

# Rapport Annuel

**2023-2024**



## **Carrefour d'action bénévole du Haut-Saint-Maurice**

**1120, rue des Érables  
La Tuque (Qc) G9X 4L5**





# Table des matières

## **Présentation**

- 1** Mot du conseil d'administration
- 2** Mot de la directrice générale
- 3** Mission, valeurs et philosophie d'action
- 4** Territoire desservi par le Carrefour et accessibilité
- 5** Les critères de l'action communautaire

## **Champ d'action 1 : Développement de l'action bénévole et communautaire**

- 7** Promotion de l'action bénévole
- 10** Publicité
- 12** Identification et analyse des besoins socio-communautaires
- 14** Collaboration, soutien et concertation
- 15** Représentation
- 17** Accueil et Orientation
- 18** Suivi et soutien dans l'action

## **Champ d'action 2 : Soutien à la communauté**

- 20** Services aux individus
- 24** Soutien aux organismes

## **Champ d'action 3 : Gouvernance et vie associative**

- 27** Vie associative et démocratique
- 31** Gestion des ressources humaines
- 32** Gestion des ressources financières
- 34** Contribution de la communauté
- 36** Activités de reconnaissance
- 39** Témoignages de nos bénévoles
- 40** En bref

*Bonne lecture!*





## Mot du Conseil d'administration

Bonjour à vous tous,

Ce message vient clore la saison 2023-2024. Durant tous ces mois, vous avez oeuvré sur des sphères très différentes; la fabrication de tous les repas pour les popotes roulantes et congelées, les baladeurs et conducteurs de ces popotes, le service d'impôt qui a dû déménager, les accompagnements-transport pour les rendez-vous médicaux, la centrale alimentaire qui a elle seule génère un nombre surprenant de bénévoles.

De plus, 2023-2024 fut une année incroyable, je dirais même "MIROBOLANTE". Parce que vous savez tous que le CABHSM déménagera à l'automne. Ce fut tout un défi et ça le sera encore durant la prochaine année pour notre directrice générale Patricia secondé par le Conseil d'administration. C'est un projet grandiose mené de main de maître.

Quant à vous chers bénévoles si incroyables vous abattez souvent avec rires, sourires et plaisir des tâches importantes pour votre communauté. Le Conseil d'administration veut souligner son appréciation gigantesque versus votre travail parfois titanesque.

Vous êtes l'âme de tous ces services. Je ne peux que vous dire MERCI et encore MERCI personnellement à chacun d'entre vous.

En terminant, je vous souhaite un bel été aussi festif que fut notre 35e anniversaire.

Nous vous attendons en septembre et tous ensemble continuerons à faire grandir, connaître et même émerger notre CAB au-delà de La Tuque.

*Ginette Grenier Boisvert, présidente  
Pour le Conseil d'administration*



## Mot de la Directrice générale

C'est lorsque nous prenons le temps de rédiger le rapport d'activités que nous constatons toutes les tâches réalisées et les défis relevés durant l'année. Vous constaterez à la lecture de ce rapport tout le travail accompli par l'équipe de travail, les membres du conseil d'administration et surtout par les bénévoles.

Parmi les réalisations 2023-2024 notons la conception et la mise en ligne de notre site web [www.cabhsm.org](http://www.cabhsm.org). De plus, en novembre dernier, nous avons souligné en grand le 35e anniversaire du CABHSM. Nous avons aussi fait 2 grosses campagnes de financement.

Côté promotion, notre vidéo promotionnelle nous a permis de nous faire connaître et d'expliquer nos services et notre gros projet de relocalisation au centre-ville.

Comme toujours nous avons été présent dans la communauté de par nos nombreux partenariats et notre présence sur différents comités.

Je tiens aussi à reconnaître l'apport inestimable des membres du Conseil d'administration par leur implication et leur contribution à prendre de grosses décisions pour le CABHSM.

Il est important pour moi de prendre le temps de remercier mon équipe pour le travail exceptionnel accompli durant l'année. Merci à Marie-Pier pour la gestion du projet de relocalisation, c'est tout un défi à relever avec les demandes de subventions et les redditions de compte en plus du dossier de la sécurité alimentaire et tu réussis haut la main. Bientôt notre rêve deviendra réalité. Merci à Sherley pour son dévouement aux services de la Popote et de l'Accompagnement-transport et de ta facilité à faire de la cuisine de la popote un endroit agréable pour les bénévoles. Vos fous rires durant les journées de popote en sont la preuve. Merci à Andrée qui accueille à tous les jours plusieurs personnes dans le besoin et qui sait prendre le temps de les rendre à l'aise et pour ta facilité à t'entourer d'une belle équipe de bénévoles. Ça paraît que tu es fière de "ta centrale".

Merci à Diane qui a traversé avec succès la période des impôts avec sa très petite équipe de bénévoles. Une chance qu'on vous a!

Merci aussi à Véronique qui nous a quitté dernièrement pour de nouveaux défis mais qui a su laisser sa trace au CABHSM.

Enfin, merci à vous bénévoles. Vous êtes essentiels à notre réussite. Vous êtes notre énergie, notre moteur, notre force ! Sans vous, il serait impossible d'accomplir tout ce que nous réalisons annuellement, encore moins dans ces temps où les besoins sont de plus en plus criants. Merci de votre précieuse contribution. Ensemble, nous travaillons à un monde meilleur!

La prochaine année en sera une de grands changements avec notre déménagement au centre-ville. Nous avons très hâte de vous y accueillir.

*Patricia St-Arnaud*  
*Directrice générale*



# Mission, valeurs et philosophie d'action

Présent sur le territoire de la MRC du Haut Saint-Maurice depuis 1989, le Carrefour d'action bénévole du Haut Saint-Maurice (CABHSM) n'a cessé de progresser depuis, grâce à la disponibilité de ses bénévoles et à la collaboration des gens du milieu.

## **Mission**

Le Carrefour d'action bénévole du Haut St-Maurice a comme mission de promouvoir l'action bénévole sur son territoire et de susciter une réponse à des besoins du milieu par l'action bénévole.

## **Valeurs**

### **Le partage**

Pour le Carrefour, le partage est une valeur significative. En effet, la personne salariée devra partager ses connaissances, ses compétences et ses expériences pour soutenir les bénévoles, la clientèle et les organismes dans leurs actions.

### **L'entraide**

L'entraide se distingue par son caractère gratuit. C'est une valeur qui motive la personne salariée à accorder une aide, dans les limites de ses fonctions, aux bénévoles, à la clientèle et aux organismes.

### **La solidarité**

Pour le Carrefour, la solidarité est une valeur privilégiée qui valorise une aide mutuelle entre les employés, les bénévoles et les organismes du milieu.

### **Le savoir-être**

Le Centre reconnaît les compétences et les qualifications de l'employé, mais considère le « savoir-être » de la personne tout aussi important, sinon plus. Le contexte dans lequel les membres de l'équipe travaillent requiert un doigté et des comportements adéquats auprès de nos diverses clientèles et collaborateurs.

## **Philosophie d'action**

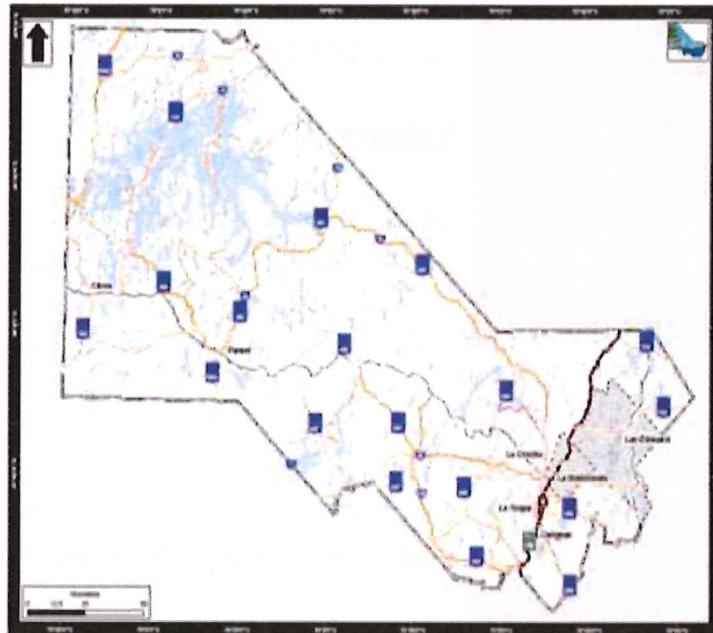
Au Carrefour d'action bénévole du Haut Saint-Maurice, la personne bénévole est le véritable maître-d'œuvre et le premier partenaire. Sa force, liée à celle des autres bénévoles, fait du CABHSM une force d'humanisation et d'amélioration de la qualité de vie et du mieux-être de la population.

Pour le CABHSM, le bénévolat est un instrument de développement personnel et social ainsi qu'une ressource significative pour la population en besoin d'aide. Réalité sociale inestimable, l'action bénévole est reconnue, encouragée et valorisée par le CABHSM.



## Territoire desservi par le Carrefour

D'une superficie d'environ 30 000 km<sup>2</sup>, l'Agglomération de La Tuque est constituée de la Ville de La Tuque (ancienne Ville de La Tuque, La Croche, Parent et les territoires non organisés T.N.O.), des municipalités rurales de Lac-Édouard et de La Bostonnais et de deux communautés Atikamekws. Le CABHSM est présent sur l'Agglomération de La Tuque. Considérée à juste titre comme la ville centre du Haut St-Maurice, La Tuque constitue la principale agglomération urbaine de la région. Située au creux des montagnes, sur le versant est de la rivière Saint-Maurice, La Tuque et ses environs sont témoins chaque jour des activités générées par une population de 11 129 habitants.



## Accessibilité

Situé au 1120 rue des Érables à La Tuque, le Carrefour d'action bénévole est ouvert du lundi au mercredi de 8h00 à 16h30, le jeudi de 8h00 à 16h00 ainsi que le vendredi de 8h00 à 12h00. Il y a des périodes de fermeture lors des congés des fêtes, les congés fériés ainsi qu'en juillet et août pour les vacances estivales. Cependant, des services bénévoles sont quand même rendus en dehors des plages horaires par exemple l'accompagnement-transport déjà cédulés et les appels d'amitié. Les boîtes vocales et courriels sont accessibles en tout temps.

La Centrale alimentaire La Tuque (comptoir alimentaire) située au 803 de la rue Castelnau à La Tuque demeure ouverte du lundi au mercredi de 8h00 à 16h00 et le jeudi de 8h00 à 12h00, et ce, durant toute l'année à l'exception de quelques semaines durant les fêtes.

Pour en savoir plus sur nos services, les gens peuvent aussi consulter nos pages professionnelles Facebook « Carrefour d'action bénévole du Haut-Saint-Maurice et Centrale alimentaire » qui sont mises à jour régulièrement ainsi que notre **nouveau site web [www.cabhsm.org](http://www.cabhsm.org)**.

# Les critères de l'action communautaire



Avoir le statut d'un organisme à but non lucratif;



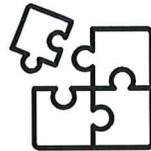
Être enraciné dans sa communauté;



Entretenir une vie associative et démocratique;



Être libre de déterminer sa mission, ses orientations, ses approches et ses pratiques.



Avoir été constitué à l'initiative des gens de la communauté;



Poursuivre une mission sociale propre à l'organisme qui favorise la transformation sociale;



Faire preuve de pratiques citoyennes et d'approches larges axées sur la globalité des situations problématiques abordées;



Être dirigé par un conseil d'administration indépendant du réseau public.



# Champ d'action 1

## Développement de l'action bénévole et communautaire



Le développement de l'action bénévole comprend toutes les actions visant à faire la promotion du bénévolat et à soutenir les bénévoles dans leur implication. Chaque action de ce champ doit toucher les bénévoles de la communauté et non uniquement ceux du Carrefour d'action bénévole du Haut-Saint-Maurice.



# Promotion de l'action bénévole

Sensibiliser la population, favoriser et faire valoir l'engagement social dans la réalisation d'actions bénévoles.



La 49e édition de la Semaine de l'action bénévole est fière d'avoir eu comme ambassadeurs en 2023 Laurent Duvernay-Tardif et Florence Agathe Dubé-Moreau.

« L'action bénévole nous fait vibrer, donne un sens à nos actions au quotidien et nous rassemble autour de projets collectifs significatifs. En cette semaine bien spéciale et importante, célébrons toutes ces personnes de cœur qui contribuent à faire grandir nos communautés! », souligne le couple à la tête de la fondation Laurent Duvernay-Tardif.



## Impacts !

Mettre en lumière la jeune relève fait prendre conscience de l'importance du bénévolat dans la communauté et que chaque petits gestes compte et que c'est apprécié.

## Gala jeune relève



Le 18 avril 2023, 185 jeunes de niveau primaire et secondaire ont été honorés afin de souligner leur implication bénévole auprès de la communauté et de leur école.

Le CABHSM a remis une bourse au grand bénévole de l'année lors du Gala jeune relève, Matisse Potvin. Du haut de ses 17 ans, Matisse a donné plus de 150 heures bénévoles dans la communauté.

Le CABHSM et le Club Lions sont fiers de voir cette jeune relève briller autant.



# Promotion de l'action bénévole

## Impacts !

La concertation entre organismes nous a permis de voir les besoins criants qui ne sont pas toujours entendu. Beaucoup de pistes de solution ont été verbalisées. De beaux partenariats sont en développement depuis.



Le 11 octobre dernier, le Pôle d'économie sociale s'est joint à nous afin de nous guider vers de nouvelles manières de répondre aux besoins de la population et des organismes du Haut-St-Maurice.

Un comité de travail a été mis en place avec le Carrefour d'action bénévole du Haut Saint-Maurice, le CIUSSSMCQ et la ville de La Tuque. Les rencontres ont été orientées autour de l'enjeu de l'engagement bénévole.

Au total : 45 membres d'organismes communautaires étaient présents et 6 rencontres ont eu lieu pour la mise en place de la rencontre.



Étant porte-parole, nous avons fait la promotion du prix hommage bénévolat Québec.



# Promotion de l'action bénévole



Lors de la Campagne du Gâteau du 3 décembre 2023 diffusée à la radio, 97.1 FM ainsi que sur YouTube, des capsules ont été diffusées tout au long de la journée pour parler des services du CABHSM et de la Centrale alimentaire.



La Campagne a connu d'excellentes écoutes sur le web via YouTube.



Nous avons souligné la **Journée internationale des bénévoles** sur nos médias sociaux, le 5 décembre dernier.



## Projet "Un bouquet pour briser l'isolement"

Dans le but de briser l'isolement chez nos aînés et de créer un bel échange intergénérationnel, le CABHSM et ses bénévoles ont livré un total de 500 bouquets de marguerites le 8 février 2024. Ces bouquets ont été livrés aux personnes âgées dans les résidences et CHSLD.

Une expérience mémorable pour les jeunes qui ont aidé à rendre cette journée spéciale pour nos aînés.



Merci aux partenaires financiers WestRock et du CIUSSS, dans le cadre de la Démarche... Être mieux ensemble!



36 bénévoles  
144 heures



# Publicité

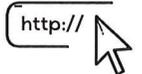
Faire connaître l'organisme pour en assurer la visibilité

Tout au long de l'année, le CABHSM utilise divers moyens pour faire connaître et susciter l'engagement bénévole. Les capsules vidéos, les articles écrits et la distribution de dépliants ont permis de promouvoir l'action bénévole et faire connaître à la population nos services et activités.



Nous avons depuis janvier 2023 notre tout nouveau site web. Vous pouvez y retrouver toutes nos nouveautés, activités et offres de bénévolat.

[www.cabhsm.org](http://www.cabhsm.org)



Promotion de l'action bénévole par le biais de la plateforme provinciale de jumelage [jebenevole.ca](http://jebenevole.ca) entre les Centres d'action bénévole, les organismes sans but lucratif et les bénévoles. C'est LA plateforme de référence pour toutes personnes qui désirent s'impliquer dans la communauté ou aux organismes à la recherche de bénévoles.

[Jebénévole](http://jebenevole.ca)



Nous utilisons de façon active la page facebook du Carrefour d'action bénévole ainsi que celle de la Centrale alimentaire où sont publiés régulièrement nos publicités, annonces importantes et qui nous permettent d'avoir un contact continu avec la communauté.



Une INFOLETTRE a été distribuée 3 fois durant année à l'ensemble de nos bénévoles. De plus, ont été partagées sur nos réseaux sociaux et publiées sur notre site web.



Une vidéo promotionnelle des services du CABHSM et du projet de relocalisation a été réalisée par l'agence KODA à l'automne 2023. La vidéo a ensuite été partagée sur nos réseaux sociaux et notre site web.



Voici le lien pour visionner la vidéo.



## Publicité

### Voici la liste des médias que nous avons utilisés pour nos diverses activités de visibilité et de publicité.

- L'Écho de La Tuque (diffusion écrite et édition numérique)
- Le Nouvelliste (diffusion écrite et édition numérique)
- Radio O 97.1 (entrevues et annonces sur les différents services du CABHSM)
- Le fraternel (bulletin paroissial)
- Répertoire des services « Accès-santé » du CIUSSS MCQ
- Répertoire de l'Appui Mauricie
- Répertoire de la Fondation québécoise du cancer
- Distribution de matériel promotionnel pour la promotion de la Semaine de l'action bénévole.
- Le CABHSM est aussi inscrit dans plusieurs répertoires régionaux et provinciaux
- Site internet du Regroupement des popotes roulantes
- Site internet de la Fédération des centres d'action bénévole du Québec
- Site Web de l'organisme
- Réseaux sociaux tels que nos pages Facebook professionnelles.
- Panneaux numériques de la ville pour annoncer la vente de billets.

### Des dépliants de nos services sont distribués à plusieurs endroits :

- Centrale alimentaire La Tuque
- Complexe culturel Félix Leclerc
- Corporation de développement communautaire du Haut Saint-Maurice
- Résidences de retraités (La Renaissance et Les Bâisseurs) , OMH, etc.
- Affichage sur les babillards des restaurants locaux.
- Divers organismes communautaires locaux et associations
- CIUSSSMCQ - Plusieurs professionnels de la Santé (Travailleuse sociale, organisatrice communautaire)
- Distribution de dépliants de nos services par le biais des livraisons de la popote roulante.
- Dans les écoles du milieu.

Nous avons constaté que notre meilleure publicité est le bouche -à -oreille par nos bénévoles actifs sur le terrain. Ce sont nos meilleurs ambassadeurs pour promouvoir le CABHSM.

**Nous estimons à 6 825 le nombre de personnes qui ont été rejointes soit par nos activités, nos publicités, nos pages Facebook, site web, infolettres, le bouche-à-oreille etc.**



# Identification et analyse des besoins socio-communautaires

*Effectuer des démarches comportant d'abord la cueillette de données permettant d'analyser les besoins d'une population et identifier les facteurs, les moyens et les ressources appropriées pour répondre à ces besoins.*

## Projet de bonification des services d'aide du CABHSM

### Objectifs du projets

L'objectif ultime du projet est d'améliorer la qualité de vie des personnes en situation de vulnérabilité sur le territoire, considérant que le Haut-Saint-Maurice est à un taux de défavorisation très élevé.

Par la relocalisation de l'ensemble de nos services sous un même bâtiment, nous voulons :

- Optimiser le fonctionnement du CABHSM et améliorer la gamme de services (volet aîné, transformation alimentaire);
- Réunir tous les services au même endroit pour augmenter sa visibilité;
- Développer les compétences (formation en cuisine, éducation populaire);
- Favoriser la mixité sociale et intergénérationnelle (briser l'isolement, augmenter les opportunités de bénévolat, offrir des activités pour l'ensemble de la population);
- Se rapprocher des autres organismes communautaires pour faciliter le référencement ;
- Augmenter l'accessibilité physique et économique aux aliments sains;
- Lutter contre le gaspillage alimentaire par l'optimisation de la transformation alimentaire et l'augmentation de la capacité d'entreposage des denrées.

### Impacts du projet dans la communauté:

Le but premier est de réunir l'ensemble des services de sécurité alimentaire dans un même espace, dans le but de faciliter tout le processus d'aide. Le nouvel espace prévoit une cuisine de transformation à proximité de la centrale alimentaire (centre récupération, de tri et distribution) de calibre commercial pour permettre de faciliter la transformation des aliments défraîchis et ainsi permettre de nourrir davantage de familles, écoles et organismes pour ainsi alléger l'insécurité alimentaire en croissance sur le territoire en plus d'offrir une variété d'activités chaque mois (formation de cuisine, cuisines collectives ...).

Des espaces d'entreposage plus grand seront aussi disponibles pour permettre de récupérer davantage de denrées, pour être en mesure de mieux approvisionner le territoire et ainsi offrir une plus grande accessibilité aux aliments (Agglomération de La Tuque, Wemotaci).

Le projet apporte des éléments nouveaux afin d'adapter l'offre de services aux utilisateurs. La Centrale et son nouveau fonctionnement veut un lieu ressemblant aux épiceries, dans lequel la personne choisit ses denrées aux heures qui lui conviennent. En un an, le nombre de demandes de dépannages alimentaires a doublé, alors nous croyons pouvoir répondre au besoin du milieu en ouvrant des plages horaires chaque semaine. Aussi, le projet vise un environnement favorisant le développement de relation sociale et d'un sentiment d'entraide par des lieux plus conviviaux qui met la personne au cœur de nos actions en confiance. Nous voulons des lieux mieux adaptés qui favorisent le sentiment d'appartenance.

### AVANCEMENT DU DOSSIER en 2023-2024

- Finalisation de l'attachement du financement, nécessaire au début des travaux de la phase 1 du projet;
- Lancement de la campagne de sollicitation dans le milieu (tirage, déjeuner -bénéfice);
- Lancement de l'appel d'offres public pour les travaux de la phase 1;
- Choix de l'entrepreneur et début des travaux pour avril 2024.



# Identification et analyse des besoins socio-communautaires

## Sécurité alimentaire

Par notre adhésion au programme de récupération dans les supermarchés locaux (deux fois par semaine) et en s'approvisionnant deux fois par mois à Moisson Mauricie/Centre-du-Québec, nous pouvons offrir un service d'aide alimentaire toutes les deux semaines, ce qui permet d'offrir une plus grande accessibilité physique et économique aux aliments sains qui contribue à améliorer la qualité de vie des familles en situation de vulnérabilité du milieu:

- Approvisionnement en denrées du secteur Parent deux fois par mois en collaboration avec les Travailleurs de rue;
- Fournir des denrées alimentaires dans la communauté de Wemotaci;
- L'accueil des nouveaux arrivants en collaboration avec le Carrefour emploi du HSM et les entreprises du milieu.
- Intégration des usagers de la centrale alimentaire en collaboration avec les Travailleurs de rue, le Centre d'amitié autochtone et le Carrefour emploi du HSM;
- Maintien d'un service de dépannage d'urgence;
- Approvisionnement en denrées des classes d'adaptation scolaire de l'école secondaire Champagnat (environ 60 jeunes en situation de vulnérabilité) pour le projet déjeuner de l'école et leurs cours de cuisine;
- Approvisionnement en collations de l'école Centrale pour leurs activités parascolaires;
- Approvisionnement en denrées des organismes de la ville (Œuvre de la soupe, Maison de Jeunes, Carrefour emploi du HSM, Travailleurs de rue, École forestière de La Tuque, La Guignolée, Centre d'activités populaires et éducatives);
- La participation active de la clientèle du Carrefour emploi du HSM, de l'école secondaire Champagnat, du CAALT et de l'école forestière de La Tuque lors des arrivages de denrées;
- Lieu de plateaux de travail pour les LÉO (jeunes LIONS en devenir);
- Accessibilité à des légumes frais durant la période estivale par le bac de jardin du mouvement des incroyables comestibles;
- La Centrale alimentaire est le lieu central de récolte et de distribution des légumes et fruits récoltés durant l'été par le mouvement de Cultive le partage (La Tuque récolte)
- Offre d'un lieu accueillant pour briser l'isolement pour les bénéficiaires de services (ex: service de friperie gratuite, bibliothèque, café gratuit, déjeuners et dîner- causerie);
- Un lieu d'écoute et de référencement pour les gens selon les problématiques rencontrées.



## Collaboration, soutien et concertation

*Initier ou participer, de concert avec les partenaires du milieu, à des projets communs visant l'atteinte d'objectifs et de résultats collectifs favorisant le mieux être de la communauté dans le respect de la mission et de l'autonomie de chacun.*

- Collaboration avec le Carrefour emploi pour la cueillette de denrées dans les supermarchés dans le cadre du programme de récupération dans les supermarchés.
- Collaboration avec l'Agence du Revenu du Canada et Ministère du revenu du Québec : Nous faisons partie du Programme des bénévoles en matière d'impôt et nous assumons la logistique de la clinique d'impôt. Une collaboration reconduite chaque année.
- Collaboration avec l'office municipale d'habitation pour compléter les déclarations d'impôts des personnes à mobilité réduite.
- Collaboration avec l'Agence Emploi Québec-Mauricie, le Centre Local d'emploi, Le CIUSSSMCQ, la CNESST, le Curateur public, Santé Canada et le CSDI pour entente de services pour l'accompagnement-transport médical pour leurs clientèles et les prestataires de la sécurité du revenu.
- Collaboration avec le Centre de bénévolat, la Guignolée et la Campagne du Gâteau pour le radiothon afin d'amasser de l'argent pour les personnes vulnérables.
- Collaboration avec La Guignolée pour la préparation et livraisons des paniers de Noël.
- Collaboration avec La Gazette de la Mauricie pour la distribution de leur journal dans nos locaux.
- Collaboration avec Anti-pauvreté Mauricie et Sécurité publique Québec pour accueillir des participants au programme des travaux compensatoires.
- Collaboration avec InfoLogis Mauricie pour la distribution de dépliants à notre clientèle.
- Collaboration avec Tel-Écoute Mauricie pour la distribution d'affiches et promotion de leurs services.
- Collaboration avec la Table action abus aînés Mauricie pour la diffusion d'information.
- Remplir 2 enquêtes sur les postes vacants et les salaires de Statistiques Canada
- Collaboration avec Parkinson Centre-du-Québec/Mauricie pour la distribution et promotion de leurs services.
- Collaboration avec l'école La Tuque High School par la mise sur pied d'un plateau de travail pour un élève aux besoins particuliers. **(Total de 40 heures bénévole)**
- Collaboration avec Service Canada pour le programme Servir tous les Canadiens.



## Représentation

*Être le porte parole de l'organisme, faire valoir ses points de vue, assurer une visibilité et défendre les intérêts liés à l'action bénévole auprès des instances appropriées.*

- AGA Regroupement des Centres d'action bénévoles 04-17 (25 mai 2023)
- AGA Fédération des Centres d'action bénévole du Québec (7 juin 2023)
- AGA Table action abus aînés Mauricie (9 juin 2023)
- AGA Consortium en développement social (13 juin 2023)
- AGA SADC (28 juin 2023)
- AGA Corporation de développement communautaire HSM (20 septembre 2023)

## Le CABHSM siège sur différents comités

- Regroupement des Centres d'action bénévole 04-17 (Présence de la directrice)
- C.A de la Table action abus aînés de la Mauricie (présence de l'agente de développement et communication)
- Concertation en sécurité alimentaire (présence de la directrice et de l'agente de développement en sécurité alimentaire)
- CA du Centre de bénévolat (présence de la directrice en tant que secrétaire)
- CA de la Corporation de développement communautaire du HSM (présence de la directrice en tant que trésorière)
- CA du Centre d'activités populaires et éducatives (présence de l'agente de développement et communication)
- CA de la Corporation de transport adapté et collectif du HSM (présence de l'agente de développement en sécurité alimentaire)
- Comité Campagne du Gâteau Latuquois (présence de la directrice)
- Comité de la Guignolée (présence de la directrice)
- Comité de bénévolat avec le CIUSSSMCQ, la CDCHSM et la ville de La Tuque (présence de l'agente de développement et communication)
- Comité allocation logement (présence de la directrice générale)
- Comité d'agriculture urbaine (présence de l'agente de développement en sécurité alimentaire)
- Comité de suivi du projet de relocalisation (présence de l'agente de développement et de la directrice générale)
- Comité de pilotage de La Tuque récolte (présence de l'agente de développement en sécurité alimentaire)
- Comité de pilotage du projet de relocalisation (présence de l'agente de développement en sécurité alimentaire et de la directrice générale)
- Comité du programme Réseau besoins spéciaux du CIUSSS-MCQ (directrice générale)



# Représentation

*Être le porte parole de l'organisme, faire valoir ses points de vue, assurer une visibilité et défendre les intérêts liés à l'action bénévole auprès des instances appropriées.*

Le CABHSM était présent à :

- Présentation du projet de relocalisation aux élus (6 avril 2023)
- Conférence de presse politique municipale des aînés (18 avril 2023)
- Présentation des résultats de l'étude PARCOURS (26 avril 2023)
- Participation à la table ronde de la ministre de la Solidarité sociale et de l'action communautaire (28 avril 2023)
- Présence au salon des commerçants (6 mai)
- Colloque de la FCABQ à Victoriaville (6 au 8 juin 2023)
- Présentation du projet de relocalisation à Hélène Comeau de l'usine Westrock (12 mai 2023)
- Journée internationale des aînés à Shawinigan (15 juin 2023)
- Rencontre de suivi de projet FQIS avec le consortium en développement social (18 mai 2023, 26 mars 2024)
- Participation à l'étude et aux rencontres de résultats du projet COSAM (25 mai 2023, 22 février 2024)
- Présentation du projet de relocalisation à Caroline Savoie du bureau du député fédéral (6 juin 2023)
- Rencontre de démarrage de La Tuque Récolte (8 juin 2023)
- Présentation du projet de relocalisation aux partenaires régionaux (13 juin 2023)
- Participation à la consultation du nouveau plan de lutte à la pauvreté (15 juin 2023)
- Dîner de l'AREQ (22 juin 2023)
- Participation au groupe de discussion de la Mijotrousse 2.0 (27 juin 2023)
- Rencontre possibilités de financement avec la SADC (18 juillet, 30 août 2023, 18 mars 2024)
- Rencontre de financement avec la TIR-SHV (19 juillet, 19 octobre, 21 novembre 2023)
- Participation au WEBINAIRE « Outiller le milieu communautaire pour l'accès à l'immobilier » (29 août, 21 novembre 2023)
- Présentation de la Centrale alimentaire lors d'une rencontre de parents à l'école Centrale (28 août 2023)
- Rencontre de suivi avec architecte /ingénieur phase 1 des travaux (5 septembre, 30 novembre 2023, 2 février 2024)
- Rencontre avec partenaires pour création de partenariats à la Centrale alimentaire (13 septembre, 21 septembre 2023)
- Rencontre avec Pôle économie sociale de la Mauricie, possibilités financement (18 septembre 2023)
- Participation à un atelier de sensibilisation à la diversité culturelle (19 septembre 2023)
- Partenariat avec le CAPE pour animer un atelier sur le gaspillage alimentaire (29 septembre 2023)
- Ressourcement des employés à St-Tite (4 octobre 2023)
- Journée de tournage du vidéo promotionnel du projet de relocalisation avec l'Agence KODA (18 octobre 2023)
- Présentation du projet de relocalisation à Banques alimentaires du Québec (2 novembre 2023)
- Participation à la tournée des régions de Centraide (7 novembre 2023)
- Entrevues radio pour promouvoir le projet de relocalisation et la campagne de sollicitation du milieu (17 octobre, 7 décembre 2023, 25 janvier 2024)
- Participations aux rencontres d'information aux programmes de financement (20 octobre 2023, 10 janvier, 19 février 2024)
- Rencontre de présentation du projet de relocalisation à la COOP forestière HSM (19 janvier 2024)
- Journée internationale de la lutte contre la maltraitance des aînées - Espace Shawinigan - 15 juin 2023
- Webinaire réduction des inégalités sociales de santé (30 janvier 2024)
- Participation aux rencontres architectes/ingénieurs pour travaux de la phase 2 (19 février, 1er mars, 12 mars 2024)
- Participation aux rencontres avec architecte et l'entrepreneur (20 mars 2024)



## Accueil et orientation vers les services du Centre ou vers les organismes du milieu

*Rencontrer les personnes désirant s'impliquer bénévolement dans la communauté et les orienter vers les services du Centre ou vers d'autres organismes selon leurs intérêts, leurs compétences, leurs aptitudes et leurs disponibilités.*

Le bénévole est une richesse inestimable. Il est le partenaire et le maître-d'œuvre d'un centre d'action bénévole. Afin de le soutenir dans son processus d'intégration et par la suite, tout au long de son engagement, le CABHSM développe et utilise des mécanismes d'accueil, d'orientation et de soutien visant à respecter son entière liberté dans le choix de son engagement. Le CABHSM offre à ses bénévoles un support qui se manifeste dans la formation, des rencontres de suivi, de ressourcement et de reconnaissance. Entrevue d'accueil individuel. Procédure d'intégration et de jumelage avec des bénévoles déjà en place.

### Nombre de bénévoles actifs

entre le 1 avril 2023 et le 31 mars 2024

**98 bénévoles**

### Accueil de nouveaux bénévoles

**Nombre d'activités: 17**

**Bénévoles: 17**

**Heures bénévoles: 20**

*Nous avons un « noyau dur » de bénévoles très actifs dans un ou même plusieurs de nos services, de façon très régulière durant toute l'année. Nous apprécions grandement cette implication, cet attachement au CABHSM.*





## Suivi et soutien dans l'action

*Offrir à la personne bénévole de façon continue, formelle et informelle, un support dans ses actions, une écoute à ses besoins et l'opportunité d'échanger sur ses expériences vécues.*

Au CABHSM, la direction et les employées ont à cœur d'assurer quotidiennement un suivi et un soutien à ses bénévoles.

La permanence est très disponible et à l'écoute des besoins des bénévoles, des responsables de service ou membres de comités. Les rencontres informelles sont donc nombreuses. Elles permettent, entre autres, d'évaluer les conditions dans lesquelles évoluent les bénévoles et apporter des améliorations si nécessaire.

Nous avons aussi nos INFOLETTRES qui paraissent quatre fois par année pour bien informer nos bénévoles des activités de l'organisme.

Nous utilisons de façon active nos pages Facebook qui permettent aux bénévoles (et à toute la population) d'être au courant des activités offerts. Les pages sont continuellement mises à jour par une employée.

Nous nous assurons aussi d'offrir tout le soutien technique nécessaire à nos équipes bénévoles tout au long de l'année, que ce soit pour le recrutement, la photocopie, la rédaction de documents, la publication de communiqués ou la production de matériel pour les activités.

Une pochette d'accueil est remise aux nouveaux bénévoles du CABHSM. Lettre de bienvenue, INFOLETTRE, dépliants de nos services ainsi que le bottin de la majorité des organismes communautaires partenaires et locaux s'y retrouvent.





# Champ d'action 2

## Soutien à la communauté

Le soutien à la communauté englobe toutes les actions qui visent à offrir des services aux individus et du soutien aux organismes. À ce titre, le Carrefour réalise les actions suivantes :

### **Services aux individus**

### **Soutien aux organismes**



## Accompagnement

Service bénévole répondant prioritairement à un besoin d'accompagnement qui ne peut être comblé par l'entourage.

## Accompagnement-transport

Les bénévoles de ce service véhiculent et accompagnent des gens à mobilité réduite qui n'ont pas de moyen de transport et qui ont besoin d'aide dans leurs déplacements, pour des rendez-vous médicaux extérieurs.

### Impact!

Le service d'accompagnement-transport offre un accès aux soins de santé, améliore la régularité des soins, réduit l'isolement social et diminue le stress et l'anxiété liés à la santé.

Bénévoles : **15**

Heures bénévoles : **1900**

Nombre d'accompagnement-transport : **245**

Clients rejoints : **216**

## Maintien à domicile

Apporter une aide de courte durée aux personnes en difficultés.

## Appels d'amitié

Ce sont des appels et des visites effectués afin de briser l'isolement des personnes seules et isolées qui sont majoritairement des personnes âgées ou des proches aidants. Les fréquences des appels sont déterminées par le bénévole et le bénéficiaire.

Personnes rejointes : **6**

Bénévoles : **6**

Total de minutes effectuées: **1400**

Total des heures effectuées: **24**

Total d'appels effectués: **40**

Nombres de visites: **4**



# Services aux individus

## Sécurité alimentaire

Activité permettant d'offrir un soutien au niveau de l'alimentation

### Centrale alimentaire La Tuque

Comptoir alimentaire où sont distribués deux fois par mois des denrées à des familles ou personnes seules à faibles revenus. Des dépannages d'urgence sont aussi offerts.

Bénévoles : 30 réguliers aux distributions et lors des arrivages (PRS) et de la Moisson.

Heures bénévoles : **5788**

Clients rejoints : 356 familles ce qui correspond à 464 adultes et 176 enfants pour un total de **640 personnes** dont 15 familles à Parent

Nombre de distributions : 24

Nombre de dépannage alimentaire/urgence : 116

Le service a été utilisé plus par des hommes que des femmes; 21% sont membre des Premières nations, 11% sont de nouveaux arrivants. 62% sont des personnes vivants seules, nous avons aussi eu une augmentation des gens à l'emploi qui représentent 20%.

D'avril 2023 à mars 2024, ce sont 40 221 kg de denrées récupérées grâce au Programme de récupération dans les supermarchés qui ont été redistribués aux personnes vulnérables. La vente de viande à prix modique obtenu suite au projet pilote amorcé par Moisson Mauricie en collaboration avec les supermarchés de la région connaît un vif succès auprès de notre clientèle de la Centrale alimentaire.

### Impact !

Utiliser les services de distributions alimentaires m'ont permis de réduire mes dépenses quotidiennes et de consacrer mon budget à d'autres besoins essentiels.



## Sécurité alimentaire

### Mets préparés

Une équipe de bénévoles transforme les denrées périssables de la Centrale alimentaire en mets préparés qui sont ensuite remis aux bénéficiaires lors des distributions alimentaires. Ce service permet d'éviter le gaspillage alimentaire et permet aux personnes qui cuisinent peu ou pas du tout de pouvoir se nourrir convenablement.

Bénévoles : **4**

Heures bénévoles : **250**

### Popote roulante

Préparation et livraison de repas chauds ou froids à prix modique deux jours par semaine pour les personnes dans l'incapacité temporaire ou permanente de se préparer des repas (personnes âgées, en convalescence, handicapées). Le service est disponible de la mi-septembre à la mi-décembre et de la mi-janvier à la mi-juin.

Bénévoles : **42**

Heures bénévoles : **3515**

Nombre de repas livrés : **6728 (hausse de 1059)**

Clients rejoints : **145**

Impact !

Recevoir des repas me permet de rester autonome et de continuer à vivre dans mon domicile plutôt que de déménager dans une résidence pour personnes âgées.

### Popote congelée

Préparation et livraison de repas congelés à prix modique une fois aux 2 semaines en complément du service de popote roulante ou pour toutes personnes dans l'incapacité temporaire et permanente de se préparer des repas (personnes âgées, en convalescence, handicapées). Le service est disponible de la mi-août à la fin juin.

Bénévoles : **6**

Heures bénévoles : **189** (préparation repas, commandes et livraison)

Nombre de repas préparés : **959**

Clients rejoints : **25**



## Soutien civique et technique

Offrir une aide aux individus ayant des besoins d'information et/ou de support, relative à la responsabilité citoyenne.

## Service d'impôt

Les bénévoles de ce service ayant suivi une formation, remplissent les déclarations de revenus et plusieurs formulaires connexes pour les personnes à faibles revenus.

Bénévoles : 5

Heures bénévoles : **195**

Nombre de déclarations remplies: **1070 (Provinciales et fédérales)**

Clients rejoints: **440**

**Impact !**  
Utiliser le service des impôts du CABHSM me permet de faire mes déclarations à moindre coût et d'avoir accès aux crédits auxquels j'ai droit.

## Aide et information pour formulaires

Le personnel du CABHSM est aussi disponible pour aider les personnes à remplir divers formulaires. Un service de photocopies et de télécopies est aussi offert.

### Aide pour remplir formulaire de demande de passeports

Nombre de demandes remplies : **5**

Clients rejoints: **5**

Nombres d'heures : **7**

### Service de photocopie de documents

Nombres de clients rejoints : **11**

### Partenariat avec Service Canada «Servir tous les Citoyens»

Nombres de clients rejoints : **3**

Nombre total de personnes rejoints  
entre le 1 avril 2023 et le 31 mars 2024

**1488 bénéficiaires**



## Soutien aux organismes

Le CABHSM offre un support technique comme le montage de documents et des photocopies à moindres coûts à certains comités et associations. De plus, nous faisons l'affichage et promotion de services de divers organismes et associations.

- Club de Golf et Curling La Tuque
- Office municipal d'habitation (OMH)
- La Guignolée de La Tuque
- Centre d'activités populaires et éducatives
- Carrefour emploi du Haut-Saint-Maurice
- Comité de défense des droits sociaux
- Corporation de développement communautaire (CDC)
- Fédération des centres d'action bénévole du Québec (Jebénévole.ca)
- Regroupement des centres d'action bénévole (RCAB)
- Table régionale des organismes communautaires (TROC CMQ)
- CIUSSMCQ
- Groupe d'entraide Facile d'accès
- La source, association de personnes handicapées du Haut-Saint-Maurice
- Maison des jeunes de La Tuque
- Travailleurs de rue de La Tuque
- Ressources Parent-Ailes
- Campagne du Gâteau Latuquois
- Club Lions La Tuque
- Cultive le partage

Le CABHSM est aussi une source de référence importante pour la population. Nous recevons en effet une multitude d'appels de personnes cherchant réponse à leurs besoins. Nous donnons toujours l'information recherchée et référons aux organismes communautaires et autres ressources du milieu.

Le CABHSM répond à plusieurs demandes concernant ses outils de travail et de gestion. Nous partageons donc nos connaissances avec d'autres centres d'action bénévole et divers organismes, par solidarité.

Nous avons une accréditation pour permettre à des gens de venir faire des travaux compensatoires, donc nous sommes un organisme d'accueil, avec Anti-pauvreté Mauricie-Centre-du-Québec et DSPC Mauricie.



# Soutien aux organismes

Présentoir à l'accueil des bureaux du CABHSM et de la Centrale alimentaire pour les dépliants des différents organismes.

Par les livraisons des repas de la popote roulante, nous distribuons différents dépliants des organismes communautaire locaux.

Prêt de nos locaux pour réunions du Centre de bénévolat, de la CDC et rencontre de concertation alimentaire.

Comité de la Guignolée : Prêt d'une partie de nos locaux de la Centrale alimentaire pour les inscriptions des paniers de Noël.

Bénévoles de la Guignolée : Prêt du camion de la Centrale alimentaire pour livraison des paniers de Noël, prêt de chariots à roulettes et d'une partie de nos locaux pour entreposage de stock.

Prêt d'un entrepôt pour la Coop ETC pour remisage de leurs stocks suite à l'incendie de leurs locaux.

Prêt de nos locaux au Club de BMX La Tuque pour la compétition provinciale.

Prêt de nos vitrines pour affichage de la programmation des activités estivales de la ville de La Tuque.

Prêt de notre local aux artisans latuquois pour l'installation de la boutique Éphémère de Noël.

Prêt du camion de la Centrale alimentaire à la CDC pour le salon des commerçants et de l'industrie.

## **Redistribution de denrées aux organismes suivants :**

- Centre d'amitié autochtone de La Tuque
- Travailleurs de rue La Tuque
- École secondaire Champagnat
- Maison des jeunes
- Carrefour emploi du HSM
- Groupe d'entraide Facile d'accès
- La Guignolée
- Le comptoir alimentaire de Wemotaci
- Œuvre de la soupe
- Ressource Parent-Ailes
- Le Toit de l'Amitié
- Centre d'activités populaires et éducatives du HSM
- Paroisse St-Martin-de-Tour



# Champ d'action 3

## Gouvernance et vie associative

Le centre doit être un modèle de comportement éthique pour son milieu et contribuer au soutien des organisations. Il doit aussi avoir une gestion démocratique issue des meilleures pratiques qui démontrent le dynamisme et la vitalité de sa vie associative.





## Vie associative et démocratique

Sous la responsabilité du Conseil d'administration, l'équipe de la permanence voit à l'application des décisions prises par ce dernier. Elle coordonne les ressources bénévoles, matière première essentielle d'une organisation comme la nôtre. Elle voit au recrutement, au soutien, à l'encouragement et à l'encadrement de cette main-d'œuvre généreuse.

### Le Conseil d'administration 2023-2024

<b>Présidente :</b>	Mme Ginette Grenier <i>Retraitée secteur public</i>	<b>Administrateurs :</b>	M. Réjean Leclerc <i>Retraité secteur privé</i>
<b>Vice-président :</b>	Mme Diane Morin <i>Retraité secteur privé</i>		M. Claude Hénault <i>Retraité secteur privé</i>
<b>Trésorière :</b>	Mme France Beaumont <i>Retraitée secteur public</i>		Mme Constance Gagnon <i>Retraitée secteur public</i>
<b>Secrétaire :</b>	Mme Denise Lajoie <i>Retraitée secteur public</i>		

### L'équipe de travail 2023-2024

<b>Directrice générale</b>	Patricia St-Arnaud
<b>Agente de développement en sécurité alimentaire</b>	Marie-Pier St-Louis
<b>Responsable des services</b>	Sherley Jean
<b>Coordonnatrice de la Centrale alimentaire</b>	Andrée Adams
<b>Agente de développement et communication</b>	Véronique Lavoie
<b>Coordonnatrice du service des impôts</b>	Diane Morin



## Vie associative et démocratique

Nous considérons la vie associative et démocratique très importante pour un organisme communautaire. Nous mentionnons d'ailleurs souvent qu'au CABHSM, le bénévole est le véritable maître d'œuvre et le premier partenaire. C'est pourquoi la direction et les employés s'appuient sur les membres du Conseil d'administration, les responsables de services et les bénévoles pour la planification et l'organisation des activités du Carrefour.

Dans notre organisme, nous privilégions les contacts quotidiens avec nos bénévoles pour la bonne marche des services. Ces contacts quotidiens permettent de s'ajuster rapidement, évitant souvent la tenue de réunions, nos bénévoles préférant l'action. Des réunions se font souvent en fin d'année pour faire le bilan et souligner notre reconnaissance aux bénévoles.

### Assemblée générale annuelle

L'assemblée générale est le moment privilégié où le Conseil d'administration, les responsables de services et les employés sont heureux de faire un bilan des activités accomplies dans l'année, grâce aux bénévoles.

À l'assemblée générale du 19 juin 2023, quatorze (14) bénévoles membres en règle étaient présents, deux (2) partenaires, ainsi que cinq (5) employés pour un total de **21 heures bénévoles**.



### Conseil d'administration

Le Conseil a tenu huit (8) réunions régulières et deux (2) réunions extraordinaires totalisant **92 heures** bénévoles. Plusieurs consultations ont aussi été faites auprès des membres du Conseil entre les réunions, par téléphone ou par courriel sans compter les très nombreux échanges entre les membres du C.A et la direction pour l'avancement des dossiers et principalement celui des rénovations du 539, St-Antoine. Ces heures n'ont pas été comptabilisées.

### Autres comités

Les bénévoles et l'agente de développement se sont rencontrés à 4 reprises pour la préparation du Gala jeune relève. 5 bénévoles (**40 heures**)

Les bénévoles vérificateurs et la coordonnatrice du service d'impôt se sont rencontrés à deux reprises pour préparer le service. 3 bénévoles (**12 heures**)



## Vie associative et démocratique

### Nombre d'heures du personnel salarié :

Nombre d'employés : **5 + 1 occasionnel**

Nombre d'heures : **9275 heures**

Directrice générale : 40 heures

Agente de développement en sécurité alimentaire: 35 heures

Agente de développement et communication : 35 heures

Responsable des services : 35 heures

Coordonnatrice de la centrale alimentaire : 35 heures

Coordonnatrice du service d'impôt : 28 heures

**Nous estimons à 3 700 le nombre de personnes différentes qui, dans la dernière année, ont fréquenté notre organisme, incluant les bénévoles et les bénéficiaires.**

### Champs d'action

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

**204 heures bénévoles**

Soutien à la communauté :

**11 868 heures bénévoles**

Gouvernance et vie associative :

**2 401 heures bénévoles**

**Grand total : 14 473 heures**

**Un total de 14 473 heures bénévoles ainsi que 9 275 heures du personnel ont été données pour l'amélioration de la qualité de vie des gens du milieu pour un grand total de 23 748 heures.**



## Vie associative et démocratique

### Adhésion à des regroupements locaux, régionaux et provinciaux

#### Le CABHSM est membre de:

Fédération des centres d'action bénévole du Québec (FCABQ) qui regroupe plus d'une centaine de centres d'action bénévole de partout au Québec.

Regroupement régional des centres d'action bénévole Mauricie/Centre-du-Québec dont font partie 12 centres (5 du Centre-du-Québec et 7 de la Mauricie).

Table régionale des organismes communautaires Centre-du-Québec/Mauricie (TROC-CQM) qui regroupe plus de 200 membres.

Moisson Mauricie/Centre-du-Québec.

Corporation de développement communautaire du Haut St-Maurice qui regroupe 27 organismes de divers secteurs (CDCHSM).

Table action abus aînés Mauricie





## Gestion des ressources humaines

### Formation du personnel et des bénévoles

- Le bonheur au travail par la TROC - 12 avril 2023
- Réussir le changement par la TROC - 18 avril 2023
- Formation «administrative régime de retraite niveau 1»- 19 avril 2023
- Formation sur la loi 25 - 25 avril 2023
- Formation «administrative régime de retraite niveau 2» - 26 avril 2023
- Programme «Servir tous les Canadiens» offerts par Service Canada -16 mai
- Formation «Le révélateur» offerte par le Pôle de l'économie sociale de la Mauricie -7 juin 2023
- Formation «Reconnaître la détresse psychologique chez les aînés»- 9 août 2023
- Formation «Sécuricab» - 25 septembre 2023
- Le rapport d'activités par le Centre de formation populaire - 26 septembre 2023
- Schéma de transformation sociale par le Centre de formation populaire - 26 septembre 2023
- MAPAQ - 8 novembre 2023
- La maltraitance, reconnaître et agir - 2 novembre 2023
- Formation «accueil aux nouveaux arrivants» par le Pôle régional - 9 novembre 2023
- Formation de la plateforme MC2 - 2 février 2024
- Formation «Loi 25» par Cy-Clic - 19 février 2024
- Formation Communagir « Animer et accompagner des processus collectifs» - 7, 8 et 14 février 2024
- Formation «Employeur D» - 23 février 2024
- Formation «Démystifions l'approche communautaire et ses enjeux» par CFCM - 21 mars 2024



# Gestion des ressources financières

## Ressources financières

- CIUSSS MCQ (Programme de soutien aux organismes communautaires)
- Banques alimentaires du Québec
- Centraide Mauricie
- FCABQ pour SécuriCab
- CIUSSSMCQ (Démarche être mieux... ensemble)
- Agence du revenu du Canada (subvention pour programme des bénévoles pour impôts)
- Revenu Québec (subvention pour programme des bénévoles pour impôts)
- Centre de bénévolat La Tuque
- Ville de La Tuque (Politique reconnaissance des organismes)
- Fondation Laure-Gaudreault
- WestRock
- Fonds québécois d'initiatives sociales (FQIS pour projet HUB)
- CIUSSS MCQ (Mesure 13.1 pour projet HUB)
- Donateurs individuels
- Les écoles primaires et secondaires de La Tuque pour le Gala jeune relève
- Caisse Desjardins La Tuque
- Caisse Desjardins des Technologies de l'information
- Association des retraités de l'éducation du Québec (AREQ)
- Jour de la Terre pour bornes rechargeables
- Marie-Louise Tardif, députée de Laviolette St-Maurice
- Légion royale canadienne



## Activités d'autofinancement

Le CABHSM a lancé le 7 décembre 2023 un grand tirage d'une valeur totale de 6 000\$ grâce à la contribution de cinq commerçants latuquois, pour aider à financer son projet de bonification de l'aide alimentaire dans le milieu.

Nombre de billets vendus: 1 315  
Montant attribué au projet: 26 300\$  
Nombre d'heures bénévoles: **200 heures**  
Nombre de bénévoles impliqués: 25



Le 20 mars 2024 s'est tenu un déjeuner-bénéfice en collaboration avec la Coopérative forestière du Haut Saint-Maurice où un montant de 2286 \$ a été amassé. La somme amassée se joindra aux autres sources de financement du projet de relocalisation de l'organisme.





## Contribution de la communauté

### Partage de ressources humaines ou de services

- CIUSSS MCQ (personne -ressource disponible pour les organismes communautaires)
- Garage OK pneu pour changement de pneus et vidange d'huile gratuitement sur le camion de la centrale alimentaire.
- Corporation de développement communautaire Haut-Saint-Maurice (référence, formation)
- Les épiceries Maxi et IGA pour PRS (Programme de récupération dans les supermarchés), cueillette, dons de denrées lors de différentes campagnes.
- CLE : Entente de service pour l'accompagnement-transport médical pour la clientèle prestataire de la sécurité du revenu
- École secondaire Champagnat
- La présence d'une intervenante du Toit de l'Amitié durant les distributions alimentaires

### Partage de ressources matérielle

- Centre de services scolaire de l'Énergie (Location à prix réduit d'un local pour le comptoir alimentaire)
- Distribution Gauthier pour don de produits laitiers à la Centrale alimentaire
- Travailleurs de rue pour prêt de leur camion pour livraisons de denrées à Parent et approvisionnements à Moisson Mauricie.
- CIUSSS MCQ pour don de nourriture pour centrale alimentaire
- WestRock pour don de gobelets pour la centrale alimentaire
- Don de pains et desserts par le fournisseur local (au comptoir alimentaire)
- Guignolée (prêt de notre camion et de nos chariots pour la préparation et la livraison des paniers de Noël)
- Don à la Guignolée de plusieurs kg de viande pour compléter les paniers de Noël.
- Don de chaises de la FADOQ
- Don de chèques cadeaux de commerçants locaux pour le tirage (Accent meubles, Supermarché IGA, SDC, Ordi plus, Pharmacie Jean Coutu, St-Onge Ford)



## Références par d'autres organismes

- Travailleurs de rue La Tuque
- CAPE (Centre d'activités populaires et éducatives)
- Carrefour emploi du Haut St-Maurice
- Centre de bénévolat
- CDC (Corporation de développement communautaire)
- CDDS (Comité de défense des droits sociaux)
- CIUSSS MCQ
- CAALT ( Centre d'amitié autochtone de La Tuque)
- Œuvre de la soupe
- Conseil de la Nation atikamekw (CNA)
- Office municipal d'habitation La Tuque
- Ressource Parent-Ailes
- Toit de l'Amitié
- Équijustice
- Comité de la Guignolée La Tuque
- École forestière La Tuque
- Groupe d'entraide Facile d'Accès
- Centre local d'emploi (CLE)
- Paroisse St-Martin-de-Tour

## Soutien bénévole à la permanence

- Des bénévoles nous offrent de leur temps afin de confectionner des cadeaux pour les bénéficiaires de nos services. **(50 heures)**
- Un bénévole nous aide énormément au niveau de nos équipements informatiques. **(50 heures)**
- Des bénévoles font de menus travaux. **(100 heures)**
- Des bénévoles viennent faire des desserts pour la popote roulante. **(540 heures)**
- Une bénévole fait la vérification des états financiers. **(30 heures)**
- Une bénévole répond au téléphone à la Centrale alimentaire trois jours toutes les deux semaines **(480 heures)**



# Activités de reconnaissance et activités sociales

## 35e anniversaire du CABHSM

Le 23 novembre dernier, le Carrefour d'action bénévole du Haut- St-Maurice conviait ses bénévoles au Club de Golf et Curling à fêter ses 35 ans dans la collectivité. Ce sont 95 personnes qui étaient présentes. Une soirée où les bénévoles ont su prendre le temps de s'arrêter et de se laisser gâter.

La soirée a été animée par la directrice générale, Patricia St-Arnaud qui a profité de l'occasion pour faire un survol de l'historique.

On a profité de la soirée du 35e anniversaire pour honorer différents bénévoles qui offrent de leur temps depuis de nombreuses années.

### Dans la catégorie 20-25 ans

Madame **Jocelyne Rioux**, bénévole depuis 2002 (21 ans). Elle a débuté à la Moisson du Nord, a siégé sur le Conseil d'administration de 2007 à 2014 et poursuit toujours son bénévolat à la Centrale alimentaire.

Monsieur **Léo Tremblay**, bénévole au CABHSM depuis 1999 (24 ans). Cette personne s'implique toujours au service d'accompagnement-transport.

Monsieur **Jacques Lapointe**, bénévole depuis 1999 (24 ans). Bénévole dans plusieurs services soit l'accompagnement-transport, a siégé sur le Conseil d'administration de 2018 à 2022 et a aussi été bénévole à la Centrale alimentaire ainsi qu'au service des impôts.

### Dans la catégorie 25-30 ans

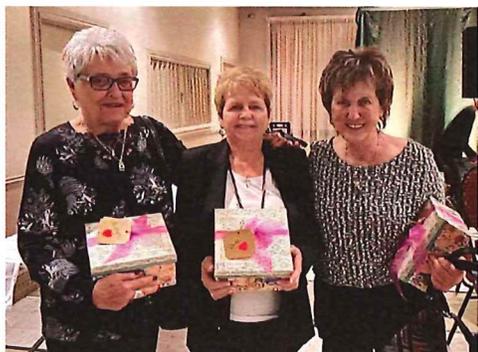
Madame **Éva Grimard**, bénévole depuis 1997 (26 ans). Elle a longtemps été la responsable du service de Moisson du Nord et s'implique depuis 2018 à la Centrale alimentaire.

Madame **Lise Fréchette**, bénévole depuis 1997 (26 ans). Elle s'est impliquée au Gala Volare, au comité de la Semaine de l'action bénévole, au comité du Gala jeune relève et tout récemment à la Popote roulante et à la Centrale alimentaire.

Madame **Huguette B. Cadorette**, bénévole depuis 1996 (27 ans). Elle a été active sur le comité de la Semaine de l'action bénévole, a siégé sur le Conseil d'administration de 2001 à 2003 et de 2009 à 2015. Présente à la Moisson du Nord, au comité du Gala jeune relève et à la Centrale alimentaire.

Madame **Diane Morin**, notre plus vieille bénévole (pas en âge, mais en année de bénévolat), s'implique au CABHSM depuis 29 ans. C'est en passant par le service des impôts, à la Moisson du Nord, à la Centrale alimentaire, à la popote roulante et au conseil d'administration de 2013 à 2019 et de 2020 à aujourd'hui.

Pour l'occasion, nous avons eu le privilège de recevoir comme artiste invitée Mme Fabiola Toupin. Une femme d'exception, qui a su mettre en valeur l'accomplissement exceptionnel de nos bénévoles. Elle avait même pris le temps de composer un texte pour nos bénévoles. Vous pouvez visionner la vidéo sur le site internet de l'organisme : [cabhsm.org](http://cabhsm.org).



95 bénévoles  
380 heures



## Activités de reconnaissance et activités sociales

### Brunch de la Semaine de l'action bénévole



Le 21 avril 2023, dans le cadre de la 49e édition de la **Semaine de l'action bénévole 2023**, 48 de nos bénévoles étaient réunis pour un brunch Cabane à sucre ainsi qu'un tirage d'articles promotionnels de la SAB. Un moment destiné à nos bénévoles, afin de les remercier pour tout ce qu'ils ont accompli tout au long de l'année.

Nombre de bénévoles : **48**

Heures bénévoles : **146**



## Activités de reconnaissance et activités sociales



**Le 19 juin** 2023, lors de l'Assemblée générale annuelle du CAB, nous avons remercié M. Sylvain Dufour, qui a siégé sur notre conseil d'administration comme administrateur depuis 2019.

## Souper de fin de saison

Le 28 juin 2023, le Carrefour d'action bénévole a organisé un souper de fin de saison de nos services afin de remercier les bénévoles actifs du CABHSM. Ce fut une très belle occasion de rencontre entre bénévoles.

Nombre de bénévoles : **65**

Heures bénévoles : **260**



## Témoignages de nos bénévoles

### Pour moi faire du bénévolat c'est ...

Une belle manière  
d'apprendre et de partager  
nos connaissances.

Le bénévolat me donne  
l'impression de faire une  
différence dans la vie des gens  
et de leur faire sentir qu'ils ne  
sont pas seuls.

Venir faire du bénévolat me  
procure une satisfaction  
personnelle. Cela procure une  
paix intérieur.

Le bénévolat ma sauvé la  
vie!  
C'est libérateur et c'est  
un réel plaisir à chaque  
fois.

Un vrai BOOM d'énergie !

Venir au CAB ma sortie de ma  
solitude, j'ai rencontré des  
gens exceptionnels que je  
n'aurais jamais pensé  
rencontrer dans ma vie.

Carrément thérapeutique !

Une belle façon de créer des liens  
et de faire de nouvelles  
rencontres.



## En bref

Cette année, notre rehaussement de 32 645 \$ à la mission nous a permis de :

- Rappeler les personnes de la liste d'attente de la popote roulante afin de leur offrir le service.
- Bonifier le salaire des employées afin d'offrir une stabilité et de maintenir en poste des employées qualifiées et motivées.
- Poursuivre l'offre de repas à un coût raisonnable et permettre la continuité de ce service vital pour les personnes dans le besoin tout en préservant leur dignité, leur indépendance et leur sécurité alimentaire.