

RAPPORT D'ACTIVITÉS 2022-2023



**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.17
Famille	p.19
Sécurité alimentaire : repas communautaires, cuisines collectives, cuisines bénévoles, distribution alimentaire	p.25
Journée d'entraide	p.32
Jardin collectif / marche santé	p.33
Soutien individuel / soutien à la collectivité	p.34
Vie associative	p.35
Activités de financement / promotion de l'organisme	p.37
Formations / concertation	p.38
Représentations	p.39
Nos partenaires	p.41
Conseil d'administration / Nos bénévoles	p.42
Les statistiques	p.43
Revue de presse	p.47

Mot du Conseil d'administration

Le CÉPPDL: un pilier qui s'impose de plus en plus.

Les 30 premières années du Centre d'éducation populaire de Pointe-du-Lac et de Saint-Étienne-des-Grès ont vu cet organisme du grand Trois-Rivières s'imposer comme une ressource incontournable sur son territoire.

Au fil des ans, l'offre de services du CÉPPDL au public s'est élargie et elle rejoint aujourd'hui toutes les tranches d'âge de la population. Ses quatre blocs d'activités portent sur l'Apprentissage (ateliers d'alphabétisation, d'art créatif et d'informatique), de francisation, et d'aide aux devoirs et aux leçons), la Famille (ateliers Soleil pour les 3-5 ans, vie de famille pour les 6-12 ans, l'éveil à la lecture, ateliers thématiques, déjeuner-soleil et cardio-Mom), la Collectivité (café-conférences, cuisines collectives (on popote en groupe), repas communautaires et jeux de société), et finalement la Santé, qui offre la chance de garder la forme tout en échangeant avec les gens.

Et loin d'être rassasié, le Centre a ajouté, il y a un an, l'aide alimentaire, en partenariat avec Moisson-Mauricie. L'accueil populaire qu'a reçu ce nouveau service, à raison d'une fois aux deux semaines, a rapidement prouvé qu'il répondait à un besoin bien présent, voire essentiel, dans notre société.

Ce dernier ajout à l'offre déjà en place du CÉPPDL s'est fait en respectant ses budgets. Mais tout cela serait impossible sans son conseil d'administration, son dévoué personnel et ses valeureux bénévoles qui s'investissent corps et âme dans cette noble mais ô combien essentielle mission d'aider et de soutenir une partie de la population qui en bénéficie.

Par Roland Paillé, vice-président
Au nom des administrateurs du CÉPPDL

Mot de la coordo

2022-2023, une année de changement pour le CEPPDL!!!

- Changement au niveau de l'équipe de travail : départ d'une intervenante, engagement d'une nouvelle co-équipière qui est repartie après 5 mois, départ en congé de maternité, arrêt maladie, retour progressif, retour à la normal au printemps 2023, bref une année d'adaptation pour l'équipe de travail!!!
- Démarrage d'une distribution alimentaire et nouvelle adaptation de toute l'équipe pour faire en sorte que cela fonctionne : planification des horaires, recrutement et organisations des équipes de bénévoles, organisation des cueillettes chez Moisson Mauricie, organisation de l'espace, du rangement des denrées, achat de nouveaux réfrigérateur et congélateur...

L'équipe en place a réussi à naviguer à travers ces changements et toutes les transitions nécessaires et permettre le bon fonctionnement de l'ensemble des activités et ateliers. Nos membres et les personnes des deux communautés que nous desservons ont eu accès à beaucoup d'activités, ateliers d'éducation populaire, repas, soutien et accompagnement. Après les années de pandémies et le retour progressif aux activités, 2022-2023 a vu son rythme habituel reprendre. Le Centre a pris un nouveau souffle, nous sommes toutes heureuses d'avoir retrouvés nos membres, et que nos activités aient repris à leur plein potentiel. La nouvelle distribution alimentaire a amené également d'autres membres et de nouveaux bénévoles.

Découvrez sans plus tarder notre année 2022-2023 !

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 Charrette, intervenante volets alpha / sécurité alimentaire

Rangée du bas de gauche à droite :

Karine Beaulieu (distribution alimentaire 2022-2023)

Caroline Roy-Element, intervenante volets alpha / famille

Claudia Boisvert, intervenante volets alpha / famille



Le Centre en chiffre en 2022-2023

156

**ENFANTS
REJOINTS**

**30
bénévoles**

312

**ADULTES
REJOINTS**

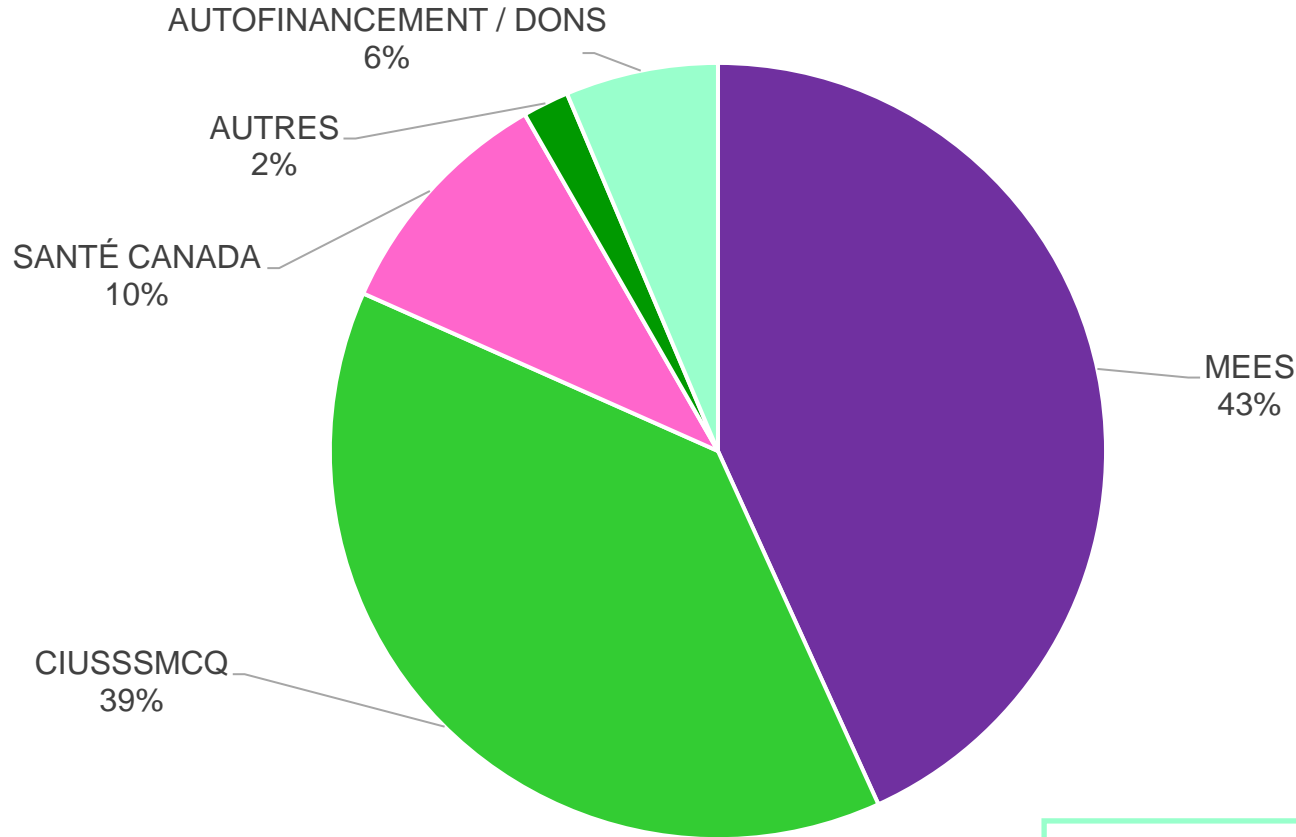
1164

**ATELIERS
DONNÉS**

5034

**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
25/04 : Séance d'information en zoom sur le nouveau cadre normatif du PSOC. Coordonnatrice

Santé Canada (PACE)
5/04 formation en ligne sur l'outil d'établissement du rapport annuel 2022-2023
22/06 : Séance de discussion (teams) pour les bénéficiaires du PACE concernant les changements au programme à venir

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

182 personnes DIFFÉRENTES rejointes
à Pointe-du-Lac : 95 personnes différentes
et St-Étienne-des-Grès : 87 personnes différentes (10 personnes de plus)

115 enfants différents ont participé aux différents projets en alpha :
9 enfants 0-2 ans
29 enfants 3-5 ans (12 enfants de plus joints)
66 enfants 6-12 ans
11 enfants 13 ans et +

AU TOTAL

341 ateliers

253 ateliers à Pointe-du-Lac

88 ateliers à St-Étienne-des-Grès

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 juillet 2022 et juin 2023

ALPHA-FRANCISATION et ALPHABÉTISATION à domicile

150 ateliers (102 ateliers de plus que l'année dernière!!!)
entre 45' à 1h15 / ateliers chaque semaine entre septembre et juin.

14 personnes différentes durant l'année (6 personnes de plus)

4 intervenantes impliquées

Partenariat avec le SANA (service d'accueil aux nouveaux arrivants)

Au total, **49 enfants différents** ont été touché.

9 enfants entre 0-2 ans
10 enfants entre 3-5 ans
21 enfants entre 6-12 ans
9 enfants de 13 ans et +

Matière abordée : Rencontres individuelles pour évaluer les besoins, **alphabet, apprentissage de la lecture, écriture, compréhension à l'audition, vocabulaire utilitaire (corps humain, météo, couleurs, vêtements, maladies et symptômes, nourriture, prépositions, objets du quotidien), compréhension de textes écrits, communication orale, conjugaison, grammaire, éveil à la lecture chez les tout-petits, compétences parentales et autres.**

ALPHA-FRANCISATION au Centre à Pointe-du-Lac

2 personnes différentes rejointes durant l'année / coordonnatrice et une intervenante

33 ateliers au Centre entre 30 minutes et 1h15.

- **Accompagnements** : 1 à la banque pour informations ouverture de compte, 1 chez Western Union pour transfert d'argent à la famille.
- **Matière abordée** : compréhensions orales variées, compréhensions écrites variées, révision grammaire (le genre, le nombre), conjugaison (révisions des temps fréquemment utilisés), vocabulaire varié, nombreuses discussions sur les soins de santé, la météo, l'alimentation (Qc vs Thaïlande), les voyages et autres.
- **Autres** : 1 préparation de recette (gâteau ukrainien) et aide en cuisine 3-4 fois.

ALPHA-FRANCISATION au Centre à Saint-Étienne-des-Grès

1 intervenante, 2 bénévoles et la coordonnatrice se sont impliqués

6 personnes différentes rejointes à l'été 2022 (juillet et août)

12 ateliers de groupe de 2h ont été offert à des enfants de deux familles ukrainiennes afin de les préparer à la rentrée scolaire de septembre.

4 enfants de 6 à 12 ans

2 adolescents de 13 et 15 ans

Matière abordée : l'alphabet, les chiffres, le vocabulaire du corps humain, des aliments, le matériel scolaire, les couleurs et les pronoms personnels.

ALPHA-ART CRÉATIF adulte

54 ateliers entre 2h et 3h

- 45 ateliers en présence à St-Étienne-des-Grès
- 9 ateliers en présence à Pointe-du-Lac

50 participants différents durant l'année

- 25 à St-Étienne-des-Grès
- 25 à Pointe-du-Lac

Pointe-du-Lac – 9 ateliers – 25 personnes différentes

- Peinture : dandelion à l'acrylique / 11 participants
- Étiquettes personnalisées de Noël (pyrogravure) / 1 participante
- Transfert d'images sur pot Masson / 10 participantes
- Peinture abstraite – technique au ballon / 3 personnes
- Décoration de pâtisseries – crème au beurre / 10 participantes
- Aquarelle botanique avec Mathilde Cinq-Mars / 7 participantes
- Peinture sur tissu – écharpe d'été # 1 / 7 participantes
- Peinture sur tissu – écharpe d'été #2 / 6 participantes
- Initiation au pastels secs / 8 participantes

St-Étienne-des-Grès - 8 ateliers – 18 personnes différentes

- Peinture : dandelion à l'acrylique/9 participantes
- Tuteur en fil d'aluminium galvanisé/11 participantes
- Étiquettes personnalisées de Noël (pyrogravure)/10 participantes
- Transfert d'images sur pot Masson/7 participantes
- Peinture abstraite – technique au ballon/8 personnes
- Décoration de pâtisseries – crème au beurre/10 participantes
- Peinture sur tissu – écharpe d'été/9 participantes
- Initiation au pastels secs/6 participantes

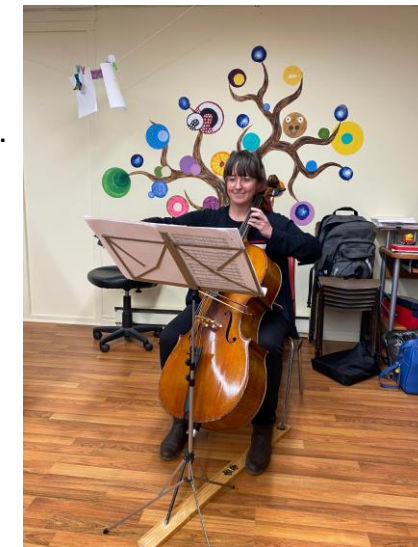


Couture-tricot-crochet – 37 ateliers - 17 participantes

Par des rencontres hebdomadaires dont le prétexte est le tricot, on vise à briser l'isolement et créer des liens entre les participantes

- Différents projets de tricot et crochet menés individuellement ou en groupe.
 - Revalorisation de laine usagée.
 - Participation au festival « La folie des fils ».
 - Projet commun: couverture pour bébé, foulards, tuques, petites pantoufles et bonnets offerts au SANA et au Centre Ressource Naissance.
 - Projet commun: KAL(Knit A Long) - fabrication d'un plaid en 12 lisières.
 - 1 sortie chez Michael's et dîner au restaurant.
 - Atelier spécial de Saint-Valentin: lunch en musique! Notre intervenante, Caroline, a joué du violoncelle pour les participantes!
 - Marche occasionnelle à la fin des ateliers.
 - Tutorat entre participantes, partage de matériel et de connaissance.
- + Soutien individuel et écoute active offerts aux participantes.
- + Discussion de groupes et soutien entre les participantes.

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



ALPHA-Ateliers JEUX DE SOCIÉTÉ

Bingo après chaque repas communautaire

21 Bingos de 1h30

14 à Pointe-du-Lac

7 à St-Étienne

65 participants différents

47 participants de Pointe-du-Lac

18 participants de St-Étienne-des-Grès

Projet : À la suite des repas communautaires, animation d'un jeu de bingo et prix de présence remis aux gagnants. Numératie et entraide au programme!

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



ALPHA CAUSE-RIRE

11 ateliers de 1h00 (10 de plus que l'an dernier)

12 participants différents

Projet : Dans le but de briser l'isolement, d'échanger et de créer de liens. Échanges et discussions autour de différents thèmes choisis par les participants.



ATELIERS INFORMATIQUE

22 ateliers de 1h à 1h30

9 participants différents

16 ateliers à Pointe-du-Lac / 7 participants différents

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

3 intervenantes et la coordonnatrice

- Matières abordées : initiation à Internet, initiation à Facebook et Marketplace, initiation au traitement de texte, initiation au courriel, dépannage informatique et support technique cellulaire et tablette.



FRANCO-FICHES

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

92 personnes différentes rejointes

61 participants à PDL

31 participants à St-Étienne

21 franco-fiches distribuées lors des repas communautaires du Centre

Au total, 416 franco-fiches ont été complétées lors des repas : 281 à PDL et 135 à Saint-Étienne

- Sujets abordés : parties du corps, Scattergories, l'origine de l'Halloween, les anglicismes, quiz de Noël, jeux de mots sur les fleurs, faits divers sur les animaux, les femmes influentes, alimentation, quiz sur le Carême, faits divers sur le sirop d'érable, l'accord de « tout, tous, toute, toutes », faits divers sur le hot-dog et les capitales du monde.

Conscientisation

ALPHA-Conférences

17 conférences de 2h à 3h

94 participants différents (+ 29 personnes)

7 conférences à PDL / 35 participants

10 conférences à St-Étienne / 59 participants
(+ 23 personnes)

3 intervenantes impliquées

8 personnes ressources invitées

Pointe-du-Lac :

- Aînés-Avisés (FADOQ) / 8 participants
- Autohypnose (Stéphanie St-Amand) / 7 participants
- Magasinage en ligne; quoi savoir avant de cliquer (Service d'aide aux consommateurs de la Mauricie) / 7 participantes
- Le pouvoir des émotions, créateur ou destructeur? (Association des cardiaques de la Mauricie) / 11 participantes
- La fraude sous toutes ses formes (Carole Arbelot, Service de Police de la ville de Trois-Rivières) / 14 participantes
- L'ostéopathie (Léa Bellefleur, ostéopathe) / 18 participants
- Trek d'orientation au Maroc (Claudia Boisvert) / 12 participantes



St-Étienne-des-Grès :

- Autodéfense (CALACS) / 7 participantes
- Aînés-Avisés (FADOQ) / 19 participants
- Autohypnose (Stéphanie St-Amand) / 10 participants
- Les droits des grands-parents (Centre de Justice de Proximité de la Mauricie) / 10 participantes
- Magasinage en ligne; quoi savoir avant de cliquer (Service d'aide aux consommateurs de la Mauricie) / 15 participantes
- Trek d'orientation au Maroc (Claudia Boisvert) / 13 participants
- Le pouvoir des émotions, créateur ou destructeur? (Association des cardiaques de la Mauricie) / 15 participantes
- La numérogie (Céline Crête) / 33 participants
- L'ostéopathie (Léa Bellefleur, ostéopathe) / 19 participantes
- L'Alimentation (Anne Gaëlle Valmy, kinésiologue) / 15 participantes



DÉFI-LECTURE

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

12 familles différentes rejointes

7 familles à Pointe-du-Lac

5 familles à St-Étienne-des-Grès

28 enfants différents ont participé au défi-lecture

- 4 enfants de 0-2 ans (Éveil à la lecture 10 minutes/jour) : 75 heures
- 8 enfants entre 3-5 ans (Petit lecteur 5 minutes/jour) : 25 heures
- 16 enfants 6-12 ans (Grand lecteur 10 minutes/jour) : 94 heures

AU TOTAL : 194 heures de lecture ont été réalisées!!! Soit 48h de lecture de plus qu'en 2022-2023 chez les enfants que nous rejoignons!!!

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

60 enfants différents ont reçu un exemplaire de notre petit journal

19 enfants 3-5 ans

41 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 St-Étienne-des Grès

1 seule sortie culturelle : au verger Barry à l'automne : 3 adultes

Par manque de personne ressource.




Encerle le bon gnome!




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

Le p'tit Bavard


Édition spéciale du Temps des Fêtes!
Pss... Ce Bavard est juste pour toi!!!



Relie chaque dessin à son ombre!



Je porte un bonnet avec des motifs.
J'ai un poinsetilla pour décorer mon bonnet.
Je n'ai pas de moustache.
Je possède une ceinture.
Qui suis-je?



PRÉVENTION – LUTTE AU DÉCROCHAGE SCOLAIRE

Ateliers d'aide aux devoirs et aux leçons

De septembre à juin

TOTAL DES PARTICIPANTS

16 enfants différents, entre 6 et 12 ans, ont reçu des services à Pointe-du-Lac et St-Étienne-des-Grès (5 enfants de plus)

12 familles différentes rejointes (3 familles de plus)

580 ateliers individuels offerts...94 ateliers de plus qu'en 2022-2023 et 204 de plus qu'en 2020-2021!

Au total : 9 bénévoles se sont impliqués pour accompagner les jeunes dans leur réussite scolaire!!!

St-Étienne-des-Grès

- 4 enfants ont reçu des services.
- 3 familles différentes ont été rejointes.
- 5 bénévoles se sont impliqués (**53h de bénévolat**) et 7 intervenantes se sont impliquées.
- 219 ateliers individuels de 1h ont été offerts.
- Des collations ont été distribuées aux enfants tout au long de l'année.

Activités : réalisation de rennes en bois pour Noël, bricolage de Pâques et dégustation d'une sloche pour souligner la fin de l'année scolaire.

Pointe-du-Lac

- 7 enfants ont reçu des services.
- 9 familles différentes ont été rejointes.
- 4 bénévoles (**139h de bénévolat!**) et 8 intervenantes se sont impliquées.
- **361 ateliers** individuels de 1h ont été offerts. (79 ateliers de plus!!!)
- 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.

Aide et soutien : repas et dons paniers de Noël distribués à une famille dans le besoin

Service à la
communauté
(CIUSSS)

Commentaires des parents :

- Je suis très contente et satisfaite du travail que vous avez effectué avec mon enfant. Elle vous aime beaucoup! Merci!
- L'aide aux devoirs est une occasion supplémentaire de se pratiquer et recevoir de l'aide malgré les troubles d'apprentissage.
- Merci pour tout!
- Je vous considère essentielles dans la routine d'apprentissage de mon fils!
- Vous êtes exceptionnelles! Merci!

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

52 familles différentes / 56 adultes ont été rejoints cette année

- 20 mamans à Pointe-du-Lac
- 11 mamans et 2 papas de Trois-Rivières
- 19 mamans et 4 papas à St-Étienne-des-Grès

97 enfants différents ont participé

- 37 enfants entre 0-2 ans
- 27 enfants entre 3-5 ans
- 33 enfants entre 6-12 ans

111 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

13 familles différentes ont été rejointes

11 mamans et 2 papas. Et 27 enfants différents ont été touchés par les ateliers

- 7 enfants 0-2 ans
- 7 enfants 3-5 ans
- 7 enfants 6-12 ans

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

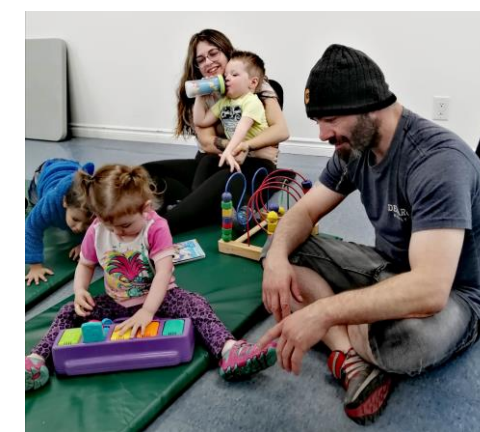
2 x 8 ateliers de groupes. Total de 19 ateliers offerts au centre Bel avenir (formation aux adultes)

1 session automne : 7 participants et 1 session hiver : 6 participants

En plus des thèmes abordés lors des ateliers réguliers :

- 1 cuisine collective par session a été organisée dans les locaux du CEPPDL ; accompagnée d'un atelier sur la nutrition par Mme Andrée Noël, nutritionniste du CIUSSSMCQ
- Un déjeuner soleil a clôturé l'année scolaire. Tous les parents ayant participé aux sessions d'ateliers ainsi que leurs enfants sont venus partager un déjeuner et ont participé à quelques activités au Centre le 26 mai dernier. 10 parents et 13 enfants étaient présents.
- Tous les ateliers ont bénéficié de la présence de la psychoéducatrice du centre Bel-Avenir

A la fin de la session d'hiver 2023, les participants ont fait la demande de poursuivre les rencontres autour de thèmes choisis par le groupe. **4 ateliers supplémentaires** ont été offerts. Les thèmes suivants ont été abordés : la période du 2 ans, la réalité des 6 ans / les habiletés sociales / les relations nocives (partie 1) et la bienveillance envers soi (partie 2), la vie de famille en 2023.



CARDIO-MOM (Pace)

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

Total : 26 familles différentes – 41 enfants

16 mamans à Pointe-du-Lac

10 mamans et 1 papa à St-Étienne-des-Grès

- 26 enfants 0-2 ans
- 13 enfants 3-5 ans
- 2 enfants 6-12 ans

74 ateliers de septembre 2022 à juin 2023, de 1h15-1h30

- 38 ateliers à Pointe-du-Lac
- 36 ateliers à Saint-Étienne
- 2 piques niques : Pour souligner la fin de la saison, les mamans ont été invitées à faire un pique-nique familial. Modules de jeux, jeux d'eau et cardio-poussette en famille!

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

21 adultes différents ont participé / **18 familles** différentes ont été rejointes

6 mamans de Pointe-du-Lac

12 mamans et 3 papas de St-Étienne-des-Grès

44 enfants ont participé aux sorties

9 enfants entre 0-2 ans

13 enfants entre 3-5 ans

22 enfants entre 6-12 ans

3 sorties familiales offertes entre septembre 2021 et juin 2022

- Verger Barry : 5 mamans, 1 papa et 14 enfants.
- Ferme Éthier-cueillette de citrouilles : 10 mamans, 2 papas et 24 enfants
- Baignade et randonnée à la Vallée de la Rocanigan: 13 mamans, 1 papas et 37 enfants



Activités familiales pendant les journées pédagogiques (CIUSSS)

Pointe-du-Lac et St-Étienne-des-Grès

Total : 15 familles différentes – 34 enfants

- 6 mamans de Pointe-du-Lac
- 9 mamans de Saint-Étienne

11 enfants 0-2 ans

9 enfants 3-5 ans

14 enfants 6-12 ans

5 activités familiales entre septembre 2022 et juin 2023

- **Déjeuner-pyjama / 10 mamans et 22 enfants**
- **Déjeuner-soleil / 5 mamans et 17 enfants**
- **Ciné pop-corn / 4 mamans et 14 enfants**
- **Décoration des pâtisseries / 5 mamans et 6 enfants**
- **Déjeuner-soleil / 5 mamans et 17 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 : 3 familles différentes

4 mamans de Saint-Étienne ont reçu des services

10 rencontres individuelles ont été offertes pour une durée de 9h entre septembre 2022 et juin 2023.

Sujets abordés :

- **Relation et communication au sein du couple, routine et tâches familiales**
- **Défis scolaires de son enfant**
- **Taxage, intimidation, agressivité, impulsivité... comportements inadéquats**
- **Décrochage scolaire**
- **Parcours de vie, choix de carrière**
- **Évaluation psychologique et diagnostique**
- **Charge mentale**

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

SÉCURITÉ ALIMENTAIRE

Repas communautaires

De septembre à juin

Partenaire pour Pointe-du-Lac :

MOISSON MAURICIE 13 cueillettes de denrées

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

421 participations au total (135 de plus que l'an passé)

En moyenne 37 participants différents par repas

Total des portions servies : **910 portions** (323 de plus qu'en 2021-2022)

Coût moyen par portion : **1,49\$!!!**

7 journées repas à St-Étienne des Grès

186 participations au total (58 participations de plus)

En moyenne 26 personnes par repas

Total des portions servies : 256 portions

Coût moyen par portion : 2,33 \$

BON COUP!!! 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

« Merci beaucoup d'être venue me porter les 2 portions de repas communautaire. Je suis contente de t'avoir vue. Merci pour la visite. »

« Un gros merci pour le repas communautaire (à STE), car cela me fait du bien de sortir. Étant seule à la maison, le repas me permet de briser mon isolement. De plus, la nourriture est toujours excellente! »

Merci pour tout, c'est toujours très bon et ça nous fait du bien cette sortie régulière!

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!

- 2 novembre : Halloween
 - 8 mars : Journée international des droits de la femme (distribution d'une rose/femme)
 - 19 avril : Menu Cabane à sucre au CEPPDL (PDL+STE), grand succès!
 - 3 mai : Le fameux repas « Variété de quiches »
 - 31 mai : Dernier repas communautaire à PDL, dîner Hot-dogs
- + une conscientisation sur l'utilisation du bac brun à Trois-Rivières lors du repas du 3 mai

Au total : 5 repas thématiques et des participants heureux!!!



Cuisines collectives

De septembre à juin

À Pointe-du-Lac

4 groupes de cuisines collectives
(1 de plus qu'en 2022-2023)

18 participants différents

17 enfants rejoints.

28 planifications

28 journées de cuisines collectives

102 recettes

2434 portions cuisinées!!!

À Saint-Étienne-des-Grès

Reprise de la cuisine collective. 1 groupe

4 participants différents

5 enfants rejoints entre 3 et 17 ans

8 planifications

8 journées de cuisines collectives

27 recettes

412 portions cuisinées

AU TOTAL :

5 groupes de cuisines collectives

Entre 4 et 6 participants par groupes

22 participants différents

2876 portions cuisinées

portion : **1,57\$**

**Bon
coup!!!**

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

2 ateliers MARMITONS

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

7 enfants différents ont participé.

Marmitons de décembre : préparation de Noël : **3 enfants rejoints**

Marmitons de mars : préparation de Pâques : **5 enfants rejoints**

- Initiation à la cuisine: préparation de petits pains de jambon, salade de carottes, riz blanc, soupe, biscuits, assiette de crudités, brochettes de fruits, gâteau au chocolat,
- pizza végétarienne, frite de patates douces, décoration de sablés.
- Fabrication de recettes en pots pour offrir en cadeau.
- Bricolage de Noël à base d'objets récupérés (peinture sur canne de métal), peinture sur coffre en bois à Pâques.
- Chasse aux trésors (à base d'indices écrits) sur le thème de Noël et Pâques.
- Initiation à l'hygiène et à la salubrité en cuisine (lavage des mains, lavage de la vaisselle)
- Soutien aux familles: les enfants ont rapporté à la maison les surplus cuisinés dans la journée, ainsi que les cadeaux gourmands fabriqués.
- 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 2022

2 intervenantes ont préparé **50 trios de soupes maison**

500 ml/soupe

Velouté butternut et carotte (25l)

Crème d'oignons caramélisés (25l)

Soupe minestrone (25l)

75 litres de soupe préparées

Profits : 545,83\$



Vente trio de soupes maison

- Velouté butternut et carottes
- Crème d'oignons caramélisés
- Soupe minestrone

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

Réservez avant mercredi, 24 octobre
au 819 377-3309
Commandes prêtes jeudi, 27 octobre



Ce service est financé par le CIUSSS

72 recettes différentes

1022 portions

1,89 \$/portion soit 0,48\$ d'augmentation cette année.

Au total : 12 familles ont pu bénéficier de ce service.

1 cuisine / 2 semaines soit **18 cuisines**

Entre 3 et 4 bénévoles se sont relayés avec l'intervenante responsable pour un total de **105h30** de bénévolat

Aux deux semaines : téléphones pour leur annoncer le menu, visites à domicile pour livrer les repas aux 12 familles bénéficiant du service. La plupart sont des personnes âgées, à mobilité réduite. 4h aux 2 semaines, soit **72h de soutien** de septembre à juin.

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:

« Lucie, C. te fait dire un GROS merci pour les repas. C'est beaucoup pour elle a-t-elle dit les yeux pleins d'eau. Depuis que tu lui prépares des petits plats, elle est plus souriante, moins triste. Ce sont ses mots. »

« Merci de prendre de mes nouvelles et de m'apporter des petits plats »

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

Le 13 septembre 2022, en partenariat avec Moisson Mauricie, nous avons démarré la distribution de paniers alimentaires à Pointe-du-Lac.

La mise en place a été longue, nous travaillions sur le projet depuis le printemps 2022. Les besoins sont de plus en plus nombreux à Pointe-du-Lac et nous y répondons au meilleur de nos capacités.

Toute l'équipe s'est impliquée pour la mise en place en septembre.

Nous avons donc commencé avec 15 inscriptions, soit **20 adultes et 6 enfants rejoints.**

Août 2023, le nombre de familles bénéficiaires est de 28. La distribution alimentaire rejoint **au total 61 personnes dont 27 enfants.**

Nous pouvons compter sur l'aide précieuse de **12 bénévoles** lors de chaque journée de distribution alimentaire.

Augmentation de
134,6% des besoins
en alimentation



Journée d'entraide : ABI de Bécancour

Le 18 avril 2023, nous avons accueilli **10 employés de l'Aluminerie de Bécancour**, pour une journée de partage, d'entraide et de bénévolat.

Dans la matinée, les employés se sont séparés en 2 groupes : le premier a déchargé, compté et placé les denrées pour la distribution alimentaire, le second a travaillé en cuisine à la préparation du repas communautaire du 19 avril. 72 portions ont été préparées.

Dans l'après-midi, plusieurs travailleurs sont restés avec nous pour la distribution alimentaire et ont participé à la livraison des paniers pour les personnes incapables de se déplacer au centre.

Cette journée a permis des nombreux échanges et mené à une réelle prise de conscience sur la réalité des personnes démunies.

Cette journée a permis au Centre de bénéficier d'un **don de 3000\$** de la part de l'Aluminerie de Bécancour.



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 et Saint-Étienne-des-Grès

A Pointe-du-Lac : Avant les repas communautaires

Le mercredi à 11h (PDL) : **11 marches - 7 participants**

Le mardi à 11h (St-Étienne) occasionnellement après l'atelier

CTC : **5 marches - 2 participantes**

16 marches au total

9 participants différents au total

2, 3 ou 4 km au choix des participants

- 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.

NOTE : Le groupe de marche est normalement sous la responsabilité d'une intervenante du Centre mais cette année, avec le manque de personnel, les participants y allaient seuls. La motivation a diminué. Nous espérons reprendre en 2023 - 2024

- Après la marche, les participants peuvent participer au repas communautaire à Pointe-du-Lac et continuer à socialiser avec les autres membres de l'organisme.

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.

3 intervenantes et coordonnatrice – 40h de soutien en présence ou téléphonique

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

- accompagnement pour remplir le formulaire de pension de vieillesse. Référence à Service Canada
- accompagnement pour comprendre un formulaire de revenu Qc sur les allocations au logement
- accompagnement d'un membre pour un transfert d'argent WU
- Total : 8 ateliers / 5 participants différents

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 21 septembre 2022 à Pointe-du-Lac.

17 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 28 septembre 2022

22 personnes nous ont visité.



5 à 7 des bénévoles

27 avril 2023 au restaurant Le Grec

25 bénévoles présents

Certificat de remerciement et pot de miel de la Chope à miel offert à tous nos bénévoles.



Fête de Noël

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

Le 15 décembre 2022

Souper traiteur et spectacle de Michel Letarte

54 participants



Fête de fin d'année, au Moulin seigneurial de Pointe-du-Lac

Le 7 juin 2023.

Visite du moulin, dîner préparé par l'équipe, quizz et jeux variés, sondage de fin d'année (évaluation et suggestions de nos membres)

64 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

19 novembre 2023.

48 artisans exposants

714 visiteurs (200 visiteurs de plus que lors de notre première édition en 2017-2018)

Bénéfices de la journée : **1049 \$**



Formations / concertation

- Culture organisationnelle inclusive, par l'organisme Autrement d'ici, Suzie Yeo. En partenariat avec le Pôle régional / développement Mauricie
1 journée complète. Toute l'équipe de travail.
- Modification et amendement de la Loi 15 (Loi sur la protection de la jeunesse). Offert par le CIUSSS-MCQ. 2h30. Une intervenante.
- La positivité : saine ou toxique? Offert par la TREM, en zoom. Une intervenante
- La gestion des médias sociaux. Espace Mauricie, en zoom. Une intervenante
- Politique et conditions de travail. Par le CFCM. 1 journée. Coordinatrice
- Formation intelligence émotionnelle, en ligne CFCM. Adjointe administrative
- Présentation base de données XAEQUO par Vision d'ici. Coordinatrice et adjointe administrative
- Journées régionales de Formation de la TROC MCQ :
 - 1 matinée de formation en zoom sur la CNESST : Coordinatrice et adjointe administrative
 - 1 matinée de formation sur la Loi 25 (TROC et CFCM) : Coordinatrice et adjointe administrative
- Évaluer nos actions, une culture à développer. Offert par Centraide et le CFCM
1 journée en présence (7h), 1 matinée en zoom. (3h)
Coordinatrice
- Webinaire d'Espace O sur l'évaluation du Conseil d'administration. Coordinatrice 1h
- Formation Leadership au travail. Adjointe administrative

CONCERTATIONS : Lettre ouverte sur le programme de revenu de base / 40 organismes membres du RGPAQ
Envoi du décret communautaire à nos ministres et députés (Engagez-vous pour le communautaire)

Représentations

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

7 rencontres de CA, une Assemblée générale annuelle, une assemblée générale extraordinaire.

Coordonnatrice

Lancement à Shawinigan de la « Recette gagnante » : boîte à outil web pour le rapport d'activité et le plan d'action : adjointe administrative.

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

- Rencontre en zoom sur le nouveau cadre normatif du PSOC
- Rencontre à la Faculté de médecine (avec la CDC) pour un meilleur partenariat entre les organismes et les médecins / futurs médecins de notre région. 8 mai.
- Rencontre webinaire sur la reddition de compte du PSOC.

Coordonnatrice

CIUSSS MCQ :

Rencontre avec une intervenante de milieu auprès des familles pour une collaboration continue pendant l'année (référence, partenariat d'ateliers, etc)

CDC : Corporation de développement Communautaire

- 1 rencontre avec l'AACOCQ : Assurances collectives et régime de retraite des groupes communautaires et de femmes. 22/02. Avec adjointe administrative.
- 1 rencontre sur la politique d'admissibilité de la ville de Trois-Rivières. 17/04
- 1 rencontre des membres. 8/06
- Atelier participatif : Les Rendez-vous RADAR, avec le CIUSSS et le CSS

coordonnatrice

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

Développement Mauricie, pôle Immigration

26/10 : Les services offerts aux personnes immigrantes

19/01 : Rencontre avec les organismes (CEPPDL, COMSEP, EBYON, la CITÉ DES MOTS et le CAPE DE LA TUQUE sur les besoins et les outils des organismes pour les nouveaux arrivants / francisation.

16/03 : 2^{ème} rencontre des organismes / planification de partenariats à venir.

coordonnatrice

Moisson Mauricie

6/09 : 1 rencontre pour la mise en place de la distribution alimentaire » :
coordonnatrice et 2 intervenantes

19/06 : AGA en virtuel : 1 administrateur

La folie des fils

3/09 : kiosque avec le groupe du CTC, 2 intervenantes et l'adjointe administrative se sont relayées sur 2 jours.

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

17 septembre 2022 2 intervenantes et coordonnatrice : aide à la logistique la journée.



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

5 rencontres + AGA. Une intervenante.

Centraide

20/01 : 1 rencontre webinaire sur le Fonds de relance communautaire

21/03 : 1 rencontre avec des membres du CARO, au centre

30/05 : « Évaluer nos actions, une culture à développer » avec le CFCM
coordonnatrice

CTROC

15/02 : Grand zoom des régions sur le cadre normatif programme SOC

CA de la CLÉ en Éducation populaire de Louiseville

4 rencontres + souper 25 ans du président. Coordonnatrice

Autres :

Collège Laflèche : présentation du centre aux étudiants en enseignement +
rencontre pour les stages en éducation spécialisée.

RGPAQ / TROC : aide de nos regroupements concernant les facturations
des firmes comptables pour les audits exigés par les ministères.

Artisans de la Paix : 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 : conférence de presse et remise de
subvention le 30 novembre. Adjointe administrative

Rencontre pour la tarification sociale –Autobus STTR. Adjointe
administrative

Maison de jeunes AlterNative Jeunesse

2 rencontres CA + AGA. Adjointe administrative

Nos partenaires

Moisson Mauricie

Rencontres de mise en place, 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 **2626,30\$!!!**
- Commandes groupées de lait et d'œufs pour notre distribution alimentaire



Ciussmcq

Ateliers de nutrition pour nos familles 4x/an

Maison de jeunes de Pointe-du-Lac

Plusieurs rencontres.

Entraide pour la distribution alimentaire.

Programme Picom de l'UQTR

Rencontre Zoom pour la mise à jour des changements apportés au programme. (Julie Charbonneau)

Plus dons de billets club culture, salon du livre, club des Loisirs, Magasin général Lebrun

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 7 de nos familles, soit 11 adultes et 21 enfants rejoints

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.

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.

- Suite à l'événement « La folie des fils » en septembre 2022, nous avons reçu un don d'une grande quantité de laine pour nos groupes CTC.

Nous avons distribué des couvertures, bonnets de bébés, chaussons, tricotés par nos membres au Sana et Au Centre Ressource Naissance

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\$



Conseil d'administration

Nos administrateurs

Président : Robert Lampron, communauté St-Étienne, retraité enseignement, 17 ans

Vice-président : Roland Paillé, communauté, retraité, 2 ans

Trésorier : Sylvie Brunelle, participante, 1 an

Secrétaire : Lucie Robert, participante, retraitée, 8 ans

Représentante organisme communautaire : Nancy Lemay, 5 ans

Marcel Lesage, représentant communauté, retraité, 8 ans

André Lacombe, représentant de la communauté PDL, secteur privé, 5 ans

Lucia St-Pierre, participante, retraitée, 1 an

1 poste vacant

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.

Nous avons eu un poste vacant cette année et nous n'avons pas été capable de le combler

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 : **9**

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

Conseil d'administration : **8**

Distribution: **12**

Cuisines bénévoles : **4**

Repas communautaires : **4**

AU TOTAL : nous avons pu compter sur **30 BÉNÉVOLES** qui nous ont offert

895,5 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

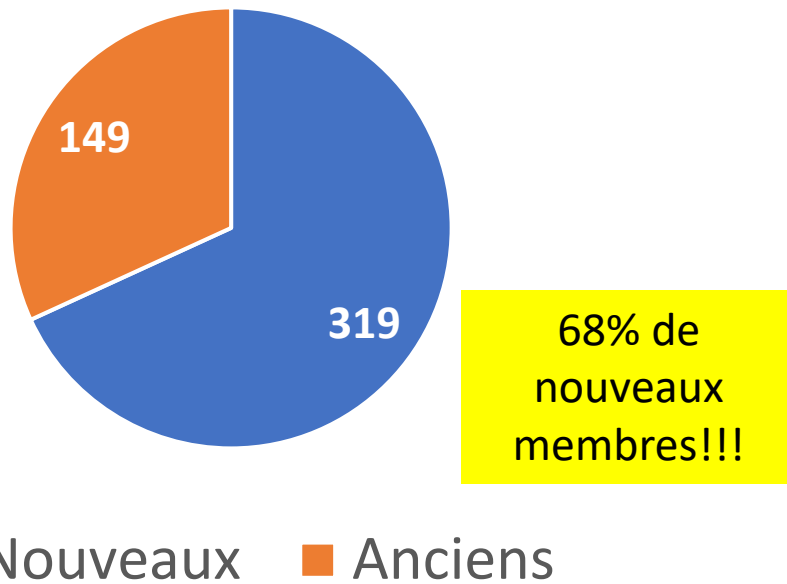
Nombre de participants au 30 juin 2023 :

468 MEMBRES

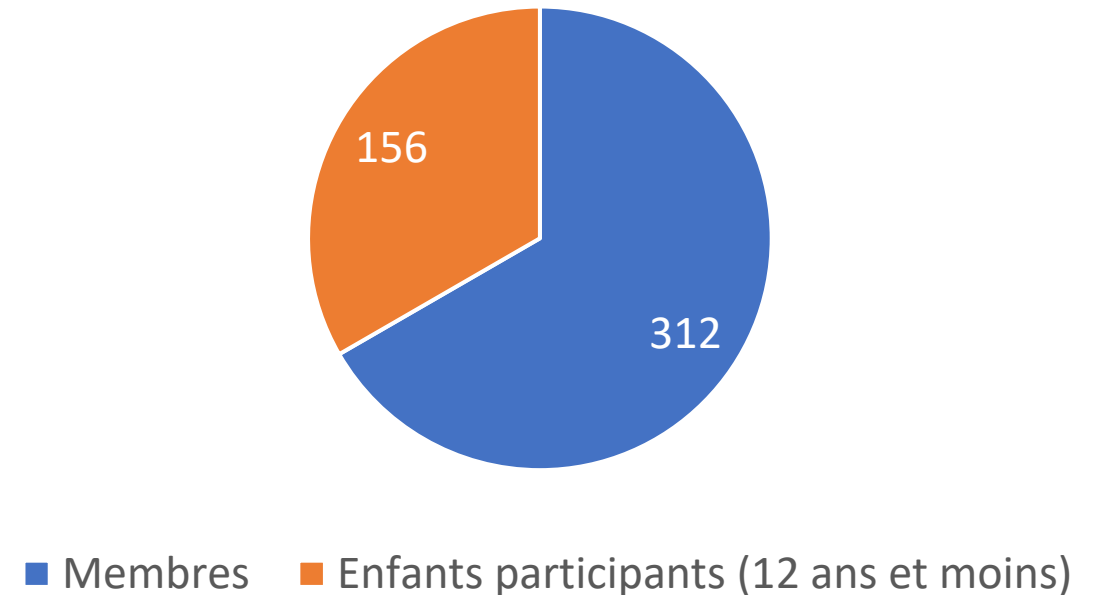
312 adultes et 156 enfants (- de 12 ans)

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

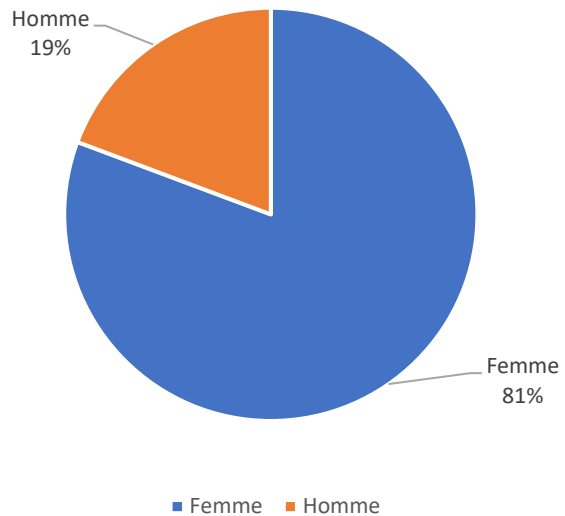
MEMBRES ANCIENS / NOUVEAUX



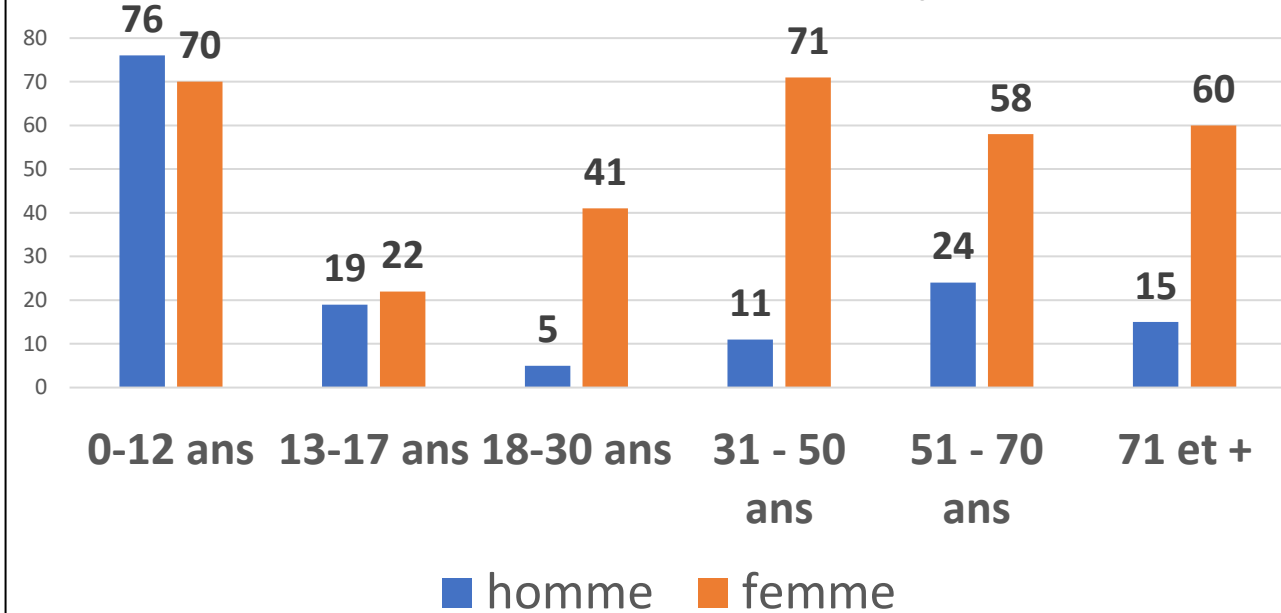
MEMBRES ADULTES / ENFANTS



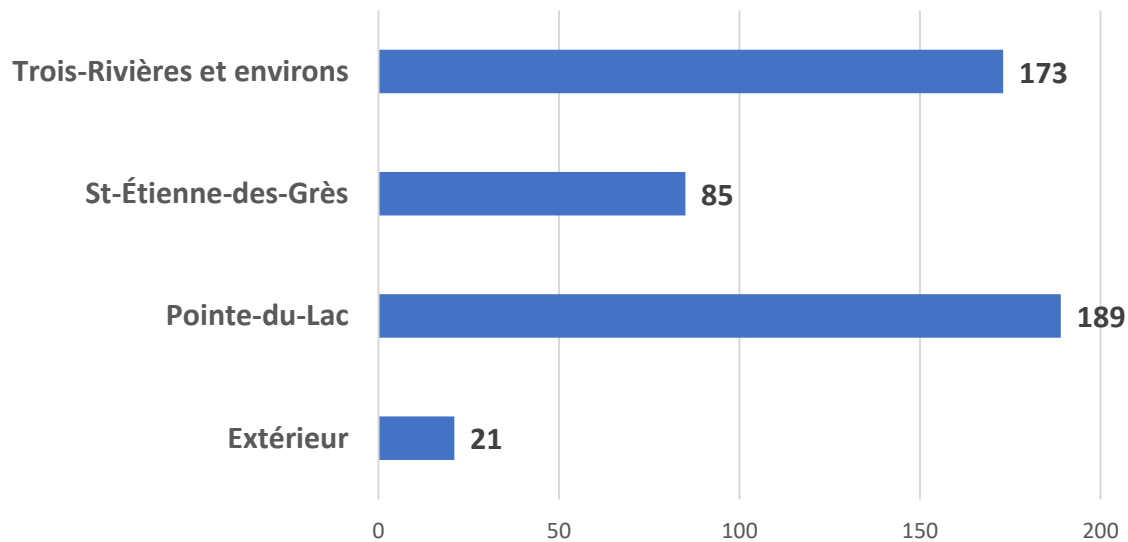
RÉPARTITION HOMME-FEMME (18 ans et +)



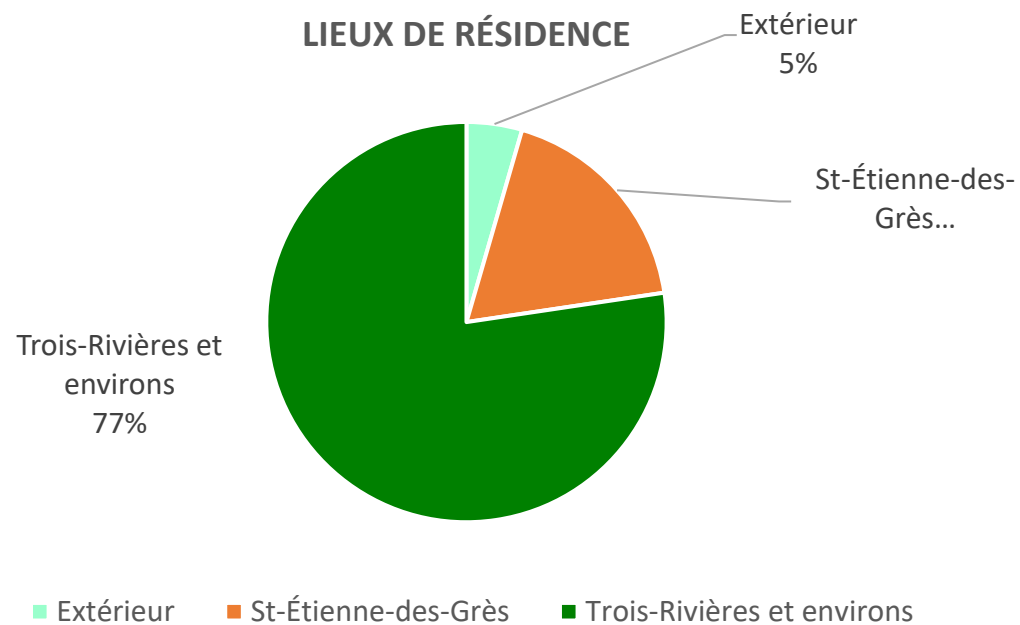
RÉPARTITION TRANCHES D'ÂGE - HOMMES / FEMMES



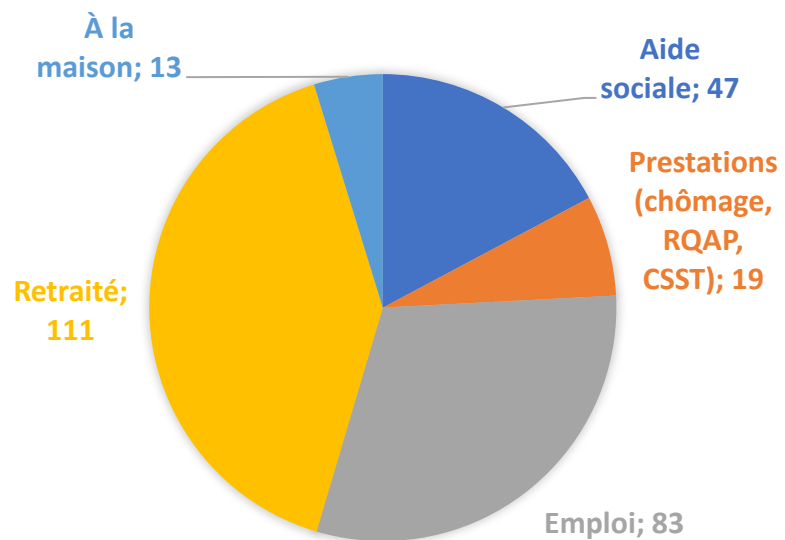
LIEU DE RÉSIDENCE



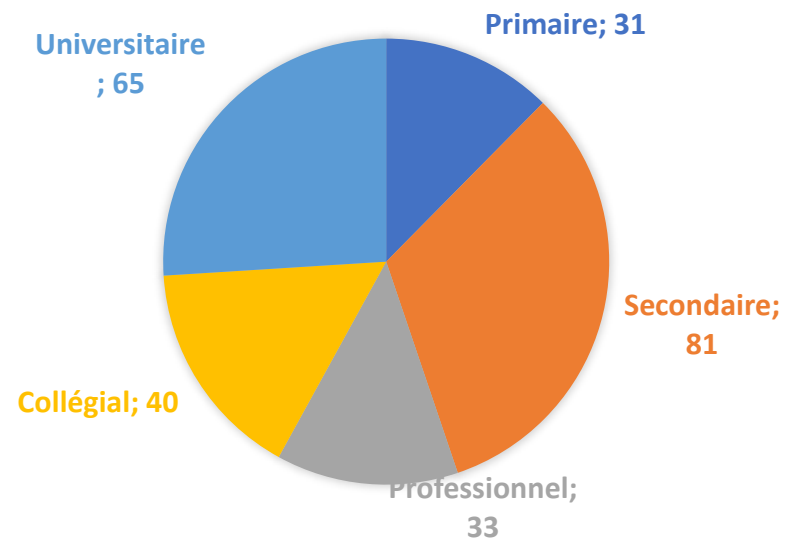
LIEUX DE RÉSIDENCE



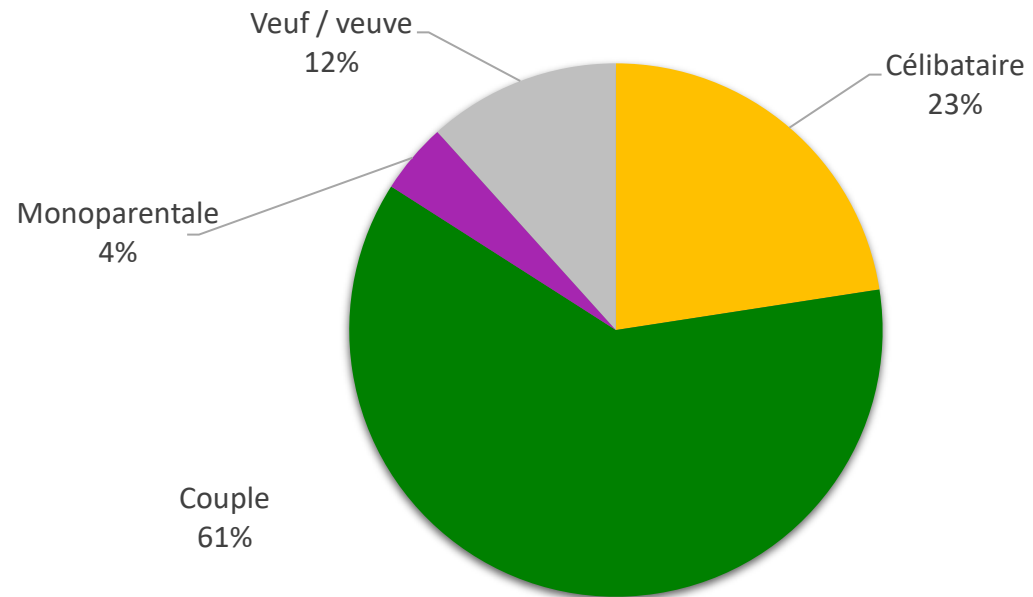
SOURCE DE REVENUS



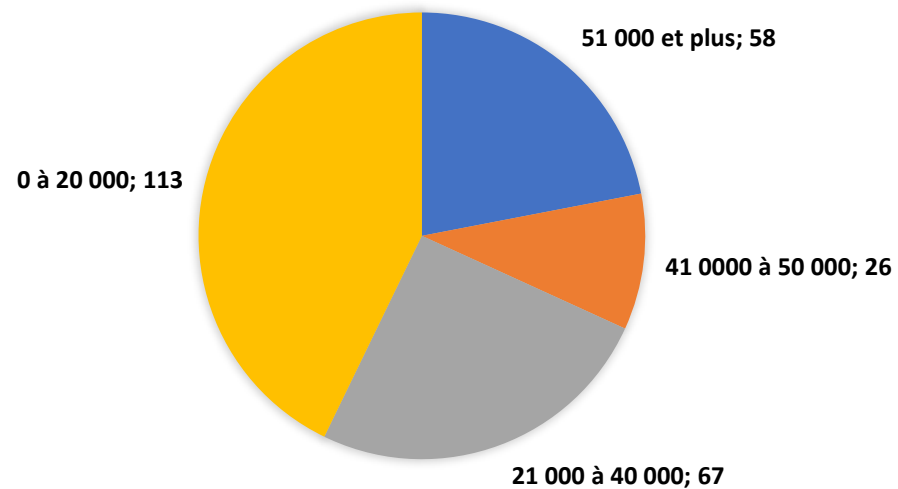
SCOLARITÉ



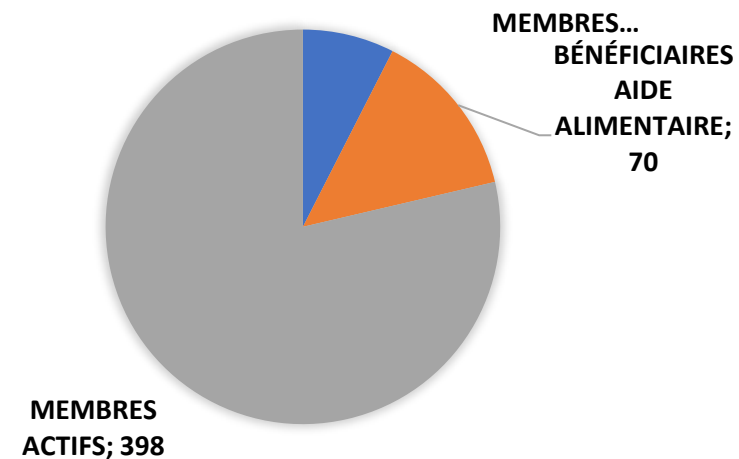
STATUT



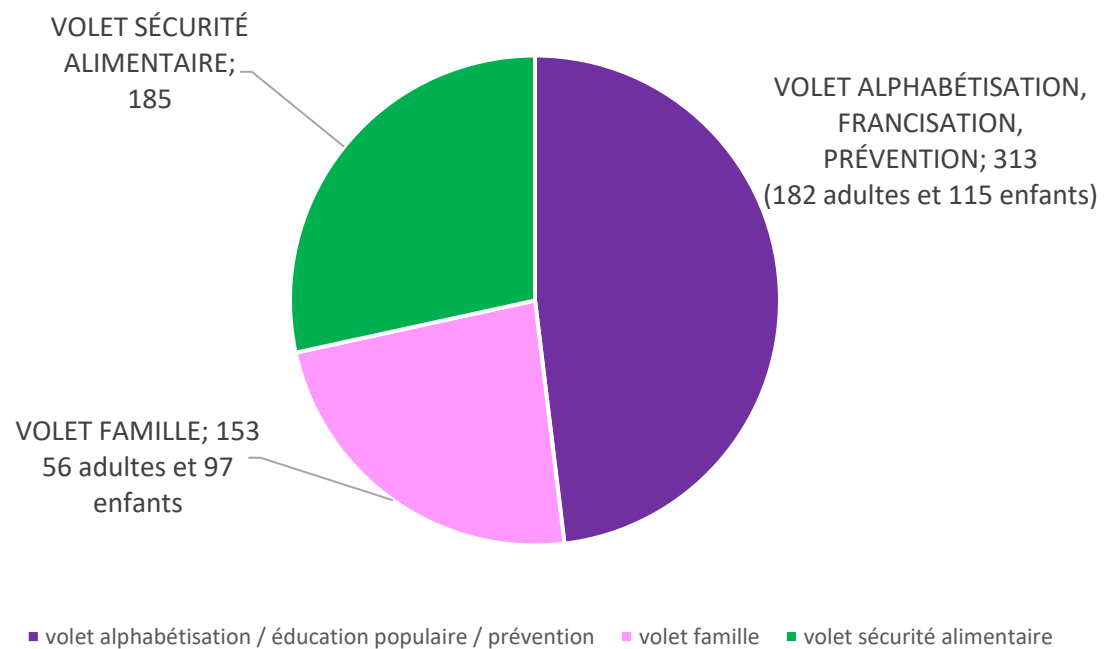
REVENUS ANNUEL



RÉPARTITION MEMBRES



RÉPARTITION PAR VOLET D'ACTIVITÉ



Une tarification réduite du transport collectif et adaptée pour les personnes en situation de précarité

En partenariat avec la [Société de transport de Trois-Rivières \(STTR\)](#) et des organismes communautaires trifluviens, la Ville annonce la création d'une tarification sociale qui permettra à **plus de 850 personnes** en situation de précarité d'avoir accès à une **tarification mensuelle de 35 \$** pour le transport en commun et le transport adapté.

En réduisant de plus de moitié le titre de transport mensuel, la tarification sociale favorise la mobilité, allège une charge financière récurrente et contribue à l'inclusion sociale des personnes en situation de précarité comme les ménages à faible revenu, les nouveaux arrivants, les personnes en recherche d'emploi et les personnes handicapées.

Un partenariat avec le milieu appelé à grandir

Progressivement implantée depuis mars dernier auprès d'organismes, la tarification sociale est offerte auprès des organismes suivants :

- Arche Mauricie;
- Artisans de la Paix;
- Association de la fibromyalgie Mauricie/Centre-du-Québec (AFMCQ);
- Association des cardiaques de la Mauricie;
- Association éducative et récréative des aveugles (AERA);
- Association québécoise de la dysphasie Mauricie et Centre-du-Québec;
- Association TCC/MCQ;
- Bureau d'aide et d'information sur le logement adapté (BAIL Mauricie);
- Carrefour Jeunesse-emploi;
- **Centre d'éducation populaire de Pointe-du-Lac;**
- Centre d'immersion aux arts;
- Centre d'intervention budgétaire et sociale de la Mauricie (CIBES);

Du yoga pour les mamans à Pointe-du-Lac



Marie-Danièle Vézina offre des cours de yoga prénatal et postnatal dans le secteur Pointe-du-Lac. (Photo - Audrey Leblanc)

Depuis quelques semaines, Marie-Danièle Vézina offre des cours de yoga prénatal et postnatal au Centre d'éducation populaire de Pointe-du-Lac. Dans une ambiance chaleureuse empreinte de douceur, elle accueille les femmes et les accompagne dans les différentes étapes de leur vie de maman.

La toute première session a été offerte un peu avant les Fêtes. Depuis, la demande est grandissante. Deux groupes sont présentement en attente, un en prénatal et un en postnatal. Les sessions devraient pouvoir débiter prochainement.

Grâce à un partenariat avec le Centre d'éducation populaire de Pointe-du-Lac, son projet s'est concrétisé. « Si ce n'était pas d'eux, je ne pourrais pas faire ce que je fais en ce moment », conclut-elle.

30 organismes de Trois-Rivières se partagent 116 000\$



Le Fonds d'aide des bingos, en collaboration avec la Ville de Trois-Rivières, a remis 116 000\$ à 30 organismes trifluviens. (Photo Ville de Trois-Rivières)

Organismes soutenus

Anna et la mer

L'Arche Mauricie

Artisans de la Paix

Association de la fibromyalgie Mauricie/Centre-du-Québec

Association des handicapés adultes de la Mauricie

Atelier Action Jeunesse Trois-Rivières

BAIL Mauricie

Caravane Philanthrope

Centre d'action bénévole du Rivage

Centre de pédiatrie sociale de Trois-Rivières

Centre d'éducation populaire du secteur de Pointe-du-Lac

Le Fonds d'aide des bingos, en collaboration avec la Ville de Trois-Rivières a remis 116 000\$ à 30 organismes communautaire trifluviens. Ce montant permettra de soutenir des projets d'intervention liés aux jeunes, aux personnes vivant avec un handicap et aux personnes en situation de vulnérabilité.

Les projets soumis sont variés et permettront, par exemple, d'offrir des activités intergénérationnelles lors des journées pédagogiques, de réaliser des ateliers de cuisine pour les lunchs pour les familles, d'effectuer des visites thérapeutiques gratuites par des clowns humanitaires au CHSLD Roland-Leclerc ou encore d'organiser des ateliers d'écriture en ligne pour aider les personnes souffrant de douleurs chroniques à améliorer leur état.

Le Fonds d'aide des bingos provient en grande partie des profits générés lors d'activités de bingo et d'une contribution financière annuelle de 90 000 \$ de la Ville. Depuis la création du Fonds d'aide des bingos de Trois-Rivières, en 1997, ce sont plus de 6 M\$ qui ont été donnés aux organismes de la région.

Les organismes légalement constitués ayant leur siège social sur le territoire trifluvien ont jusqu'au 15 avril 2023 pour remplir une demande d'aide financière pour la prochaine remise qui aura lieu au printemps. Le formulaire de demande est disponible en ligne au v3r.net. **(M.E.B.A.)**

Salon des artisans à Saint-Étienne-des-Grès

Le Centre d'éducation populaire de Saint-Étienne-des-Grès organise son 5e Salon des artisans ce samedi 19 novembre.

L'événement se tiendra à la salle communautaire de St-Étienne-des-Grès, 1260 St-Alphonse de 10h à 16h.

Ce salon POP des artisans est la 5ème campagne de financement du Centre d'éducation populaire de Pointe-du-Lac et de Saint-Étienne-des-Grès.

Sur place, présence de plusieurs artisans de la région dont : La Chope à miel, Bulles et brindilles, Encannette, Terre-Mère création, Bougies coup de coeur et beaucoup d'autres. Avec une cinquantaine d'artisans sur place, ce sera l'endroit idéal pour trouver tous vos cadeaux de Noël et encourager l'achat local!

Entrée gratuite.

ANNONCES

BÉNÉVOLES RECHERCHÉS

- AIDE AUX DEVOIRS ET LEÇONS.
- **Pointe-du-Lac** : Lundis et/ou mercredis de 15 h à 16 h
 - **St-Étienne-des-Grès** : Mardis et/ou jeudis de 15 h à 16 h

AIDE À LA DISTRIBUTION PANIERS ALIMENTAIRES

- **Pointe-du-Lac** : 1 mardi sur 2
8 h à 12 h : Mise en place de la salle
13 h à 16 h : Distribution des paniers
Lieu : Centre d'éducation populaire de Pointe-du-Lac

Salon **POP** des Artisans

SAMEDI 19 NOVEMBRE 10 H À 16 H

Salle communautaire de Saint-Étienne-des-Grès
Entrée gratuite!
+ 50 artisans

Le Centre d'éducation populaire
Pointe-du-Lac : 490, Grande Allée, Trois-Rivières.
819 377-3309
St-Étienne-des-Grès : 1260, rue Saint-Alphonse St-Étienne-des-Grès
819 299-3859
ceppdl@cgcoble.ca / Facebook : Centre d'éducation populaire—Ceppdl

Le Bavard

Septembre 2022

Mercredi, 21 septembre 2022 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, 16 septembre
819 377-3309

Un buffet froid sera offert aux participants
COTISATION ANNUELLE : 8 \$

PORTES OUVERTES

ST-ÉTIENNE-DES-GRÈS

Mercredi, 28 septembre 2022, 10 h à 14 h

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 !!

8 SEPTEMBRE JOURNÉE DE L'ALPHABÉTISATION CONCOURS ALPHA

Il y a une erreur dans le Bavard, saurez-vous la trouver?
Appelez-nous au 819 377-3309 pour participer
Fin du concours le 23 septembre 2022

Indice : côté gauche d'un navire

ANNONCES

BÉNÉVOLES RECHERCHÉS

- AIDE AUX DEVOIRS ET LEÇONS.
- **Pointe-du-Lac** : Lundis et mercredis de 15 h à 16 h
 - **St-Étienne-des-Grès** : Mardis et jeudis de 15 h à 16 h

Votre mandat sera d'accompagner 1 élève de niveau primaire 1 ou 2 fois par semaine.
Votre mission sera de le guider dans la réalisation de ses devoirs et leçons.

À VOTRE AGENDA

Salon **POP** des Artisans

SAMEDI 19 NOVEMBRE 10 H À 16 H

Salle communautaire de Saint-Étienne-des-Grès
Entrée gratuite!
+ 50 artisans

Le Centre d'éducation populaire
Pointe-du-Lac : 490, Grande Allée, Trois-Rivières.
819 377-3309
St-Étienne-des-Grès : 1260, rue Saint-Alphonse St-Étienne-des-Grès
819 299-3859
ceppdl@cgcoble.ca / Facebook : Centre d'éducation populaire—Ceppdl

Le Bavard

Novembre 2022

SOUPER-SPECTACLE DE NOËL
Date : Jeudi, 15 décembre, 17 h à 21 h
Salle communautaire de St-Étienne-des-Grès

Autobus aller-retour.
Départ Pointe-du-Lac

Coût : 25 \$ / personne
Coût avec transport : 30 \$ / personne

819 377-3309
Date limite réservation : Lundi, 6 décembre
SPECTACLE CROONERS MICHEL LETARTE



ANNONCES

DISTRIBUTION ALIMENTAIRE*

Jour : 1 mardi / 2

Lieu : Centre de Pointe-du-Lac
INSCRIPTION OBLIGATOIRE
*Critères d'admissibilités.

RESPONSABLE : JOANNIE



À VOTRE AGENDA

Fête de fin d'année
MERCREDI, 7 JUIN, 11 H À 14 H
MOULIN SEIGNEURIAL DE POINTE-DU-LAC
(Autres détails à venir)

Le Centre d'éducation populaire
Pointe-du-Lac : 490, Grande Allée, Trois-Rivières.
819 377-3309
St-Étienne-des-Grès : 1260, rue Saint-Alphonse St-Étienne-des-Grès
819 299-3859
ceppdl@cgcoble.ca / Facebook : Centre d'éducation populaire—Ceppdl

Le Bavard

Janvier 2023

Toute l'équipe du Centre d'éducation populaire vous souhaite de très joyeuses fêtes et une merveilleuse année 2023

Le cœur est rempli de désirs et de rêves qui colorent la vie et qui lui enlèvent toute monotonie! Puisse ce temps des fêtes accomplir les plus beaux désirs et revêtir toutes les couleurs du vrai bonheur!

NOUS SERONS FERMÉS DU 23 DÉCEMBRE AU 8 JANVIER 2023.



ANNONCES

DISTRIBUTION ALIMENTAIRE*

Jour : 1 mardi / 2

Lieu : Centre de Pointe-du-Lac
INSCRIPTION OBLIGATOIRE
*Critères d'admissibilités.

RESPONSABLE : KARINE

À VOTRE AGENDA

Salon **POP** des Artisans

SAMEDI 18 NOVEMBRE 10 H À 16 H

Salle communautaire de Saint-Étienne-des-Grès
Entrée gratuite!
+ 50 artisans

Le Centre d'éducation populaire
Pointe-du-Lac : 490, Grande Allée, Trois-Rivières.
819 377-3309
St-Étienne-des-Grès : 1260, rue Saint-Alphonse St-Étienne-des-Grès
819 299-3859
ceppdl@cgcoble.ca / Facebook : Centre d'éducation populaire—Ceppdl

Le Bavard

Avril 2023

REPAS COMMUNAUTAIRE SPÉCIAL CABANE À SUCRE
19 AVRIL 2023, 12 H
15 \$ / MEMBRE
(PAYABLE AVANT LE 14 AVRIL 2023)

MENU

Soupe aux pois traditionnelle
Jambon, frittata, saucisses à l'érable
Fèves au lard, petits pains.
Betteraves marinées, cornichons
Pouding chômeur, tire sur la neige
Sirop d'érable

FÊTE DE FIN D'ANNÉE

MERCREDI, 7 JUIN, 11 H À 15 H (DÎNER PIQUE-NIQUE)
MOULIN SEIGNEURIAL DE POINTE-DU-LAC

ANIMATIONS
PROMENADE
SALLE PRIVÉE
REPAS



Coût 8 \$ / membre
Inscription et paiement avant le 26 mai 2023.

4 publications du Bavard :

287 envois par la poste
380 envois courriel
217 en distribution libre

Total : 884



**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

Page facebook : centre d'éducation populaire