

# RAPPORT D'ACTIVITÉS 2023-2024



**CENTRE D'ÉDUCATION  
POPULAIRE**  
Pointe-du-Lac  
Saint-Étienne-des-Grès



# Table des matières

Mot du conseil d'administration	p.3
Mot de la coordonnatrice	p.4
L'équipe du CEPPDL	p.5
Le Centre en chiffres	p.6
Nos bailleurs de fonds	p.7.
Mission et historique	p.8
Alphabétisation	p.9
Prévention Lutte au décrochage – aide aux devoirs et aux leçons	p.18
Famille	p.20
Sécurité alimentaire : repas communautaires, cuisines collectives, cuisines bénévoles, distribution alimentaire	p.26
Jardin collectif / marche santé	p.34
Soutien individuel / soutien à la collectivité	p.35
Vie associative	p.36
Activités de financement / promotion de l'organisme	p.38
Formations / concertation	p.39
Représentations	p.40
Nos partenaires	p.42
Conseil d'administration / Nos bénévoles	p.43
Les statistiques	p.44
Revue de presse	p.48

# Mot du Conseil d'administration

Le CEPPDL est un maillon local important dans le domaine de l'aide directe à sa communauté. Le centre a prouvé, spécialement dans les dernières années, de ses capacités à écouter, à analyser, à s'adapter et d'agir afin de répondre aux besoins de ses membres.

Depuis ses débuts, le CEPPDL a su répondre à la demande locale en offrant des services ainsi que des activités variées pour essayer de combler les besoins sans cesse croissants de sa communauté. Les activités du CEPPDL s'étendent sur 4 grandes catégories : Apprentissage, Francisation, Collectivité et la Santé. Ce large éventail d'activités touche tous les groupes d'âge de notre communauté.

Depuis presque 2 ans maintenant, le centre offre un service d'aide alimentaire. Il répond à une demande qui ne cesse de grandir. La demande a plus que doublé en moins de deux ans. Ce service ne pourrait exister sans aide externe. Nos employées, à elles seules, ne pourraient arriver à faire fonctionner ce service. Mille mercis à ces merveilleux bénévoles, qui sont toujours là pour nous aider à accomplir, année après année, notre mission auprès de la communauté. Sans eux, Ce serait impossible d'y arriver.

En terminant, je voudrais souligner, de façon particulière, nos employées qui font preuve d'initiative, d'écoute et d'entraide, envers la communauté, les membres du centre et le personnel du CEPPDL. Leurs valeurs extraordinaires se traduisent par de généreuses actions et méritent d'être soulignées.

Chapeau à vous toutes pour votre grande humanité.

Merci au nom des membres du conseil d'administration du CEPPDL

André Lacombe  
Président

# Mot de la coordo

L'année 2023-2024 ne nous a de nouveau pas épargné en matière de changement de personnel. Après avoir été à l'abri longtemps, le Centre a embarqué dans le train des postes à pourvoir, en plus de devoir engager pour répondre à une demande toujours plus croissante.

Malgré tous les défis que ces changements ont apporté à l'équipe en place, le Centre a répondu aux besoins de nos membres. Qu'il s'agisse de l'aide aux devoirs avec une liste d'attente pour les enfants en difficultés scolaires, aux ateliers de francisation qui ont connu une forte augmentation cette année et à la distribution alimentaire dont le nombre de bénéficiaires ne fait qu'augmenter, toute l'équipe a répondu à chaque demande et accompagné chacune des personnes venues nous rencontrer.

Nous constatons également que le Centre, au fil des ans, est devenu une référence, tant à Pointe-du-Lac qu'à St-Étienne-des-Grès. La population et nos différents partenaires, Centre de service scolaire ou CIUSSS, font de plus en plus appel à nous pour nous référer des personnes en difficultés ou simplement venir nous rencontrer.

Tout le travail accompli n'aurait pas été possible sans nos partenaires financiers mais également sans une équipe solide, expérimentée et toujours prête à aider chaque personne qui franchit nos portes. Nous pouvons compter également sur des bénévoles extraordinaires, disponibles et à l'écoute de nos besoins, sans qui nous ne pourrions pas accomplir tout ce travail.

MERCI INFINIMENT à chacun et chacune d'entre vous!

**Caroline Lacomblez**

# L'équipe de travail

*Rangée du haut, de gauche à droite :*

Caroline Laroche, adjointe administrative

Caroline Lacomblez, coordonnatrice

Lucie Fugère, intervenante, volet sécurité alimentaire

Chantal Marcil, intervenante volet famille

Emmanuelle Charette, intervenante volets alpha / sécurité alimentaire

*Rangée du bas de gauche à droite :*

Karine Beaulieu (distribution alimentaire 2023-2024)

Caroline Roy-Element, intervenante volets alpha / famille

Claudia Boisvert, intervenante volets alpha / famille

Absente de la photo : Danalie Pellerin (novembre 2023 à avril 2024)

Viviane Sen Beka : volets sécurité alimentaire / alpha  
(janvier à juin 2024)



# Le Centre en chiffre en 2023-2024

**144**  
**ENFANTS**  
**REJOINTS**

**333**  
**ADULTES**  
**REJOINTS**

**31**  
**BÉNÉVOLES**

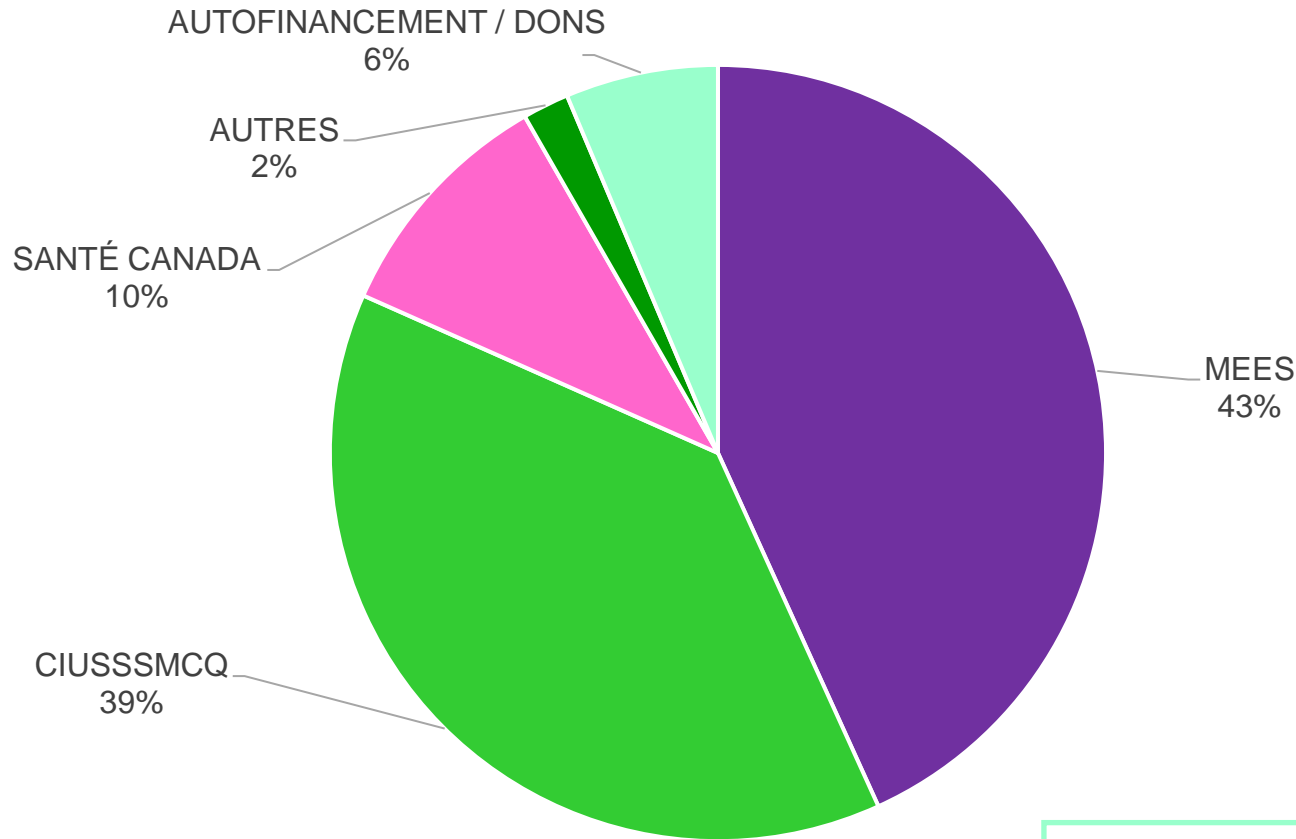
**1169**  
**ATELIERS**  
**DONNÉS**

**98**  
**PERSONNES**  
**ISSUES DE**  
**L'IMMIGRATION**

**728**  
**PANIERS**  
**ALIMENTAIRES**  
**DISTRIBUÉS**

**7586**  
**REPAS**  
**CUISINÉS!!!**

# NOS BAILLEURS DE FONDS



Ministère de l'Éducation et de l'Enseignement Supérieur (MEES) Mission globale : programme PACTE

CIUSSS Mauricie-Centre-du-Québec :PSOC Mission globale / catégorie aide, entraide, sensibilisation (...)

Agence de Santé Publique du Canada : programme PACE Volet famille

Autres : Fonds d'aide des Bingos, Communautés religieuses, cotisations des membres

Dons et activités de financement

**CIUSSSMCQ**  
. Coordonnatrice

**Santé Canada (PACE)**

# Mission et historique

## Éducation populaire Alphabétisation populaire (MEES)

Francisation, ateliers informatiques,  
conférences, arts-créatifs, sorties  
culturelles, jeux de sociétés, causeries

Lutte au décrochage scolaire  
Aide aux devoirs et aux leçons  
Défi-lecture, activités créatives et  
ludiques

## Famille (PACE, CIUSSS)

Cardio-poussette,  
compétences parentales,  
activités familiales,  
entraide et écoute,  
référence

## Sécurité alimentaire (CIUSSS)

Cuisines collectives, repas  
communautaires, cuisines  
bénévoles, jardin collectif,  
dépannage d'urgence

## Services à la communauté (CIUSSS)

Entraide, soutien, écoute et  
accompagnement, inscription  
OMH, soutien RRQ, club  
culture, club Loisirs

La mission principale de notre organisme : Planifier et organiser des activités afin d'améliorer la condition de vie des personnes démunies économiquement, culturellement et socialement, personnes fragilisées et/ou souffrant d'isolement.

Le Centre d'éducation populaire de Pointe-du-Lac est né en 1991 : depuis cette époque, le Centre a pour mission d'offrir des services tels que l'alphabétisation, l'éducation populaire et d'opérer des cuisines collectives sur le territoire de Pointe-du-Lac et ses environs.

En 2001, le Centre a inauguré un nouveau point de service à St-Étienne-des-Grès.

Au fil des ans, beaucoup d'autres ateliers et services se sont développés et sont offerts à la population.

Au cours des dernières années, le nombre de nos participants n'a cessé d'augmenter. Nous rejoignons maintenant beaucoup de jeunes familles mais également beaucoup de personnes retraitées. Nous sommes devenus un véritable milieu de vie dans lequel chaque personne peut trouver soutien, écoute, et conseils, selon ses besoins.

De nouveaux partenariats se mettent en place et nous permettent de donner plus de services.



# ALPHABÉTISATION et ÉDUCATION POPULAIRE

Les ateliers d'alphabétisation visent à améliorer la lecture, l'écriture et la compréhension des écrits, du calcul et de l'informatique, Ils ont pour objectif d'améliorer les conditions de vie de chaque participant, de briser l'isolement et de développer la confiance en soi.

## TOTAL DES PARTICIPANTS EN ALPHABÉTISATION Pointe-du-Lac et St-Étienne-des-Grès

214 personnes DIFFÉRENTES rejointes  
à Pointe-du-Lac : 102 personnes différentes  
et St-Étienne-des-Grès 112 personnes différentes

123 enfants différents ont participé aux différents projets en alpha :  
15 enfants 0-2 ans  
23 enfants 3-5 ans)  
65 enfants 6-12 ans  
20 enfants 13 ans et +

8 intervenantes, 8 personnes ressources et 2 bénévoles se sont impliqués toute l'année.

## AU TOTAL

**415** ateliers

114 ateliers à Pointe-du-Lac

78 ateliers à St-Étienne-des-Grès

223 ateliers à domicile



## RÉSULTATS

- Meilleure capacité de reconnaître les lettres de l'alphabet, les sons...
- Meilleure capacité de lire des mots, des phrases et des textes.
- Meilleure capacité d'écrire des mots et des phrases.
- Meilleure capacité pour exprimer et écrire ses opinions.
- Meilleure capacité pour conjuguer les verbes et utiliser les bons homophones.
- Acquisition d'une meilleure base au niveau de la lecture et de la compréhension.
- Débrouillardise, autonomie, créativité et meilleure estime de soi.
- Capacité de compter mentalement.
- Amélioration du sens logique.
- Utiliser divers exercices pratiques, en lien avec la vie de tous les jours.
- Utiliser avec autonomie un ordinateur, tablette, téléphone intelligent
- Compréhension de traitement de texte et d'Internet.
- Autonomie face à l'utilisation d'un ordinateur, tablette, téléphone intelligent
- Connaître le fonctionnement d'un courriel, acquérir une adresse électronique et être à l'aise avec les réseaux sociaux.

# ALPHABÉTISATION et ÉDUCATION POPULAIRE

Financement MEES

Entre août 2023 et juin 2024

## ALPHA-FRANCISATION et ALPHABÉTISATION à domicile Familles référées par le SANA et le CIUSSS

**223 ateliers (73 ateliers de plus que l'année dernière grâce soutien financier du CIUSSS)**

entre 1h et 2h/ ateliers chaque semaine entre septembre et juin.

**16 personnes** différentes durant l'année (6 personnes de plus)

5 intervenantes impliquées

Au total, **48 enfants différents** ont été touché.

7 enfants entre 0-2 ans

8 enfants entre 3-5 ans

19 enfants entre 6-12 ans

14 enfants de 13 ans et +

- **Objectifs** : En collaboration avec le SANA (service d'accueil des nouveaux arrivants) et le CIUSSS (Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux), ces ateliers sont offerts à domicile et visent à rejoindre les mères de famille afin de vaincre leur isolement et leur enseigner les bases du français. Les ateliers se donnent avec les membres de la famille présents, dans l'idée de concilier apprentissage de la langue et vie familiale. Des éléments de compétences parentales ont été intégrés aux ateliers. Les heures passées à domicile avec les personnes rejointes sont aussi l'occasion de leur offrir de l'écoute et du soutien et de faire des suivis hebdomadaires de leur situation.



- **Matière abordée** : Rencontres individuelles pour évaluer les besoins, alphabet, structure d'une phrase, apprentissage de la lecture (sons et syllabes), prononciation de certains sons, écriture, vocabulaire utilitaire (verbes, corps humain, météo, couleurs, formes, positions, vêtements, maladies et symptômes, nourriture, prépositions, objets du quotidien, matériel scolaire, bâtiments, métiers, arbre généalogique, description physique, animaux, sports, saisons), les synonymes, compréhension de textes écrits (lectures de formulaires, plans et horaires d'autobus, communications aux parents de l'école ou de la garderie, transactions bancaires, factures, recherche d'emploi, sites d'achats), communication orale, conjugaison, grammaire et autres.
  - **Soutien apporté aux familles** : révision de curriculum vitae, appels au Ministère de l'Immigration, de la Francisation et de l'Intégration (MIFI), appels au Centre de services scolaire du Chemin-du-Roy, accompagnement d'un enfant pour son intégration à l'école, inscription à la maternelle 4 ans, inscription en francisation aux adultes, vulgarisation des démarches pour porter plainte au centre de services scolaire, démarches visant la mise à jour d'un dossier d'aide sociale, aide pour compléter des questionnaires visant l'évaluation comportementale d'un enfant et autres.
- **Compétences parentales abordées** : l'habillement des enfants en fonction des saisons, l'éveil à la lecture, la gestion des écrans, l'absentéisme scolaire, les premiers soins, le fer chez le nourrisson, la prévention du décrochage scolaire, les friperies de la région, le sommeil du nourrisson, la routine du dodo, le développement de la dextérité globale et fine, le langage signé chez les tout-petits, l'autisme, les comportements inadéquats, la socialisation, l'écoute en lien avec la situation conjugale et autres.

# ALPHABÉTISATION et ÉDUCATION POPULAIRE

Financement MEES

Entre août 2023 et juin 2024

## ALPHA-FRANCISATION au Centre à Pointe-du-Lac

**2 personnes adultes différentes rejointes** durant l'année

2 adolescents de 13 ans et + rejoints

La coordonnatrice, 2 intervenantes et 1 nouveau bénévole se sont impliqués.

**61 ateliers** au Centre entre 1 heure et 3h ont été offert soit 28 ateliers de plus qu'en 2022-2023.

**Matière abordée : compréhensions orales (téléjournal, météo média, Wandering French sur Youtube et contenus variés), compréhensions écrites, vocabulaire, homophones « à-a », 10 mots à savoir en québécois, exercices sur « par contre », « car » et « parce que », discussions sur les voyages, sur la comparaison des maisons en Thaïlande, au Québec et en Belgique, sur la différence entre les épiceries en Chine, en Thaïlande et au Québec, exercices sur les questions fermées, les 4 façons de poser une question et déduire des réponses à partir d'un texte général (inférences).**

- **Autres : aide avec des documents / formulaires variés : gouvernement / immigration / RAMQ / formulaires d'assurance, etc.**

## Commentaires

- J'ai aimé apprendre la langue française avec toi. Tu étais très gentille avec moi. À tout moment, tu peux venir prendre un café avec moi.
- Merci beaucoup! Vous pouvez revenir me voir encore après l'été?
- Merci pour ta patience! Avec toi j'apprends beaucoup!
- Un gros merci pour les cours de francisation à domicile. Avec deux enfants dont une handicapée et l'autre en bas âge, je ne me serais pas déplacée pour me rendre dans un organisme pour apprendre le français!
- Merci de m'aider à préparer mon examen de citoyenneté! Merci d'être aussi patiente et attentionnée!
- Merci de m'aider à briser mon isolement, je viens d'emménager à Trois-Rivières avec mon mari et notre petite fille.
- Merci beaucoup pour l'aide! Je comprends mieux les documents que je reçois. Merci au CEPPDL d'exister!

## ALPHA-ART CRÉATIF adulte

14 ateliers entre 2h et 3h

- 7 ateliers à St-Étienne-des-Grès
- 7 ateliers à Pointe-du-Lac

40 participants différents durant l'année

- 19 à St-Étienne-des-Grès
- 21 à Pointe-du-Lac

4 intervenantes se sont impliquées.

### Pointe-du-Lac – 7 ateliers – 21 personnes différentes

- Peinture acrylique - aurore boréale / 6 participants
- Trio beauté (confection de produits de beauté naturels) / 5 participantes
- Confection d'une bûche de Noël / 9 participants
- Tableau de visualisation / 3 participantes
- Aquarelle sur housse de coussin / 5 participantes
- Porte-clés en macramé / 6 participantes
- Toile monochrome / 4 participantes



### St-Étienne-des-Grès - 7 ateliers – 19 personnes différentes

- Peinture acrylique : aurore boréale / 9 participantes
- Trio beauté (confection de produits de beauté naturels) / 10 participantes
- Décoration personnalisée style Scrabble / 6 participantes
- Tableau de visualisation / 6 participantes
- Peinture sur housse de coussin / 6 participantes
- Porte-clés en macramé / 13 participantes
- Toile monochrome / 6 participantes



## Les Tricopines (Couture-tricot-crochet) – 39 ateliers - 25 participantes (8 participantes de +!)

**Objectifs :** Différents projets de tricot et crochet menés individuellement ou en groupe. Par des rencontres hebdomadaires dont le prétexte est le tricot, nous visons à briser l'isolement de chacune et à créer des liens entre les participantes.

- Revalorisation de laine usagée, partage de matière première.

### Projets communs:

- Fabrication de lavettes pour l'organisme « J'ai mon appart ». Les participantes ont remis 12 paquets-cadeaux contenant chacun une quinzaine de lavettes et des conseils pour la désodorisation des lavettes.
- Fabrication de coussins chauffants en forme de cœur: ces petits coussins seront remis aux participants de nos ateliers de massage pour bébés.
- Fabrication de couvertures, foulards, tuques, pantoufles et bonnets offerts aux bénéficiaires de la distribution alimentaire de Pointe-du-Lac et à l'organisme Point de Rue, qui offre des services de travail de rue
- Fabrication de tasses emmitouflées ayant été vendues lors du Salon Pop des Artisans. Les profits amassés ont été versés au Centre d'éducation populaire.
- Fabrication de nichons tricotés qui seront remis à la fondation le Ruban Rose.
- KAL(Knit A Long) - fabrication d'un châle en 12 motifs japonais.

### Activités :

- 1 sortie chez Michael's et dîner au restaurant.
- Participation à la journée de de la culture « La communauté » samedi le 30 septembre 2023 à Saint-Étienne-des-Grès: tout au long de la journée, les Tricopines ont enseigné les bases du tricot aux gens de passage.
- Atelier spécial d'Halloween, Noël et Saint-Valentin: chacune amène son pique-nique et on prolonge l'atelier!
- Soutien individuel et écoute active offerts aux participantes de la part de de l'intervenante présente.
- Discussion de groupes et soutien entre les participantes. Lors des anniversaires des participantes, nous leur offrons à chacune une carte personnalisée signée par tous les membres du groupe.
- Marche occasionnelle à la fin des ateliers.

Tutorat entre participantes, partage de matériel et de connaissance.

Écoute, entraide,  
partage, soutien,  
accompagnement,  
briser l'isolement



### Commentaires:

- Les Tricopines, c'est un besoin: c'est notre sortie de la semaine. C'est là qu'on décide nos projets: c'est comme un essentiel à notre vie.
- C'est bon de vous voir à chaque semaine et d'apprendre différentes techniques de tricot. J'ai bien aimé ma première saison.  
J'ai appris beaucoup.

## ALPHA-Ateliers JEUX DE SOCIÉTÉ / BINGO

### 20 Bingos ont été animés

15 à Pointe-du-Lac

5 à Saint-Étienne-des-Grès

### 67 participants différents

42 participants de Pointe-du-Lac

25 participants de Saint-Étienne-des-Grès

Projet : À la suite des repas communautaires, animation d'un jeu de bingo et prix de présence remis aux gagnants. **(40 repas gratuits ont été remis à titre de prix)**

Nous avons proposé d'autres jeux mais nos membres préfèrent garder le Bingo.

briser l'isolement, rire,  
échanger, créer des  
liens



## ATELIERS INFORMATIQUE

24 ateliers de 30' à 1h15

12 participants différents

21 ateliers à Pointe-du-Lac / 10 participants différents

3 ateliers à St-Étienne-des-Grès / 2 participants différents

4 intervenantes impliquées

Matières abordées : initiation à l'usage du matériel informatique, initiation à Internet aux outils google, initiation à Facebook et Marketplace, initiation au traitement de texte, initiation au courriel, installation de raccourcis et d'applications, impression de courriels, initiation au logiciel tap' touche, scanner des documents et les envoyer par courriel, dépannage informatique et support technique cellulaire et tablette.

## Conférences de l'organisme Le Traversier Centre de jour et d'entraide en santé mentale

- 7 ateliers de 1h00 avant nos repas communautaires

50 participants différents

5 ateliers à Pointe-du-Lac / 35 participants

2 ateliers à St-Étienne / 15 participants

Thèmes abordés : 7 astuces pour une bonne santé mentale, les émotions, le pardon, apprivoiser la solitude et les relations saines

1 personne ressource (intervenant au Traversier) et un stagiaire

**Nouveau  
partenariat!**



à POINTE-DU-LAC et SAINT-ÉTIENNE-DES-GRÈS :

### 93 personnes différentes rejointes

61 participants à PDL

32 participants à St-Étienne

**Au total, 436 franco-fiches ont été complétées lors des repas :  
345 à PDL et 91 à Saint-Étienne**

## FRANCO-FICHES

- Projet : Avant les repas communautaires, des petites fiches d'exercices portant sur différents thèmes sont distribuées aux participants. Le but de ces activités est de stimuler le cerveau, de consolider certaines notions, de favoriser les échanges entre les gens présents, mais surtout d'éprouver du plaisir en apprenant!
- Sujets abordés : mon animal fétiche, test sur l'orthographe, les finales en « é, ée, ées, ez, er », test de conjugaison, quiz sur le pourboire au Québec, les expressions québécoises, trouvez le titre de la chanson, les parties de l'oreille interne, mots sans voyelle, Scattégories, le corps humain, les adverbes, les anagrammes et le passé composé.

## Conscientisation

### ALPHA-Conférences

15 conférences de 2h à 3h

122 participants différents ( +28 personnes!)

7 conférences à PDL 52 personnes différentes (17 personnes de +)

8 conférences à St-Étienne / 70 personnes différentes (11 personnes de +)

8 personnes ressources et 2 intervenantes impliquées

### Pointe-du-Lac

- La résolution de conflits (Claudia Boisvert) / 12 participants
- Yoga doux (Catherine Derdour) / 12 participants
- Trek d'orientation au Maroc, la suite (Claudia Boisvert) / 14 participants
- À votre santé! Et celle de vos pieds! (Mélicha Dargis) / 8 participants
- La posture (Anne Gaëlle Valmy, kinésiologue) / 8 participants
- Benoît Gouin / 37 participants
- Coopération humanitaire au Guatemala (Chantal Ébacher) / 14 participants

### St-Étienne-des-Grès

- La résolution de conflits (Claudia Boisvert) / 15 participants
- Yoga doux (Catherine Derdour) / 8 participants
- Trek d'orientation au Maroc, la suite (Claudia Boisvert) / 13 participants
- À votre santé! Et celle de vos pieds! (Mélicha Dargis) / 14 participants
- La posture (Anne Gaëlle Valmy, kinésiologue) / 16 participants
- Les conjoints de fait (Centre de justice de proximité de la Mauricie) / 12 participants
- Les cosmétiques; est-ce que ça vaut le coût? (Linda Nolet) / 13 participantes
- Divergence : l'énergie au cœur de votre unicité (Régis Lachance) / 39 participants



**ALPHA**  
**MUSCLEZ VOS MÉNINGES**  
À Saint-Étienne-des-Grès

**MUSCLEZ VOS MÉNINGES!**



Atelier de vitalité intellectuelle pour aînés



**10 ateliers de 2h**

**11 participants différents rejoints**

**2 intervenantes impliquées**

- Ce programme de vitalité intellectuelle pour aînés a été initié par l'équipe de prévention-promotion santé et vieillissement du CIUSSS du Centre-Ouest-de-l'Île-de-Montréal et le Centre de recherche et d'expertise en gérontologie sociale.
- 10 thèmes : Tout savoir sur les facultés intellectuelles, Quand les neurones ont des cheveux gris, Bouger pour rester allumé, La mémoire : plein de bon sens, Le bien-être à l'âge mûr : une question d'équilibre, Moins de stress, plus d'allégresse, De votre mémoire à vos mémoires, La créativité, s'en faire une alliée, Bien manger pour mieux penser? Rester engagé, voilà la clé de la vitalité.

Ce que les participants ont préféré :

- Le dynamisme des animatrices
- Les échanges du groupe dans le respect et sans jugement
- Rencontrer des gens sympathiques, l'ambiance du groupe
- Apprendre tout en s'amusant
- Relever des défis et compléter des exercices chaque semaine





## DÉFI-LECTURE

### POINTE-DU-LAC ET SAINT-ÉTIENNE-DES-GRÈS

**10 familles** différentes rejointes

6 familles à Pointe-du-Lac (14 enfants)

4 familles à St-Étienne-des-Grès (9 enfants)



**23 enfants** différents ont participé au défi-lecture

- 1 enfant de 0-2 ans (Éveil à la lecture 10 minutes/jour) : 22 heures
- 5 enfants entre 3-5 ans (Petit lecteur 5 minutes/jour) : 18 heures
- 13 enfants 6-12 ans (Grand lecteur 10 minutes/jour) : 106 heures

**AU TOTAL : 146 heures de lecture ont été réalisées!!!**

Projet : Durant tout le mois d'avril, le Centre a proposé aux familles ayant des enfants de relever le défi-lecture. Chaque enfant participant recevait un livret dans lequel il pouvait colorier un livre chaque fois qu'il lisait 5 ou 10 minutes. Pour les enfants en bas âge, le défi-lecture était réalisé sous forme d'éveil à la lecture. Nous faisons tirer deux cartes-cadeau de la librairie Poirier à la fin du défi.

## Le P'tit Bavard

**56 enfants** différents ont reçu un exemplaire de notre petit journal

**16 enfants 3-5 ans**

**42 enfants 6-12 ans**

Projet : Tous les enfants âgés entre 3 et 12 ans ont reçu par la poste une édition spéciale du Bavard, journal du Centre, afin de promouvoir la lecture auprès de ces derniers. Jeux, recettes, devinettes et concours sur le thème de Noël étaient à l'honneur. Un franc succès auprès de notre jeune relève!

## SORTIES CULTURELLES

### POINTE-DU-LAC ET SAINT-ÉTIENNE-DES-GRÈS

**41 participants** différents

27 participants de Pointe-du-Lac

14 participants de Saint-Étienne-des-Grès

**22 enfants** différents

- 5 enfants de 0-2 ans
- 6 enfants entre 3-5 ans
- 11 enfants 6-12 ans

**3 sorties / 2 intervenantes impliquées**

- Mini-putt et pique-nique : 15 adultes et 12 enfants
- Quilles : 20 adultes et 18 enfants
- Le « pain d'antan » au Moulin Seigneurial de Pointe-du-Lac : 19 adultes  
Confection d'une recette familiale de pain de ménage et cuisson au four à pain traditionnel; Exposé sur la théorie et l'histoire du pain et sur les méthodes de fabrication offerts par l'historienne Émilie Roy-Element ; Visite guidée du Moulin Seigneurial de Pointe-du-Lac ; Marche en forêt et pique-nique en plein air.



# PRÉVENTION – LUTTE AU DÉCROCHAGE SCOLAIRE

## Ateliers d'aide aux devoirs et aux leçons

De septembre à juin

### TOTAL DES PARTICIPANTS

**18 enfants différents**, entre 6 et 12 ans, ont reçu des services à Pointe-du-Lac et St-Étienne-des-Grès

**15 familles différentes** rejointes

**597 ateliers individuels offerts (17 de + qu'en 2022-2023) / 8 ateliers de groupes offerts**

**Au total : 6 bénévoles** se sont impliqués pour accompagner les jeunes dans leur réussite scolaire, ce qui représente **189 heures d'implication!!!**

### Pointe-du-Lac

- 8 enfants ont reçu des services.
- 6 familles différentes ont été rejointes.
- 3 bénévoles (**126h de bénévolat!**) et 9 intervenantes se sont impliquées.
- **402 ateliers** individuels de 1h ont été offerts. (41 de +)
- Des collations ont été distribuées aux enfants tout au long de l'année.

Activité : dégustation d'une friandise glacée pour souligner la fin de l'année.

Service à la  
communauté  
(CIUSSS)

### St-Étienne-des-Grès

- 5 enfants ont reçu des services.
- 4 familles différentes ont été rejointes.
- 3 bénévoles se sont impliqués (**63 h de bénévolat**) et 5 intervenantes se sont impliquées.
- 195 ateliers individuels de 1h ont été offerts.
- Des collations ont été distribuées aux enfants tout au long de l'année.

Activités : bricolage de Noël, bricolage thématique suivi d'une chasse aux cocos de Pâques et dégustation d'une crème glacée pour souligner la fin de l'année.

### Commentaires des parents :

- *Je n'ai que des félicitations! Ma fille est motivée avec vous!*
- *Vous êtes toutes des petites merveilles! Merci pour votre temps.*
- *Juste du gros WOW! Vous allez nous manquer!*
- *Notre fille a adoré son année avec vous, ça lui a permis de structurer ses travaux. Ça l'aide beaucoup d'avoir une place calme pour lire, écrire et travailler. En tant que parent, nous avons remarqué une amélioration ainsi que l'école.*
- *Merci encore pour cette année, c'est merveilleux de voir le sourire de notre fille associé à votre aide et aux activités connexes. Votre impact est important et transparaît au travers d'elle, qui se découvre et se réalise de plus en plus! Merci et bon été!*

## Pointe-du-Lac

### Rattrapage scolaire

Grâce à une subvention du MEES, nous avons pu mettre en place des ateliers de rattrapage scolaire, en collaboration avec l'école primaire Beau-Soleil, les lundis midi du 15 avril au 10 juin.

- 5 enfants ont reçu des services.
- 5 familles différentes ont été rejointes.
- 4 intervenantes se sont impliquées.
- 8 ateliers de groupe d'une durée de 1 heure ont été offerts.
- 14 présences ont été répertoriées.
- Note : L'an prochain, le suivi de cette offre de service sera proposé à un plus grand nombre d'élèves dans le besoin, mais nous aimerions une plus grande collaboration de l'école.



## OBJECTIFS SPÉCIFIQUES

- Prévenir l'analphabétisme auprès des enfants.
- Soutenir les parents afin qu'ils puissent aider leurs enfants à mieux réussir à l'école.
- Favoriser l'acquisition d'une méthode de travail efficace et motivante chez les enfants pendant les devoirs et les leçons.
- Apprendre à vivre avec un trouble d'apprentissage.
- Prévenir les difficultés d'apprentissage.
- Offrir aux enfants un lieu où ils peuvent effectuer leurs devoirs et leurs leçons, avec le soutien de personnes-ressources ou de bénévoles.
- Développer les liens avec les écoles de Pointe-du-Lac et de St-Étienne-des-Grès.

# FAMILLE

## Ateliers de compétences parentales

### Objectifs des ateliers de compétences parentales

- Développer le sentiment de compétence du parent face à son rôle parental.
- Favoriser le développement des connaissances en lien avec le rôle parental.
- Transférer les acquis dans le quotidien.
- Favoriser la création de liens entre les participants.
- Favoriser l'implication des participants au sein de l'organisme.
- Recruter de nouveaux participants.
- Briser l'isolement des participants.

### TOTAL DES PARTICIPANTS FAMILLE

#### **53 familles différentes / 63 adultes ont été rejoints cette année**

- 16 mamans et 2 papas de Pointe-du-Lac
- 12 mamans et 2 papas de Trois-Rivières
- 25 mamans et 6 papas à St-Étienne-des-Grès

#### **99 enfants différents ont participé**

- 39 enfants entre 0-2 ans
- 28 enfants entre 3-5 ans
- 28 enfants entre 6-12 ans
- 4 enfants de 13 ans et +

**95 ateliers offerts**

Écoute, entraide,  
partage, soutien,  
accompagnement,  
briser l'isolement

### Description des activités

#### **1. PACE : Ateliers Soleil** : Ateliers hebdomadaires, d'une durée de 3h00.

Les thèmes abordés sont les suivants :

Faisons connaissance / le développement de l'enfant / la communication, la famille et le couple / l'estime de soi / la discipline (2 ateliers) / le développement psychosexuel et la prévention des abus sexuels / l'alimentation.

Les ateliers se déclinent souvent en rencontres individuelles, soutien, écoute, accompagnement.

#### **2. Cardio-MOM (santé féminine post-accouchement)**:

Pour retrouver sa forme après l'accouchement, tonifier ses muscles abdominaux, améliorer l'endurance cardio-vasculaire, améliorer l'alignement postural, augmenter le niveau d'énergie, diminuer la période du post-partum et son intensité, développer de nouvelles amitiés, briser l'isolement et passer un bon moment avec son bébé à l'extérieur.

#### **3. Conférences familles / ateliers thématiques**

Aborder des sujets variés concernant la famille, l'éducation des enfants. Partager, échanger autour d'un même thème

## Ateliers Soleil (ateliers de compétences parentales) (Pace)

### À Pointe-du-Lac

**12 familles** différentes ont été rejointes

**12 mamans et 2 papas. Et 25 enfants différents ont été touchés par les ateliers**

- 7 enfants 0-2 ans
- 10 enfants 3-5 ans
- 5 enfants 6-12 ans
- 3 enfants de 13 ans et +

**8 ateliers de groupes et 2 rencontres individuelles ont été offerts au centre Bel avenir (formation aux adultes)**

1 session automne

#### Thèmes développés durant les ateliers :

- Faisons connaissance (introduction aux ateliers) – 14 participants
- Le développement de l'enfant – 9 participants
- L'alimentation. Cuisine collective au CEPPDL suivie d'une intervention de Mme Andrée Noël, nutritionniste au CIUSSS Mauricie/Centre-du-Québec – 4 participants
- La communication, la famille, le couple – 4 participants
- L'estime de soi – 4 participants
- La discipline 1<sup>e</sup> partie – 5 participants
- La discipline 2<sup>e</sup> partie – 5 participants
- Le développement psychosexuel des enfants et la prévention des abus. Animation assurée par Mme Anne-Marie Lavoie, sexologue – 5 participants
- Une sortie familiale au refuge de la Ferme du Boisé – 4 mamans et 4 enfants.

Écoute, entraide,  
partage, soutien,  
accompagnement,  
briser l'isolement

#### Commentaires des parents :

- A aimé l'atelier sur le développement psychosexuel et l'intervention faite par l'animatrice madame Anne-Marie Lavoie. Celle-ci concernait sa fille de 11 ans. À la suite de cette intervention, la maman se sent maintenant plus à l'aise pour accompagner sa fille.
- C'était la troisième fois qu'elle suivait les ateliers et à chaque fois c'était différent, elle apprenait des choses différentes. À chaque fois, les ateliers l'ont aidée. Elle a beaucoup appris et les outils offerts l'ont soutenu dans son rôle de parent.
- Les ateliers l'ont aidé pour la confiance en soi. Elle a repris confiance dans la relation avec sa fille. Elle passe plus de moments avec cette dernière.



## CARDIO-MOM (Pace)

### À Pointe-du-Lac et St-Étienne-des-Grès

**Total : 23 familles** différentes – 28 enfants

8 mamans à Pointe-du-Lac

15 mamans à St-Étienne-des-Grès

- 24 enfants 0-2 ans
- 4 enfants 3-5 ans

**Au total, 64 ateliers** de 1h15-1h30 ont été offerts.

- 28 ateliers à Pointe-du-Lac
- 36 ateliers à St-Étienne-des-Grès
- Un atelier spécial sur la diversification **alimentaire** menée par l'enfant (DME) a été offert aux parents. La nutritionniste communautaire du CIUSSS a expliqué le concept où l'enfant apprend à s'alimenter seul dès l'introduction des aliments solides.

Durant toute l'année, différents sujets ont été abordés avec les mamans : grossesse, post-partum, accouchement, discipline, allaitement, image corporelle, défis de couple, surcharge mentale, fratrie, entrée à la maternelle, retour au travail, interruption de grossesse, santé mentale et autres.



## Sorties familles (Pace)

A Pointe-du-Lac et St-Étienne-des-Grès

**23 adultes différents** ont participé / **16 familles** différentes ont été rejointes

4 mamans et 2 papas de Pointe-du-Lac

13 mamans et 4 papas de St-Étienne-des-Grès

**31 enfants** ont participé aux sorties

10 enfants entre 0-2 ans

10 enfants entre 3-5 ans

11 enfants entre 6-12 ans

**4 sorties familiales** offertes entre septembre 2023 et juin 2024

- Mini-putt : 6 mamans, 2 papas et 13 enfants.
- Musée de la Biodiversité du Québec : 6 mamans, 1 papa et 11 enfants.
- Quilles en famille : 6 mamans, 2 papas et 18 enfants.
- Baignade et randonnée à la Vallée de la Rocanigan: 10 mamans, 1 papa et 18 enfants



## Activités familiales pendant les journées pédagogiques (CIUSSS)

### Pointe-du-Lac et St-Étienne-des-Grès

**Total : 17 familles** différentes – **43 enfants**

- 2 mamans de Pointe-du-Lac
- 15 mamans et 2 papas de Saint-Étienne-des-Grès

9 enfants 0-2 ans

14 enfants 3-5 ans

19 enfants 6-12 ans

1 enfant 13 ans et +

**7 activités familiales** entre septembre 2023 et juin 2024

#### Pointe-du-Lac

- Déjeuner-Soleil : 2 mamans et 6 enfants

#### St-Étienne-des-Grès

- Party d'Halloween : 7 mamans et 21 enfants
- Déjeuner-pyjama : 8 mamans, 1 papa et 20 enfants
- Activité culinaire : 8 mamans, 1 papa et 21 enfants
- Décoration style Scrabble : 2 mamans et 7 enfants
- Déjeuner-soleil : 8 mamans et 16 enfants
- Déjeuner-soleil : 5 mamans et 12 enfants

briser l'isolement, rire,  
échanger, créer des  
liens avec son enfant,  
créer des liens avec  
d'autres parents





## Soutien individuel famille

### St-Étienne-des-Grès

**Total :4 familles** différentes rejointes

4 mamans de Saint-Étienne ont reçu des services

- **10 rencontres individuelles ont été offertes pour une durée de 8h** entre septembre 2023 et juin 2024.

Sujets abordés :

- Relation de couple, séparation
- Défis scolaires de son enfant
- Comportement : peurs, obsessions
- Retour au travail; doutes, inquiétudes
- Procréation assistée; démarches, processus
- Développement moteur de son enfant, stimulation
- Routine du dodo, éveil à la lecture, autisme, socialisation, morsures...

Écoute, entraide, partage,  
soutien, accompagnement,  
briser l'isolement

# SÉCURITÉ ALIMENTAIRE

## Repas communautaires

De septembre à juin

Partenaire pour Pointe-du-Lac :

**MOISSON MAURICIE** 15 cueillettes de denrées

**14 journées repas à Pointe-Du- Lac (1 repas annulé pour cause de tempête de neige)**

**540 participations** au total

**En moyenne 37 participants différents** par repas

Total des portions servies : 896 **portions**

Coût moyen par portion : **2,33\$**

**6 journées repas à St-Étienne des Grès ( 1 repas annulé pour cause de panne d'électricité)**

139 participations au total

**En moyenne 27 personnes** par repas

Total des portions servies : 243 portions

Coût moyen par portion : 2,09\$

**Encore cette année, l'équipe a fait des miracles pour parvenir à cuisiner des repas sains à un coût aussi faible par rapport à l'augmentation du coût de la vie!**

### Quelques commentaires de nos membres

- C'est toujours bon ce que vous cuisinez! On s'assoie et on profite du moment.
- Ça goûte ce que ma mère cuisinait quand j'étais jeune!
- C'est tellement meilleur quand c'est vous qui cuisinez!!!
- Toujours super bon. Merci Lucie d'être là!
- C'est toujours DÉLICIEUX, comme d'habitude!

### OBJECTIFS

- Offrir un repas à prix modique à des participants vivant une situation de pauvreté.
- Briser l'isolement des participants, cerner les besoins des participants.
- Maintenir le rythme d'un repas communautaire toutes les 2 semaines à Pointe-du-Lac et 1 repas / 3 semaines à St-Étienne-des-Grès.
- Recruter des participants pour d'autres activités du Centre.
- Conscientiser les participants.

**Cette année, nous avons pu reprendre nos repas thématiques!**

- **20 septembre** : Portes ouvertes – buffet froid
  - **1<sup>er</sup> novembre** : Halloween
  - Repas de Noël le **20 décembre**
  - **7 février** : Saint-Valentin
  - **20 mars** : menu Cabane à sucre au CEPPDL (PDL+STE), grand succès!
  - **5 juin** : diner pizzas maison et bar à crème glacée !!!
  - **20 juin**: Dernier repas communautaire à PDL, dîner Hot-dogs-BBQ
- Au total : 6 repas thématiques** et des participants heureux!!!



**Cette année, depuis janvier l'organisme Le Traversier est venu donner un atelier d'une heure pour démystifier la santé mentale**

**À Pointe-du-Lac :**

- 24 janvier 2024 : Les 7 astuces pour une bonne santé mentale
- 17 avril : Le pardon
- 15 mai : Les relations saines
- 5 juin : Apprivoiser la solitude

**À Saint-Étienne-des-Grès :**

- 10 avril : Les émotions
- 8 mai : Le pardon



## À Pointe-du-Lac

**4 groupes de cuisines collectives**

**22 participants différents**

32 enfants rejoints.

26 planifications

**26 journées de cuisines collectives**

95 recettes

**4848 portions cuisinées!!!**

## À Saint-Étienne-des-Grès

**1 groupe de cuisine collective**

**6 participants différents**

7 planifications

**7 journées de cuisines collectives**

23 recettes

**716 portions cuisinées**

## AU TOTAL :

**5 groupes de cuisines collectives**

**Entre 5 et 6 participants par groupes**

**27 participants différents**

**5469 portions cuisinées**

**Coût par portion : 1,73\$/portion**

**Bon  
coup!!!**

**2593 portions cuisinées de plus cette année!!!**

## OBJECTIFS SPÉCIFIQUES

- Briser l'isolement.
- Développer l'autonomie.
- Encourager la prise d'initiative.
- Favoriser le partage des connaissances des membres au sein du groupe.
- Mettre à profit les connaissances culinaires des participants entre eux.
- Gérer un budget.
- Apprendre à effectuer une planification efficace et économique grâce aux circulaires d'alimentation.
- Développer des liens de solidarité et d'appartenance au Centre.
- Permettre aux familles de manger mieux et de faire des découvertes culinaires.

## MOYENS SPÉCIFIQUES

Les recettes sont diversifiées, en tenant compte des goûts de chacun et des principes de saine alimentation.

Planification des achats.

Planification de la journée de cuisine.

Évaluation des cuisines avec l'ensemble des groupes.

Soutien individuel au besoin.



## ATELIERS MARMITONS

### 3 ateliers MARMITONS

Pour les enfants âgés entre 6 et 12 ans, lors des journées pédagogiques.

**13 enfants différents ont participé.**

3 enfants de 3 à 5 ans

10 enfants de 5 à 12 ans.

**3 activités** (Noël – 1 journée, Saint-Valentin 1/2 journée, Pâques 1 journée) ont été données pour un total de **17 heures d'atelier.**

- Initiation à la cuisine: potage vide-frigo, brows-cuits aux bananes, pancakes à l'américaine, coulis de fraise, truffes au chocolat, oeufs mimosa, poulet pop-corn, frites au four, macarons à la noix de coco, crème fouettée.
- Ateliers thématiques ayant pour sujet les noix, la gestion des déchets et des surplus en cuisine, les épices et herbes du monde entier
- Fabrication de recettes en pots pour offrir en cadeau.
- Bricolage: fabrication de centres de table, de petits paniers cadeau et de pots de fleurs décoratifs.
- Initiation à l'hygiène et à la salubrité en cuisine (lavage des mains, lavage de la vaisselle)
- Lecture de recettes et d'instructions.
- Soutien aux familles: les enfants ont rapporté à la maison les surplus cuisinés dans la journée, ainsi que les cadeaux gourmands fabriqués.
- Implication dans la communauté: les Marmitons ont fabriqué des cartes qui ont été remises aux bénéficiaires de la cuisine bénévole.
- Entraide entre les participants et resserrement des liens qui les unissent.



### OBJECTIFS

- Initier les enfants à la cuisine avec des recettes simples, en leur inculquant des notions culinaires.
- Bricoler et socialiser avec d'autres enfants

## ACTIVITÉ D'AUTOFINANCEMENT

Automne 2023

2 intervenantes ont préparé **117 trios de soupes maison**

500 ml/soupe

- velouté butternut
- Crème d'oignons caramélisés
- Soupe aux légumes

58,5 litres de soupe préparées

**Profits : 282,82\$**



**Vente trio de soupes maison**

- Velouté butternut et carottes
- Crème d'oignons caramélisés
- Soupe aux légumes

Coût : 15 \$ / trio (500 ml par soupe)  
Le trio se vend tel quel.  
Non vendu séparément.

Réservez avant vendredi, 20 octobre  
au 819 377-3309  
Commandes prêtes jeudi, 26 octobre



Ce service est financé par le CIUSSS

64 recettes différentes

978 portions

1,91 \$/portion

Au total : 13 familles ont pu bénéficier de ce service.

1 cuisine / 2 semaines soit 16 cuisines

Entre 3 et 4 bénévoles se sont relayés avec l'intervenante responsable pour un total de 90h de bénévolat

Aux deux semaines : téléphones pour leur annoncer le menu, visites à domicile pour livrer les repas aux 13 familles bénéficiant du service. La plupart sont des personnes âgées, à mobilité réduite.

**108 visites à domicile** pour livrer les repas et nous assurer que tout va bien, apporter une petite épicerie, etc. 5 intervenantes se sont impliquées. Moyenne d'âge de nos bénéficiaires : **85 ans**

Livrer les repas à domicile nous permet de voir si nos membres vont bien, cela leur permet également de recevoir de la visite et de socialiser un peu. Certains de nos membres sont très isolés. Il nous arrive également de faire une petite épicerie de dépannage et de leur apporter en même temps que leurs repas. Ce service est vraiment très apprécié.

## Commentaires de nos membres bénéficiaires:

- Vous m'aidez beaucoup. Je peux m'occuper de mon mari, je n'ai pas à préparer les repas. Ça me donne un réel coup de main. Merci.
- Ça m'aide beaucoup, je planifie ma semaine en rapport avec les repas bénévoles. Merci.
- Vos petits plats sont réconfortants. Toujours délicieux. Ça me fait chaud au cœur de savoir que vous allez passer me voir et m'apporter des repas... surtout des desserts!

## OBJECTIFS SPÉCIFIQUES

- Permettre à nos membres d'avoir un soutien concret du Centre en cas de période difficile ( accident, maladie et autres) ;
- Donner un répit à nos jeunes mamans à la suite d'une naissance ;
- Briser l'isolement en apportant des repas régulièrement au domicile de nos membres ou en les invitant à venir les chercher au Centre s'ils peuvent se déplacer ;
- Développer des liens de solidarité entre nos membres ;
- Développer un sentiment d'appartenance envers l'organisme.

## MOYENS SPÉCIFIQUES

- Un groupe de bénévoles, membres de notre organisme, se réunit aux 2 semaines, avec l'intervenante responsable pour cuisiner plusieurs recettes différentes pour des membres qui en ont besoin.
- Ce service est offert temporairement à nos membres, le temps qu'ils puissent se remettre d'une situation difficile ou que la vie reprenne son cours normal.
- De plus nous apportons des repas régulièrement à certains de nos membres afin de favoriser le maintien à domicile et donner un peu de répit.

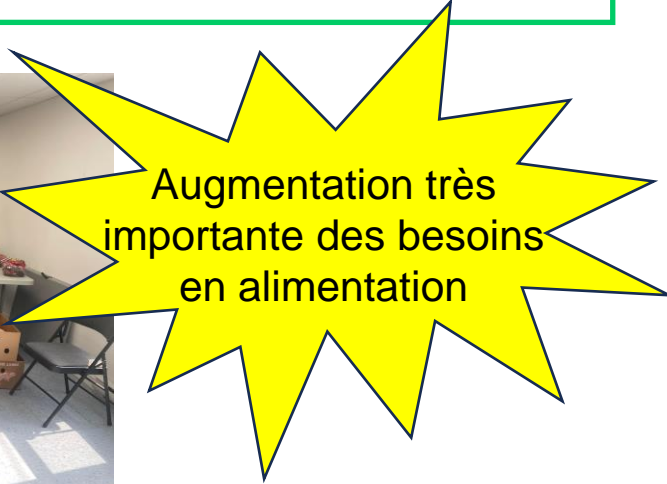
# Distribution de paniers alimentaires

Depuis septembre, en continu aux deux semaines

En septembre 2022, nous avons donc commencé avec 15 inscriptions, soit 20 adultes et 6 enfants rejoints.

En juin 2024, le nombre de familles bénéficiaires est de **28**. La distribution alimentaire rejoint **au total 99 personnes dont 49 enfants**.

Nous pouvons compter sur l'aide précieuse de **10 bénévoles** lors de chaque journée de distribution alimentaire.



Augmentation très importante des besoins en alimentation





# La distribution de paniers alimentaires en chiffres :

**99**  
**personnes**  
**rejointes**

**49**  
**enfants**  
**rejointes**

**10**  
**bénévoles**

**16**  
**Paniers**  
**d'urgence**

**25**  
**Paniers de**  
**Noël**  
**distribués**

2 intervenantes s'en occupent pendant la saison : entretien, arrosage, désherbage, et récoltes au fur et à mesure.

Nous avons 4 bacs de jardinage..

Nous avons des légumes variés grâce aux dons de plusieurs membres et bénévoles qui nous ont amenés des semis, ainsi que des fines herbes et des fleurs.

Nous avons récolté des tomates, des fines herbes (ciboulette, thym, basilic, persil), qui ont été utilisées dans les préparations des repas communautaires et des cuisines bénévoles.

## Marche Santé

De septembre à juin

**À Pointe-du-Lac : les marches ont été remplacées par les conférences du Traversier**

**À Saint-Étienne-des-Grès**

Le mardi à 11h (St-Étienne) occasionnellement après l'atelier Tricopines : **4 participantes**

•Marche dans les rues du quartier pour se dégourdir les jambes après les sessions de tricot. Soutien individuel offert par la même occasion. Sujets abordés: la maladie, le deuil, le vieillissement.

4h de marche.

- Briser l'isolement.
- Développer de saines habitudes de vie.
- Développer des liens entre les participants.
- Recruter de nouveaux membres.
- Faire connaître l'organisme.
- Développer un sentiment d'appartenance envers le Centre.

# Soutien individuel

L'équipe de travail consacre plusieurs heures par année au soutien, à l'écoute et à l'accompagnement de participants rencontrant des difficultés ou des situations particulières.

**4 intervenantes** – **16 h de soutien** en présence ou téléphonique. **10 personnes** rejointes.

Écoute active de plusieurs membres qui vivent des difficultés suite à leur état de santé, à l'état de santé d'un conjoint qui se dégrade, suite au décès d'une amie proche ou d'un parent, suite à une situation familiale très difficile. Accompagnement et référence au besoin.

La solitude est très difficile à vivre pour nos membres vieillissants. Nous les accompagnons du mieux que nous pouvons.

# Soutien à la collectivité

- plusieurs accompagnements pour prendre RDV avec la SAAQ pour nos membres qui n'ont pas de connexion internet à la maison
- Aide à l'inscription pour la tarification sociale STTR : 4 personnes
- aide avec Clic Santé
- plusieurs accompagnements pour dossiers d'assurances en lignes, suivis RRQ, différents suivis gouvernementaux en ligne

# Vie associative

Activités de sensibilisation pour la **journée internationale de l'alphabétisation le 8 septembre** :

Pour souligner cette journée internationale, nous demandons au marché IGA de Pointe-du-Lac et au Café Mandala de St-Étienne de préparer une soupe à l'alphabet, nous distribuons des dépliants du Centre dans les boutiques environnantes et nous affichons dans la communauté ainsi que sur notre page Facebook.

**Assemblée Générale Annuelle** le 20 septembre 2023 à Pointe-du-Lac.

26 membres en règle / 2 animateur/observateur / 6 employées

L'AGA est toujours suivie d'un buffet pour nos membres

**Portes ouvertes St-Étienne-des-Grès**

Le 27 septembre 2023

**28 personnes** nous ont visité.

**Fête de Noël**

**A la salle communautaire de St-Étienne-des-Grès**

Le 20 décembre 2023

Souper traiteur et spectacle de Dominic Laroche

65 participants

**5 à 7 des bénévoles**

25 avril 2024 au restaurant Le Grec

**25 bénévoles présents**

Cadeaux offerts à tous nos bénévoles : post-its et stylos à l'effigie du Centre, tirage de billets de spectacles



## Fête de fin d'année, à Plein Air Ville-Joie

Le 20 juin 2024.

Diner Hot-dogs, quizz et jeux variés préparés par les intervenantes, sondage de fin d'année (évaluation et suggestions de nos membres)

54 participants



## OBJECTIFS :

- Renforcer le lien d'appartenance entre les membres et notre organisme
- Renforcer le lien d'appartenance entre les bénévoles et notre organisme
- Valoriser l'un ou plusieurs de nos membres lors d'une activité spéciale qui leur est dédiée
- Recruter de nouveaux membres
- Passer un moment privilégié avec nos membres, en dehors des activités régulières du Centre
- Améliorer la visibilité de notre organisme



# Activité de financement / promotion de l'organisme

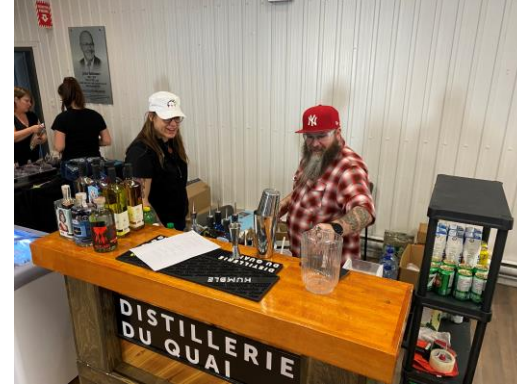
## Salon POP des Artisans à St-Étienne des-Grès

18 novembre 2023.

49 artisans exposants, 58 tables

828 visiteurs (114 visiteurs de plus que lors de l'édition en 2022-2023)

Bénéfices de la journée : 1724 \$



# Formations / concertation

- 23/10 : Formation XAEQUO nouvelle base de données par Alain Demers : équipe et président du CA
- Les 22 et 29 janvier 2024 : Formation Rôles et responsabilités du conseil d'administration. 6h de formation, 9 administrateurs et la coordonnatrice
- Rencontre zoom RGPAQ sur les modèles de gestion en alphabétisation populaire. 13/03, coordonnatrice
- Journées régionales de formation de la TROC :
  - L'ergonomie au bureau, en zoom : adjointe administrative et coordonnatrice 15/02
  - Explorer nos fatigues, en zoom : coordonnatrice et adjointe administrative 14/03
  - Démystifier ChatGPT : intervenante et coordonnatrice 24/04
- ITA (Institut des troubles d'apprentissages) : 4 intervenantes
  - Mon enfant est dyslexique – dysorthographique : stratégies ludiques pour consolider ses apprentissages.
  - Accompagner le stress et l'anxiété chez l'enfant
  - La transition du primaire vers le secondaire : comment accompagner son enfant
  - Stress, troubles d'apprentissage et motivation : le rôle clé du parent
  - Quand les émotions s'en mêlent : l'anxiété et l'apprentissage
  - Parents en action : clés pour naviguer avec le TDAH de son enfant
  - Langage et apprentissage : démystifier les défis inaperçus des difficultés langagières à l'âge scolaire
- Formation RCR secourisme, Santinel : 1 intervenante
- Voir au-delà des comportements (Espace Mauricie – Sarah Hamel) 2 intervenantes
- L'humain n'agit pas par hasard (CFCM – Francis Levasseur
- Mobiliser une clientèle peu motivée ou non- volontaire (présentiel) 12 octobre 2023 6 heures Yves Gros-Louis Carrefour Formation Mauricie
- Programme de Promotion de la santé mentale de la petite enfance (PSMPE) de l'Hôpital SickKids de Toronto (en ligne)
  - Entrer dans les mondes du nourrisson, du tout-petit et de leurs parents troublés de toutes les cultures
  - Naviguer dans les soins équitables pour la santé mentale de la petite enfance à l'intérieur et au-delà des frontières
  - Questions émergentes sur la santé mentale de la petite enfance
  - L'influence de la santé et du bien-être périnataux sur la santé et le bien-être du bébé
  - La paternité à notre époque moderne
- Formation d'instructrice de massage-bébé (en ligne) 30-31 mai et 6-7 juin 30 heures Françoise Lefebvre International Association of Infant Massage (IAIM)

- Formation sur la Loi 42 : politique de harcèlement : adjointe administrative
- Formation plateforme TEDY : adjointe administrative

# Représentations

**CFCM** : Centre de Formation Communautaire de la Mauricie : 1 siège sur le CA

5 rencontres de CA, une Assemblée générale annuelle le 11/06, 2 rencontres du comité ressources humaines et participation au 5 à 7 Impro ACA le 25/01. Coordonnatrice

Groupe de discussion sur la participation dans les organismes communautaires. Président du CA

**TROC** : Table des Organismes Communautaire de la Mauricie / Centre-du-Québec

- 10/10 AGA, coordonnatrice
- 27/11 Rencontre en zoom sur le formulaire et la demande PSOC / coordonnatrice
- Participations aux 3 formations dans le cadre des journées régionales de formation / équipe
- 20/02 Participation à la Journée pour une justice sociale : rassemblement au Parc Champlain (Troc, Roepam et CDC) / équipe
- 2/04 Atelier participatif pour la planification stratégique le 2/04
- 3/04 Webinaire reddition de compte PSOC

**CIUSSS MCQ** :

20/02 : Rencontre teams avec 4 organisatrices communautaires « Famille » : présentation de l'organisme et propositions de partenariats. Coordonnatrice.

**CDC** : Corporation de développement Communautaire

- 9/01 : entrevue pour « Le Mémo de la Corpo » sur l'inflation et le coût de la vie. Coordonnatrice

**Moisson Mauricie** : AGA (président) diverses rencontres (intervenante)

Forum communautaire sur l'entraide à J'ai mon appart

## OBJECTIFS SPÉCIFIQUES

- Favoriser le réseautage
- Susciter les partenariats
- Améliorer la visibilité de l'organisme
- Acquérir, échanger, partager des outils et/ou développer de nouvelles façons de faire

## CAPE de La Tuque

28/11 : rencontre dans leurs locaux. Objectif : créer un Pôle en alphabétisation populaire de la Mauricie.

Avec les autres organismes de la région. Représentation / partenariat  
Intervenante alpha et coordonnatrice

**Forum régional « Justice sociale chez nous » 8/05** organisé par des chercheurs de l'UQAM et un comité régional CDC de Shawinigan (pour l'inter CDC), CFCM, CIBES de la Mauricie, ROÉPAM, TCMFM et TROC CQM.

Coordonnatrice accompagnée d'une administratrice

**RGPAQ** : regroupement des groupes populaires en Alphabétisation du Québec

30/11. zoom. Groupe de discussion sur les conditions de travaux dans nos groupes. Coordonnatrice

**Maison de jeunes de Trois-Rivières** : 1 siège sur le CA

adjointe administrative - 6 rencontres et AGA

**PACE (Santé Canada)** : Coordonnatrice. Rencontre annuelle



**Tournoi de golf de l'Association des Loisirs de Saint-Étienne-des-Grès**

16 septembre 2023 3 intervenantes : aide à la logistique la journée.



**CA de l'Association des Loisirs de Saint-Étienne-des-Grès**

5 rencontres + AGA. Une intervenante.

**Centraide**

24/10 : AGA en zoom. Coordinatrice

7/11 : Matinée d'échange dans le cadre de la tournée des régions. Coordinatrice

**Maison de jeunes AlterNative Jeunesse**

6 rencontres CA + AGA. Adjointe administrative

**Journée « Je connais mon réseau », par la table enfance jeunesse famille de Trois-Rivières**

Le 17/11. Journée, kiosque d'information. Coordinatrice

**CA de la CLÉ en Éducation populaire de Louiseville**

26/09 : AGA et 4 rencontres de CA. Coordinatrice

**Autres :**

**CRC:** 20/10. rencontre zoom avec le poteau régional, le Roepam pour la demande CRC.

**Artisans de la Paix :** 1/11 participation à la conférence de presse des paniers de Noël

**Club de la Culture et club des Loisirs V3R :** rencontres sur le fonctionnement. Adjointe administrative

**Fonds des Bingos de Trois-Rivières :** 6/12 conférence de presse et remise de subvention .  
Coordinatrice

**Rencontre pour la tarification sociale –Autobus STTR.** Adjointe administrative

**Rencontres UQTR et Cégep** pour programmes de stagiaires en psychoéducation et Travail social.  
Coordinatrice. 25/10 et 22/11

**Conférence de presse et lancement de la caravane mobile** de l'organisme « Le Traversier », centre de jour en santé mentale, le 2/11. Coordinatrice

**Rencontre avec la TREM :** information et échanges sur les différents projets. 13/12. Coordinatrice

**Rencontre teams CÉGEP,** zone entrepreneuriale. Coordinatrice

**Rencontre organisme La Brouette** pour le projet « Frigo partage »

# Nos partenaires

## Moisson Mauricie

Collectes pour les paniers alimentaires et les cuisines bénévoles.

## IGA MARCHÉ RAYNALD GIGUÈRE de Pointe-du-Lac.

- Dons de nourriture lors de la Guignolée des médias et de cartes cadeaux pour un montant de 750 \$.

## Ciussmcq

Ateliers de nutrition pour nos familles

**Dons de billets** de Culture TR, Festivoix, Magasin général Lebrun, Amphithéâtre Cogeco : **62 billets** ont été distribués à nos membres.

**Prêt de nos locaux pour des cours de Yoga prénatal et des cours de Yoga.** 3x/semaine, en soirée et la fin de semaine  
Marie-Danielle Vézina et Anne-Gaëlle Valmy.

**Famille Point Québec** : entrevue pour leur numéro spécial Mauricie. Revue pour les familles du Québec. Coordonnatrice

## Boucherie Fortin de Saint-Étienne-des-Grès

Plusieurs commandites pendant l'année pour nos membres et achat de la viande au prix coutant : un beau partenariat pour permettre la préparation de nos repas à moindre coût.

## COMSEP

Paniers de Noël pour 12 de nos familles, soit 21 adultes et 32 enfants rejoints  
Rencontre de préparation aux changements du programme PACE, de Santé Canada.

## Sana de Trois-Rivières

Partenariat pour l'impression de nos cahiers d'activités en francisation et la distribution à nos familles qui suivent les ateliers. Cahier « Les premiers mots de maman »  
Références des familles pour nos ateliers de francisation.  
Participation à la journée portes ouvertes (2 intervenantes et coordonnatrice)

Organisme « J'ai mon appart » de Shawinigan : dons de tricots - des lavettes - remis aux locataires de l'organisme à l'occasion de Noël.

**Don des Chevaliers de Colomb pour notre volet Aide alimentaire** : remise de cartes cadeaux d'épicerie : 1000\$ en dons redistribués aux bénéficiaires de l'aide alimentaire.

**Don du Noël du pauvre de Pointe-du-Lac** : 1000\$

**Université Téléuq** : participation à leur étude sur « la construction de la pauvreté au Québec »  
1 administratrice, coordonnatrice et 3 bénéficiaires de l'aide alimentaire.

# Conseil d'administration

## Nos administrateurs

Président : André Lacombe, représentant de la communauté PDL, secteur privé, 6 ans

Vice-président : Sylvie Brunelle, représentante de St-Étienne, participante, 2 ans

Trésorière : Nancy Lemay, 6 ans (et représentante organisme communautaire)

Secrétaire : Lucie Allard, participante, retraitée, 9 ans

Marcel Lesage, représentant communauté, retraité, 9 ans

Lucia St-Pierre, participante, retraitée, 2 ans

Jocelyne Montreuil, représentante communauté, retraitée, 1 an

Véronique St-Yves, participante, 1 an

Martine Richer, représentante communauté, 1 an

Notre C.A est composé de personnes de la communauté, de participants et de bénévoles au sein de notre organisme et d'un représentant d'un autre organisme communautaire

9 administrateurs sur le C.A.

Le CA s'est réuni **8 fois** en présence et plusieurs résolutions courriel ont été faites pendant l'année.

**MERCI** de vous impliquer dans la vie démocratique de notre organisme!!!

## NOS BÉNÉVOLES

Aide aux devoirs et aux leçons : **6**

Animation d'ateliers, aide logistique : **1**

Conseil d'administration : **9**

Distribution: **10**

Cuisines bénévoles : **4**

Repas communautaires : **4**

**AU TOTAL : nous avons pu compter sur 34 BÉNÉVOLES qui nous ont offert**

**2 600 heures de bénévolat**

Nos bénévoles sont une part essentielle de notre travail.

Nous sommes toujours en mode recrutement, les dernières années n'ont pas été facile mais nous commençons à voir de nouveaux visages.

# MERCI!!!

# NOS STATISTIQUES

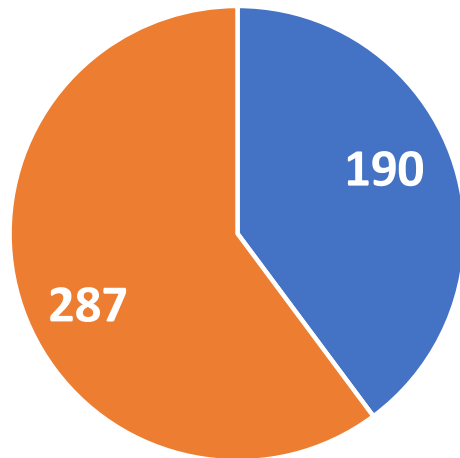
Nombre de participants au 30 juin 2023 :

**477 participants**

333 adultes et 144 enfants ( - de 12 ans)

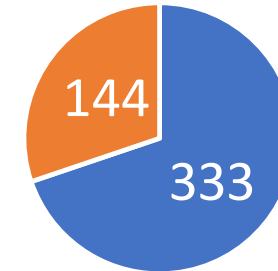
Nombre de personnes rejointes par la mission et par nos activités de masse (journaux, site web, facebook, kiosques, affichages, etc.) : **plus de 2000**

## MEMBRES ANCIENS / NOUVEAUX

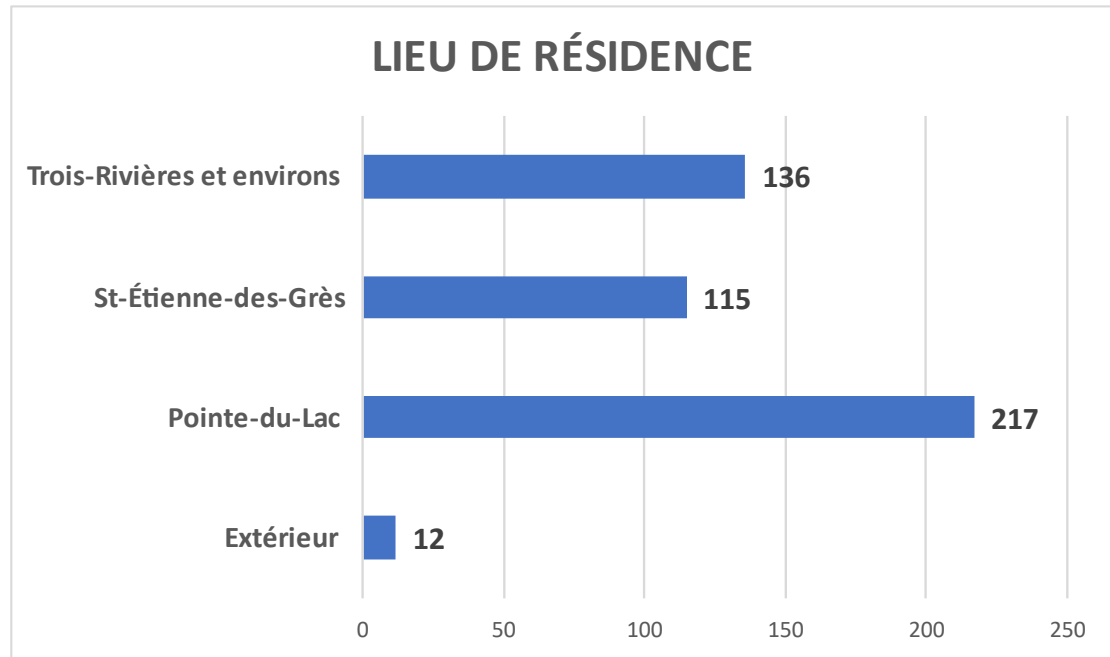
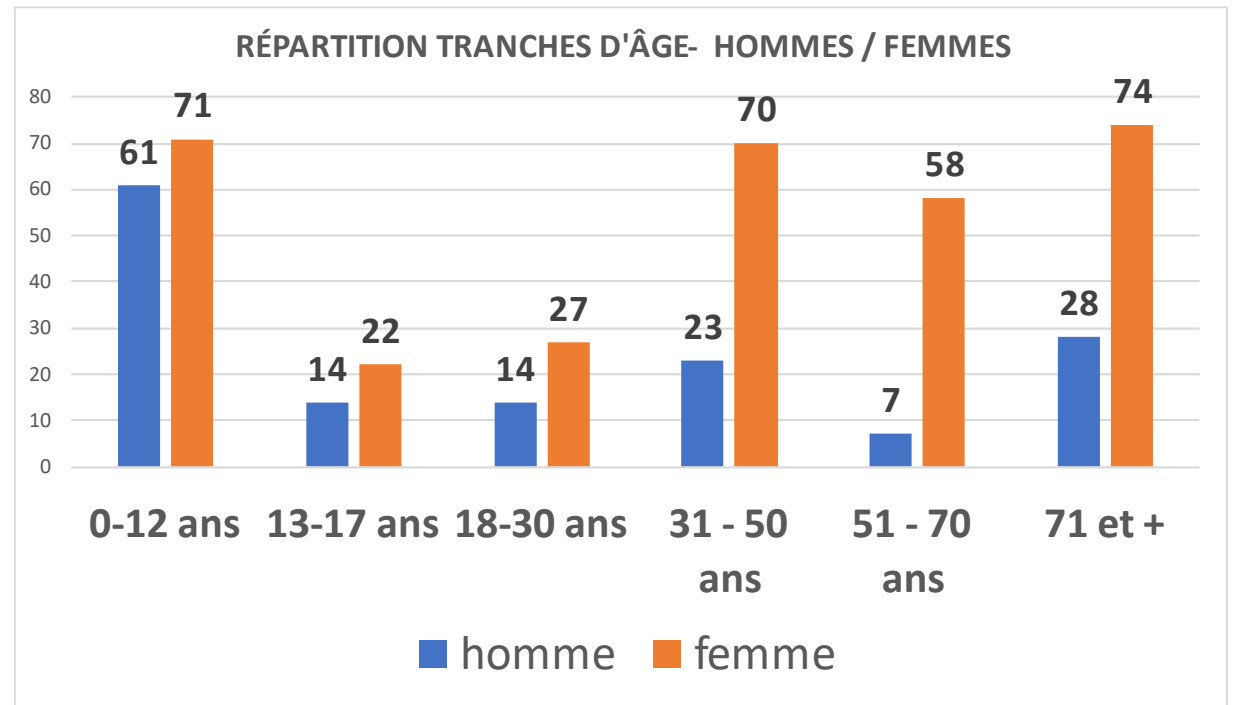
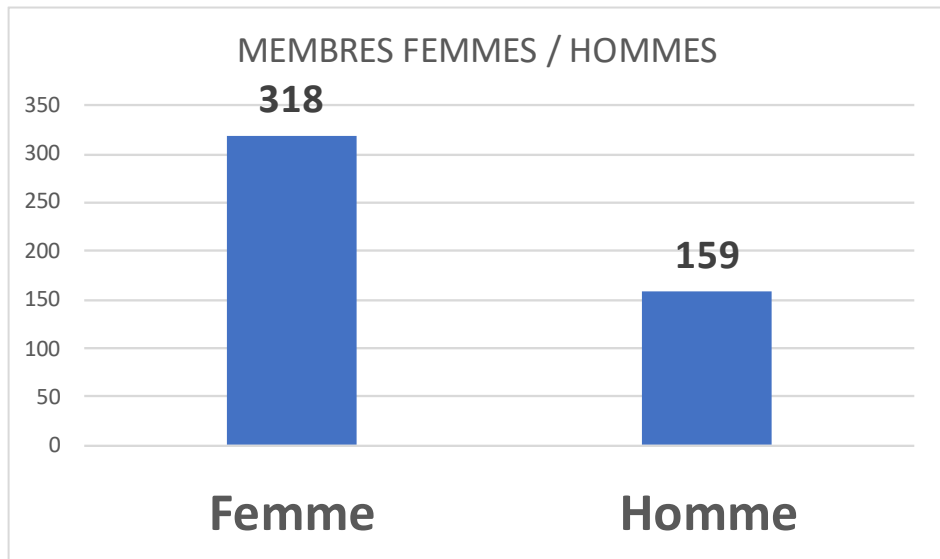


■ Nouveaux   ■ Anciens

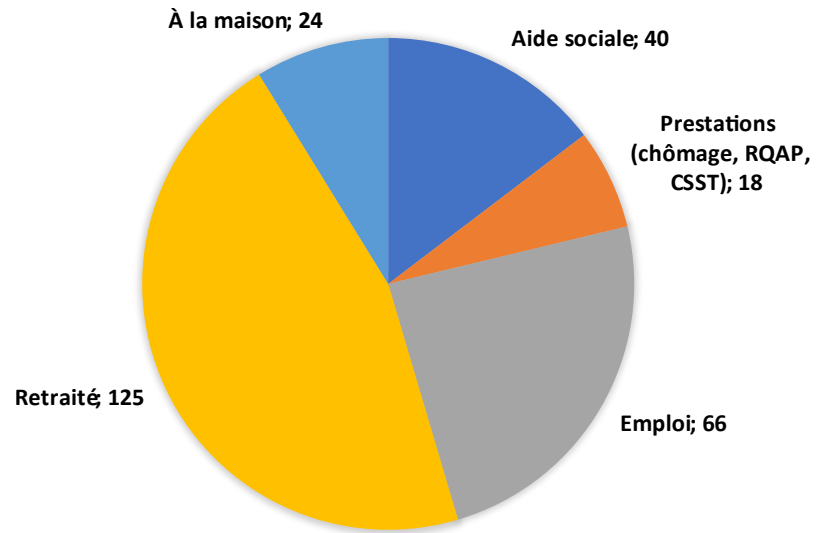
## MEMBRES ADULTES/ ENFANTS



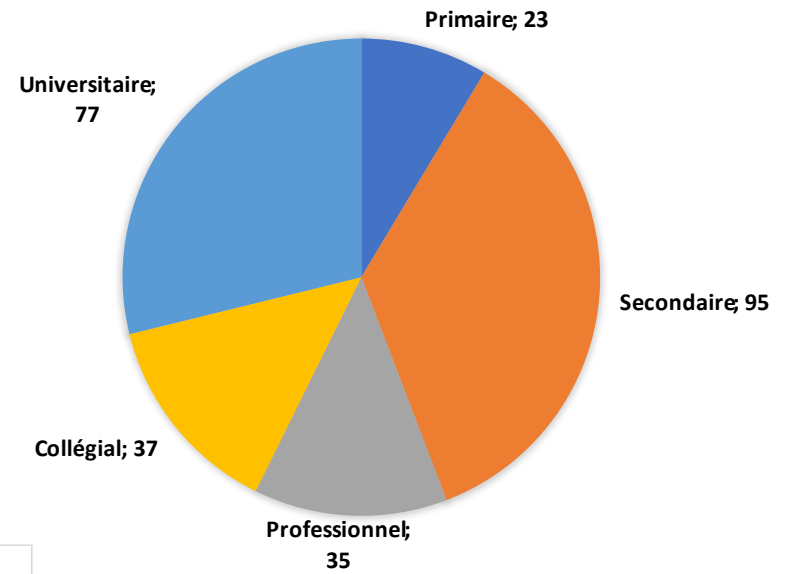
■ Membres  
■ Enfants participants (12 ans et moins)



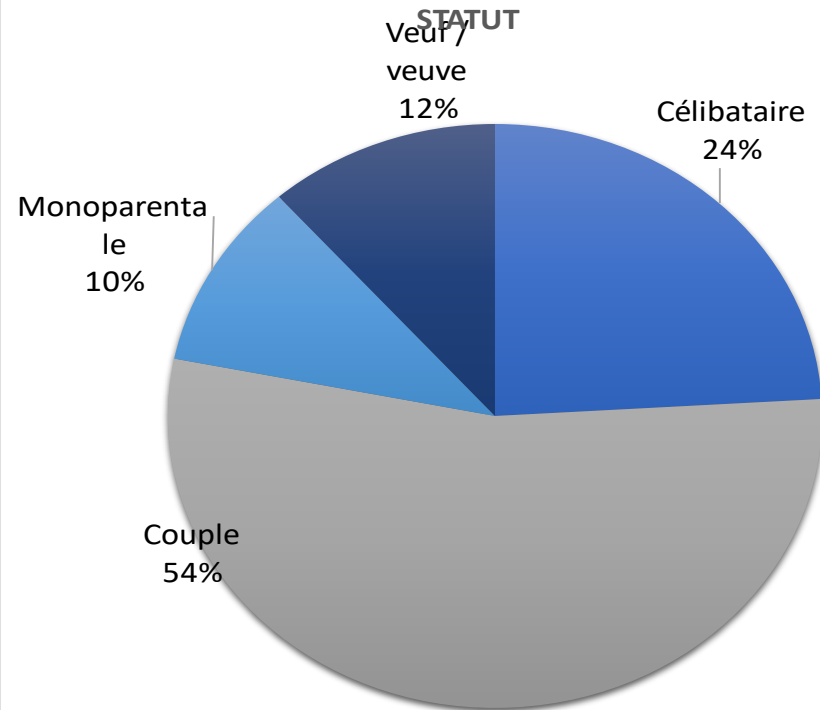
### SOURCE DE REVENUS



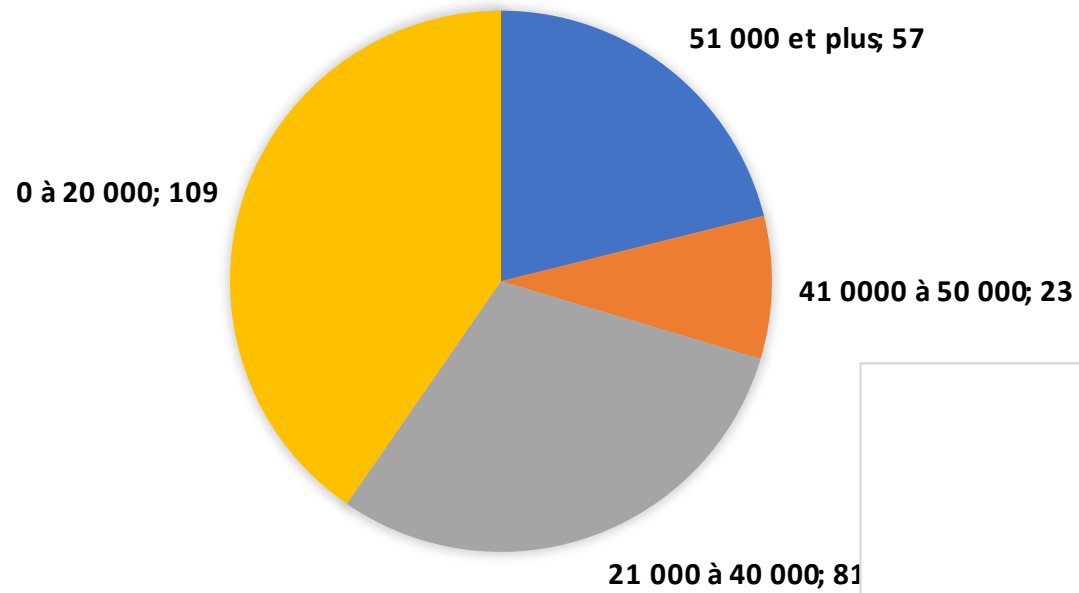
### SCOLARITÉ



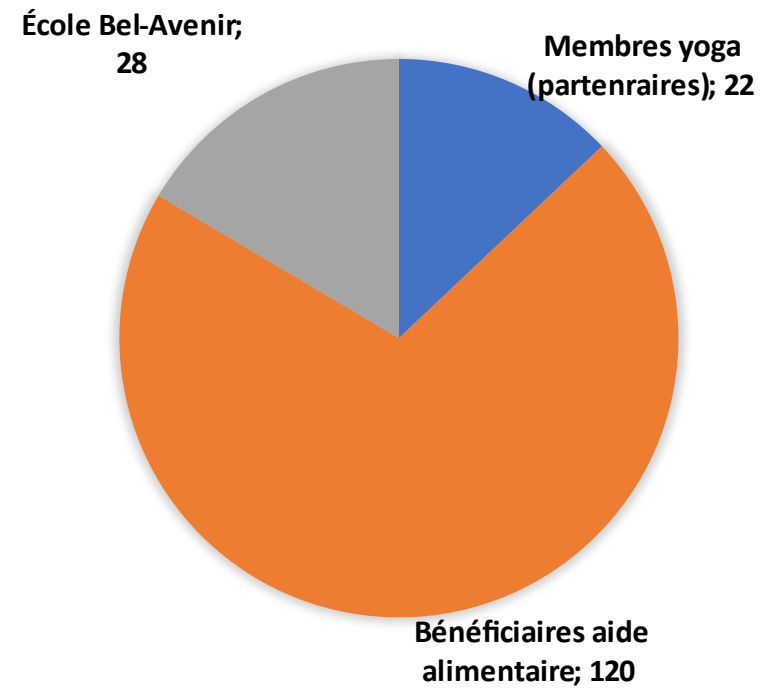
### STATUT



## REVENUS ANNUEL



## RÉPARTITION MEMBRES





Le 6e Salon POP des artisans aura lieu le 18 novembre à Saint-Étienne-des-Grès.



**SAINT-ÉTIENNE-DES-GRÈS.** Une cinquantaine d'artisans sont attendus au Salon POP des artisans du Centre d'éducation populaire de Saint-Étienne-des-Grès ce samedi 18 novembre à la salle communautaire de la municipalité.

Plusieurs artisans de la région seront sur place entre 10h et 16h, dont la Chope à miel, Bougies coup de cœur, la Distillerie du Quai, Chamane Moderne, les Créations de Joëlle et plusieurs autres.

C'est l'occasion d'encourager l'achat local et de dénicher des cadeaux originaux en prévision de Noël.

Cette 6e édition du Salon POP des artisans sert également de campagne de financement du Centre d'éducation populaire de Pointe-du-Lac et de Saint-Étienne-des-Grès.

L'entrée est gratuite. **(M.E.B.A.)**

## Une caravane pour la santé mentale



Le Traversier, centre de jour et d'entraide en santé mentale, souligne ses 35 ans en inaugurant une unité mobile qui permettra à l'organisme d'offrir plus de services sur le vaste territoire qu'il dessert, soit la grande région de Trois-Rivières jusqu'à Saint-Étienne-des-Grès et la MRC Des Chenaux.

Le projet dévoilé par Le Traversier mijote dans la tête de la directrice générale, Shanaz Moussa, depuis presque un an. Il a été initié par l'augmentation de la demande de services en santé mentale.

« On savait au regard des demandes téléphoniques reçues que les besoins étaient là. Il fallait trouver une solution innovante à un enjeu principal de l'organisme: offrir des services sur tout notre territoire et ainsi rejoindre les personnes habitant dans les coins les plus éloignés de notre point de service de Trois-Rivières. Notre devoir est de couvrir le territoire, de donner des services à quelqu'un qui est à Notre-Dame-du-Mont-Carmel, Sainte-Anne-de-la-Pérade, Saint-Stanislas. Ça m'est apparu comme une évidence: on va aller sur la route! On va aller rencontrer les gens! »



PAR STÉPHANE LAROCHE

6 novembre 2023, 15 h

L'unité mobile a été aménagée spécialement pour l'organisme avec l'aide d'une entreprise de la région.

« J'ai travaillé en collaboration avec le Garage Arvais de Saint-Boniface, spécialiste dans la création de véhicules récréatifs et nous avons conçu sur mesure l'aménagement de la caravane afin d'en faire le premier centre de jour et d'entraide en santé mentale mobile du Québec », annonce fièrement la directrice générale. « Il y a des batteries à l'intérieur, donc au niveau autonomie on peut chauffer le véhicule, on a des prises pour pouvoir faire du café quand on sera sur la route. On sera vraiment dans la même qualité – pas la même superficie, on s'entend – mais la même qualité de services que notre centre pour aller à la rencontre des gens. »

De plus, l'unité mobile permettra le développement de partenariats avec d'autres organismes communautaires de la région.

« Pendant l'été, qu'est-ce qui nous empêche de s'installer dans un parc et de travailler en collaboration avec d'autres organismes? L'intention ici est d'aller au plus proche de la population ayant des enjeux en santé mentale mais aussi de faire la promotion de la santé mentale et de lutter contre la stigmatisation. Depuis plusieurs mois, nous sommes à construire des partenariats avec plusieurs organismes avec qui nous allons collaborer. »

Parmi ceux-ci figurent le Centre d'action bénévole de la Moraine, le Centre d'éducation populaire de Pointe-du-Lac, Tandem Mauricie et le camp Plein air Ville-Joie.

« Nous allons également travailler en collaboration avec le Centre de prévention du suicide Accalmie afin qu'un de ses intervenants puisse ponctuellement se joindre à notre équipe pour aller faire de la prévention sur le territoire. Ça fait partie des partenariats importants à mes yeux. »



## Le Bavard

### Le Bavard

Septembre 2023



**Mercredi, 20 septembre 2023**  
10 h à 12 h

**Assemblée  
Générale**

CENTRE D'ÉDUCATION POPULAIRE  
de Pointe-du-Lac  
490, Grande Allée, Trois-Rivières

[Confirmez votre présence avant le vendredi, 15 septembre](#)

819 377-3309

Un buffet froid sera offert aux participants

COTISATION ANNUELLE : 8 \$

**PORTES OUVERTES**

**ST-ÉTIENNE-DES-GRÈS**

**Mercredi, 27 septembre 2023, 10 h à 14**

Lieu : Centre d'éducation populaire de St-Étienne-des-Grès  
Adresse : 1260, rue Saint-Alphonse, St-Étienne-des-Grès

**Bienvenue à tous, venez en grand nombre**

### Le Bavard

Novembre 2023



**SOUPER-SPECTACLE  
DE NOËL**

**Mercredi, 20 décembre, 17 h à 21 h**

Salle communautaire de St-Étienne-des-Grès

25 \$ / membre

30 \$ avec transport autobus aller-retour\*

Réservé aux membres seulement

Date limite réservation et paiement : 11 décembre

**SPECTACLE  
MICHEL LETARTE**

**MÉCHOUI**  
Nord & Sud s.c. inc.



\*Autobus aller-retour.  
Départ Pointe-du-Lac  
Grâce au soutien de



Février 2024  
**Le Bavard**  
Programme  
HIVER 2024

**BENOÎT GOUIN**  
VENDREDI, 12 AVRIL, 9 h 30  
Centre de Pointe-du-Lac



Venez rencontrer et échanger avec  
le comédien natif de Pointe-du-Lac  
Gratuit pour tous

**INSCRIPTION OBLIGATOIRE**

CONFÉRENCE

**NOUVEAU  
FORMAT  
2024**

### Le Bavard

Avril 2024

Programme  
PRINTEMPS 2024

**Fête de fin d'année**  
JEUDI, 20 JUIN, 10 h 30 à 15 h



**Coût : 10 \$ / membre**

Date limite inscription : Lundi 10 juin  
Plein Air Ville Joie – Salle des Dominicaines

**DÎNER HOT-DOG, ANIMATIONS**



**4 publications du Bavard +  
1 P'tit Bavard:**

467 envois par la poste  
392 envois courriel  
50 en distribution libres  
200 impressions pour la  
distribution alimentaire

**Total : 1 109**

décembre 2023

## Le P'tit Bavard

ÉDITION SPÉCIALE DE NOËL

Plusieurs jeux et dessins à l'intérieur !

Quelques recettes spéciales juste pour toi !

Concours du temps des fêtes avec un prix à gagner !

# LE CENTRE EN IMAGES



# LE CENTRE EN IMAGES





**CENTRE D'ÉDUCATION  
POPULAIRE**  
Pointe-du-Lac  
Saint-Étienne-des-Grès

Le Centre d'Éducation Populaire de Pointe-du-Lac  
490, Grande Allée  
Trois-Rivières, Québec, G9B7S3  
Tel. : 819 377-3309  
Télec. : 819 377-3052

Le Centre d'Éducation Populaire de St-Étienne-des-Grès  
1260, St-Alphonse  
St-Étienne-des-Grès, Québec, G0X 2P0  
Tel : 819 299-3859

Heures d'ouvertures du Centre :  
Du lundi au jeudi de 8h30 à 16h00  
Vendredi de 8h30 à 12h00

Site web : [www.ceppdl.ca](http://www.ceppdl.ca)  
Page facebook : centre d'éducation populaire