

CENTRE D'Action BÉNÉVOLE DU GRANIT

fca**♥**q
Fédération des
centres d'action bénévole
du Québec

Rapport D'activité 2018-2019

Contribuer Au Bien-être Des Gens



Table des matières

TABLE DES MATIERES.....	2
SIGLES ET ACRONYMES	3
MOT DE LA PRESIDENTE.....	4
MOT DE LA DIRECTRICE	5
MOT DE CHRISTINE DUBE.....	6
PRESENTATION DU CENTRE D’ACTION BENEVOLE DU GRANIT	7
Historique.....	7
Mission.....	7
Vision	7
Valeurs.....	7
Territoire.....	7
Nos trois champs d’action	7
Conseil d’administration 2018-2019	8
L’équipe du CAB du Granit 2018-2019.....	9
CHAMP D’ACTION 1–DEVELOPPEMENT DE L’ACTION BENEVOLE ET COMMUNAUTAIRE	10
Promotion de l’action bénévole.....	10
Actions de promotion du bénévolat.....	10
Les activités de reconnaissance aux bénévoles.....	11
Soutien aux bénévoles	14
Bénévoles inscrits au Centre d’action bénévole du Granit	15
CHAMPS D’ACTION 2 - SOUTIEN A LA COMMUNAUTE.....	16
Soutien aux organismes.....	16
Services aux individus	16
Les services aux individus visent, entre autres, à :	16
Les services aux individus suivants sont le résultat d’ententes avec le CSSSG.....	16
Services d’aide à domicile (SAD).....	17
Services aux personnes et familles dans le besoin (PFB).....	21
Les Bons Coups du Communautaire. . .ça s’partage !	27
.....	34
Représentations locales (MRC du Granit).....	34
Représentation régionale -Estrie et Beauce	34
Représentation provinciale.....	34
CHAMP D’ACTION 3 - GOUVERNANCE ET VIE ASSOCIATIVE.....	36
Organigramme fonctionnel.....	36
Le conseil d’administration (CA)	37
Les comités de travail.....	38
Comité de financement.....	38
Comité d’évaluations et d’analyse des besoins (banque alimentaire)	38
Comité gestion du Fonds d’Aide CAB du Granit.....	38
Comité de gestion des ressources humaines	38
Comité de sélection.....	38
Comité entretien du bâtiment et des équipements.....	38
Conclusion et remerciements	39

Sigles et acronymes

AQBAM	Association québécoise des banques alimentaires et des moissons
AQDR	Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées
BA	Banque alimentaire
CA	Conseil d'administration
CABG	Centre d'action bénévole du Granit
CDC	Corporation de développement communautaire
CIUSSSE-CHUS	Centre intégré universitaire en santé et services sociaux de l'Estrie Centre hospitalier universitaire de Sherbrooke
CLE	Centre local de développement
CSSSG	Centre de santé et services sociaux du Granit
CSST	Commission de la santé et de la sécurité du travail
ECR	Services éducatifs, culturels et récréatifs pour aînés
FCABQ	Fédération des centres d'action bénévole du Québec
MRC	Municipalités régionales de comté
PALV	Perte d'autonomie liée au vieillissement
PFB	Services aux personnes et familles dans le besoin
PIED	Programme intégré d'équilibre dynamique (prévention des chutes)
PSI	Plan de services individualisés
RCABE	Regroupement des centres d'action bénévole de l'Estrie
RCCE	Regroupement des cuisines collectives de l'Estrie
RCCQ	Regroupement des cuisines collectives du Québec
ROC-Estrie	Regroupement des organismes communautaires de l'Estrie
ROMADE	Regroupement des organismes pour le maintien à domicile de l'Estrie
RSIPA	Réseau de services intégrés aux personnes âgées
SAAQ	Société de l'Assurance automobile du Québec
SAB	Semaine de l'action bénévole
SAD	Services d'aide à domicile
SCC	Société canadienne du cancer
SSS	Santé et services sociaux
TCPA	Table de concertation des personnes âgées de la MRC du Granit
VASARA	Vers une alimentation saine et adaptée à la réalité des aînés



Mot de la présidente

Cordiale bienvenue à chacun et chacune d'entre vous à cette 33^e assemblée générale annuelle qui nous permet de mettre en commun nos activités et réalisations de l'année en cours. C'est grâce à vous tous que notre Centre évolue et continue de s'ouvrir à de nouveaux projets.

L'année 2018-2019 aura été fertile en émotions et en changements de toutes sortes.

Tout d'abord, j'ai dû remplacer à brûle-pourpoint la présidente d'office, Madame Lise St-Pierre, qui a dû quitter son poste pour des raisons familiales graves, indépendantes de sa volonté.

Nous avons eu à conjuguer avec le départ de Madame Christine Dubé qui terminait son mandat comme directrice en cogestion et assumer aussi la relève avec Madame Vicky Ménard qui devenait directrice générale officiellement en janvier 2019.

L'année 2018-2019 a tourné à une vitesse grand V afin de répondre aux nombreux changements qui se sont présentés, ou qui sont en cours, auxquels notre directrice a répondu efficacement et adéquatement :

- Engagement d'une nouvelle ressource comme agente de développement
- Transfert des activités de la Croix-Rouge qui a nécessité le réaménagement des espaces locatifs
- Réparation du frigo de la banque alimentaire
- Plan de relocalisation de l'espace des employées
- Nouveau bureau personnel de la directrice (climatisation)
- Inspection du bâtiment par les pompiers qui a nécessité des modifications urgentes pour la sécurité du personnel et plus encore...

De plus, Madame Ménard a su s'adapter au renouvellement du CA et a participé activement aux nouveaux comités mis en place pour une gouvernance proactive et efficace.

Chers bénévoles, merci mille fois ! Votre contribution est indispensable. Votre générosité, votre implication sont la source même du bon fonctionnement de notre Centre. Votre engagement envers nos aînés ou auprès des gens qui ont des besoins particuliers d'accompagnement, de support, de divertissement fait toute la différence dans leur quotidien. Votre présence active enrichit tous ceux qui ont la chance de vous côtoyer et vous êtes de ceux et celles qui sèment du bonheur autour de vous.

En terminant, je veux profiter de cette occasion pour remercier bien sincèrement les membres du CA de m'avoir acceptée comme présidente intérimaire pour terminer l'année en cours, pour leur support dans cette transition et leur soutien continu tout au long de cette année.

Merci aussi à notre directrice générale Madame Vicky Ménard, pour sa détermination et sa précieuse collaboration à tous les niveaux.

Merci aussi à tous les employés pour l'excellence de leur travail, leur sourire et leur patience à travers nos nombreuses visites occasionnées par les changements amorcés et à venir.

Merci encore chers bénévoles pour votre présence.

Bonne assemblée générale !

Viola Lefebvre, présidente
Conseil d'administration



Mot de la directrice

Bienvenue à notre 33^e assemblée générale annuelle du Centre d'action bénévole du Granit. C'est avec plaisir et fierté que je vous présente en tant que directrice générale, le fruit de nos efforts de la dernière année.

Tout d'abord, merci à Madame Christine Dubé pour son aide précieuse lors de la transition du poste de direction.

Chez nous, le travail bénévole s'active dans tous les secteurs de la société : la santé, l'éducation, les services sociaux, la culture, l'exercice physique, les loisirs, les arts et l'environnement.

La qualité de vie et le dynamisme caractérisent notre communauté. Des milliers d'heures et d'actions ont bâti l'histoire de notre Centre. Grâce à votre implication et votre générosité cette histoire vous appartient. Vous en avez écrit les pages au fil des ans.

Pour une communauté, le bénévolat est plus qu'important: il est fondamental.

Vous serez à même de constater que le CAB du Granit a connu une année effervescente sur tous les plans. Ce fût une année marqué de plusieurs changements organisationnels. Trois nouvelles employées font partie du personnel de notre équipe de six; restructuration de quatre postes en lien avec les descriptions de tâche et trois nouveaux administrateurs se sont ajoutés au CA.

La supervision et le fonctionnement des différentes comptabilités ont été révisés, afin d'assurer une saine gestion des finances et un meilleur contrôle.

Le projet de réaménagement « Wow » a été effectué dans tous les bureaux optimisant l'espace de travail. À la banque alimentaire les méthodes de travail ont été améliorées.

Merci à notre personnel qui a performé avec brio malgré l'inconfort, le bruit et la poussière. Je suis aussi reconnaissante envers les bénévoles qui nous ont soutenus pendant ce branle-bas de combat.

Merci à tous les membres du conseil d'administration pour leur support et leur diligence dans la gestion des divers dossiers soumis en cours d'année.

Au nom de mes confrères et consœurs du conseil d'administration, je profite de cette belle occasion pour souligner et reconnaître votre apport à notre communauté, en mettant votre temps, votre énergie et vos actions au service d'autrui. Merci !

Quel que soit votre lien avec nous, sachez que votre contribution - tant financière, humaine, matérielle ou autres - enrichit le quotidien et la qualité de vie dans nos communautés.

Le mot « merci » est bien petit par rapport à tout ce que vous avez accompli en nous épaulant, car sans vous, le Centre ne pourrait rayonner autant.

Merci encore à vous tous !

Je vous souhaite plein de douceurs, de bonheurs, de plaisir et de chaleur...

Bonne assemblée générale !

Vicky Ménard
Directrice générale



Mot de Christine Dubé

J'aimerais dire à chacun de vous, merci ! Vous dire également combien j'ai été chanceuse de pouvoir compter sur votre collaboration et votre grande générosité.

Au fil de ces 14 années, j'ai vu défiler des gens de cœur sans qui le Centre n'aurait pu réaliser sa mission comme il l'a fait.

Vous êtes une grande richesse et c'est grâce à vous tous que le Centre rayonne à travers la MRC. Vous m'avez aidée à grandir et à bien faire mon travail en tant que directrice générale. Merci pour l'engagement et le dévouement !

Je quitte le CAB riche de nos partenariats, des projets réalisés et de l'avancement de l'organisme.

Des avancées, il y en a eu plusieurs, on peut penser à la mise en place des guignolées, à l'achat de notre bâtisse et des améliorations locatives majeures qui ont été faites ainsi qu'à la mise en œuvre de plusieurs nouveaux services.

L'amélioration de nos services est un processus en continu et c'est grâce à vous tous, bénévoles, membres de l'équipe de travail et membres du conseil d'administration, que nous pouvons dire bravo pour le chemin parcouru depuis plus de 32 ans !

Le temps est venu pour moi de céder toute la place de direction à une femme pleine de passion et d'énergie qui, j'en suis certaine, saura, avec l'équipe, porter la belle et importante mission de notre organisme.

Bonne continuité mesdames !

Un nouveau défi m'attend, mais sachez bien que je quitte la tête pleine de beaux souvenirs.

Encore du fond du cœur, mille merci pour votre soutien et votre appui.

Christine Dubé

Présentation du Centre d'action bénévole du Granit

Historique

Le Centre d'action bénévole a obtenu sa charte en 1986. Il est membre de la Fédération des centres d'action bénévole du Québec (FCABQ) depuis 1990. Grâce à l'implication de plus d'une centaine de bénévoles qui se dévouent au sein des différents comités. Le CAB fait preuve de leadership et participe activement au dynamisme du milieu.

Le CAB du Granit est un organisme à but non lucratif géré par un conseil d'administration.

Nos services rejoignent les personnes âgées, les malades ou les handicapés et viennent en aide aux personnes et familles les plus démunies. Le Centre d'action bénévole est demeuré au fil du temps un lieu convivial, de partage et d'enrichissement.

Mission

La mission du CAB du Granit consiste à promouvoir l'action bénévole dans les différents secteurs d'activité humaine et de susciter une réponse à des besoins du milieu.

Vision

Le Centre d'action bénévole est un partenaire actif du développement social et économique de son milieu. Les bénévoles sont au cœur de sa mission et l'action bénévole sert de catalyseur dans leur engagement envers leur communauté.

Valeurs

Accueil – Engagement – Respect – Action – Entraide

Territoire

Le territoire du CAB est celui de la MRC du Granit qui comprend 20 municipalités. Nous avons regroupé ces municipalités en cinq secteurs pour permettre, entre autres, une meilleure représentativité au sein du conseil d'administration.

- Secteur A : Courcelles – Lambton – St-Sébastien – Ste-Cécile-de-Whitton
- Secteur B : Frontenac – Lac-Mégantic
- Secteur C : Audet – Lac-Drolet – St-Ludger – St-Robert-Bellarmin
- Secteur D : Marston – Notre-Dame-des-Bois – Piopolis – Val-Racine – Woburn
- Secteur E : Milan – Nantes – Stornoway – Stratford – St-Romain

Nos trois champs d'action

1. Développer l'action bénévole et communautaire par des actions favorisant la promotion du bénévolat et le soutien des bénévoles de la communauté dans leur implication.
2. Soutenir la communauté en offrant des services aux individus (personnes âgées et en situation de pauvreté) et du support aux organismes bénévoles.
3. Développer un système de gouvernance et de vie associative basé sur un comportement éthique modèle et une gestion démocratique authentique.

Conseil d'administration 2018-2019



Monsieur Claude Grondin, absent de la photo

Chaque organisme doit légalement être constitué dans sa structure organisationnelle d'un conseil d'administration composé d'administrateurs. Ces derniers sont élus par les membres lors de l'assemblée générale annuelle.

Les administrateurs des organismes à but non lucratif sont responsables de la gestion des affaires de l'organisme au nom de ses membres. Ils doivent maintenir une relation de confiance avec ceux-ci.

Cette implication entraîne des obligations légales non négligeables. De ce fait, il est important que tous les membres d'un conseil d'administration soient bien informés de leurs devoirs et de leurs responsabilités dès le début de leur mandat. Pour ce faire, ils doivent bien connaître et comprendre l'organisation pour laquelle ils s'impliquent bénévolement.

Le mandat d'un administrateur au sein du CA est de deux ans. Un administrateur peut reconduire son mandat autant de fois qu'il le désire, lorsque son siège vient en élection, en suivant la procédure de mise en candidature. Ceci afin de stimuler le développement de nouveaux projets, de nouvelles façons de faire et la reconnaissance des bénévoles impliqués depuis plusieurs années.

Mme Raymonde Couture

Communauté – siège 7

Mme Viola Lefebvre

Secteur B – siège 3

M. Sylvain Roy

Communauté- siège 8

M. Nelson Beaudry

Secteur B – siège 2

Mme Vicky Ménard

Communauté – siège 9

M. Jacques Thibault

Secteur C – siège 4

Mme Madeleine Veilleux

Secteur E – siège 6

M. Claude Grondin

Secteur A – siège 1

Vacant

Secteur D – siège 5

Administratrice

MRC du Granit

Présidente

Frontenac – Lac-Mégantic

Administrateur

MRC du Granit

Administrateur

Frontenac – Lac-Mégantic

Directrice générale

Secrétaire-trésorière

Vice-président

Audet – Lac-Drolet – St-Ludger – St-Robert Bellarmin

Administratrice

Milan – Nantes – Stornoway – Stratford – St-Romain

Administrateur

Courcelles – Lambton, – St-Sébastien – Ste-Cécile

Administrateur

Marston – Notre-Dame-des-Bois – Piopolis – Val-Racine – Woburn

L'équipe du CAB du Granit 2018-2019



Mme Lise Grégoire

Coordonnatrice et cuisinière de la popote roulante et animatrice des cuisines collectives du CAB

Mme Diane Morin

Coordonnatrice à la banque alimentaire du Granit

Mme Ginette Grenier

Coordonnatrice du programme « Lire et faire lire » et du service popote roulante repas congelés

Mme Vicky Ménard

Directrice générale et secrétaire de la corporation

Présidente du Regroupement des Centres d'action bénévole de l'Estrie (RCABE)

Mme France Brunette

Agente de développement, communication et animatrice d'ateliers d'art et de Parkinson, volet « bénévolat et aînés »

Mme Julie Bernier

Adjointe administrative

Mme Luce Robineau

Animatrice d'ateliers d'arts, volet « bénévolat et aînés »



CHAMP D'ACTION I–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.

Promotion de l'action bénévole

- Sensibiliser et stimuler la population à l'action bénévole ;
- Faire reconnaître la contribution des bénévoles ;
- Valoriser les actions des personnes impliquées ;
- Augmenter la visibilité du CAB.

Actions de promotion du bénévolat

Chaque action de ce champ doit toucher les bénévoles de la communauté et non pas uniquement ceux du Centre d'action bénévole. Les activités que le CAB peut réaliser dans ce champ d'action se réfèrent soit à la promotion de l'action bénévole, soit au soutien des bénévoles. La Journée internationale des bénévoles le 5 décembre 2018 a été soulignée lors du Party de Noël 2018.

- Organisation, participation et/ou soutien à des activités de reconnaissance pour les bénévoles de la communauté, aux activités pour souligner la Journée internationale des bénévoles et la Semaine de l'action bénévole du Québec ;
- Soutien à la diffusion de prix de reconnaissance de l'action bénévole ;
- Soutien à la réalisation d'études, de recherches ou de sondages sur l'action bénévole.

La Semaine de l'action bénévole (SAB) se tient chaque année au mois d'avril. Plusieurs activités sont organisées à travers la province pour souligner la contribution des bénévoles et leur témoigner notre reconnaissance pour ce qu'ils et elles accomplissent.

Les membres du RABQ, de la FCABQ et du RCABE collaborent et unissent leurs efforts et compétences pour le développement de l'action bénévole au Québec.

Le CAB étant membre des regroupements ci-haut mentionnés, nous soulignons annuellement la promotion et le lancement de la Semaine de l'action bénévole par le biais de notre site web (www.cabgranit.com), d'annonces radio à CJIT-FM, de publicités sur les réseaux sociaux (Facebook) et dans nos journaux locaux.

Occasion idéale pour le Centre d'action bénévole d'inciter les organismes et municipalités à reconnaître l'apport colossal des bénévoles dans leurs milieux.

Également, dans le cadre de cette semaine, les prix Hommage bénévolat-Québec sont remis par le gouvernement du Québec afin de souligner l'engagement et la contribution de bénévoles et d'organismes de toutes les régions de la province. Le Secrétariat à l'action communautaire autonome et aux initiatives sociales (SACAIS) est responsable de l'organisation de cet événement. Le RABQ, la FCABQ et le RCAB collaborent avec le SACAIS pour effectuer la promotion de cette remise de prix au Québec.

Le Centre d'action bénévole du Granit désire rendre hommage à tous les bénévoles qui cultivent l'entraide et contribuent à l'amélioration de la qualité de vie de la population.

Les activités de reconnaissance aux bénévoles

La Semaine de l'action bénévole 2018, est l'occasion parfaite pour saluer le dévouement des milliers de bénévoles qui contribuent au mieux-être de toute leur communauté. Quel que soit votre engagement, vous faites la différence !



Trois activités spéciales sont organisées
spécialement pour les bénévoles,
afin de souligner notre reconnaissance envers eux.

Cabane à sucre

Pour souligner la belle et précieuse implication de nos bénévoles du CAB du Granit dans le cadre de la Semaine de l'action bénévole 2018, une fête de reconnaissance a eu lieu le 19 avril à la Cabane à sucre Mégantic. D ner, remerciements, tirages de prix d'actions bénévoles et de présences. Un chansonnier est venu égayer l'activité après le repas. La journée a été grandement appréciée des 57 bénévoles et du personnel présent !

Merci de tout cœur à nos bénévoles !



Le Party de la Rentrée

Il s'agit d'un événement important pour manifester toute notre appréciation envers nos bénévoles. Un moment privilégié pour leur démontrer notre reconnaissance et souligner le retour aux activités régulières de bénévolat pour l'ensemble de nos membres.



L'équipe du CAB du Granit a invité et préparé toute une « **FIESTA MEXICAINE** », le 6 septembre 2018, à l'OTJ de Lac-Mégantic.



Des mets typiques du Mexique ont été cuisinés et servis bénévolement par notre cuisinière, Lise Grégoire, et Denise Beaudoin-Stewart, bénévole. Elles sont toutes deux passionnées de l'art culinaire et d'excellentes cuisinières.

Le repas fut un vrai délice !

Une belle journée festive où rallye, danse, costumes et jeux ont complété la fête à laquelle participaient **51 personnes**.

Que vous aimez vous déguisez, ou simplement pour participer à la fête, cet événement s'est déroulé sous **le signe du plaisir !**

Cette belle rencontre permet à chacun de mieux se connaître et nous offre une belle occasion de redire

MERCI à nos bénévoles ! Tout un succès !



Party de Noël 2018-2019

Le 13 décembre 2018, nous recevons nos bénévoles pour célébrer la **Journée internationale des bénévoles (5 décembre)** ainsi que la fête de Noël.



Un excellent buffet chaud et froid a été servi par le service de traiteur « *La Bonne Franquette* »

Après le repas, nous avons souligné le départ de Mme Christine Dubé qui a été directrice durant dix ans au sein du CAB. Une œuvre d'art peinte par Ginette Grenier, une artiste remplie de talents, et un bouquet de fleurs lui ont été offerts. De touchants témoignages ont été faits par Monsieur Guy Hamel, mentor de Christine pendant plusieurs années suivis de Madame Vicky Ménard.

Au son de l'orchestre « *Pulsion* », 70 personnes se sont amusées en dansant et en échangeant lors de cette joyeuse soirée. Des prix d'action bénévole et de présence ont été tirés au hasard et ce fut encore une fois...

...un beau succès !



Soutien aux bénévoles



Un accueil chaleureux

Au Centre d'action bénévole, chaque futur bénévole reçoit un accueil personnalisé, qu'il se présente en personne ou qu'il fasse une approche téléphonique ou électronique. Dans tous les cas, la personne est assurée d'être rencontrée individuellement afin de bien cerner ses attentes face à son implication bénévole.

Une orientation en fonction de ses intérêts

Lors d'une entrevue, le futur bénévole sera appelé à identifier ses intérêts afin d'être bien orienté dans le type d'implication qui lui convient le mieux, tout en tenant compte de sa disponibilité. Est-ce qu'il est à l'aise de s'investir auprès de la clientèle ou préfère-t-il agir dans un comité ou encore pour une activité particulière ?

Un soutien dans ses actions

La nouvelle personne bénévole n'est jamais laissée à elle-même. Elle bénéficie de l'encadrement de la coordonnatrice du service et elle peut être accompagnée par un bénévole plus expérimenté tout au long de son apprentissage. Toutes les procédures lui sont bien expliquées et les guides nécessaires lui sont remis. Le bénévole peut toujours se référer à la direction générale en cas de situation inhabituelle.

Suivi au cours de son implication

Des suivis sont faits périodiquement afin de valider la satisfaction ressentie dans son implication en tant que bénévole. Le personnel est toujours disponible pour répondre aux questions qui peuvent survenir.

Formation continue

Chaque année, de la formation est offerte à l'ensemble des bénévoles. Elle peut toucher des aspects de croissance personnelle ou aborder des sujets d'ordre général ; par exemple, la confidentialité ou une action bénévole plus spécifique comme l'accompagnement-transport.

Reconnaissance au jour le jour

Les MERCIS ne sont jamais comptés au Centre d'action bénévole du Granit. Chaque présence et chaque action sont soulignées. Nous savons que chaque geste compte. Certaines activités viennent ponctuer l'année : Fête de Noël, Semaine de l'action bénévole, Journée internationale des bénévoles.

En tant que membre bénévole, vous aurez droit
aux différentes formations ainsi qu'aux activités de reconnaissance,
Reconnaissance pleinement méritée!

Bénévoles inscrits au Centre d'action bénévole du Granit

Au 31 mars 2019, le CAB regroupait 117 bénévoles répartis dans 20 municipalités. De ce nombre, l'organisme comptait 108 membres réguliers, 9 membres aspirants et 1 membre honoraire, Monsieur Gaston Plante.

Le support offert aux bénévoles est axé sur l'évolution des capacités et des compétences propres à favoriser pour chacun l'autonomie, la motivation et le développement personnel, et ce, par l'accueil, la formation, l'orientation et le suivi dans l'action.



Photo souvenir : Septembre 2014

Création et/ou diffusion de formations visant à soutenir les bénévoles dans leurs actions ;

Créations et/ou diffusion d'outils visant à offrir du support aux bénévoles dans leur organisme ;

Création et/ou diffusion d'outils visant à faciliter l'accessibilité et le déploiement de l'action bénévole.

Il n'y a pas d'âge pour devenir bénévole. Il importe cependant que le futur bénévole connaisse bien l'organisme dans lequel il veut s'impliquer afin de répondre à ses besoins et à ses intérêts.

Le site Internet Jebenevole.ca a été créé à cette fin et guidera le futur bénévole dans sa démarche. Supporté par la Fédération des centres d'action bénévole, Jebenevole.ca est une plateforme provinciale de jumelage entre les organismes à la recherche de bénévoles et les personnes désireuses de faire du bénévolat.

La plateforme est conçue de manière conviviale et est très simple d'utilisation. Le site Jebenevole.ca présente des offres de bénévolat avec des outils de recherche et des filtres permettant le jumelage entre organismes et individus de manière à combler les ressources humaines bénévoles dans notre MRC.

Pourquoi faire du bénévolat ?

- Vous sentir utile, donner un sens à votre vie ;
- Réduire l'isolement, créer et maintenir des liens sociaux ;
- Acquérir de nouvelles aptitudes ou connaissances ;
- Améliorer votre santé physique, psychologique et sociale ;
- Jouer un rôle actif dans la société et y laisser votre trace ;
- Adoucir les transitions : retraite, séparation, décès...

...et parce que chaque geste fait une différence !



CHAMPS D'ACTION 2 - Soutien à la communauté

Soutien aux organismes

Le Centre d'action bénévole du Granit offre aux organismes communautaires de la région une variété de services. Que ce soit par la référence ou la sélection de bénévoles pour des événements spéciaux ou des activités régulières.

Concertation dans le milieu

Afin de favoriser une réponse adéquate aux besoins du milieu, le Centre d'action bénévole participe à différentes concertations. Ensemble, on peut aller plus loin ! Par exemple, apporter une aide à l'organisation d'un Salon info aînés par la Table de concertation ou offrir un atelier de partenaires portant sur les services aux proches aidants.

Formation

Certaines formations sont ouvertes à d'autres associations.

Référence de bénévoles

Des bénévoles sont recommandés pour répondre aux besoins d'autres organisations. Plusieurs bénévoles participent aussi à des campagnes de sollicitation qui ont lieu dans notre milieu pour des organismes régionaux ou nationaux, par exemple la Société canadienne du cancer et la Fondation des maladies du cœur.

Soutien professionnel

Un soutien professionnel est offert aux organisations qui font appel à l'expertise du Centre d'action bénévole. À titre d'exemples : demande de subvention ou pour la participation à un comité.

Soutien technique

Certains locaux du CAB sont disponibles pour la location, entrevues ou rencontres. Du soutien au secrétariat est offert ainsi que des services de photocopies, moyennant un léger coût.

Services aux individus

Des services qui rejoignent les personnes âgées, malades ou handicapées, mais aussi qui viennent en aide aux personnes et familles les plus démunies. Le Centre d'action bénévole est au cœur de sa communauté !

Les services aux individus visent, entre autres, à :

- soutenir et améliorer l'autonomie des personnes vivant à domicile ;
- supporter le réseau naturel d'un individu ;
- favoriser la qualité de vie ;
- rediriger l'individu vers les organismes pouvant offrir conseils et support selon la ou les problématiques vécues.

Les services aux individus suivants sont le résultat d'ententes avec le CSSSG

- Réseau de services intégrés aux personnes âgées (RSIPA) ;
- Perte d'autonomie liée au vieillissement (PALV).

Les services aux individus sont répartis en trois catégories :

- Les services d'aide à domicile (SAD) ;
- Les services éducatifs, culturels et récréatifs (ECR) ;
- Les services aux personnes et familles dans le besoin (PFB).

Services d'aide à domicile (SAD)

Ces services ont pour but de permettre à des personnes en perte d'autonomie permanente ou temporaire de demeurer dans leur milieu de vie naturel et ainsi éviter qu'elles ne se retrouvent en institution publique.

Popote roulante (repas congelés) livrée à domicile

Grâce à une entente de service avec le CSSSG, nous offrons depuis sept ans un service de popote roulante (repas congelés) pour les aînés en perte d'autonomie.

Ceux-ci ont le choix entre deux ou trois repas congelés par semaine, incluant ou non le dessert, et ce, à bas prix. Chaque année, un reçu est remis au client de plus de 70 ans pour qu'il puisse bénéficier d'un crédit d'impôt.

Ces repas sont cuisinés ici par la cuisinière du service, Madame Lise Grégoire, aidée de bénévoles. Selon la demande, ils sont livrés à domicile, par des bénévoles, aux deux semaines dans toutes les municipalités de la MRC.

Quelques photos en action !



Denise Beaudoin et Lise Grégoire

Nombre de bénéficiaires rejoint : 418

Nombre de municipalités : 12

Nombre de bénévoles : 8

Nombres de repas livrés : 3796



Renald Talbot, bénévole aux préparations des commandes



Ginette Grenier, gestion administrative de la popote roulante



Marthe Arguin, Georges Roy, Baladeurs bénévoles, (livraison)

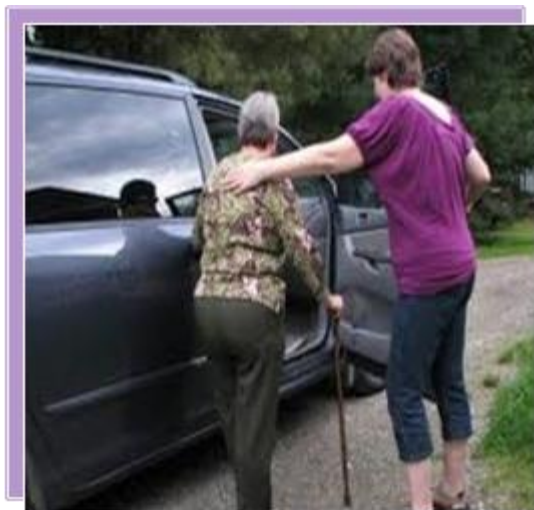
Popote roulante - Lac-Drolet - repas chaud

Un service de popote roulante est offert aux aînés de Lac-Drolet ; des bénévoles du CAB livrent à domicile, deux fois par semaine, des repas chauds cuisinés par le traiteur « Au temps retrouvé ».

Municipalité de Lac-Drolet
Nombre de bénéficiaires inscrits : 192
Nombre de repas livrés : 1447
Nombre de bénévoles : 8



Accompagnement-transport médical



Nombre de bénévoles :35
Nombre d'heures : 4485
Nombre de bénéficiaires : 210

Pour qui ? Toute personne ayant besoin d'accompagnement lors de ses rendez-vous médicaux.

Coût : Un tarif est demandé pour compenser le coût d'utilisation du véhicule automobile du bénévole. Le tarif est établi en fonction du statut du bénéficiaire.

Une demande de transport médical doit être effectuée auprès du CAB au moins 48 heures ouvrables avant la date du rendez-vous. Ce délai permet de joindre un bénévole et d'organiser ainsi l'accompagnement et le transport.

Pour chaque jumelage, on estime qu'environ cinq appels téléphoniques sont requis en plus des démarches faites par le personnel pour les autorisations et paiements.

Programme PAIR- Service d'appels à domicile

Le programme Pair est un service gratuit d'appel pour les personnes qui habitent seules et qui sont handicapées, en perte d'autonomie ou qui présentent d'autres conditions particulières.

Pair est un service d'appels quotidiens qui permet aux personnes âgées et aux personnes à risque vivant seules de se sentir davantage en sécurité.

À l'heure prédéterminée, l'abonné reçoit un appel téléphonique ; dès qu'il y a réponse, le système automatisé en déduit que tout va bien. Dans le cas où l'abonné ne répond pas, deux ou trois autres appels sont effectués. Après ces tentatives, une alerte est aussitôt déclenchée et des démarches sont entreprises afin d'effectuer sur place une vérification de la situation.

Ces appels quotidiens sont rassurants pour les abonnées et pour leur famille.

Soutien à la vie quotidienne

Offrir un accompagnement pour l'aide aux courses à un bénéficiaire incapable de les faire seul : épicerie, banque, pharmacie. Ce service s'adresse aux personnes âgées de 65 ans et plus.

Téléphones amicaux et sécurisants

Contacter régulièrement un bénéficiaire (ayant un état physique et mental favorisant l'échange) pour bavarder. Offert sous certaines conditions à des bénéficiaires en résidence d'hébergement ou privée. Ce service vise à reconforter et divertir le bénéficiaire.

Services éducatifs, culturels et récréatifs (ECR)

Ces services sont rendus à des personnes en regard de leur santé physique et mentale. Ils favorisent leur intégration sociale et visent à développer et soutenir leurs capacités physiques, psychologiques et sociales.

VIACTIVE : C'est le temps de faire un peu d'exercice tout en s'amusant !

Programme d'activités physiques adaptées pour favoriser la santé. Offert dans six municipalités, les séances sont animées par deux (2) bénévoles. Cette année, 440 heures d'exercices ont été réalisées.



Programme P.I.E.D. (Programme intégré d'équilibre dynamique)

Ce beau programme est conçu et adapté spécialement aux personnes âgées en leur permettant, par le biais de divers exercices, de développer leur équilibre et de renforcer leurs muscles.

Faire de l'activité physique améliore la santé à tout âge et il n'est jamais trop tard pour s'y mettre.

Lire et faire lire



Le plaisir de la lecture pour les enfants par des aînés bénévoles.

Activité de lecture intergénérationnelle offerte à des jeunes du premier cycle du primaire, ou aux groupes d'enfants de 4 et 5 ans dans les Centres de la petite enfance (CPE). Nos bénévoles participent à l'activité sur une période de huit semaines, à raison d'une fois par semaine ; chaque activité dure de 45 à 60 minutes.

Ce programme a comme objectif de susciter l'intérêt à la lecture. De plus, il est bénéfique à l'éveil, à l'imagination et à la créativité. Susciter le plaisir de la lecture et le goût des livres.

Cette année, 16 bénévoles ont fait la lecture à 95 enfants dans 6 écoles et 2 CPE, pour un total de 160 heures de lecture aux enfants.



Les ateliers cinq épices



En 2018-2019, 162 ateliers de cuisines ont été offerts dans 2 écoles primaires de la MRC du Granit, à 644 enfants, permettant à ces derniers d'acquérir des connaissances sur la saine alimentation et de développer leurs aptitudes sociales.

Mis en place par Granit Action il y a quelques années, le CAB est heureux d'assumer, cette année, la continuité de ces ateliers de cuisine-nutrition dans 2 écoles primaires de notre MRC.

Promouvoir l'éducation nutritionnelle et culinaire, favoriser le développement social par le biais de l'alimentation auprès de la clientèle scolaire et étudiante, de leur famille et des adultes en général, principalement en milieux éloignés.

À chaque atelier, les élèves de 3^e, 4^e, 5^e et 6^e année cuisinent une recette santé tout en recevant des notions de français, de mathématique, d'histoire et de géographie.

L'animatrice Monique Fortier fait « voyager » les élèves...

Tous les élèves manipulent, mesurent et coupent les aliments. En cuisinant et en goûtant, nos petits cuistots intègrent les notions d'une saine alimentation, découvrent de nouveaux aliments et développent une autonomie alimentaire.

Merci à Monique pour son excellent travail !

Merci aux écoles participantes !

Services aux personnes et familles dans le besoin (PFB)

- Banque alimentaire
- Cuisines collectives
- Services offerts aux personnes démunies

Banque alimentaire

La banque fournit des denrées alimentaires, selon l'inventaire du jour, à des familles ou personnes admissibles.

Dépannages alimentaires

Les paniers de dépannage comprennent, en plus des conserves, des aliments des quatre groupes alimentaires. Ces denrées sont achetées grâce aux dons en argent reçus lors des guignolées et tout au long de l'année.

Pour l'année 2018-2019, 42 228 kilos ont été distribués aux familles, dans toutes les municipalités du territoire, pour un total de 1 412 dépannages.

Ce service est offert aux personnes et familles vivant des difficultés financières.

L'aide alimentaire s'adresse aux personnes et aux familles vivant une situation difficile, que ce soit la perte d'un emploi, l'attente de revenus (chômage, CNESST, etc.), une séparation, la maladie, etc.

Clientèle admissible

Toute famille ou personne vivant une situation précaire ou difficile (perte d'un être cher, diminution ou manque de revenus, maladie, sinistre, etc.) et qui réside sur le territoire. L'admissibilité est évaluée par un comité d'analyse des besoins.

Une famille reçoit un dépannage alimentaire qui tient compte de la composition de celle-ci. La fréquence des dépannages dépend de sa situation financière et est établie suite à une évaluation.

La personne responsable au CAB prend le temps de rencontrer le bénéficiaire afin de bien évaluer sa situation et, si nécessaire, de le référer vers d'autres ressources appropriées.

Les bénévoles qui s'y impliquent

Ils ont effectué différentes actions pour contribuer au bon fonctionnement de la banque alimentaire : évaluation des bénéficiaires, transport des denrées, tri, prise d'inventaire, implication dans les activités d'autofinancement ou travaux légers.

Plusieurs bénévoles s'impliquent mensuellement à la banque. Ce chiffre grimpe à 300 lors des guignolées ; une trentaine de bénévoles participe au tri des sacs recueillis et à la préparation des paniers de Noël.

Approvisionnement

La banque alimentaire est un service de récupération et de distribution de denrées périssables et non périssables. Nous recevons des dons principalement d'un de nos partenaires, **MAXI**. Très généreux en dons de denrées non périssables durant toute l'année 2018-2019. Sans eux, le CAB ne pourrait pas offrir des dépannages aussi complets.

MERCI



Bilan des arrivages et achats
Denrées périssables et non périssables
(incluant la Guignolée) :
Dons : 40 285 kilos / Achats : 8 326 kilos
Total : 48 611 kilos

Guignolée porte-à-porte dans la MRC le 25 novembre 2018



Plus de 300 bénévoles ont procédé à la collecte et au tri de ces denrées au sein de la Guignolée porte-à-porte 2018. Pour une quatorzième année, la Guignolée porte-à-porte a recueilli des aliments, des dons divers et de l'argent permettant de venir en aide aux personnes vivant une situation difficile.

La récolte de 10 295 kilos de denrées non périssables a permis de garnir les paniers de Noël 2018 et d'assurer les dépannages alimentaires pour le reste de l'année.

Voici nos précieux collaborateurs pour la réalisation de cette activité (bénévolat et dons divers)

MERCI! aux étudiants de la polyvalente Montignac

Les jeunes du programme Pairs aidants de la polyvalente Montignac, sous la supervision de Nathalie et Mathieu, vous invitent à être généreux lors de la Guignolée porte-à-porte qui se tient chaque année dans les 20 municipalités de la MRC du Granit.



MERCI! À Ginette!

Peinte et offerte par Ginette Grenier cette superbe toile intitulée « Fraternité »

À servi pour amasser des d'un montant de 160,00\$, a été remis en don à la Banque alimentaire pour les paniers de Noël.

MERCI! À M. Guy Hamel qui orchestre depuis six ans, à Piopolis, une campagne de financement pour l'achat de pommes de terre. Cette année, l'activité a permis d'amasser la somme 2 935,00\$.

Plus de 1200 repas remis à la Banque alimentaire



La population du Granit toujours aussi généreuse!
C'est grâce à la générosité de la population et d'une multitude d'acteurs que le réseau de la Croisade pour la porte ouverte de la Banque alimentaire pour l'hiver est possible.

MERCI! aux entreprises et professionnels de la MRC, du Granit qui nous a également permis de recueillir la somme de 3 450,00 \$. La totalité de ces Dons sert à l'achat de denrées périssables.

MERCI! Au Club de patinage artistique «Les lames argentées»

Les membres du club nous ont fournis 1 200 repas en sachet.

MERCI! À l'école La Feuille d'Or de Lambton

Les élèves ont travaillé très fort pour recueillir de magnifiques toutous et des livres qui ont pu être ajoutés aux paniers de Noël des enfants.

MERCI! À la Constellation du Granit

L'organisme a recueilli et nous a fait don de livres neufs pour les jeunes de 0-12 ans. Un total de 135 livres a été distribué dans les paniers de Noël 2018, selon l'âge des enfants.

MERCI! À l'équipe d'Intro-Travail

L'organisation nous a fait don de sachets de maïs soufflé accompagnés d'un livre de recettes santé et d'une carte de chasse au trésor à l'épicerie.



MERCI...

- à la Fromagerie La Chaudière pour le don de 200 briques de fromage ;
- à la Milanaise pour le don de 300 kilos de farine ;
- aux représentants des secteurs du CAB ;
- aux cadets et scouts pour la cueillette de denrées aux portes ;
- aux bénévoles responsables de leur municipalité et leurs propres équipes de bénévoles ;
- à tous les généreux bénévoles, sans qui cette activité ne pourrait avoir lieu !



Sincères remerciements à toute la population granitoise !
Grâce à votre générosité, nous avons pu atteindre notre objectif :
répondre aux besoins des personnes en difficulté de notre milieu tout au long de l'année.

Guignolée des médias le 6 décembre 2018

Nourrir l'espoir partout sur le territoire de la MRC du Granit ! Des centaines de bénévoles s'unissent afin de combattre la faim dans nos communautés.



Se joindre à notre équipe des bénévoles assignés aux points de collecte extérieurs c'est contribuer à cette grande chaîne d'entraide.

La population granitoise et ses nombreux partenaires ont été plus que généreux lors de la Guignolée des médias qui s'est déroulée le 6 décembre dernier.

Cette activité, tenue en même temps que la Guignolée des médias provinciaux, conscientise la population aux besoins de la banque alimentaire par la collecte d'argent et est réalisée par plusieurs bénévoles et employés présents dans quelques commerces de Lac-Mégantic. Aux blocages routiers, se sont ajoutés aux représentants des médias les pompiers de Lac-Mégantic ainsi que les policiers de la Sûreté du Québec.

La guignolée des médias s'est tenue jusqu'au 24 décembre. Les denrées non périssables pouvaient être déposées dans les lieux de collectes tels que la pharmacie Jean Coutu, Maxi, Métro et Wal-Mart.

Activités des paniers de Noël 2018

Période d'inscription à la Campagne des paniers de Noël

Les familles désirant recevoir un panier de Noël doivent remplir un formulaire de demande afin de faire évaluer leur admissibilité. Les formulaires sont disponibles dans les caisses Desjardins, au Centre local d'emploi (CLE), dans les CLSC, dans les bureaux municipaux des villages ou au Centre d'action bénévole du Granit.

La préparation et la distribution des paniers de Noël

Dans les jours suivants, une équipe de bénévoles a terminé le triage des denrées à la banque alimentaire et a participé au remplissage des paniers de Noël.

Distribution des paniers (19 au 21 décembre 2018)

Tout comme l'an dernier, nous avons remis des bons d'achat pour la viande. Cette pratique est toujours très appréciée.

Un total de 4 739 kilos a été distribué à 240 familles, représentant 302 adultes et 137 enfants provenant des 20 municipalités

Les deux activités de guignolée ont permis de récolter la somme de 30 260 \$ au profit de la banque alimentaire. Une augmentation de 845 \$ par rapport à l'an dernier.

Cuisines collectives

Une cuisine collective, c'est un lieu de rencontre où des groupes de trois à six personnes mettent en commun leur temps, leur argent et leurs compétences pour confectionner des plats sains et économiques qui sont ensuite rapportés à la maison. C'est aussi l'offre d'ateliers éducatifs portant sur l'alimentation. Quarante groupes totalisant 260 participants ont cuisiné cette année.

Lors des cuisines collectives, les gens s'impliquent et participent activement à toutes les étapes : planification, achats, préparation des aliments et partage.

Clientèle admissible

Les cuisines sont accessibles à tous. La diversité des groupes favorise l'implication de tous les citoyens et enrichit les échanges. Elles permettent aux gens d'avoir une meilleure alimentation, de sortir de l'isolement et de partager leurs compétences.

Les bénévoles qui s'y impliquent

Ils sont très appréciés, car ils effectuent différentes actions bénévoles qui contribuent au fonctionnement et au développement des points de services tenus actuellement à Milan, Stratford, Notre-Dame-des-Bois et à Woburn.

Actions bénévoles : accompagnement des groupes de cuisine, organisation d'ateliers touchant l'alimentation ou responsabilité d'un point de service.

Ateliers touchant l'alimentation

Dix ateliers différents ont été offerts en cours d'année. Ils ont permis à 55 participants de parfaire leurs connaissances en cuisine : Garde-manger, Atelier jeunesse, les Conserves, Cuisine en pot, Noël, Atelier intergénérationnel et Vasara (Vers une alimentation saine et adaptée à la réalité des aînés).

Sac « Coup de pouce santé »

Grâce à un partenariat entre Granit Action, les Cuisines collectives et la banque alimentaire, les familles avec deux enfants et plus et bénéficiaires de la banque alimentaire ont reçu chaque mois un sac « Coup de pouce santé ». Ce sac comprend une recette santé ainsi que les ingrédients pour la cuisiner. Ce projet a pour but de favoriser l'apprentissage culinaire des enfants tout en sensibilisant la famille à une saine alimentation. Dix familles ont bénéficié de ce projet tout au long de l'année.

Partenariat

Pour souligner la Journée nationale des cuisines collectives, le Centre d'action bénévole du Granit a accueilli un groupe de mamans afin de cuisiner ensemble et dans le plaisir de belles recettes. Cette activité a été chapeautée par Lise Grégoire, agente de service aux cuisines.



Points services : 5
Nombre de groupes : 40
Nombre de participants :
260
Personnes touchées : 610
Nombre de recettes: 153
Nombre de portions
cuisinées : 481



Services offerts aux personnes démunies

Fonds CAB-Ressourcerie : Meubles usagés

Cette entreprise d'économie sociale sans but lucratif offre des produits et services (vente d'articles usagés, tels vêtements, meubles, électroménagers) répondant à des besoins sociaux et environnementaux, dans le but d'améliorer la qualité de vie de la population. Elle est au service de tous les citoyens et citoyennes de la MRC du Granit.

Depuis 15 ans, un partenariat avec la Ressourcerie du Granit permet aux personnes démunies d'acquérir des meubles ou des appareils électroménagers recyclés, avec escomptes consentis.

Le CAB a la responsabilité de recevoir les demandes, d'en évaluer l'admissibilité et de transmettre le dossier à la Ressourcerie. Cette dernière procède ensuite à la vente et produit pour le Centre d'action bénévole les documents de suivi pertinents.

Pour l'année de ce rapport, ce fonds a permis de venir en aide à 15 personnes pour une valeur totale de 2 076 \$. Cette heureuse initiative permet d'apporter une aide appréciable aux personnes démunies.

Fonds de dépannage

Ce fonds créé grâce à un don de la Fondation Louise et Jean-Paul Fontaine sert à couvrir (moyennant certaines conditions) une partie des frais d'accompagnements-transports médicaux pour les personnes âgées de 65 ans et plus à faibles revenus. Pour l'année 2018-2019, 17 personnes ont bénéficié de ce fonds.

Comptoir missionnaire

Deux bénévoles du CAB participent au bon fonctionnement du comptoir missionnaire de leur municipalité par le triage et la vente de vêtements usagés. Pour Lac-Drolet et St-Sébastien, 40 heures ont été répertoriées cette année.

Collaboration, soutien et concertation

Afin de favoriser une réponse adéquate aux besoins du milieu, le CAB participe à différentes tables de concertation et regroupements. Des représentations ont été assurées pour certains dossiers du CAB ainsi que pour ses différents services.

Projet « Clinique d'impôts 2018-2019 »

Pour une cinquième année, le CAB a offert une clinique d'impôts en partenariat avec « Solutions Budget Plus ». Soixante-quatorze (74) personnes ont bénéficié de ce service qui est offert à la population moyennant certaines conditions d'acceptabilité. Merci à « Solutions Budget Plus » pour cette collaboration qui nous permet d'offrir ce service très apprécié.

Service bénévole de cliniques d'impôt permettant aux personnes à faibles revenus de faire remplir leurs déclarations de revenus. Coût : 10 \$ par personne, par année de déclaration.

*Nous offrons 14 services différents pour les aînés, jeunes, familles
et les gens ayant des besoins alimentaires,
en maintien à domicile et d'aide pour l'acquisition de meubles
essentiels à la vie quotidienne.*

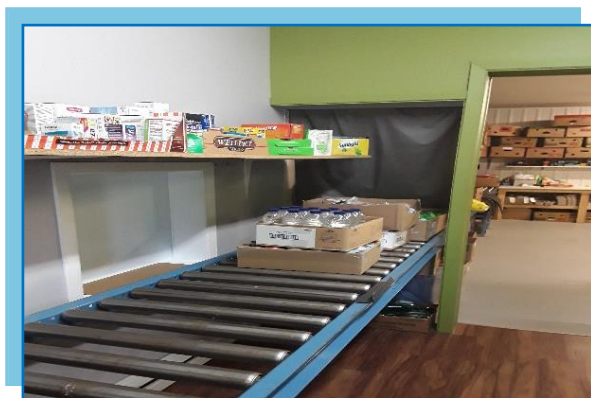
Les Bons Coups du Communautaire...ça s partage !

Projet de réorganisation à la banque alimentaire - Entrepôts & Guignolée

Des travaux majeurs ont été effectués dans le but d'améliorer l'espace de travail et en optimisant les méthodes de fonctionnement.

Un projet accessible et sécuritaire réalisé par Fernand Lemay. Ce bénévole guidé par son expérience et sa motivation a mis ses compétences en dessin structural en action. C'est en partageant nos idées tous ensemble, bénévoles et employés, que nous en sommes venus aux réalisations suivantes :

- Remplacement des convoyeurs de 15 po par des nouveaux de 24 po et ajout d'une table de transfert face à la porte d'accès de la salle 1 ;
- Nouveau poste de pesées des denrées relocalisé dans le bureau ;
- Ajout de tablettes au mur au-dessus de l'accès 1, ainsi qu'à la porte de réception des boîtes de denrées ;
- Ajout de deux ouvertures dans le mur pour un convoyeur donnant dans la salle 1 lors de la guignolée et dans la salle 2 devenue l'espace « Triage » évitant ainsi la congestion entre la réception, le triage et le retour des boîtes ;
- Ajout d'une porte d'accès à la salle 1, avec ouverture qui se verrouille à partir du bureau ;
- Disposition de la salle 2 « Triage » affiches numérotées pour signaler l'emplacement des denrées, permettant le classement dans un ordre logique et facile. Cette modification a également permis d'optimiser la prise d'inventaire ;
- Disposition de la salle 3 « Entrepôt » : nouvelles étagères et relocalisation des étagères existantes.



Ces changements améliorent et facilitent la réception rapide des denrées,
réduisent le temps de triage,
ainsi que le nombre de bénévoles et d'accidents.

Journée intergénérationnelle



Les cuisines collectives du Centre d'action bénévole du Granit ont participé à une activité intergénérationnelle le 25 janvier 2019, sous le thème du « rapprochement mères, filles, petites filles. »

Cette intergénération de filles a cuisiné de délicieux biscuits qui ont été remis en dons au comité « Frigo Free Go » de l'équipe de proximité dans le but de créer des liens avec d'autres organisations de la MRC du Granit.

Cette activité intergénérationnelle est adaptée en partie aux fonctions de notre mission qui est de sensibiliser la population à l'importance des liens intergénérationnels, favoriser la solidarité et le mieux-être collectif en plus de susciter la création d'espaces de dialogues.

Cette activité a été rendue possible grâce à l'initiative de Madame Rachel Bouffard et à la contribution financière du Fonds d'aide du CAB.



Le 18 février dernier, Monsieur Jean-Jacques Devaud, propriétaire de la boulangerie du Pain sur la Planche, a reçu les élèves de la classe 012 de Madame Maryse Boulanger, enseignante à l'école Notre-Dame-de-Fatima.

Accompagnés de quatre bénévoles, les élèves ont eu la chance de préparer du pain sous l'œil attentif de Jean-Jacques. Quelle belle façon de découvrir un commerce et d'en apprendre un peu plus sur un métier ancestral ! Les élèves ont grandement apprécié.

Préoccupation double

Organisée par le comité « VISIBILITÉ », cette activité est l'occasion unique de rencontrer des représentants et intervenants d'une trentaine d'organismes qui offrent des services aux citoyens de notre région.

Sous une formule « salon », chaque organisme participant y tient un kiosque permettant d'y présenter ses dépliants et autres outils promotionnels, ainsi que des échanges directement avec les visiteurs.



Journée de la justice sociale



Le Comité « VISIBILITÉ » porte
la flamme de la justice sociale !

Le 20 février 2019, des citoyens, groupes communautaires, des regroupements sociaux et des syndicats se sont tous rassemblés pour passer le flambeau au ministre responsable de la région de l'Estrie, afin qu'il le porte en leur nom au gouvernement actuel. Le filet social du Québec a besoin d'être reconstruit et solidifié !

Dans le cadre de la Journée mondiale de la justice sociale, les membres de notre circonscription ont reçu divers organismes communautaires de la MRC du Granit afin d'en apprendre davantage sur chacun d'entre eux et pour connaître leurs différentes préoccupations. Ce fut une rencontre fort constructive pour tous.

Lors des échanges, nous avons appris que le ministre du Travail, de l'Emploi et de la Solidarité sociale signifierait le lundi suivant au Réseau québécois de l'action communautaire autonome (RQ-ACA) qu'il amorcerait les travaux en vue de l'élaboration d'un nouveau Plan d'action gouvernemental en matière d'action communautaire. Un plan fort attendu considérant que le dernier plan d'action remonte à 2004...

Les cuisines collectives soignent l'accueil des immigrants

Faciliter la vie des nouvelles familles, une activité culinaire a eu lieu à l'aréna de Lambton. Les Cuisines collectives et la banque alimentaire du Granit ont collaboré à la préparation de repas. L'objectif visait à aider les nouveaux arrivants à se familiariser avec des aliments québécois.



Campagne promotionnelle des organismes communautaires du Granit

LES BONNS COUPS DU COMMUNAUTAIRE,
ÇA S'PARTAGE!

**CENTRE
D'ACTION BÉNÉVOLE
DU GRANIT**

Le CAB du Granit, c'est plus qu'une Guignolée!

Saviez-vous que le Centre d'action bénévole du Granit aura 33 ans en juin prochain?

- Que 43 333 kilos de nourriture ont été distribués par notre service de banque alimentaire, 6650 kilos en paniers de Noël et 1640 dépannages alimentaires ont eu lieu?
- Que les bénévoles de la popote roulante repas chauds à Lac-Drolet et congelés dans les 20 municipalités de la MRC ont livrés 4363 repas à domicile?



Saviez-vous que tous ces services sont aussi offerts au CAB du Granit?

- ateliers Parkinson
- ateliers de saine alimentation pour les enfants
- activités de lecture intergénérationnelles « Lire et Faire Lire »
- cuisines collectives à thèmes
- service d'accompagnement-transport
- programme d'art
- programme de prévention des chutes « PIED »
- programme d'activités physiques « Viactive »
- programme d'appel à domicile gratuit « PAIR »
- loisirs assistés » en résidences privées
- téléphones sécurisants
- soutien à la vie quotidienne, aide aux courses « SAVQ »

La grande richesse du CAB est sa formidable et généreuse équipe de plus de 100 bénévoles, son équipe de travail formée de six femmes de cœur et de son dynamique Conseil d'administration dont les actions font la différence et qui s'unissent pour bâtir un monde meilleur!

Vous désirez vous impliquer?

Le CAB du Granit est là pour vous accueillir et vous orienter vers les différents services du Centre ou vers d'autres organismes du milieu, afin de répondre à vos champs d'intérêt?

 facebook.com/cabgranit/
819 583-3482 poste 22

4516, rue Laval, Lac-Mégantic (Qc) G6B 1C5
www.cabgranit.com



Organisée par le comité « VISIBILITÉ » et tenue de février à juin 2019. Cette campagne permet de découvrir les organismes communautaires du Granit qui font la différence dans leur communauté! Le Centre d'action bénévole du Granit a été mis à l'honneur au cours de cette campagne.

Organisée par le comité « VISIBILITÉ »

Vous étiez nombreux à vouloir poser une question aux candidats des cinq partis politiques présents à la soirée du 18 septembre à Lac-Mégantic. La CDC du Granit, le comité VISIBILITÉ, ses membres et la Chambre de Commerce région de Mégantic ont décidé de transmettre toutes vos questions aux candidats afin qu'ils connaissent vos préoccupations.



Comité organisateur

Soupe populaire « Gracieuseté du CAB du Granit »

Durant le Demi-Marathon, les directrices en cogestion ont cuisiné et servi bénévolement plus de 200 soupes aux légumes sur le site du parc de l'OTJ, en guise de partenariat et en soutien à l'organisme du Lac en fête.



Comme le temps était frais en ce lundi 22 octobre les coureurs ont grandement apprécié cette délicieuse soupe qui a su les réchauffer du temps froid.

Cette activité a donné une belle visibilité au CAB du Granit et a permis aux directrices en cogestion de faire du réseautage avec les membres de la communauté.

Après l'événement, en échange de nos dons et services, Monsieur Marc L'Écuyer, directeur du Lac en fête, nous a remis plus de 200 kilos de denrées non périssables au bénéfice de la banque alimentaire du Granit.

La réussite éducative, au cœur de nos préoccupations

C'est sous le thème « Vos gestes, un + dans leur réussite » que l'ensemble du Québec a participé à cette campagne sur la persévérance scolaire et la réussite éducative.



**LES JOURNÉES DE LA
PERSÉVÉRANCE
SCOLAIRE**

Lors de cet événement Monsieur René Pelchat, professeur en comptabilité, mentionne à Vicky, la reconnaissance du savoir-faire, de son expertise ainsi que de sa capacité à mobiliser les forces vives d'un milieu en faveur de la persévérance scolaire et de la réussite éducative. Vicky, honorée de cette mention, a ensuite partagé ses compétences en favorisant le transfert d'initiatives aux élèves du Centre professionnel de Formation Le Granit.

Après son discours, Vicky a profité de cette tribune pour faire la promotion de la Campagne nationale sur l'implication des jeunes « Prends ta place! ». Elle a invité les auditeurs à en apprendre un peu plus en consultant le site Internet de la campagne au www.prendstaplace.qc.ca. Ce site comprend entre autres un calendrier de l'engagement bénévole chez les jeunes, un éventail d'activités régionales, ainsi qu'un répertoire d'outils et de ressources visant à favoriser l'engagement et la participation citoyenne des jeunes.

Vicky a également fait la promotion des services du CAB auprès des jeunes. Elle a offert aux personnes qui ont osé lui poser des questions une vingtaine de sacs réutilisables promotionnels à l'effigie du 30^e anniversaire du CAB.

L'action bénévole est une source de motivation pour beaucoup de jeunes au Québec. Cela permet à ces jeunes d'acquérir de l'expérience tout en s'amusant et en développant un réseau de contacts utiles pour leur avenir. Promouvoir l'engagement bénévole des jeunes dans nos organismes est essentiel à la poursuite de leur participation.

Le CAB en relève de la Croix-Rouge

Lorsque la Croix-Rouge a annoncé la fin du programme de la MRC du Granit, l'équipe en place a cherché une façon d'en poursuivre les activités en trouvant des partenaires qui accepteraient de reprendre ces ateliers à leur compte.

En date du 25 février 2019, le CAB a repris six groupes, dont celui dédié aux personnes atteintes de la maladie de Parkinson et celui dédié aux personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer.

Les membres du conseil d'administration et la directrice générale du CAB du Granit ont quant à eux décidé d'assurer la poursuite des ateliers d'arts à même son financement.



Ateliers d'art

Les ateliers d'arts sont offerts aux personnes âgées et adultes en perte d'autonomie. Les projets d'arts sont adaptés à la capacité et aux intérêts des participants. Ils permettent à ces derniers de socialiser, de maintenir leurs habiletés motrices et cognitives et de développer une meilleure estime de soi. Depuis février 2019,



15 participants ont bénéficié de 20 heures d'ateliers d'arts, accompagnés de quatre bénévoles. Les participants ont ainsi pu créer 28 projets d'arts.



Nayla Lemelin Ménard,
la plus jeune bénévole du CAB du Granit.



Ateliers de Parkinson

Ateliers de chant choral, danse et mouvement pour les personnes vivant avec la maladie de Parkinson et leurs proches aidants. Le chant permet d'améliorer certains symptômes de la maladie et les exercices permettent plus de souplesse aux articulations.

Depuis février 2019, sept (7) participants ont bénéficié de dix (10) heures d'ateliers, accompagnés de cinq (5) bénévoles.



Ateliers d'écriture : Notre passé...un présent pour le futur

Il s'agit de 14 ateliers thématiques d'écriture, offerts par Québec ami des aînés, en collaboration avec la Table de concertation des personnes aînées de la MRC du Granit et le Centre d'action bénévole du Granit.

Ce projet vise à écrire son histoire afin de la léguer à ses descendants et ainsi transmettre en héritage le patrimoine ancestral. Prendre le temps de se poser et d'observer tout le chemin parcouru.

La formule et l'approche utilisées tout au long des ateliers permettent de raconter son histoire de mille façons : par l'écriture, des enregistrements audio ou vidéo, un collage photo...

Magnifique !

On vous invite à regarder les vidéos du projet en cliquant sur les liens suivants : [Vidéo 1 \(2018\)](#)–[Vidéo 2 \(2018\)](#)–[Vidéo 3 \(2018\)](#)–[Vidéo 4 \(2019\)](#)–[Entrevue Axion \(2018\)](#).

Ce fut un beau projet et un beau défi réalisé par feu Madame Johanne Bastien secondée par Madame Solange Despaties, bénévole, au sein de la Table de concertation des personnes aînées du Granit. Suite au décès de Mme Bastien, Madame Marie St-Jean a pris la relève pour assurer la poursuite du projet qui s'échelonnait sur deux ans.

Des ateliers ont eu lieu sur des thèmes précis (enfance, adolescence, vie adulte, famille, etc.). Les personnes aînées ont partagé entre elles une partie de leur vie afin de créer un effet de stimulation qui leur a permis de retrouver d'autres souvenirs.

Ce projet a mis en valeur toute la richesse de leurs mémoires individuelles et collectives, incitant les aînées à faire revivre leur passé par l'écriture de leur histoire de vie.

Félicitations à tous !



Représentations locales (MRC du Granit)

- Corporation de développement communautaire du Granit (CDC) ;
- Table de concertation des personnes âgées de la MRC du Granit (TCPA) ;
- Comité consultatif du Réseau de services intégrés aux personnes âgées (RSIPA) ;
- Comité de concertation pour la solidarité et l'inclusion sociale du Granit ;
- Comité VISIBILITÉ ;
- Comité FRIGO FREE GO ! est un projet qui vise un mode de consommation écologique et responsable, passant par le partage et ayant pour objectif la lutte au gaspillage alimentaire ;
- Comité La Voie des Concertations - Les trois tables en font partie : Table 0-5 ans, Table Réalité Jeunesse et Table des personnes âgées ;
- Autres partenaires du milieu :
Ressourcerie du Granit – Maison de la Famille – Granit Action – Carrefour Jeunesse Emploi – Association de fibromyalgie – Société Alzheimer – Autres partenaires en lien avec les services de soutien à domicile du CIUSSSE-Granit.



Représentation régionale -Estrrie et Beauce

- Regroupement des Centres d'action bénévole de l'Estrrie (Vicky Ménard, directrice générale, et présidente du RCABE)
- Regroupement des organismes de maintien à domicile de l'Estrrie (ROMADE) Dissolution en décembre 2018
- Regroupement des organismes communautaires de l'Estrrie (ROC de l'Estrrie)
- Regroupement des cuisines collectives de l'Estrrie (RCCE)
- Autres partenaires : CIUSSSE, Moisson-Estrrie, Moisson-Beauce

Représentation provinciale

- Fédération des Centres d'action bénévole du Québec (FCABQ) ;
- Regroupement des cuisines collectives du Québec (RCCQ) ;
- Regroupement des popotes roulantes du Québec (RPRQ) ;

Statistiques SAD, ECR, PFB

Statistiques des heures de bénévolat effectuées pour l'année 2018-2019 au nom du Centre d'action bénévole du Granit, selon les données disponibles.

<u>Total de l'année 2018-2019</u>	N ^{bre} de bénévoles participants à ce service	N ^{bre} d'heures 2018-2019	N ^{bre} de bénéficiaires rejoints dans l'année 2018-19	Champ d'action
Popote roulante – Repas congelés	9	1056	418	2
Popote roulante Lac-Drolet	6	776	192	2
Accompagnements-transport - SAVQ	35	4485	210	2
Gestion des transports médicaux	1	200	85	2
Téléphones amicaux	2	88	3	2
ViActive	12	1040	70	2
Lire et faire lire	16	256	95 enfants	2
Atelier Cinq Épices	1	648	644 enfants	2
Cuisines collectives	5	124	260	2
Banque alimentaire	10	928	2 226 ¹	2
Gestion du Centre / CA / Comités	19	887	nd	3
Ateliers de Parkinson	5	10	7	2
Guignolées	300	1857	439 ²	2
TOTAL	421	12 355	4 649	nd

¹ 2 226 bénéficiaires de la banque alimentaire représentent 1 235 familles (1 687 adultes et 539 enfants).

Note : une même famille peut être comptée plusieurs fois, en raison de plusieurs dépannages.

² 439 bénéficiaires de la banque alimentaire représentent 240 familles (302 adultes et 137 enfants) à la Guignolée.

CHAMP D'ACTION 3 - Gouvernance et vie associative

Ce champ prévoit « une gestion démocratique issue des meilleures pratiques ». Il est confirmé par la transparence de notre mode de gestion et la vitalité de notre vie associative.

Organigramme fonctionnel

FONCTION	RESPONSABILITÉS	RESPONSABLES
Assemblée générale des membres	Définir la mission et les orientations de l'organisme	Membres bénévoles réguliers et membres aspirants
Conseil d'administration	Autorité décisionnelle	6 représentants de secteurs 2 représentants de la communauté Direction générale - Vicky Ménard (secrétaire-trésorière d'office)
Directrice générale (Début de la cogestion 2016-10-09) (Fin de la cogestion 2018-12-31)	Gestionnaire du CAB Communications Développement de projets Activités de financement	Christine Dubé, terminant son mandat à la direction le 31 décembre 2018
Directrice générale (Début de la cogestion 2016-10-09) (Fin de la cogestion 2018-12-31)	Gestionnaire du CAB du Granit Humaine, Financière, Matériel, services ou autres; Supervisions et administration des services du CAB Communications et animation Activités de financement Représentations et comités divers	Vicky Ménard, janvier 2014 Débute officiellement son mandat de Directrice générale le 1 ^{er} janvier 2019
Adjointe administrative Coordonnatrice des accompagnements-transports médicaux	Accueil, réception, secrétariat Tenue des livres, comptabilité Responsable des accompagnements-transports médicaux	Julie Bernier, novembre 2017 Arrêt de travail du 22 mars au 3 juin 2018. Embauche de Ginette Grenier en février 2019, remplacement de Julie à la réception.
Comptable	Tenue des livres, comptabilité Fin d'année fiscale	Darkise Chouinard,
Coordonnatrice et Cuisinière – Popote roulante (plats congelés) Coordonnatrice et animatrice aux Cuisines collectives	Cuisinière Gestion de l'inventaire Coordination et animation des groupes et ateliers de Cuisines collectives	Lise Grégoire, janvier 2017
Coordonnatrice et administration à la popote roulante (plats congelés) et au programme Lire et faire lire	Réception Facturation des services de popote Gestion des petites caisses pour les livraisons Coordination des bénévoles et des bénéficiaires au service du SAD et ECR	Ginette Grenier, avril 2018
Coordonnatrice de la banque alimentaire	Accueil, coordination, gestion du service, évaluation, arrivages, lavage des denrées. Triages, préparation des dépannages alimentaire.	Diane Morin, septembre 2014
Agente de développement, communication et animatrice aux ateliers d'art et de parkinson	Développer les services du MAD et ECR, communications, coordonnatrice et animatrice les ateliers d'art et de parkinson.	France Brunette, février 2019

Le conseil d'administration (CA)

En 2018-2019, le conseil d'administration compte six représentants pour les six secteurs et deux représentants de la communauté. Le CA a tenu cinq réunions régulières, une réunion spéciale et une assemblée générale annuelle (AGA).

Le CAB a tenu son AGA le 7 juin 2018, à laquelle ont assisté 21 bénévoles et 6 employées.

La directrice générale, laquelle est secrétaire-trésorière d'office sans droit de vote.

REPRÉSENTATION AU CONSEIL D'ADMINISTRATION		POSTE OCCUPÉ	EN POSTE DEPUIS
Secteur A – Siège n° 1 Courcelles – Lambton – St-Sébastien – Ste-Cécile-de-Whitton	Claude Grondin	Administrateur Démission avril 2019	Juin 2011
Secteur B – Siège n° 2 Frontenac – Lac-Mégantic	Nelson Beaudry	Administrateur	Sept 2018
Secteur B – Siège n° 3 Frontenac – Lac-Mégantic	Viola Lefebvre	Administratrice <i>Présidente</i> <i>22 novembre 2018</i>	Juin 2013
Secteur C – Siège n° 4 Audet – Lac-Drolet – St-Ludger – St-Robert-Bellarmin	Jacques Thibault	Administrateur Vice-président <i>22 novembre 2018</i>	Juin 2012
Secteur D – Siège n° 5 Marston – Notre-Dame-des-Bois – Piopolis – Val-Racine – Woburn	Madeleine Veilleux	Administratrice	Juin 2015
Secteur E – Siège n° 6 Milan – Nantes – St-Romain – Stornoway – Stratford	Lise St-Pierre	Administratrice 2012 à 2018. <i>Présidente -7 juin 2018</i> <i>Démission - 21 nov. 2018</i>	Juin 2012
Communauté – Siège no 7	Raymonde Couture	Administratrice	Sept 2018
Communauté – Siège no 8	Sylvain Roy	Administrateur	Sept 2018
DG en cogestion oct. 2016 au 31 déc. 2018 Directrice générale le 1^{er} janvier 2019	Vicky Ménard	Directrice générale	Janvier 2019

Les comités de travail

Ceux-ci sont importants pour l'étude ou l'avancement des dossiers. Ils ont un pouvoir de recommandation seulement. Toutes les décisions relèvent du CA.

Comité de financement

Toutes les administratrices et tous les administrateurs du conseil d'administration, incluant la direction générale, forment ce comité.

Mandat : analyser les prévisions financières de l'année à suivre, les augmentations diverses (salaire, kilométrage et autres)

Comité d'évaluations et d'analyse des besoins (banque alimentaire)

André Lefebvre, Marie-Thérèse Grégoire, Francine Coulombe, Rock Bernier et Gaston Morin.

Mandat : Le comité évalue les besoins des bénéficiaires de la banque alimentaire en analysant leur situation financière lors de rencontres personnalisées et fait le suivi auprès de l'agente de service de la banque alimentaire sur la fréquence suggérée pour les dons d'aliments.

Comité gestion du Fonds d'Aide CAB du Granit

Viola Lefebvre, Vicky Ménard, Nelson Beaudry et Raymonde Couture

Mandat : Le comité établira des critères selon les secteurs concernés dans un souci d'équité et de transparence. Les membres du comité agiront de façon neutre et impartiale.

Toutes les demandes reçues demeurent confidentielles et seront évaluées individuellement. Après évaluation, les demandes doivent être entérinées par le CA.

Comité de gestion des ressources humaines

Viola Lefebvre, Jacques Thibault, Vicky Ménard et Madeleine Veilleux

Mandat : Réviser et/ou mettre à jour les dossiers tels que :

- Les contrats de travail, le guide de l'employé, les augmentations salariales, les règlements du CAB ;
- Les diverses politiques du CAB telles que : code d'éthique, gestion des plaintes, etc. ;
- La prévention du harcèlement psychologique, etc.

Comité de sélection

Viola Lefebvre, Vicky Ménard et Nelson Beaudry

Mandat : Le comité recevra toute demande d'embauche qui lui sera confiée. Il devra considérer à sa juste valeur chaque candidature soumise. Il évaluera chaque candidature de façon équitable et impartiale.

Il participera aux entrevues lors de la sélection des candidatures, s'il le désire.

La demande d'embauche ayant été approuvée par le CA, le comité est décisionnel et redevable de ses choix.

Comité entretien du bâtiment et des équipements

Viola Lefebvre, Vicky Ménard, Jacques Thibault, Nelson Beaudry, Fernand Lemay

Conclusion et remerciements

Quoi de mieux pour une organisation que de sentir que sa vision est partagée par une partie importante des citoyens et des acteurs influents du milieu.

Ces résultats positifs appartiennent à tous ceux et celles qui y ont contribué, c'est-à-dire à nos bénévoles, nos employés et aux membres de notre Conseil d'administration ; nous les félicitons.

Nous ne saurions terminer ce rapport sans remercier et exprimer notre reconnaissance envers tous ceux qui, année après année, soutiennent le développement du Centre d'action bénévole du Granit.

Nos remerciements s'adressent de façon encore plus particulière au ministère de la Santé et des Services sociaux ainsi qu'au Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de l'Estrie qui, par le biais du programme de soutien aux organismes communautaires PSOC, nous accorde une aide financière indispensable.

Nous exprimons également notre profonde gratitude à toutes les personnes, entreprises, fondations, institutions, commanditaires et donateurs qui, par leur collaboration, leur soutien ou leur appui financier, nous permettent d'offrir de meilleurs services et de réaliser nos projets. Avec eux, le partenariat prend tout son sens.

Merci sincère, enfin, à tous les bénévoles, à tous les employés, ainsi qu'à tous les administrateurs qui travaillent au succès du CAB du Granit et en assurent le rayonnement.

Viola Lefebvre
Présidente

Vicky Ménard
Directrice générale