le CABVER vise dans les prochaines années à être une **référence majeure** dans le **Val-7** en matière d'**implication citoyenne** et d'engagement bénévole au cœur des **transformations sociales vers un mieux-être collectif**.

Critère #4 de l'ACA – Libre de déterminer sa mission, ses approches, ses pratiques et ses orientations.

Critère #5 de l'ACA – Avoir été constitué à l'initiative des gens de la communauté.

L'ACTION COMMUNAUTAIRE AUTONOME

L'adoption en 2001 de la Politique gouvernementale – L'action communautaire: une contribution essentielle à l'exercice de la citoyenneté et au développement social du Québec a donné lieu à une définition précise de l'action communautaire autonome à partir de 8 critères.

Les quatre premiers critères s'adressent à l'ensemble des organismes d'action communautaire:

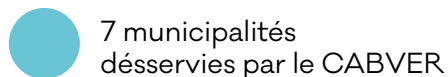
- 1- Être un organisme à but non lucratif;
- 2- Être enraciné dans la communauté;
- 3- Entretenir une vie associative et démocratique;
- 4- Être libre de déterminer sa mission, ses approches, ses pratiques et ses orientations.

S'ajoutent quatre critères supplémentaires pour les organismes d'action communautaire autonome (ACA):

- 5- Avoir été constitué à l'initiative des gens de la communauté;
- 6- Poursuivre une mission sociale qui lui soit propre et qui favorise la transformation sociale;
- 7- Faire preuve de pratiques citoyennes et d'approches larges, axées sur la globalité de la problématique abordée;
- 8- Être dirigé par un conseil d'administration indépendant du réseau public.

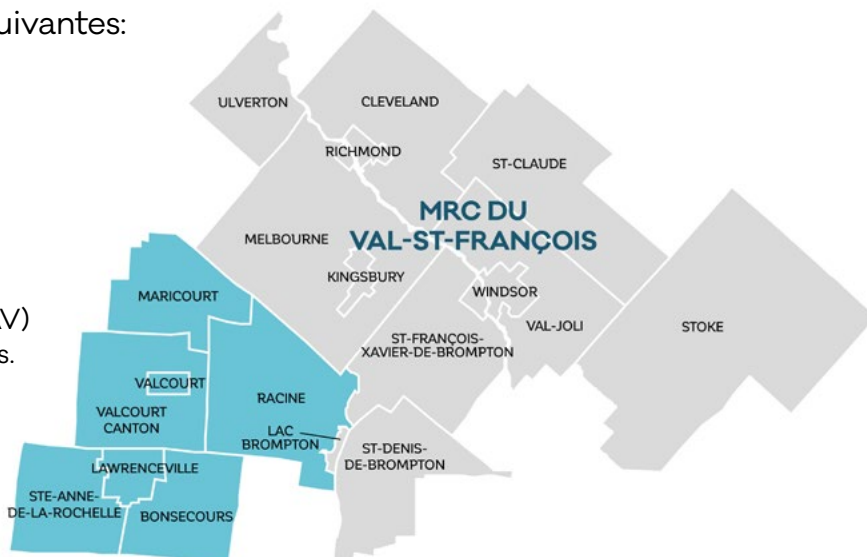
TERRITOIRE, LE VAL-7

Le CAB dessert les 7 municipalités suivantes:



Note

Le travail de milieu auprès des aînés (ITMAV) couvre toute la MRC du Val-Saint-François.



L'équipe de travail

Une équipe dynamique travaillant en collégialité et n'ayant pas peur de relever des défis et de repousser les limites afin de bien desservir la population de Valcourt et Région.



De gauche à droite (rangée avant):

Claudia Belzile

Directrice générale

Christine Rodrigue Lecours

Coordonnatrice de l'action bénévole
et des communications

De gauche à droite (rangée arrière):

Isabelle Mercier

Coordonnatrice de services

Sébastien Champagne

Travailleur de milieu ITMAV auprès des aînés

Julie St-Pierre

Adjointe administrative

Véronique Robidoux

Intervenante communautaire

Cassiopée Jalbert (Absente de la photo)

Réceptionniste, employée d'été 2024 et 2025.

Conseil d'administration

Des personnes engagées envers leur communauté, soucieuses du bien-être des autres, axées sur le partage de leurs connaissances et de leurs expériences et aimant travailler en équipe.



De gauche à droite:

Pierre Bonneau

Administrateur / Lawrenceville

Gisèle Loiselle

Administratrice / Canton de Valcourt

Madeleine Viau,

Administratrice / Sainte-Anne-de-la-Rochelle;

Ginette Côté

Présidente / Racine

Lucie Berthelette

Secrétaire / Valcourt

Anne Cloutier

Trésorière / Canton de Valcourt

Joan Tuck

Vice-présidente / Bonsecours

Pauline Saint-Pierre (Absente de la photo)

Administratrice / Canton de Valcourt

MOT DE LA PRÉSIDENTE

Chers bénévoles, partenaires et amis du Centre d'action bénévole, c'est avec fierté et gratitude que nous vous présentons ce rapport d'activités, reflet d'une année marquée par l'engagement, la solidarité et de nombreux accomplissements. Ensemble, nous avons poursuivi notre mission en plaçant toujours au cœur de nos actions de belles valeurs d'entraide.



L'année a été animée par plusieurs moments forts, dont la création de notre image, qui illustre notre désir d'évoluer tout en restant fidèles à notre mission et à nos racines communautaires. Nous sommes également très fiers d'avoir entrepris un projet majeur d'aménagement de nos infrastructures dédiées à la sécurité alimentaire. Ce projet, porteur d'espoir, permettra d'offrir un environnement plus fonctionnel, accueillant et sécuritaire à nos bénévoles et à toutes les personnes qui bénéficient de ce service si important.

D'ailleurs, je souhaite exprimer ma plus profonde reconnaissance à nos bénévoles, qu'ils soient de longue date ou tout récemment arrivés. Cette année, ce sont 92 bénévoles qui se sont impliqués au Centre. Votre temps, votre énergie et votre bienveillance sont le moteur de notre organisme. Vous êtes la preuve vivante que l'engagement citoyen peut transformer des vies. Je tiens aussi à souligner le travail remarquable de notre directrice et de son équipe, dont le professionnalisme et le dévouement assurent la qualité de nos services à la population et aux bénévoles et le rayonnement du Centre. Nos 7 municipalités partenaires, de plus en plus nommées le Val-7, méritent également nos sincères remerciements pour leur soutien financier et leur collaboration constante. Grâce à elles, nous pouvons poursuivre notre mission et maintenir des services essentiels à la communauté.

Alors que nous nous préparons à célébrer le 50^e anniversaire du Centre en 2027, nous regardons l'avenir avec enthousiasme et confiance. Ce sera une occasion privilégiée de célébrer un demi-siècle de dévouement, d'innovation, de solidarité et d'implication citoyenne.

Merci à chacun et chacune d'entre vous pour votre confiance et votre engagement. Ensemble, continuons de faire vivre le respect, la bienveillance et le vivre-ensemble qui nous unissent et inspirent nos actions.

Avec toute ma reconnaissance,

A handwritten signature in blue ink that reads "Ginette Côté". The signature is fluid and cursive.

Ginette Côté, Présidente du Conseil d'administration

MOT DE LA DIRECTRICE



L'année 2024-2025 marque un changement de cap important pour le développement du CAB Valcourt et Région. Suivant les orientations de notre planification stratégique 2024-2028, nous avons entrepris d'adapter notre fonctionnement interne aux nouvelles réalités du milieu. Nous avons revu notre image afin de refléter une volonté de solidifier nos ancrages dans les sept municipalités que nous desservons et de démontrer notre flexibilité, tout en plaçant notre mission au cœur de nos réflexions.

C'est aussi une année de retour aux sources pour l'équipage du Centre : nous revenons à notre mission de base, soit la promotion et le développement de l'action bénévole, tout en continuant d'offrir des services à la population. En 2025-2026, on poursuivra l'implantation de l'approche de proximité en tant que boussole dans nos interventions et activités, de même que notre démarche d'*empowerment* dans la réponse aux besoins, dans une optique de « par et pour » la communauté.

En 2024-2025, nous avons poursuivi des partenariats, tels que le Comité des partenaires pour l'action bénévole et notre présence au Grand-Prix de Ski-Doo de Valcourt (GPSV). Saviez-vous que, depuis trois ans, les pourboires recueillis au bar pendant le GPSV sont remis au Centre d'action bénévole ? Cet argent nous a permis d'offrir 527 repas gratuits de popote roulante en 2024-2025 à des personnes âgées à risque de difficultés financières ou d'insécurité alimentaire ? C'est un bel exemple de ce que les communautés de la région de Valcourt peuvent faire lorsqu'elles naviguent ensemble dans les changements, tant les défis que les opportunités.

L'année 2025-2026 nous permettra de poursuivre les transformations en cours, notamment en allant à la rencontre des partenaires et des nouveaux (et vétérans) parmi les élus municipaux. Avec des équipes aussi dynamiques de part et d'autre, cela promet de belles rencontres.

Nous piloterons aussi un projet d'amélioration de nos infrastructures alimentaires, afin de mieux répondre aux besoins en sécurité alimentaire, tant dans le dépannage alimentaire que pour la diversification de l'offre à la popote roulante. Ce projet sera possible grâce à l'investissement de plusieurs partenaires : Promutuel du Saint-Laurent aux Appalaches, Fondation J. Armand Bombardier, Banques alimentaires du Québec et Caritas Estrie. Cela s'inscrit dans la suite logique de l'installation du frigo communautaire au Centre en 2024-2025 grâce à un investissement de la MRC du Val-Saint-François et de la Caisse Desjardins du Val-Saint-François. C'est avec ces nombreuses collaborations que nous pouvons poursuivre notre lutte à l'insécurité alimentaire dans la région.

En 2025-2026, vous êtes invités à monter à bord du CABVER. Ensemble, naviguons vers l'avenir - pour un mieux-être collectif dans la grande région de Valcourt.

Claudia Belzile, Directrice générale

Soutien aux organismes dans le développement, la promotion et la reconnaissance de l'action bénévole

Le soutien aux organismes comprend :

- Les actions visant le développement et la reconnaissance de l'action bénévole dans la communauté.
- Les actions visant le soutien des bénévoles dans la communauté.

Les actions décrites ci-dessous démontrent le dynamisme et l'engagement du Centre dans les municipalités de Valcourt et région pour participer au développement de celles-ci.

Critère # 2 de l'ACA – Enracinement dans la communauté.

PROJET RÉSEAU D'ÉCLAIREURS

- Animation d'un **Sauna mental** (groupe de soutien pour les gens qui s'impliquent dans leur milieu) sur le thème : *L'impact de notre passé et nos expériences sur nos implications.* (3 participantes).
- **Atelier-formation** sur la Communication Non-Violente;
 - 2 demi-journées sur : « Comment dire non en gardant ses amis » (7 participants).
 - Atelier pratique « Prendre soin de soi dans nos relations » (3 participantes).
- Réalisation d'un **Parloir des bénévoles** (espace de réseautage pour les citoyens impliqués) à Racine. (7 personnes).
- **Épluchette-BBQ de la rentrée** à Maricourt (70 personnes présentes incluant les employées et leurs familles).

JOURNÉE INTERNATIONALE DES BÉNÉVOLES (JIB)

Promotion sur Facebook de la JIB et reconnaissance de l'ampleur de l'implication dans la région.

SEMAINE DE L'ACTION BÉNÉVOLE

- Organisation, par le comité des partenaires pour l'action bénévole, d'un Rallye-Dîner-Bingo pour valoriser et réseauter les gens qui s'impliquent dans les communautés du Val-7.
- Couverture médiatique de la semaine par le Val-Ouest
- Publication Facebook de reconnaissance et promotion.

SOUTIEN À LA DIFFUSION DES BESOINS EN BÉNÉVOLAT DE LA COMMUNAUTÉ

- École de SADLR
- APPUI pour les proches aidants
- Racine (Fête nationale)
- Association québécoise des diabétiques de type 1
- Vers un Val Vert
- Marché Locavore
- CHSLD Valcourt

POURVOIR DES BÉNÉVOLES À DES ACTIVITÉS DANS LA COMMUNAUTÉ

- Partenariat pour une séance d'information et faciliter le processus de référence vers le CHSLD de Valcourt
- Fondation du CIUSSSE-CHUS (vente de billet au IGA pour tirage d'un VR)
- Maison de la culture de Racine (bibliothèque)



Soutien à la communauté

SOUTIEN À DES CITOYENS DANS UN PROJET :

- Jardin communautaire : en collaboration avec Le Rivage, soutien au transfère de la gestion du jardin vers les jardiniers. (13 rencontres avec les jardiniers et/ou conseil d'administration du jardin, 12 jardiniers en début de saison)
- Viactive: Soutien logistique aux animatrices (4 rencontres d'organisation d'horaire, lien avec la Ville de Valcourt, moyenne de 57 inscriptions par session, 85 heures de bénévolats pour les 4 animatrices)
- Club de marche : Promotion de l'activité, l'animatrice est autonome.
- Une part de Bonheur : soutien logistique, 8 bénévoles impliqués, 52 heures de bénévolat et 97 cartes envoyées.
- LawFest: soutien dans l'organisation de l'événement.

PARTICIPATION À DES CONCERTATIONS ET COMITÉS DE TRAVAIL :

- Participation à des activités ou à des actions permettant de se concerter et de connaître les besoins existants dans la communauté;
- Soutien ou réalisation de services directs répondant aux besoins exprimés par la communauté;
- Service de référence ou d'accompagnement vers les ressources du milieu;
- Aide et soutien technique aux organisations pour les informer des ressources du milieu et favoriser leur accès.

Afin de participer au développement de sa communauté, et favoriser une réponse adaptée au milieu, le Centre d'action bénévole de Valcourt et Région participe activement à différents espaces de concertation et collabore avec les organismes du milieu.

Critère #2 de l'ACA – Enracinement dans la communauté.

Critère #6 de l'ACA – Poursuivre une mission sociale qui lui soit propre et qui favorise la transformation sociale.

Critère # 7 de l'ACA – Faire preuve de pratiques citoyennes et d'approches larges, axées sur la globalité de la problématique abordée.

En plus de collaborer avec les 7 municipalités du territoire sur différents projets, les principaux espaces investis par l'organisme sont:

- CDC (Corporation de Développement Communautaire du Val-Saint-François)
 - C.A. de la CDC du VSF
 - Comité de sélection de la CDC et de la TCAVSF
 - Comité Briser l'isolement
 - Co-développement



- Lutte à la pauvreté
 - Table de lutte à la pauvreté et à l'exclusion sociale du VSF
 - Comité en sécurité alimentaire du VSF
 - Comité itinérance du VSF
- RCABE (Regroupement des Centres d'action bénévole de l'Estrie)
- Comité de suivi de la planification stratégique de la MRC du VSF
- Panel DATAide sur la transformation numérique
- FCABQ (Fédération des centres d'action bénévole du Québec)
 - Comité IA de la FCABQ
- ValFamille
 - Comité de transition à la vie adulte du VSF
- TCAVSF (Table de concertation pour les aînés du Val-Saint-François)
 - C.A. de la TCAVSF
 - Comité proche aidant
 - Comité bientraitance
- Comité élargie en travail de proximité du VSF



Le Centre d'action bénévole ne peut agir seul, il fait parti d'une communauté. À l'intérieur de cette communauté, on retrouve de l'entraide et du partage, toujours pour mieux répondre aux enjeux de la collectivité. Voici les principales collaborations entretenues cette année, en termes de partage de ressources matérielles, humaines et de références mutuelles.

PARTAGE DE RESSOURCES



TABLEAU DES SERVICES RÉGULIERS

Au fil des années, le Centre d'action bénévole Valcourt et Région a développé des services répondant aux besoins du milieu et réalisés par des citoyens engagés. Les services réguliers de l'organisme sont les suivants:

Services	Usagers	Nbre de services	Bénévoles	Heures de bénévolat
ATB et aide aux courses	64	356	24	729
Popote roulante	44	3 179	23	480
Groupe de soutien aux proches-aidants	13	10	—	—
Support individuel TIC*	7	10	1	16
Télésurveillance	6 nouvelles inscriptions + 6 remplacements de machine désuette			
Visite et appel amical	6	60	4	80
Café débranché	9	12	1	24
Dépannage alimentaire	121	597	11	332
Cuisine collective	3	60	3	60
Repas communautaire	30	11 repas	3	111

*Technologies de l'information et de la communication.



TABLEAU DES SERVICES PONCTUELS

Des services ponctuels sont aussi offerts par le Centre.



Cliniques d'impôts

Les cliniques d'impôts sont un incontournable en mars.

- **297 personnes** se sont présenté au CABVER pour faire faire leurs impôts.
- **592 déclarations** fédérale et provinciale ont été complétées.
- **17 bénévoles** ont été présent pour répondre à la demande pour un total de **829 heures** de bénévolats.



Opération Septembre

Donne un coup de pouce aux parents pour payer les fournitures scolaires des enfants des 6 écoles du Val-7.

- **64 enfants** provenant de **45 familles** se sont fait payer leurs frais scolaire.
- **Un total de 4 514,30\$** a été versé pour venir en aide à ces familles.



Paniers de Noël

Permet aux gens de pouvoir se nourrir durant la période des fêtes et d'offrir un cadeau à leurs enfants.

- **90 ménages** ont reçu des Paniers de Noël.
- environ **400 cadeaux** de Noël ont été distribué, emballé par **5 bénévoles**.
- **plus de 90 heures de bénévolat** ont été effectué pour cet événement.



Distribution des Paniers de Noël



35
FEMMES



37
HOMMES



31
NOUVELLES
PERSONNES



46
RENCONTRES
TÉLÉPHONIQUES



118
RENCONTRES
EN PERSONNES

Dans un premier temps, l'ITMAV doit trouver les aînés dits vulnérables. Il fréquente les lieux publics, se montre présent dans la communauté et dans différents médias. Une fois qu'un contact est créé entre l'ITMAV et les aînés, ils prennent un rendez-vous ensemble. Ils se rencontrent au CAB, chez les aînés ou, si l'aîné le demande, dans un lieu dit neutre. C'est le devoir de l'ITMAV que d'écouter l'aîné avec attention et délicatesse, et ensuite l'accompagner vers l'une des 35 ressources de l'Estrie. Une fois que l'aîné a été guidé vers une ressource précise, l'ITMAV assure un suivi dans les jours suivants. Être ITMAV, c'est aussi de toujours respecter le rythme de l'aîné, tisser des liens de confiance durables dans le temps et être un point d'appui.

Le travail de l'ITMAV, c'est aussi :

- 38 organismes (souvent communautaires) de l'Estrie avec lequel l'intervenant fait affaire, tisse des liens et auprès desquels il réfère et accompagne les aînés vulnérables
- 67 publications Facebook sur des activités, services ou informations offerts sur le territoire
- 18 activités de repérage, avec 345 personnes rejointes

Quelques **exemples** d'activités de repérage :

- Deux présentations de services ITMAV suivi d'une prestation musicale à La Brunante et à La Maison des aînés
- Neuf Clic-Café/Café Débranché
- Visite à l'Atelier créatif offert par le Rivage, à l'OMH
- Rencontres avec toutes les directions générales des municipalités de Valcourt et Région
- Visite de tous les commerces de Valcourt et Région
- Rencontre avec les employées de la bibliothèque Yvonne L. Bombardier



Gouvernance et vie associative

La gouvernance est une question de vision et d'orientation organisationnelle. Dans la plupart des organismes communautaires autonomes, la gouvernance est assurée par un conseil d'administration (...) Ce groupe supervise l'organisation en s'assurant qu'elle remplit sa mission, qu'elle respecte ses valeurs et qu'elle reste viable à long terme. (tiré du ROCAJQ)

La vie associative d'un organisme regroupe toutes les actions, activités lui permettant de réaliser sa mission. Elle démontre le dynamisme de l'organisme par l'implication de ses membres à la réalisation de sa mission.

Critère #8 de l'ACA – être dirigé par un conseil d'administration indépendant du réseau public.

Critère # 3 de l'ACA – avoir une vie associative et démocratique.

Au Centre d'action bénévole de Valcourt et Région, les bénévoles sont au cœur de la mission et de l'action!

En 2024-2025, ce sont **23 rencontres d'inscriptions** de nouveaux bénévoles qui ont mené à **19 nouveaux bénévoles actifs** au CABVER. En tout, **92 personnes se sont impliqués au moins 1 heure** avec le CABVER, ce qui représente **4 036 heures** d'implication citoyenne!

SOUTIEN ET RECONNAISSANCE

Afin de les soutenir et les reconnaître voici ce qui a été fait:

Activités	Réalisations	Nombre
Accueil, information, orientation et référence	Nouveaux bénévoles	23 bénévoles
	Rencontre d'accueil en groupe	1 (5 personnes)
Soutien et suivi	Rencontre individuelle	5 rencontres
Activités de reconnaissance	Dîner de Noël	78 personnes
	Dîner équipe des impôts	12 bénévoles et 3 employés
	Brunch bien-être (SAB)	30 bénévoles
	Rallye-Dîner-Bingo (SAB)	50 bénévoles et 9 employés

L'implication des bénévoles au niveau de la gouvernance de l'organisme et de l'organisation des activités se résume ainsi :

Activités	Nombre de réunions	Bénévoles	Heures de bénévolat
Conseil d'administration	10 ordinaires 1 extraordinaire	10	222
Gouvernance partagée	3	8	36
Comité plan de communication	6	3	30
Comité Régie interne – Guide de l'emploi	4	2	24
Comité finance	2	4	24
Comité Plan d'action	1	4	8
Comité de financement	2	3	18
Comité infrastructure alimentaire	3	4	30
Semaine de l'action bénévole (interne et partenaires) Pour la planification des événements seulement	4	4 bénévoles 5 partenaires	48
Total	36	45	440

*La même personne peut être comptabilisée plus d'une fois, car elle peut s'impliquer dans différents comités.

ACTIVITÉ D'AUTOFINANCEMENT



Une fois de plus cette année, des bénévoles ont travaillé fort pour confectionner des couronnes d'entraide à vendre comme campagne de financement. Merci à vous de votre implication année après année!

9 bénévoles | 53h de bénévolat | 196 couronnes vendues | 2 832 \$ amassé



Nous sommes aussi retourné au GPSV, cette fois avec des boules d'énergie! Merci aux bénévoles qui les ont cuisinées et à ceux qui ont été présents au kiosque lors de la fin de semaine.

8 bénévoles | 27h de bénévolat | 635 \$ amassé + 7500 \$ des pourboires du bar

MEMBERSHIP OU PARTENARIAT DU CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE

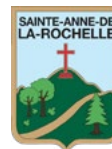
Afin que les actions menées par le Centre d'action bénévole s'inscrivent dans un continuum d'actions de transformation sociale et en cohérence avec le mouvement communautaire, le Centre d'action bénévole est membre de plusieurs regroupements et organismes régionaux et provinciaux. Les voici :



Rencontre des partenaires ValFamille

Remerciements

Toute l'équipe du Centre d'action bénévole souhaite remercier tous ceux qui permettent financièrement que la mission du Centre se réalise.



Centre intégré
universitaire de santé
et de services sociaux
de l'Estrée - Centre
hospitalier universitaire
de Sherbrooke



Santé
et Services sociaux
Québec



Centraide
Estrie



Centraide
du Grand Montréal



FONDATION
J. ARMAND
BOMBARDIER



Gouvernement
du Canada

Government
of Canada



SERVICE D'AIDE
EN IMPÔT

PROGRAMME
DES BÉNÉVOLES
DEPUIS 1988



Gestion Réal Bombardier

Et surtout merci aux bénévoles!!

Images en rafales

Voici quelques bons moments de l'année 2024-2025!



Grand Prix Ski-Doo de Valcourt
Préparation des boules d'énergies



Grand Prix Ski-Doo de Valcourt
Remise des pourboires du bar



Groupe proche aidant
Visite à la ferme Brio de Racine



Épluchette et BBQ



Épluchette et BBQ



Épluchette et BBQ
Spectacle d'Alexo et Bisha



Activité d'équipe - Jeu d'évasion



Marche invisible - AFEAS



Ceuillette de bleuets



Brunch des bénévoles - SAB



Fond écoresponsable VSF
Frigo communautaire



Remise de don Sodexo



Remise d'effets scolaires par la députée
Andréanne Larouche



AGA 2024



AGA 2024

Revue de presse

On a fait parler de nous en 2024-2025!

