



# Rapport des activités 2022-2023

Préparé : Josiane Blais,  
Directrice générale

Centre d'Action Bénévole Gascons  
Bénévole-Gascons inc.

# Table des matières

Avis de convocation .....	2
Ordre du jour.....	3
Message du président .....	4
Message de la directrice .....	5
Cadre de référence du CABGP inc. ....	7
Champ d'action 1 Volet 1 : Promotion de l'action bénévole .....	8 à 14
Volet 11 : Soutien aux bénévoles .....	15 – 16
Champ d'action 2 : Soutien dans la communauté .....	17 à 68
Champ d'action 3 : Gouvernance et vie associative.....	69 à 72
Personnel du Centre d'Action Bénévole Gascons-Percé inc.....	73
Membres du conseil d'administration 2022-2023.....	74
Bénévoles membres.....	76-77
Publicité	
Rapport financier au 31 mars 2023	

---

## *Assemblée générale annuelle*

---

### Avis de convocation

Veillez prendre note que l'assemblée générale annuelle du Centre d'Action Bénévole Gascons-Percé inc. aura lieu :

DATE: 6 septembre 2023

HEURE: 13 h 30

LIEU: Sous-sol du Centre d'action Bénévole Gascons-Percé Inc.

Invitation à tous les membres et la population.

*Merci!*

**L'assemblée générale annuelle du Centre d'Action Bénévole  
Gascons-Percé inc. tenue le mercredi 6 septembre 2023 à la salle  
de conférence du Centre d'Action Bénévole Gascons-Percé inc.**

### **ORDRE DU JOUR**

1. Accueil
2. Lecture de l'avis de convocation
3. Lecture et adoption de l'ordre du jour
4. Lecture et adoption du procès-verbal de l'assemblée générale annuelle du 22 juin 2022
5. Message du président
6. a) Présentation et adoption du rapport des activités 2022-2023  
b) Présentation et adoption du rapport financier 2022-2023 par la Firme comptable Raymond Chabot Grant Thornton  
c) Nomination de la Firme comptable 2023-2024  
d) Période de questions
7. a) Procédure d'élections (document)  
b) Bulletins de proposition
8. Élections
9. Varia    1)  
              2)  
              3)
10. Levée de l'assemblée

**NOTES:**    - Les participant(e)s de l'assemblée sont invité(e)s à un goûter;  
              - Les personnes ayant droit de vote à l'assemblée doivent être inscrites comme membres bénévoles du Centre d'Action Bénévole Gascons- Percé depuis au moins six mois et ayant effectué au moins 12 services durant ces 6 mois et cela, renouvelable annuellement.

# Bonjour ,

En mon nom personnel et des autres membres du conseil d'administration du Centre d'Action Bénévole Gascons-Percé inc., je suis heureux de vous présenter notre rapport annuel d'activités se terminant le 31 mars 2023.

L'année 2022-2023 a été marquée par la générosité, l'engagement, la compassion, la responsabilité et la solidarité des bénévoles, des membres du conseil d'administration et du personnel. Tous ces gens se sont surpassés pour soutenir la population de la MRC Rocher-Percé en situation de vulnérabilité.

Merci de croire à l'importance de notre mission, merci pour votre engagement indéfectible.

Bonne lecture!

*Maurice Langlais*  
Maurice Langlais,  
Président du conseil d'administration

# Bonjour,

Le rapport annuel est le principal outil par lequel nous nous acquittons de nos responsabilités auprès de la population de la MRC Rocher-Percé et des membres bénévoles du Centre d'Action Bénévole Gascons-Percé.

Je suis donc ravie de vous présenter notre rapport annuel d'activités 2022-2023.

Tout d'abord, lors de l'assemblée générale annuelle de juin 2022, un nouveau règlement décrétant le changement du nombre d'administrateurs a été proposé et accepté par les membres du conseil d'administration : le conseil d'administration se compose donc de sept (7) membres au lieu de neuf (9).

Parmi les initiatives importantes de l'année 2022-2023, je tiens à souligner d'emblée nos nouvelles orientations et dont les répercussions ont été positives sur l'ensemble de notre territoire.

Si on parle du service des petits plats congelés, avec la collaboration du programme de récupération alimentaire en supermarché de Grande-Rivière, ce fut un succès. Pas loin d'une vingtaine de menus ont été offerts aux aînés de la M.R.C Rocher-Percé, des repas copieux et délicieux, dont près de 2 000 repas ont été distribués. Le nouveau système de sécurité aux aînés PAIR est devenu Sécuricab et ce, depuis octobre 2022. Les activités de reconnaissance aux bénévoles dans le but de souligner leur apport à la communauté et leur dire merci, avec une grande participation des membres, les rencontres de groupe dans les nouveaux locaux du Centre d'Action Bénévole qui visent la participation d'ateliers sur des sujets de la vie de tous les jours et surtout de donner la parole aux gens. On a eu une grande participation à chaque atelier et fut très intéressant. Le défi du dépannage alimentaire dans une période où le coût de la nourriture explose et les subventions restent les mêmes. La récupération alimentaire nous aura permis de combler la différence dû au manque à gagner et à l'explosion du coût du panier d'épicerie, la continuité du projet en littératie avec des personnes vulnérables de notre communauté, les services aux proches aidants, etc..., en plus de la consolidation de tous les autres services.

En terminant, je souhaite remercier les membres du conseil d'administration de leur appui et leur confiance, l'ensemble des employés pour leur excellent travail et les bénévoles pour leur soutien incontestable.

Merci et bonne lecture!

*Josiane Blais*  
Josiane Blais, directrice

Le Centre d'Action Bénévole Gascons-Percé inc. est ouvert du lundi au vendredi de 8 h 00 à 16 h 00 et ce, pendant toute l'année.

Il couvre le territoire de Gascons à Percé inclusivement (territoire local).

Dans le but d'informer, de partager des informations et garder contact avec la clientèle, le Centre d'Action Bénévole a créé un site Facebook et un site Web.

Notre Centre d'Action Bénévole est également identifié à partir du site Web du ROC-GÎM et de la Fédération des Centres d'Action Bénévole du Québec.

Nos coordonnées sont également mentionnées dans le guide des nouveaux arrivants de la MRC Rocher-Percé.

Dans le but également d'informer la population des services offerts au Centre d'Action Bénévole, plusieurs dépliants, affiches, napperons publicitaires ont été produits et distribués sur tout le territoire de la MRC Rocher-Percé.

Site Web = [www.cabchandler.com](http://www.cabchandler.com)

Facebook = Centre d'Action Bénévole Gascons-Percé

# **Cadre de référence des Centres d'Action Bénévole Percé :**

## **Sa mission :**

Promouvoir et développer l'action bénévole dans les différents secteurs de l'activité humaine en favorisant un espace d'engagement bénévole autour des enjeux (socio-communautaire-humanitaire) qui concernent la population de son territoire.

## **Ses champs d'action :**

### **Champ d'action 1**

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

Ce champ comprend toutes les actions visant à faire le développement, la promotion et la reconnaissance de l'action bénévole et à soutenir les bénévoles dans leur implication.

### **Champ d'action 2**

#### **Soutien à la communauté**

##### **Services aux individus :**

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

### **Champ d'action 3**

#### **Gouvernance et vie associative**

Le Centre doit être un modèle de comportement éthique pour son milieu et contribuer au soutien des organisations. Il doit aussi voir une gestion démocratique issue des meilleures pratiques qui démontrent le dynamisme et la vitalité de sa vie associative. De plus, il doit favoriser la bonne gestion de ses bénévoles internes.



# Champ d'action 1

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

## VOLET 1

### PROMOTION DE L'ACTION BÉNÉVOLE

La promotion de l'action bénévole dans tous les secteurs de l'activité humaine possible et ce, dans le but de sensibiliser la population à l'ensemble des problématiques, à l'importance de s'impliquer bénévolement afin d'améliorer la qualité de vie de nombreuses personnes et de valoriser l'engagement communautaire (publicité gratuite). De donner de l'information sur divers sujets en particulier, etc...

#### 1) Médias écrits et électroniques

Information sur l'action bénévole auprès de la population.

Médias	Date	Sujets	Durée
Télé-Vag	25 mai 2022	Les services du Centre d'Action Bénévole.	10 mins
	10 octobre 2022	Recrutement et services du CAB.	6 mins
	29 novembre 2022	Guignolée et recrutement de bénévoles.	5 mins

Médias	Date	Sujets	Durée
Bleu-fm 96,3 Fm	1 <sup>er</sup> décembre 2022	La Guignolée 2022.	5 mins
	5 décembre 2022	Journée internationale des bénévoles.	10 mins
	10 janvier 2023	Système de sécurité SécuriCab - Résultats de la Guignolée et Mylène Arbour, intervenante de l'Appui nous parle des services.	10 mins
	13 février 2023	Information de l'impôt 2022.	15 mins
	6 mars 2023	Information de l'impôt 2022, Recrutement de bénévoles, etc...	15 mins
	21 mars 2023	Information de la Semaine des popotes roulantes.	15 mins

Médias	Date	Sujets	Durée
CHNC	1 <sup>er</sup> décembre 2022	La Guignolée 2022.	5 mins

Médias	Date	Sujets	Durée
<u>Entrevue</u> <u>TVCG-R</u>	24 mai 2022	Les services du Centre d'Action Bénévole.	10 mins
	18 octobre 2022	Recrutement et services du CAB.	10 mins
	27 octobre 2022	- Entrevue avec Mme Gaétane Mauger du CISSS et M. André Beaudin, ancien député au sujet de la participation citoyenne. - La Guignolée 2022.	35 mins
	22 novembre 2022	Entrevue sur la guignolée et sur le recrutement des bénévoles.	10 mins
<b>Radio-Canada</b>	1 <sup>er</sup> décembre 2022	La Guignolée 2022.	[ABI]5 mins
	1 <sup>er</sup> décembre 2022	Résultat de la Guignolée - dons amassés.	5 mins

## Autres médias d'information :

Sur le site Facebook du Centre d'Action Bénévole Gascons-Percé inc... transmettre de l'information à la population sur les sujets suivants :

**953** abonnés au site Facebook

**735** personnes aiment...

- Avril
- Chef Renaud et ses jeunes cuistots ont cuisiné des casseroles mexicaines pour le comptoir alimentaire du CAB.
  - Message du président du Centre d'Action Bénévole, M. Maurice Langlais, à l'occasion de la Semaine de l'action bénévole.
  - Article SAB 2022, les bénévoles artisans de santé et de bien-être.
  - Quelques bienfaits du bénévolat.
  - Lucie et moi.ca - Faire du bénévolat, un cadeau pour le cerveau.
  - SAB 2022- Le bénévolat change la vie des bénévoles!
  - Remerciements aux bénévoles du CAB - activité "dîner".
- Mai
- Information de la fermeture du comptoir vestimentaire.
  - Hommage à un bénévole décédé.
  - Diffusion de l'entrevue Télé-Vag : activités estivales du Centre d'Action Bénévole, Jardin communautaire, etc...
  - Diffusion de l'entrevue TVCG-R : activités estivales du Centre d'Action Bénévole, jardins communautaires, etc...
  - Diffusion du texte de Stéphane Laporte "Vive les vieux".
- Juillet
- Avis à la population concernant le comptoir vestimentaire.
  - Diffusion d'un article du journal le soleil : La demande explose dans les banques alimentaires.
- Août
- Recrutement de bénévoles pour le nouveau service " visite amicale".
- Septembre
- Information d'un World Café - mercredi 21 septembre 2022 avec Mme Jolaine Cauvier.
  - Présentation de l'équipe du Centre d'Action Bénévole.

- Octobre
- Présentation du prix Hommage bénévolat-Québec.
  - Message de M. André Beaudin, Journée internationale des Aînés(es) du 1<sup>er</sup> octobre 2022.
  - Présentation du service SécuriCab.
  - Information sur les petits plats congelés.
  - Services du CAB et recrutement - vidéo de 6 mins.
  - Invitation à une séance d'information offerte par Service Canada.
  - Diffusion vidéo de l'entrevue à TVCG-R avec Mme Gaétane Mauger et M. André Beaudin.
  - Journée de reconnaissance de l'action communautaire autonome.
  - Recrutement de bénévoles pour les services visite amicale et de l'accompagnement-transport.
- Novembre 2022
- SécuriCab - Les aînés en toute sécurité.
  - Info- Prix hommage-Bénévolat Québec.
  - Formulaire de panier de Noël.
  - 2 offres d'emploi au Centre d'Action Bénévole.
- Décembre 2022
- COOP IGA de Chandler - La tournée de la Guignolée avec la Sûreté du Québec de Pabos, le Carrefour Jeunesse Emploi, la Maison des jeunes de Chandler.
  - Remerciements à la population pour leur générosité lors de la Guignolée et les résultats.
  - Remerciements aux bénévoles lors de la Journée internationale des bénévoles.
  - Entrevue à TVCG-R avec Mme Cyndy Langlois concernant les paniers de Noël
  - A&W - Publicité du comptoir alimentaire et dons.
- Janvier 2023
- Dons de A&W pour comptoir alimentaire et photo.
  - Information de la Semaine de l'action bénévole 2023.
  - Information du Gouvernement du Québec- Système automatisé Excel.
- Février 2023
- Impôt 2022 – Information.
  - Diffusion de l'entrevue Impôt 2022 - au midis-lunch à Bleu FM
  - Offre d'emploi CAB.
- Mars 2023
- Semaine Québécoise des popotes roulantes du 19 au 25 mars 2023.

## AUTRES...

► Site Web : [www.cabhandler.com](http://www.cabhandler.com)

⇒ **Promotion de l'action bénévole à travers....**

2) **Journal de liaison « Cab-Info »**

Cette année, 4 parutions du journal de liaison « Cab-Info » ont été envoyés à tous nos bénévoles. Des informations très importantes sont véhiculées à travers cet outil d'information. Il renseigne sur les activités réalisées, les formations, les activités à venir, tout ce qui se passe sur le territoire de la MRC Rocher-Percé.

Production du journal «Cab-Info » à 150 exemplaires distribués 4 fois/année (avril, juin, septembre et décembre) : . choix des articles;

- . photocopie;
- . dactylographie;
- . montage;
- . etc...

► 3 employés du CAB et bénévoles - Durée : 175 hres

### 3) **Journée internationale des bénévoles**

L'assemblée générale des Nations unies a institué la journée internationale des bénévoles le 5 décembre de chaque année. Les bénévoles sont à l'avant-garde du changement social dans le monde. Le 5 décembre a été l'occasion pour le Centre d'Action Bénévole de promouvoir la contribution des bénévoles au développement de notre communauté. À cette occasion, le Centre d'Action Bénévole a souligné cette journée sur sa page Facebook, dans le journal des bénévoles et en offrant un repas de Noël traditionnel à la dinde le 8 décembre 2022, auquel 22 personnes (bénévoles, membres du conseil d'administration et personnel) ont participé.

### 4) **Vœux de Noël aux partenaires**

**Décembre 2022:** Envoyer les vœux de Noël aux partenaires, aux organismes communautaires de la MRC et directeurs (trices) des Centres d'Action Bénévole Gaspésie/Îles-de-la-Madeleine et à tous les bénévoles - 60 envois.

### 5) **Matériel promotionnel**

Réalisation d'objets promotionnels pour les bénévoles du Centre d'Action Bénévole - 100 tasses à l'effigie du Centre d'action Bénévole.



### 6) **Journée internationale des personnes âgées**

Le 1<sup>er</sup> octobre 2022, lettres envoyées aux Clubs des 50 ans et plus de la MRC Rocher-Percé, aux Foyers pour aînés, au CHSLD (Villa Pabos), la Maison Ste-Germaine de Gascons, la Maison de l'Anse de Newport, le Colibri, etc... Plus d'une vingtaine de lettres envoyées dans le but de souligner l'apport important des aînés de la MRC Rocher-Percé et dans le but de leur rendre hommage pour leur impact positif et leur expertise sans limite - 30 lettres envoyées

Message sur l'âgisme diffusé sur la page Facebook du Centre d'Action Bénévole écrit par M. André Beaudin, ancien député du parti libéral du Québec

7) **Prix Hommage bénévolat-Québec**

Fait la promotion du Prix Hommage bénévolat-Québec sur le site Facebook du Centre d'Action Bénévole, à la radio 96,3 Bleu Fm, les télévisions communautaires, ainsi que dans le journal des bénévoles du Centre.

8) **Information des services et recrutement bénévoles auprès des organismes, etc...**

Les outils et moyens utilisés pour recruter des bénévoles :

- . L'approche directe.
- . Les réseaux sociaux.
- . Le site internet du CAB.
- . Le site Je bénévole de la FCABQ.
- . Les télévisions communautaires, TVCGR et TÉLÉVAG.
- . Les radios 96,3 FM et CHNC.
- . Les événements, les ateliers d'information, les formations, les activités avec les bénévoles.
- . Des actions de sensibilisation sur les bénéfices du bénévolat.
- . Les rencontres auprès des organismes communautaires et des clubs sociaux.
- . Et les rencontres dans la vie de tous les jours au CAB- cibler des individus.

## VOLET 11

### SOUTIEN AUX BÉNÉVOLES

Le support offert aux bénévoles est axé sur l'évolution des capacités et des compétences propres à favoriser leur autonomie, leur motivation et leur développement personnel.

Les services offerts aux bénévoles sont:

- Accueil et orientation;
- Formation;
- Orientation vers les services du Centre ou vers les organismes du milieu;
- Suivi dans l'action et encadrement;
- Organisation d'activités de reconnaissance.

En 2022-2023, 135 bénévoles sont actifs et ont bénéficié du support de la part du personnel du Centre d'Action Bénévole.

En 2022-2023, le Centre d'Action Bénévole a pu recruter 9 nouveaux bénévoles.

L'équipe du Centre d'Action Bénévole prend soin de bien orienter chaque nouveau bénévole dans des activités qui lui sont propres.

**Le Centre d'Action Bénévole Gascons-Percé inc. supporte et motive chaque bénévole de nombreuses façons:**

#### 2.1) **Support aux bénévoles**

Supporter le bénévole par l'appui (aide et encouragement afin de les motiver dans l'accomplissement de leur travail), par l'appréciation (gratitude en lien avec leurs actions bénévoles ou lors d'une activité spéciale, soit par lettre ou de vive voix), par la reconnaissance (des attentions spéciales, démontrer qu'on les apprécie, les motive, les encourage, etc...).

Dans notre pratique quotidienne, l'appréciation fait partie intégrante dans notre mission. Nos moyens : Lettres personnalisées envoyées aux bénévoles pour démontrer le bienfait de leurs actions, activités sociales pour tous les bénévoles, rencontres, etc...



## 2.2)

### Activités et gestes de reconnaissance

- 27 avril 2022 Dîner pour l'activité de la Semaine de l'action Bénévole - 29 participants
- 15 juin 2022 Activité estivale pour les bénévoles - Dîner musical au CAB  
Durée : 2 heures  
Nombre de participants : 30
- 13 septembre 2022 Activité bénévole « Déjeuner P'tit Café »  
Durée : 2 heures  
Nombre de participants : 28
- 5 décembre 2022 Activité de Noël à la salle multifonctionnelle du Centre d'Action Bénévole « Souper avec musique et décor de Noël »  
Durée : 3 heures  
Nombre de participants : 22

## 2.3)

### Formation

- 20 avril 2022 Atelier de formation avec Mme Diane Mayer, psychologue  
« Être positif dans sa vie... le mettre en pratique par la pensée positive, psychologie positive et pleine conscience ».  
Durée : 2 heures  
Nombre de participants : 10
- 20 mai 2022 Conférence interactive « On ne perd pas ses droits avec l'âge ».  
Durée : 3 heures  
Nombre de participants : 3
- 18 octobre 2022 Formation- La sécurité de vieillesse offert par Service Canada.  
Durée : 1 heure 30  
Nbre de participant : 12 participants
- 21 février 2022 Formation « Se protéger des fraudes et prévenir le vol d'identité » offerte par Service Canada.  
Durée : 1 heure 30  
Nbre de participants : 21

## Champ d'action 2

### Soutien dans la communauté

#### Services aux individus :

Réalisation de services directs répondant aux besoins exprimés par la communauté.

#### Services directs :

Les services de soutien à domicile visent, entre autres, à:

- . Maintenir et améliorer l'autonomie des personnes âgées vivant à domicile;
- . Supporter le réseau naturel d'un individu;
- . Offrir des conseils et du support aux individus isolés face à une problématique;
- . Favoriser la qualité de vie.

Ce service s'adresse aux personnes de 65 ans et plus.

<u>Municipalité</u>	<u>Nombre de personnes âgées 2021-2022</u>	<u>Nombre de personnes âgées 2022-2023</u>
Gascons	34	36
Newport	47	50
Pabos-Mills	59	36
Chandler	125	112
Pabos et St-François	45	46
Grande-Rivière	91	88
Ste-Thérèse	24	24
Cap d'Espoir	17	24
Val d'Espoir	04	02
Percé	17	23
		Itinérant 9
<b>Total:</b>	<b>463</b>	<b>450</b>
		<b>170 hommes / 280 femmes</b>

1)

**Popote roulante**

Ce service s'adresse aux personnes âgées, personnes handicapées physiquement et/ou mentalement, personnes dépressives, malades chroniques, post-hospitalisées. C'est un service de repas chauds équilibrés, livrés à domicile 2 jours/semaine.

**2021-2022**

<b>Municipalité</b>	<b>Bénéficiaires</b>	<b>Repas livrés</b>	<b>Heures</b>	<b>Bénévoles</b>	<b>Km</b>
Gascons	12	707	535	05	2 983
Newport	15	455	345	03	3 241
Pabos-Mills	12	456	345	04	2 220
Chandler	20	715	541	03	1 535
St-François/Pabos	15	530	401	02	3 750
Grande-Rivière	23	755	572	06	7 235
Ste-Thérèse	10	661	501	06	1000
Cap d'Espoir	07	555	420	04	2 000
Val d'Espoir	0	0	0	0	0
Percé	04	185	140	04	2 264
<b>TOTAL</b>	<b>118</b>	<b>5 019</b>	<b>3 800</b>	<b>33</b>	<b>26 228 Km</b>

À cause de la Covid, la popote roulante a été offerte en juillet et août.

**2022-2023**

<b>Municipalité</b>	<b>Bénéficiaires</b>	<b>Repas livrés</b>	<b>Heures</b>	<b>Bénévoles</b>	<b>km</b>
Gascons	13	765	579	06	2 109
Newport	16	436	330	01	4 177
Pabos-Mills	11	473	358	03	610
Chandler	15	702	531	03	1 545
St-François/Pabos	19	553	418	02	5 442
GrDe-Rivière	22	779	590	04	3 908
Ste-Thérèse	12	485	367	04	0
Cap d'Espoir	5	387	293	01	7 069
Val d'Espoir	0	0	0	0	0
Percé	07	381	288	01	0
<b>TOTAL</b>	<b>120</b>	<b>4 961</b>	<b>3 754</b>	<b>25</b>	<b>24 860 Km</b>

### Autres démarches pour la popote roulante:

- Information auprès des Centres de jour, CLSC, Centre hospitalier pour informer leur clientèle sur le service.
- Publicité dans les médias écrits et électroniques pour informer la population et pour recruter des bénévoles.
- Préparation de l'horaire de la popote roulante pour remettre aux bénévoles (Newport, Pabos-Mills, Chandler, Pabos, Grande-Rivière, Ste-Thérèse, Cap d'Espoir, Percé et Gascons);
- Lettres de remerciements aux traiteurs de Gascons, Chandler et Grande-Rivière.
- Préparation des contrats avec les traiteurs;
- Liste des bénévoles et bénéficiaires par secteur;
- Appels téléphoniques auprès des bénévoles (recrutement);
- Appels téléphoniques auprès des bénéficiaires aptes à recevoir le service.
- Appels téléphoniques auprès des bénéficiaires pour vérifier la quantité, la qualité et la diversité des repas,
- Le 12 août 2022, rencontre avec un nouveau traiteur pour la popote roulante de Grande-Rivière (École des pêches).

Durant la Semaine québécoise des popotes roulantes qui s'est tenue du 19 au 23 mars 2023, le Centre d'Action Bénévole a souligné l'évènement en adressant une lettre de reconnaissance avec une boîte de chocolat à tous les bénévoles ainsi qu'aux traiteurs pour les remercier de leur implication - 20 lettres ont été envoyées. De plus, les bénéficiaires de la popote roulante ont reçu gratuitement 2 repas, pour un total de : 125 repas et 63 bénéficiaires.

Appels téléphoniques auprès des bénéficiaires de la popote roulante pour vérifier leur degré de satisfaction concernant les repas qu'ils reçoivent et des changements à apporter au besoin.

Sortir un échantillonnage sur le nombre total de bénéficiaires :

Mai 2022 :	20 appels
Septembre 2022 :	40 appels
Octobre 2022 :	55 appels
Novembre 2022 :	30 appels

7 juillet 2022 - Rencontre avec Mission inclusion et tous les CABs de la Gaspésie subventionnés par la Fondation pour le service « Popote roulante »  
Durée : 1 heure

2)

**Repas congelés**

Services de repas congelés pour personnes âgées en perte d'autonomie préparé par le programme de récupération en supermarché- 15 à 20 menus sont offerts aux personnes âgées.

**Repas congelés 2022-2023**

<b>Municipalités</b>	<b>Bénéficiaires</b>	<b>Nombre de repas</b>
Gascons	4	56
Newport	6	301
Pabos-Mills	5	162
Chandler	23	978
Pabos	8	196
Grande-Rivière	13	136
Ste-Thérèse	8	31
Cap d'Espoir	4	22
Val d'Espoir	4	37
Percé	6	25
<b>TOTAL</b>	<b>81</b>	<b>1 944</b>

1 fois par mois, appeler 45 à 50 personnes âgées et les informer des nouveaux repas arrivés.

9 août 2022, 75 personnes âgées du service de la popote roulante ont reçu un appel pour les informer du service de repas congelés.

Le 12 octobre 2022, lettres envoyées à 53 personnes âgées qui reçoivent la popote roulante pour les informer des petits plats congelés.

3)

### Accompagnement-médical

Le bénévole accompagne une personne pour un transport à caractère médical (dentiste, médecin, pharmacie, etc...). Ce service s'adresse aux personnes âgées de 65 ans et plus, démunies économiquement en perte d'autonomie partielle et/ou dans l'incapacité de se rendre à l'endroit approprié par leurs propres moyens.

Encore une fois cette année, à cause du contexte de la Covid, beaucoup d'accompagnements ont été annulés. La plupart des rencontres médicales se faisaient par téléphone ou par zoom. C'est pourquoi, il y a eu une diminution du service « Accompagnement -médical » et le service devrait revenir à la normale avec le déconfinement

#### 2021-2022

Municipalité	Bénéficiaires	Services	Heures	Nbre de bénévoles	Km
Gascons	12	43	180	06	7 478
Newport	24	110	453	02	3 629
Pabos-Mills	19	66	269	02	564
Chandler	32	192	790	09	8 875
Pabos/St-François	11	72	296	07	4 683
Grde-Rivière	34	179	737	08	10 999
Ste-Thérèse	10	52	214	02	1 578
Cap d'Espoir	09	60	247	04	7 806
Val d'Espoir	02	20	82	0	0
Percé	11	65	268	04	8185
<b>Total</b>	<b>160</b>	<b>859</b>	<b>3 536</b>	<b>44</b>	<b>53 797 km</b>

#### 2022-2023

Municipalité	Bénéficiaires	Services	Heures	Nbre de bénévoles	Km
Gascons	11	29	73	6	3 633
Newport	20	52	218	3	3 864
Pabos-Mills	5	33	138	2	0
Chandler	27	137	574	8	7 448
Pabos/St-François	11	33	138	8	7 040
Grde-Rivière	36	158	661	8	7 895
Ste-Thérèse	2	42	176	2	1 682
Cap d'Espoir	10	59	247	3	7 217
Val d'Espoir	0	0	0	0	0
Percé	12	73	306	02	6 625
<b>Total</b>	<b>134</b>	<b>616</b>	<b>2 531</b>	<b>42</b>	<b>45 404</b>

#### Références " Accompagnement-médical"

Foyer Berthelot	4	Association des aînés(es)	2	Le Colibris	2
Maison de l'Anse	3	Centre Local d'Emploi	1	Autres	4
Maison Ste-Germaine	12	SEGA	12	CLSC - GMF	4
Maison Blanche Morin	1	Foyer Lambert	1	Centre Émilie-Gamelin	2

4)

**Accompagnement pour commission**

Accompagnement pour commissions, pharmacie, etc... pour les personnes en perte d'autonomie sans ressource autour d'elles.

Ce service peut aussi être offert lors d'un accompagnement-médical à la discrétion du bénévole.

2021-2022

2022-2023

Nombre de services	Nombre de bénéficiaires	Nombre d'heures	Nombre de services	Nombre de Bénéficiaires	Nombre d'heures
859	160	1120	616	134	803

2021-2022

Municipalités	Bénéficiaires	Services	Heures	Nbre de bénévoles
Gascons	11	29	66	6
Newport	20	52	120	3
Pabos-Mills	5	33	30	2
Chandler	27	137	162	8
Pabos / St-François	11	33	66	8
Grande-Rivière	36	158	216	8
Ste-Thérèse	2	42	12	2
Cap d'Espoir	10	59	60	3
Val d'Espoir	0	0	0	0
Percé	12	73	71	2
<b>TOTAL</b>	<b>134</b>	<b>616</b>	<b>803</b>	<b>42</b>

5)

### SécuriCAB

Le programme SécuriCab est un service d'appels automatisés visant la sécurité des personnes âgées seules. Les personnes reçoivent un appel à l'heure convenue pour s'assurer de sa sécurité et de son bien-être. S'il n'y a pas de réponse de l'abonné, des mesures sont prises pour vérifier sa sécurité et il(elle) pourra être pris(e) en charge via un appel d'urgence si la situation s'applique. Il y a eu le lancement du service le 1<sup>er</sup> octobre 2022.

L'information a été transmise aux pharmaciens de Newport, Chandler Grande-Rivière et Percé (6 pharmacies) à tous les médecins de la MRC Rocher Percé, au CISSS Rocher-Percé, et intervenants au maintien à domicile au SEGA.

#### 2021-2022

#### 2022-2023

Municipalités	Bénéficiaires	Nombre d'appels	Municipalités	Bénéficiaires	Nombre d'appels
Gascons	0	0	Gascons	0	0
Newport	01	734	Newport	0	0
Pabos-Mills	0	0	Pabos-Mills	1	365
Chandler	06	2202	Chandler	0	0
Pabos /St-François	02	800	Pabos /St-François	0	0
Grande-Rivière	05	1035	Grande-Rivière	5	1825
Ste-Thérèse	0	0	Ste-Thérèse	0	0
Cap d'Espoir	01	734	Cap d'Espoir	0	0
Val d'Espoir	0	0	Val d'Espoir	0	0
Percé	0	0	Percé	2	730
<b>TOTAL</b>	<b>15</b>	<b>5 505</b>	<b>TOTAL</b>	<b>8</b>	<b>2 920</b>

- Formation pour apprendre le nouveau système.
- Entrer les données des bénéficiaires dans le logiciel.
- Préparer les messages d'appel.
- Aller porter les dépliants d'information dans toutes les pharmacies de la MRC Rocher-Percé pour les distribuer aux aînés(es) vulnérables lors de la préparation des dosettes de médicaments - 600 dépliants.
- Lettres envoyées à 53 personnes âgées qui reçoivent la popote roulante pour les informer du service.





## AUTRES SERVICES MULTICLIENTÈLES :

### 6) **Dépannage alimentaire**

Aide alimentaire temporaire à des personnes en difficulté :

- Répondre à une situation d'urgence...
- Référer à d'autres personnes ressources au besoin.

#### 2021-2022

Municipalité	Nbre de services
Gascons	14
Newport	28
Pabos-Mills	71
Chandler	340
Pabos /St-François	28
Grde-Rivière	117
Ste-Thérèse	37
Cap d'Espoir	24
Val d'Espoir	06
Percé	21
<b>TOTAL:</b>	<b>686</b>

#### 2022-2023

Municipalité	Nbre de services
Gascons	20
Newport	56
Pabos-Mills	78
Chandler	283
Pabos /St-François	85
Grde-Rivière	138
Ste-Thérèse	43
Cap d'Espoir	26
Val d'Espoir	24
Percé	22
<b>TOTAL:</b>	<b>775</b>

#### 8 avril 2022 et début mars 2023

- Visite de la Tablee des chefs avec chef Renaud Huard et ses jeunes cuistots de la polyvalente Mgr Sévigny de Chandler. Explication des services du Centre d'Action Bénévole et don de pâtés mexicains préparés par la Table des chefs.

7)

**Information et/ou référence**

Fournir les services appropriés à toute personne cherchant une réponse à ses questions ou à ses besoins, référer au besoin. Durant la période de la Covid-19, beaucoup de personnes appelaient au Centre d'Action Bénévole pour recevoir de l'information sur les services du CAB, des autres ressources de la MRC Rocher Percé, des ressources privées, des services juridiques , etc...

	2021-2022	2021-2022
Nombre de services rendus	4 322	4 372
Nombre d'employés/bénévoles	06	06


Les questions portent, entre autres, sur la santé, la perte d'autonomie, l'habitation, le maintien à domicile, les impôts et mesures fiscales, les revenus de retraite et autres.

8)

**Rapport d'impôt**

Ce service s'adresse à des personnes étant dans l'impossibilité de compléter elles-mêmes un formulaire gouvernemental ou une déclaration d'impôt.

Ce service s'adresse aux personnes âgées de 65 et + à faible revenu, aux bénéficiaires d'assistance-emploi, personnes vivant avec une déficience intellectuelle, aux petits salariés.



	2021-2022	2022-2023
Nombre de services rendus	654	772
Nombre de personnes	300	305
Nombre de bénévoles	06	10
Employés au CAB aux services	01	03
Nombre d'heures	654	772

Dans la semaine du 20 au 24 février 2023, nous avons collecté l'information des données auprès de la clientèle. Toutes les personnes ont été rencontrées individuellement durant cette période.

8 bénévoles ont procédé à la collecte des données - 60 heures de bénévolat.

9) **Paniers de Noël** (Bons d'achats)

Encore une fois cette année, le Centre d'Action Bénévole a remis aux personnes des bons d'achats d'une valeur de \$150.00 - \$200.00 - \$250.00.

2021-2022			2022-2023		
Nbre de services	Nbre de pers. concernées		Nbre de services	Nbre de pers. concernées	
	<u>Adultes</u>	<u>Enfants</u>		<u>Adultes</u>	<u>Enfants</u>
233	266	39	255	294	53

Montant total amassé : \$48 173.80

Paniers de Noël 2022-2023 (bons d'achats)

Détails par municipalité

Municipalité	Bons d'achat
Gascons	3
Newport	21
Pabos-Mills	21
Chandler	117
Pabos et St-François	16
Grande-Rivière	47
Ste-Thérèse	8
Cap d'Espoir	3
Val d'Espoir	4
Percé	4
<b>Total:</b>	<b>255</b>

La Guignolée a été un succès grâce à nos partenaires : Sûreté du Québec, poste de Pabos, Carrefour Jeunesse Emploi, Maison des jeunes de Chandler, 96, 3 Bleu Fm et grâce à la collaboration de CHNC (la Guignolée des médias) et la population de la MRC Rocher-Percé.

- . 32 bénévoles ont donné de leur temps pour la réussite de cet événement - 225 heures de bénévolat au total.
- . Lors de la distribution des bons d'achat, 7 bénévoles ont assuré la distribution des bons d'achat et des jouets pour les enfants - total de 60 heures de bénévolat.

10)

### **Répertoire des services et des ressources communautaires et publiques**

Mise à jour du répertoire des services et des ressources communautaires et publiques de la MRC Rocher Percé par des employés du Centre d'Action Bénévole.

Plusieurs appels téléphoniques et/ou recherches sur le web ont été faits par les employés.

Nombre d'heures: 150 h 00

Nombre d'employés 03 employés ont travaillé à la production, dactylographie, montage et mise en page

Le répertoire est disponible sur le site Web du Centre d'Action Bénévole Gascons-Percé. Les gens peuvent le consulter et même faire des photocopies pour leur besoin. Une quarantaine de courriels ont été envoyés aux organismes de la M.R.C Rocher-Percé dans le but de les informer.

11)

### **Services aux itinérants**

- . Services aux adultes en situation précarité.
- . Services d'aide pour rapport d'impôt ou pour tout autre service relié aux revenus de la personne (aide sociale, pension de sécurité de vieillesse, etc...).
- . Repas ou dépannage alimentaire.
- . Référence vers des ressources appropriées.

Nombre de personnes aidées : 4

Nombre de services : 18

## TRAVAILLEUSE DE MILIEU POUR AÎNÉS

### 12) Travail de milieu auprès des aînés en situation de vulnérabilité

La travailleuse de milieu pour aînés est une intervenante qui rejoint les aînés dans leur milieu de vie afin de les aider à développer ou à maintenir leur pouvoir d'agir en vue d'améliorer leur qualité de vie et de briser leur isolement.

Les principales tâches de la travailleuse de milieu :

- . Rejoindre les aînés (es) qui ne sont pas nécessairement desservis par les services institutionnels et/ou communautaires.
- . Briser le sentiment de solitude.
- . Établir un lien de confiance.
- . Détecter les aînés vulnérables.
- . Informer sur les activités et services disponibles.
- . Référer les aînés vers les bonnes ressources.
- . Prévenir et dépister la maltraitance.
- . Travailler en concertation avec les partenaires du milieu etc...

### MOYENS UTILISÉS POUR REPÉRER LE MAXIMUM D'AINÉS(ES)

Tous les aînés qui ont reçu des services au Centre d'Action Bénévole, que ce soit pour la popote roulante, les petits plats givrés, l'accompagnement-médical, le système SécuriCab ou les rapports d'impôt ainsi que les bénévoles du CAB ont reçu l'information sur les services de l'ITMAV (par courriel, téléphone, visite au CAB, visite à domicile, lors d'activités, etc...) - 450 à 500 personnes âgées.

De plus, des lettres ont été envoyées à 300 personnes ciblées recevant les services d'accompagnement-médical, popote roulante et petits plats givrés, considérées comme plus vulnérables.

Entrevues dans les médias électroniques : 96.3 Bleu Fm, télévisions communautaires de Grande-Rivière et St-Godefroi (20 personnes rejointes).

## Sur la page Facebook du CAB

### Publicité sur la page Facebook du Centre d'Action Bénévole Gascons-Percé

- Avril
- Vieillir autrement - diffusion du vidéo de 53 minutes Nouveau modèle de gériatrie sociale.
  - Maltraitance, angle mort des personnes âgées - diffusion article de journal le Soleil.
  - Les aînés et la protection contre l'exploitation et les abus - Information Éducaloi.
  - Article sur la gériatrie sociale (besoins nutritionnels) - Facteur de risque à une malnutrition ou à une dénutrition.
  - Activité littératie (informatique) photos de participants et retour de l'activité cet automne.
- Mai
- Information du service [quebec.ca/Sécurité aînés](http://quebec.ca/Sécurité_aînés).
  - Information, collecte des encombrants.
- Juin
- Vidéo sur la situation des aînés(es) dans la circonscription de la Gaspésie présentée par Mme Mégane Perry Melançon, députée de Gaspé. Situation de pauvreté dans laquelle des aînés(es) de la MRC Rocher-Percé et de toute la Gaspésie sont confrontés dû au fait de l'augmentation du coût du panier d'épicerie et de l'augmentation du coût de la vie.
  - Diffusion d'un article du journal de Québec, alerte sylvester pour retrouver des aînés rapidement.
  - Information ligne Info-abus 1-888-489-abus.
  - Information ligne info abus - Journée mondiale des aînés(es) contre la maltraitance.
- Juillet
- Information : Quoi faire durant une canicule?
  - Info - Nouveau service Clic Santé.
- Août
- 8 signes de risque avant une chute – Information.
  - Les principaux ennemis pendant un rendez-vous médical.

- Octobre 2022 - Cours informatique pour aînés vulnérables en collaboration avec l'Éducation des adultes.
- Novembre 2022 - Les aînés en toute sécurité avec SécuriCab - Information sur le service.
- Décembre 2022 - Diffusion de l'entrevue à Télé-Vag avec Mme Cyndy Langlois, travailleuse de milieu, sur les services offerts aux aînés vulnérables.
- Janvier 2023 - Don au comptoir alimentaire de la part de A&W Chandler.
- Février 2023 - Information Impôt 2022.  
- Information, loi visant à lutter contre la maltraitance envers les personnes aînées.
- Mars 2023 - Les midis-lunch de 96,3 Fm.  
- Diffusion de l'entrevue du 6 mars 2023 avec Mmes Cyndy Langlois, travailleuse de milieu et Mylène Arbour, intervenante psychosociale de l'Appui. Durée : 15 mins  
- Rappel des bonnes pratiques en prévention du suicide – Information.  
- Diffusion de l'entrevue du 21 mars 2023 avec Mmes Cyndy Langlois et Mylène Arbour – sujets : popote roulante et repas congelés.

## **L'approche concertée :**

Rencontrer et identifier les acteurs clés de la communauté afin de nous aider au dépistage et au repérage d'aînés vulnérables.

### **Réseau en développement social :**

La prévalence de l'insécurité alimentaire au sein de la population vieillissante de la MRC Rocher-Percé s'accroît de plus en plus aux conditions économiques particulièrement difficiles (coût du panier d'épicerie élevé, augmentation des tarifs d'électricité, du logement, des taxes municipales, téléphones, etc... tout augmente sauf les revenus).

Comme l'un des rôles de la travailleuse du milieu est de détecter les aînés vulnérables, la travailleuse de milieu rencontre les aînés qui ont de la difficulté à terminer les fins de mois avec leur budget. S'entame alors un processus d'aide pour l'aîné vulnérable.

Les personnes rencontrées peuvent recevoir un dépannage alimentaire, les référer vers d'autres ressources au besoin, assurer un suivi, etc...

Nombre de personnes aînées rencontrées : 29

Nombre de services rendus : 29

Également, la travailleuse de milieu fait partie de la Table en sécurité autonomie alimentaire de la MRC Rocher-Percé, qui est une mobilisation des partenaires concernés par l'autonomie alimentaire, participe aux orientations du comité et prend part aux décisions.

10 novembre 2022 - Rencontre du comité

Durée : 3 heures

Nbres participants : 5

### **Programme de soutien à l'autonomie des aînés (SAPA)**

Rencontre des partenaires en soins à domicile, rencontres d'échanges entre les partenaires concernés par les soins à domicile de la MRC Rocher-Percé.

La travailleuse de milieu fait partie de ce comité.



### **Table de concertation contre les abus envers les aînés**

Partenaire pour aider à contrer les abus envers les aînés(es).

Participer au plan d'action, plan de communication.

6 février 2023          Rencontre de la Table des abus  
Nombre de participants : 25  
Durée : 6 heures

### **Comité vieillir chez-soi**

12 janvier 2023      Rencontre du comité formé de : Travailleuse de milieu, MRC Rocher-  
Percé, CISSS Rocher-Percé, Table régionale de concertation des  
aînés(es) et un employé de la gériatrie sociale de la Fondation Âge.

Le but est d'organiser un forum régional avec M. Stéphane Lemire,  
gériatre social, informer la population et les intervenants du milieu sur  
le virage en gériatrie sociale qui sera implanté à l'échelle provinciale

Nombre de participants : 7

Durée: 1 h 30

9 février 2023      Rencontre exploratrice de la gériatrie sociale, les Basques

Nombre de participants : 12

Durée : 1 heure

24 février 2023      Rencontre Fondation Âge - Région Granit

Bottin Fondation Âge

Nombre de participants : 7

Durée : 1 heure

### **Comité sur le logement social de la MRC Rocher-Percé (du réseau en développement social)**

Faire un portrait territorial des besoins en logement abordable de la MRC Rocher-Percé. Travailler ensemble avec tous les partenaires dans le but de défendre les droits des locataires et de faire la promotion du logement social pour les aînés en situation de vulnérabilité.

La travailleuse de milieu fait partie du comité, assiste aux réunions et participe aux changements

10 novembre 2022    Assemblée thématique sur le logement.  
Durée : 2 heures

### **Communauté d'apprentissage des ITMAVs de l'Est du Québec**

Échange dans le but d'améliorer la pratique des travailleuses de milieu ITMAV, partage des connaissances et d'expériences (codéveloppement professionnel).

13 avril 2022            Rencontre de la communauté des pratiques ITMAV  
Nombre de participants : 12  
Durée 2 heures

### **Le tribunal administratif du logement**

La travailleuse de milieu a pris toutes les informations nécessaires auprès du tribunal administratif du logement, rencontre d'information pour en connaître davantage sur les droits et obligations en matière de reprise ou d'éviction, etc...

Le but est d'être capable d'orienter la clientèle vers les ressources appropriées.

### **Projet littératie**

La littératie est définie comme l'aptitude à comprendre et à utiliser l'information écrite dans la vie courante, à la maison, au travail et dans la collectivité en vue d'atteindre des buts personnels et d'étendre ses connaissances et ses capacités. En collaboration avec les Centres de l'Éducation aux adultes de Chandler et Grande-Rivière, nous offrons des ateliers de littératie à des personnes vulnérables (personnes âgées et clientèle du dépannage alimentaire) dans le but de développer des compétences en littératie et redonner confiance en soi et augmenter leur sentiment de compétence.

Le moyen utilisé : Travail sur ordinateur portable

**Thèmes abordés** : Fonctionnalité clavier/souris/ adresse courriel/ prendre un rendez-vous médical en ligne/ opération bancaire en ligne/ carte virtuel/payer factures en ligne.

**Dates des ateliers en littératie :**

6 avril, 20 avril, 11 mai et 18 mai

4 rencontres de 2 heures  
5 participants par rencontre

26 mai 2022

Gala de reconnaissance -  
Chaque participant a reçu un certificat de reconnaissance pour leur participation à l'activité du Centre de l'Éducation aux adultes.

11 octobre 2022

Rencontre avec le Centre de l'Éducation aux adultes et partenaires pour un nouveau projet en littératie pour l'automne/hiver 2022-2023.

Nombre de participant : 6, dont 1 employé du CAB  
Durée : 2 heures

**Dates des ateliers en littératie - nouveau groupe :**

22 novembre, 5 décembre 2022,  
11 janvier, 25 janvier, 8 février,  
22 février, 15 mars et 29 mars 2023

- Chaque rencontre est d'une durée de 2 heures,  
6 participants par rencontre.

9 février 2023

- Rencontre avec les organismes participants au projet littératie : le Centre Émilie Gamelin, Centre d'Action Bénévole, Maison Blanche-Morin et la Commission scolaire René-Levesque - Retour sur les ateliers.

Nombre de participants : 5  
Durée : 1 heure

### Comité aviseur QADA

- Développer des stratégies de communication et de promotion sur les saines habitudes de vie dans le milieu de vie pour aînés.
- Sensibilisation sur l'intimidation auprès des aînés par des activités spécifiques etc...

### Rencontres:

- |                 |  |
|-----------------|--|
| 4 avril 2022    | Rencontre du Comité.<br>Nombre de participants : 4<br>Durée : 2 heures   |
| 20 avril 2022   | Démarche pour l'engagement d'un(e) intervenant(e) pour travailler sur le projet.<br>Nombre de participants : 5<br>Durée 1 h 30       |
| 28 juin 2022    | Rencontre pour l'élaboration du travail du nouvel employé QADA sur l'intimidation.<br>Nombre de participants : 4<br>Durée : 2 heures |
| 8 décembre 2022 | Rencontre du comité - Nouvelle chargée de projet, etc...<br>Nombre de participants : 6<br>Durée : 1 h 30                             |

### Table de concertation sécurité autonomie alimentaire Gaspésie/Iles-de-la-Madeleine

- |                       |  |
|-----------------------|--|
| 18 et 19 octobre 2022 | - Colloque sur la sécurité et l'autonomie alimentaire -<br>Échange sur les bonnes pratiques, présentation des services<br>d'économie sociale Durée : 14 hres |
|                       | - Conférence sur la Justice alimentaire dans un système injuste<br>Durée : 1 heure 30  |
|                       | - Conférence sur le gaspillage alimentaire<br>Durée : 1 heure  |
|                       | - Conférence " Impact des changements climatiques sur la Sécurité<br>alimentaire"<br>Durée : 1 h 30  |

### Livraison popote roulante

Lorsqu'on est une personne âgée en perte d'autonomie et en situation de vulnérabilité, voire perte de capacité physique, isolement, etc... la popote roulante devient alors primordiale pour venir en aide à ces personnes qui sont dans ces situations et compte tenu que ce sont des personnes vulnérables et ont besoin d'aide pour mettre la table et la préparation du repas, la travailleuse de milieu est là pour aider ces personnes et se tenir à l'affût de certains indices, signe d'inquiétude, négligence etc.. 2 fois par semaine, la travailleuse de milieu se rend aux domiciles de 11 personnes âgées pour leur livrer un repas.

Il arrive également que la travailleuse de milieu apporte quelques douceurs dans les résidences des personnes les plus isolées.

Du 12 avril 2022 au 2 juin 2022      Nombre total de visites : 16  
   Nombre total de bénéficiaires : 19

1<sup>er</sup> novembre 2022                      Livraison popote Grande-Rivière et Ste-Thérèse  
   Nombre de bénéficiaires rencontrés : 15  
   Durée : 2 h 00

### Téléphones sécurisants

Téléphones de courtoisie à des personnes âgées vivant de l'isolement, prendre le pouls de la situation, vérifier l'état de santé physique et psychologique, vérifier si la personne a des attentes particulières, etc... - 30 appels téléphoniques auprès d'ânés vulnérables.

### Vulgarisation du calendrier des collectes (vidanges à domicile) pour les aînés

Dans le but de retenir l'attention des aînés, de faciliter la compréhension du calendrier, la travailleuse de milieu a produit un nouveau calendrier de collectes personnalisé par municipalité et adapté aux aînés (plus facile).

35 personnes âgées ont pu en bénéficier.

### **Initiation au téléphone cellulaire, ordinateur, IPAD**

Rencontres individuelles auprès de personnes de 55 ans & plus intéressées au matériel informatique et cellulaire.

Expliciter en détail la base d'un téléphone cellulaire et/ou un ordinateur.

Comment utiliser un téléphone cellulaire et/ou ordinateur et comment cela fonctionne... toutes les étapes de A à Z : Les prix, les forfaits, les avantages, etc...

15 personnes âgées ont reçu l'aide de la travailleuse de milieu.

### **L'accompagnement pour la vaccination anti-covid**

Accompagner et effectuer les démarches nécessaires afin que les aînés vulnérables puissent recevoir leurs doses de vaccin Covid-19.

01 personne aînée a reçu l'aide de la travailleuse de milieu.

### **Visite aux aînés à domicile**

**34 personnes âgées** en situation de vulnérabilité ont reçu la visite de la travailleuse de milieu à leur domicile. Le but étant de les informer des services qui leur sont offerts. Toutes les personnes âgées ont reçu une tasse et une lampe de poche avec les coordonnées de la travailleuse de milieu.

### **L'appui aux proches aidants**

Collaboration, référence de clientèle, formations offertes gratuitement par l'Appui national et aide technique.

### Organismes communautaires de la MRC Rocher-Percé

Travailler en collaboration avec tous les organismes communautaires de la MRC Rocher-Percé pour repérer des aînés en situation de vulnérabilité, référer vers les services des organismes communautaires au besoin :

- Centre Émilie-Gamelin
- Maison de la famille de Chandler
- Produire la santé ensemble pour aide alimentaire
- Centre handicapé "la Joie de vivre" pour aînés vulnérables.
- Maison Blanche-Morin
- Centre d'Action Bénévole Gascons-Percé - référence aux services appropriés à la clientèle.

Distribution de matériel promotionnel, dépliants d'information, etc... à travers tous les organismes du milieu

## Jardin Communautaire du Centre d'action Bénévole

En 2022-2023, la travailleuse de milieu a pris en charge l'activité avec la collaboration de M. Wellie Arsenault, jardinier bénévole.

L'activité a débuté en mai avec la préparation des semis et la mise en terre. Nous avons sélectionné 2 groupes de participants : le premier formé de 5 personnes âgées qui ont participé activement à l'activité jardinage et qui ont pu bénéficier des produits de la récolte. Le deuxième groupe formé de 5 bénéficiaires du service du dépannage alimentaire ont accepté de s'investir au jardin communautaire et respecter les règles de participation mises en place par la travailleuse de milieu, soit respecter le calendrier d'arrosage et de désherbage, accepter de suivre les ateliers sur la façon de faire un jardin, la bonne terre, le bon engrais, la bonne récolte avec M. Wellie Arsenault, jardinier. Également, un atelier sur la gestion de budget avec l'ACEF, un atelier "Comment faire une épicerie (comparatif, spéciaux, recettes, etc...)" avec Mme Cyndy Langlois, travailleuse de milieu, et finalement un atelier avec Produire la santé ensemble sur les recettes sans cuisson.

En acceptant ces règles, les participants ont reçu un dépannage à la fin de chaque mois, soit de juin à octobre 2022 - 5 dépannages consécutifs.

Le but de cette activité était d'impliquer des bénéficiaires dans un projet de groupe et de les encourager à participer activement à la société, également le jardinage permet un apprentissage de la santé et d'une saine alimentation. L'activité du jardin soulage également le stress.





30 juin 2022 : Rencontre des jardiniers.

Durée : 1 heure

5 participants

20 septembre 2022 : Formation "Budget" avec l'ACEF  
et les jardiniers.

Durée : 1 heure

3 participants

26 octobre 2022 : Atelier en épicerie avec les  
participants.

Durée : 1 h 30

2 participants

Le but : Comment économiser et faire  
plus avec peu de budget.

3 novembre 2022 Assemblée thématique  
Sécurité autonomie alimentaire  
Durée : 2 heures

10 novembre 2022 Assemblée thématique  
Le logement  
Durée : 2 heures



Dans le but de briser l'isolement social des personnes de 55 ans et plus vivant avec un problème de santé physique ou mentale, la travailleuse de milieu en collaboration avec le CISSS Rocher-Percé organisent des rencontres dans les locaux du Centre d'Action Bénévole sous forme d'ateliers de bricolage et de discussion autour d'un café.

4 novembre 2022

Nombre de participants : 6, dont 2 intervenants

Durée : 2 heures

16 novembre 2022

Nombre de participants : 5, dont 2 intervenants

Durée : 2 heures



## Guignolée 2022

- . Aide à la préparation de la Guignolée 2022.
- . Rencontre avec le CJE Option emploi pour leur collaboration à la Guignolée.
- . Rencontre avec la Maison des jeunes de Chandler pour leur collaboration à la Guignolée.
- . Appel téléphonique au Centre de détention de Percé afin de fournir des jouets pour enfants lors de la distribution des paniers de Noël.
- . Responsable de la publicité et de la promotion de la Guignolée 2022 sur tout le territoire de la MRC Rocher-Percé
- . Analyse des demandes
- . Etc...

## Formation suivie par la travailleuse de milieu :

1 <sup>er</sup> juin 2022	World café Sujets : - Je suis un être humain et je compte - Pas toujours facile d'être malade - S'occuper de quelqu'un Nombre de participants : 24 Durée : 2 heures
30 juin et 20 septembre	Formation SécuriCab (système de sécurité à domicile pour aînés) Durée : 3 heures
21 septembre 2022	World café Sujet : Qu'est-ce qui empêche les gens en situation de vulnérabilité de se prévaloir des services d'aide et comment fait-on pour retrouver la motivation. Nombre de participants : 24 Durée : 2 heures
15 novembre 2022	Formation prestation pour les proches aidants offert par Service Canada Durée: 1 h 3 0  Formation avec Service Canada "Comment remplir les formulaires pour demande de prestation pour les proches aidant". Durée : 1 heure

18 janvier 2023	<p>Midi conférence par Zoom</p> <p>L'aide-mémoire pour la santé des aînés pour aider l'adulte à se maintenir en santé et à repérer ce qui ne va pas.</p> <p>Nombre de participants : 83</p> <p>Durée : 1 heure 30</p>
23 janvier 2023	<p>La sentinelle au sein de la gériatrie sociale</p> <p>Les trajectoires du vieillissement</p> <p>Le repérage au moyen de la lunette aînée</p> <p>Nombre de participants : 40</p> <p>Durée : 1 h 30</p>
25 janvier 2023	<p>Suite du repérage au moyen de la lunette aînée</p> <p>Les facteurs de vulnérabilité AD-Plus</p> <p>Nombre de participants : 40</p> <p>Durée: 1 h 30</p>
9 février 2023	<p>Prévention du suicide par Webinaire, formation offerte par le CISSS Montréal Est</p> <p>Durée : 1 heure</p>
14 février 2023	<p>Formation "Présentation d'outil pour bâtir des solidarités" (Introduire minorité visible dans notre communauté) offerte par le Réseau québécois de l'action communautaire autonome.</p> <p>Durée: 1 heure</p>
21 février 2023	<p>Formation offerte par Service Canada "Se protéger des fraudes et prévenir le vol d'identité".</p> <p>Nombre de participants : 22</p> <p>Durée : 2 heures</p>
15 mars 2023	<p>Formation Viesâges - Développer les programmes aînés</p> <p>Nombre de participants : 4</p> <p>Durée : 3 heures</p>

21 mars 2023

Formation offerte par Service Canada "Assurance-emploi et sécurité de vieillesse, les formulaires de consentement requis pour aider et se faire aider d'une personne de confiance.  
Nombre de participants : 19  
Durée : 2 heures

### SécuriCab

- Service d'appels automatisés visant la sécurité des aînés.
- Suivre la formation.
- Publiciser le service auprès des aînés vulnérables - 8 personnes âgées.
- Assurer la gestion du service les fins de semaine et les congés fériés.

### Fiche d'information au sujet des accompagnements 2022-2023

#### **Intervention individuelle - Travailleuse de milieu (ITMAV)**

Information sur les personnes âgées	Indiquer le nombre
Nombre total de clients :	172
Nombre d'hommes :	69
Nombre des femme :	103
Combien d'interventions avez-vous effectuées au courant de l'année 2020-2021 :	710
- Contacts téléphoniques	452
- Rencontres individuelles en présence	258

### 13) **L'APPUI AUX PROCHES AIDANTS**

Beaucoup de gens au cours de leur vie soutiendront au quotidien un proche en perte d'autonomie. Certains de ces aidants souffriront d'isolement, d'épuisement, du stress et de l'anxiété, des difficultés financières, un manque de vie sociale, etc.... Dans la MRC Rocher-Percé, nous faisons face à ces problématiques et pour cause, notre population est vieillissante, 30% de la population ont plus de 65 ans, beaucoup de problèmes de santé mentale, de maladies graves et chroniques. Les soins physiques et le soutien affectif font souvent partie du rôle ardu de l'aidant. Pour l'intervenante psychosociale du Centre d'Action Bénévole, les demandes d'aide de la part de la clientèle sont davantage au niveau du besoin de parler, de s'exprimer et de compréhension. Les gens vivent une détresse, une perte d'intérêt, une grande tristesse, etc...

Et l'intervenante psychosociale essaiera de faire le point avec le proche aidant, l'informer sur tous les services dont il peut bénéficier et le soutenir tout au long du processus.

Ce programme contribue à améliorer la qualité de vie des proches aidants et à faciliter leur quotidien en veillant notamment à ce qu'ils tirent pleinement profit des ressources mises à leur disposition.

#### **Activités réalisées**

##### Formation/information/rencontre de groupe

###### Rencontre population de Gascons

Date : Mai 2022

Durée : 1 heure

Nombre de participants : 20, dont 12 proches aidants.

Information sur les services offerts aux proches aidants sur le territoire de la MRC Rocher-Percé et rôle de l'intervenante psychosociale.

###### 96,3 FM, on s'adresse à la population à travers les médias

Date : 18 mai 2022

Discussion : Faire le deuil de soi (proches aidants)

Durée : 15 mins

2 000 à 3 000 personnes de la population de la MRC Rocher-Percé suivent l'émission.

33% de la population sont proches aidants - 660 personnes.

96,3 Fm, on s'adresse à la population de la MRC Rocher-Percé

Date : 7 juin 2022

Discussion : Ici et maintenant (revenir sur soi)

Durée : 15 mins

2 000 à 3 000 personnes de la population de la MRC Rocher-Percé suivent l'émission.

33% de la population sont proches aidants - 660 personnes.

World Café du 7 juin 2022

Sujets : Je suis un être humain et je compte !

Pas toujours facile d'être malade !

S'occuper de quelqu'un!

Nombre de participants : 24 (16 proches aidants et 8 autres participants).

Durée : 2 heures

130 invitations envoyées

World Café du 21 septembre 2022

Sujets: - Qu'est-ce qui empêche les gens en situation de vulnérabilité de se prévaloir des services d'aide

- Comment fait-on pour retrouver la motivation

- Quand un proche aidant bénéficie d'un répit, comment peut-il en retirer le plus de satisfaction possible?

Nombre de participants : 24 (dont 17 proches aidants et 7 autres participants)

Durée : 2 heures

130 invitations envoyées



### **15 novembre 2022**

Formation « l'assurance emploi : les prestations pour proches aidants et les prestations de compassion » donnée par Service Canada.  
Nombre de participants : 15 (14 proches aidants et 1 autre participant).  
Durée : 1 heure



### **31 janvier 2023**

Séance d'information : « La procuration, le mandat de protection, l'incapacité et l'homologation du mandat de protection, les régimes de protection, la loi visant à mieux protéger les personnes en situation de vulnérabilité » offerte par le Centre de justice de proximité Gaspésie/Îles-de-la-Madeleine ».  
Nombre de participants : 19, dont 15 proches aidants  
Durée : 2 h 30

### **21 février 2023**

Information offerte par Service Canada : Se protéger des fraudes et prévenir le vol d'identité.  
Nombre de participants : 21 (14 proches aidants et 4 autres participants).  
Durée : 2 heures

### **21 mars 2023**

Information offerte par Service Canada: Assurance emploi et sécurité de vieillesse : les formulaires de consentement requis pour aider et se faire aider d'une personne de confiance.  
Nombre de participants : 16 (12 proches aidants et 4 autres participants).  
Durée : 1 heure



## **Information sur les services offerts aux proches aidants et le rôle de l'intervenante psychosociale**

### **6 décembre 2022**

Information sur les services des proches aidants et le rôle de l'intervenante psychosociale :

. Rencontre avec l'Association des aînés de la MRC Rocher-Percé

Nombre de participants : 3

Durée : 1 heure

. Rencontre avec le Centre Émilie-Gamelin de Chandler

Nombre de participants : 2

Durée : 1 heure

### **7 décembre 2022**

. Rencontre avec Mme Martine Tremblay de l'Association des TCC et AVC.

Durée : 30 mins

. Rencontre avec M. Jacques Roy de la Maison de la famille de Chandler.

Durée : 30 mins

### **9 décembre 2022**

Rencontre avec M. Olivier Lajeunesse de l'Appui National

Durée : 2 heures

### **13 décembre 2022**

. Rencontre avec le CISSS Rocher-Percé - SEGA

. Information sur les services de l'Appui et présentation de l'intervenante au CISSS Rocher-Percé.

Nombre de participants : 4

Durée : 1 heure

### **14 décembre 2022**

Rencontre Club de l'Âge d'Or de Cap d'Espoir – M. Alcide Proulx

Nombre de participants : 2

Durée : 15 mins par téléphone

#### **4 janvier 2023**

. Rencontre par Messenger avec Mme Émilie Savard, infirmière en oncologie du CISSS, afin de promouvoir le service de l'Appui et présentation de la nouvelle intervenante.

Durée : 15 mins

. Vision Percé Gaspé Now par téléphone.

Nombre de participants : 2

#### **10 janvier 2023**

Rencontre avec Femmes Entre-Elles.

Nombre de participants : 4

Durée : 1 heure

#### **11 Janvier 2023**

Rencontre avec l'Association la Joie de vivre de Pabos.

Nombre de participants : 2

#### **16 janvier 2023**

. Rencontre avec le Cercle des fermières de Chandler.

Durée : 15 mins

. Rencontre avec l'Association des retraités de l'enseignement (AREQ).

Durée : 15 mins

#### **18 janvier 2023**

Rencontre avec Mme Lise Garant du CAB de Paspébiac - Fonctionnement de l'Appui des CAB Paspébiac et CAB Chandler.

Nombre de participants : 5

Durée : 3 heures

#### **19 janvier 2023**

Rencontre Club de l'Âge d'Or de Pabos-Mills

Nombre de participants : 12

Durée : 30 mins

### **20 janvier 2023**

Rencontre avec l'Association des personnes handicapées La Joie de Vivre de Pabos

Nombre de participants : 3

Durée : 1 heure

### **24 janvier 2023**

Rencontre du groupe formé des intervenants psychosociaux de la Gaspésie -

Pour support et soutien par visioconférence.

Nombre de participants : 8 intervenants

Durée : 40 mins

### **6 février 2023**

. Rencontre avec le Cercle des fermières de Grande-Rivière.

Nombre de participants : 2

Durée : 10 mins

. Rencontre avec le Cercle des fermières de Gascons.

Nombre de participants : 2

Durée; 30 mins

### **7 février 2023**

Rencontre avec le Cercle des fermières de Grande-Rivière.

Nombre de participants : 12 (10 proches aidants)

Durée : 1 heure

### **8 février 2023**

Rencontre avec l'Association la Joie de vivre de Pabos.

Nombre de participants : 2

Durée :30 mins

### **15 février 2023**

Rencontre avec la Maison Blanche-Morin de Pabos.

Nombre de participants : 2

Durée : 20 mins

### **8 mars 2023**

Rencontre avec les membres du Club de l'Âge d'Or de Gascons

Nombre de participants : 22 (16 proches aidants)

Durée : 1 h 30

## Formation suivie par l'intervenante psychosociale

- 18 janvier 2023      Midi conférence par Zoom aînés Ad Plus  
Aide-mémoire pour aider l'adulte aîné à se maintenir en santé et à repérer ce qui ne va pas.  
Nombre de participants : 83  
Durée : 1 heure
- 23 janvier 2023      La sentinelle au sein de la gériatrie sociale.  
La trajectoire du vieillissement  
Le repérage aux moyens de lunettes aînées.  
Durée : 1 h 30
- 25 janvier 2023      Suite du repérage aux moyens de la lunette aînée.  
Les facteurs de vulnérabilité AD Plus.  
Durée : 1 h 30
- 1<sup>er</sup> - 2 février 2023    Formation sur les troubles neurocognitifs, mieux intervenir, ça s'apprends.  
**Module 1** : Comprendre la maladie d'Alzheimer pour mieux intervenir.  
Durée : 4 heures  
**Module 2** : L'approche centrée sur la personne.  
Durée : 4 heures  
**Module 3** : La communication pour établir un lien de confiance  
Durée : 4 heures  
**Module 4** : Intervenir face aux comportements déroutants.  
Durée : 4 heures
- 9 février 2023      Formation "Prévention du suicide" offerte par le CISSS Montréal Est.  
Durée : 1 heure
- 15 février 2023      Formation en ligne avec Juridic Québec sur l'aide financière aux proches aidants.
- 23 février 2023      Formation (rencontres téléphoniques avec retraite Québec).  
Information sur la prestation de décès.  
Durée : 20 mins
- 24 février 2023      Formation Webinaire - Santé et bien-être des aînés.  
Durée : 1 heure

### Soutien psychosocial :

L'intervenante psychosociale travaille toujours dans le but de maintenir l'équilibre social et affectif du proche aidant.

Nombre de proches aidants	Visioconférence	Visites à domicile	Nbre rencontres directes au bureau	Nbre de rencontres par contact téléphonique	Nombre total de rencontres
199	36	105	74	209	424
Nombre d'heures : 636 heures					

### Autres services offerts aux proches aidants :

#### Collaboration concertation partenariat

Depuis la mise en place des services pour les proches aidants par le Centre d'Action Bénévole Gascons-Percé, nous continuons de travailler à développer une collaboration, un partenariat et un système de référencement dans le but d'unir nos forces et ainsi offrir une meilleure complémentarité dans nos différents services afin de mieux répondre aux divers besoins de nos proches aidants.

Que ce soit les CLSC de Chandler et Percé, SÉGA, CHSLD, RPA, RI, GMF, clinique médicale de Grande-Rivière, Maison de la Famille, Centre d'Action Bénévole, Société Alzheimer, Maison Blanche-Morin, Centre Émilie-Gamelin et Centre de prévention du suicide, tous travaillent pour le même but : le mieux-être de notre population et des personnes en situation de vulnérabilité!

### Table pour la bienveillance des aînés Rocher-Percé

8 novembre 2022	Rencontre du comité Discussion QADA - Journée du 15 juin 2023, cartes souhaits, formation approches témoins, etc... Nombre de participants : 15 Durée : 4 heures
7 février 2023	Rencontre en grand comité Nombre de participants : 25 Durée : 4 heures

## Concertations des intervenantes de l'Appui Gaspésie/Îles-de-la-Madeleine

### **Janvier 2023**

Formation d'un groupe Messenger avec tous les intervenants de l'Appui Gaspésie/Îles-de-la-Madeleine dans le but d'échanger, se supporter mutuellement ou aller chercher des idées. - 8 intervenants participants.

## Les services du Centre d'Action Bénévole

### Popote roulante, petits plats congelés et accompagnement-médical

L'intervenante psychosociale continue de sensibiliser les proches aidants aux services offerts par le Centre d'Action Bénévole pouvant leur permettre un certain répit. De plus, il arrive que l'intervenante psychosociale rencontre les proches aidants qui viennent chercher les petits congelés pour leurs proches afin de les sensibiliser aux services offerts par l'Appui. Elle prend également contact avec les familles des bénéficiaires de la popote roulante et de l'accompagnement-transport pour leur transmettre la même information. Nous avons retransmis à tous les bénéficiaires des services du Centre d'Action Bénévole par écrit ou par courriel l'information concernant les services de l'intervenante psychosociale et de l'Appui aux proches aidants. - 450 personnes âgées.

. 25% des proches aidants (familles des aînés reçoivent les services du CAB) - 150 proches aidants.

## Publicité médias écrits et électroniques

24 mai 2022            Entrevue Télé-Vag  
Information de l'Appui proches aidants.  
Durée : 10 mins

25 mai 2022            Entrevue TVCG-R  
Information de l'Appui proches aidants.  
Durée : 10 mins

10 janvier 2023        Entrevue au 96,3 Bleu Fm  
Présentation de l'intervenante, description de son rôle et information des services offerts.  
Durée : 10 mins

- 14 février 2023- - Publicité Web – Facebook  
Production audio sur les mythes de la proche aidance.  
Durée : 3 mins
- Montage d'un deuxième vidéo sur la proche aidance.  
Durée : 1 minute
- 15 février 2023 - Production d'un panneau publicitaire à l'effigie de l'appui pour installer à l'extérieur du Centre d'Action Bénévole.
- 6 mars 2023 - Publicité 96,3 Fm  
Entrevue "Information sur les services de répit et sur les tâches de l'intervenante psychosociale en collaboration avec la travailleuse de milieu, Mme Cyndy Langlois.
- 21 mars 2023 - Publicité 96,3 FM - Entrevue  
Information Appui (repas congelés et popote roulante) en collaboration avec la travailleuse de milieu, Mme Cyndy Langlois  
Durée : 15 mins

## **SEMAINE NATIONALE DES PROCHEs AIDANTS**

### **En novembre 2022**

La Semaine nationale des proches aidants a pour objectif principal de mettre en valeur le rôle des proches aidants et de sensibiliser la population au rôle et aux besoins des proches aidants.

**Activités** : Souligner l'importance du rôle des proches aidants sur la page Facebook du Centre d'Action Bénévole et inviter les proches aidants à assister à la pièce de théâtre " Au-delà des mots".

### **RÉPIT AUX PROCHEs AIDANTS :**

Le répit à domicile a pour but de supporter le proche aidant, de diminuer la fatigue physique et émotionnelle.

Une préposée aux bénéficiaires formée a été engagée par la Maison de la Famille de Chandler et le Centre d'Action Bénévole pour assurer le suivi et la référence.

Nombre de proches aidants qui ont reçu des services : 10

Nombre d'heures : 84 heures de répit

## Facebook

- Avril 2022
- . Rediffusion de l'émission "À travers les yeux de... Mmes Johanne Cyr, Hélène Vandette, Denise Allain et Évelyne Dubé, proches aidantes. 530 vues supplémentaires. Vues totales : 15 310
  - . Diffusion de l'émission "Quoi de neuf au CAB" avec M. Michel Langelier - 613 visionnements.
  - . Rediffusion de l'entrevue "À travers les yeux de... Jeannette Martin autochtone proche aidante" - 179 vues supplémentaires. Vues au total : 16 321
- Mai 2022
- . Capsule d'information de M. Michel Langelier, intervenant Appui - 1 173 visionnements.
  - . Rediffusion de l'émission 7 : "À travers les yeux de Michel Langelier - proche aidant et intervenant psychosocial". - 212 visionnements supplémentaires. Total : 26 462 visionnements
  - . Rediffusion de l'émission "À travers les yeux de..." - Bienfaits du bénévolat. Entrevue avec 2 bénévoles : Mme Brenda Moreau et M. Laurent Millot.
  - . Invitation à un World Café avec Mme Jolaine Cauvier - présentation de l'activité en vidéo.
- Juin 2022
- . World Café avec Mme Jolaine Cauvier - photos de l'activité. Discussion " Échange et partager le point de vue des participants ".
  - . Diffusion de l'entrevue à Télé-Vag "Proches aidants/ groupe de soutien".
  - . Diffusion de l'entrevue à TVCG-R "Proches aidants/ groupes de soutien".
- Sept. 2022
- . Invitation World Café - mercredi 13 h 30 au CAB.
  - . Invitation World Café animé par Mme Jolaine Cauvier - Vidéo, présentation de l'activité pour réservation
  - . Présentation des résultats du World Café du 22 septembre 2022



- Novembre 2022 . Semaine nationale des proches aidants : Souligner l'importance de la proche aidance, information et diffusion en ligne " Au-delà des mots".
- . Invitation à une session d'information avec Service canada, les prestations pour proches aidants et prestation de compassion.
  - . Souligner la Semaine nationale des proches aidants.
  - . Information, diffusion lettre d'un proche aidant.
  - . Diffusion d'une lettre d'un proche aidant.
- Décembre 2022 . Présentation de Mme Mylène Arbour, intervenante Appui au CAB et information sur l'Appui, maladie d'Alzheimer et maladies neurodégénératives apparentées.
- Janvier 2023 . Dossier Alzheimer et maladie neurodégénérative- Information.
- . Janvier, mois de sensibilisation Alzheimer – Information.
  - . Information Proche aidant – Appui.
  - . Devenir aidant ça s'apprends – information.
  - . Conversation avec Mme Charlotte Beudet, coordonnatrice clinique Info-Aidant.
  - . Invitation à une séance d'information sur la procuration et mandat de procuration qui aura lieu le 31 janvier 2023.
  - . Journée de la solitude, appui pour les proches aidants.
  - . Un cerveau en santé - Information alzheimer.ca.
  - . Atelier avec le Centre de justice de proximité.
- Février 2023 . Invitation à une séance d'information : se protéger des fraudes et prévenir le vol d'identité.
- . Invitation à une rencontre Zoom - Démystifier la proche aidance.
  - . La proche aidance par Mme Mylène Arbour - Vidéo d'une durée 1 min.
  - . Qu'est-ce qu'une proche aidance par Mme Mylène Arbour
- Mars 2023 . Info - Éducaloi pour les proches aidants.
- . Proches aidants – information sur le service de répit.
  - . Les Midis-Lunch 96,3 Fm avec Mmes Mylène Arbour et Cyndy Langlois - Entrevue sur la proche aidance, 6 mars 2023.  
Durée : 10 mins
  - . Invitation à une séance d'information du 21 mars 2023.
  - . Diffusion d'un article du Bel Âge " Un aidant si proche".
  - . Diffusion de l'entrevue du 21 mars 2023 avec Mmes Mylène Arbour et Cyndy Langlois – Information concernant la popote roulante et les petits plats congelés.

## DOCUMENTS D'INFORMATION

### Cartes d'affaires et matériel promotionnel

Production et distribution de cartes d'affaires sur tout le territoire de la MRC Rocher-Percé auprès des proches aidants, intervenants d'organismes, cliniques médicales, pharmacies : 125 cartes d'affaires, matériel promotionnel aux proches aidants rencontrés lors des interventions psychosociales.

Distribution sur tout le territoire de la MRC Rocher-Percé (pharmacies, cliniques médicales, CISSS volet CLSC, etc..) des feuillets d'information sur la culpabilité, le support, système de sécurité SécuriCab et le document d'information à la Rescousse -  
600 feuillets et documents distribués

Les documents d'information : La culpabilité et le support (pour planifier des rendez-vous médicaux, information sur le transport, l'hébergement et les frais remboursables) ont été distribués à plus de 150 personnes sur le territoire de la MRC Rocher-Percé (personnes en situation de vulnérabilité).

Les 2 documents ont également été envoyés à tous les bénévoles du Centre d'Action Bénévole lors du dépôt postal du journal des bénévoles, l'Info-CAB.

Production et montage d'un document PowerPoint sur la conciliation travail et proche aide en vue de le présenter à un groupe via Zoom.

## Soutien dans la communauté

### 2.) Identifier et analyser les besoins sociaux communautaires.

Participation à des activités ou à des actions permettant de se concerter et de connaître les besoins existants de la communauté.

#### 2.2) **Jardins communautaires**

Pour une septième année consécutive, le Centre d'Action Bénévole a décidé de continuer l'activité du jardin communautaire, surtout pour permettre des rencontres entre des personnes en situation de vulnérabilité pour qu'elles socialisent et se sortir un peu du marasme de cette pandémie où les gens en situation de vulnérabilité étaient plutôt isolés.

Pour 2022-2023, nous avons sélectionné des aînés qui sollicitaient les services de la travailleuse de milieu, des bénéficiaires du Centre d'Action Bénévole, des bénévoles, ainsi que des bénéficiaires qui réclamaient les services de l'Appui. Également nous avons fait comme l'an passé, un jardinier bénévole est venu expliquer les principes de base du jardinage.

L'activité fut une grande réussite.

## Champ d'action 2 : Soutien dans la communauté

Le Centre d'Action Bénévole... est impliqué dans le milieu.

Le Centre d'Action Bénévole Gascons-Percé participe à des activités ou des actions permettant de se concerter et de connaître les besoins existants de la communauté.

### 3) Collaboration, concertation

Collaboration, concertation avec les autres organismes communautaires, les instances gouvernementales et tous les collaborateurs des divers secteurs de la société (socio-économique, affaire, MRC, municipalités, etc...).

#### 3.1) **Centre intégré de Santé et de Services Sociaux Rocher-Percé**

##### ▶ **Table de concertation pour contrer les abus envers les aînés**

Mobilisation pour contrer la maltraitance envers les aînés. Plusieurs actions ont été mises en place pour sensibiliser et outiller les gens à reconnaître, repérer et référer les différentes situations de maltraitance. La Table de concertation est un regroupement de plusieurs organisations/organismes de la MRC Rocher-Percé pour contrer les abus envers les personnes aînées.

##### Date de la rencontre :

7 février 2023      Table de la bienveillance - 25 participants

##### ▶ **Table RISPA (GESTION SOUTIEN À DOMICILE)**

9 juin 2022      Rencontre des partenaires en soutien à domicile par Zoom.  
Nombre de participants : 7 (CISSS, Appui régional, CABs Chandler et Paspébiac et baluchon Alzheimer).  
Durée : 1 h 30

3.2)

### **Regroupement des Centres d'Action Bénévole GÎM**

Le Centre d'Action Bénévole Gascons-Percé fait partie du Regroupement des Centres d'Action Bénévole de la Gaspésie/Îles-de-la-Madeleine. Le but est de se concerter, de développer des orientations régionales cohérentes et équitables, de défendre les intérêts communs et des acquis des Centres d'Action Bénévole dans un esprit de solidarité, d'entraide, de loyauté et ce, dans le respect.

#### Dates des rencontres :

- |               |  |
|---------------|--|
| 9 juin 2022   | Rencontre sur nos orientations en lien avec le financement du service "Accompagnement en soins palliatifs".<br>Nombre de participants : 3  |
| 28 juin 2022  | Rencontre ponctuelle - Projet Fin de vie<br>Lettre envoyée au CISSS concernant les préoccupations des CABs, l'augmentation des frais reliés à l'accompagnement médical, coût du kilométrage, etc...<br>Nombre de participants : 6<br>Durée : 1 heure |
| 23 août 2022  | Rencontre préparatoire à celle avec Mmes Connie Jacques et Carole Gingras du CISSS Gaspésie/Îles-de-la-Madeleine concernant le financement des CABs GÎM.<br>Nombre de participants : 6 participants du CAB.  |
| 24 août 2022  | Rencontre avec Mmes Connie Jacques et Carole Gingras du CISSS Gaspésie/Îles-de-la-Madeleine concernant le financement des CABs GÎM.<br>Nombre de participants : 6 participants du CAB.   |
| 21 sept. 2022 | Rencontre du Regroupement aux Îles-de-la-Madeleine, le CABGP y a participé par Zoom.<br>Nombre de participant : 9<br>Durée : 6 heures  |

24 oct 2022	Rencontre pour la présentation de proposition de PUB pour le Regroupement des CABs GÎM avec AD Solution - Production Vidéo (Mélina et Gabriel).
30 novembre et 1 <sup>er</sup> déc. 2022	Rencontre du Regroupement par visioconférence. Nombre de participants : 9 Durée : 6 heures
23 janvier 2023	Réunion extraordinaire Nombre de participants : 8 Durée : 1 h 30
20 mars 2023	Rencontre du Regroupement, dossier : accompagnement médical/CISSS (entente spécifique) – Décision. Nombre de participants : 8 Durée : 1 h 30

3.3)

**Comité Alimentation Sécurité /Autonomie alimentaire du R.D.S.**

**MOBILISATION DE PARTENAIRES CONCERNÉS PAR LA SÉCURITÉ ET L'AUTONOMIE ALIMENTAIRE DE LA POPULATION DE NOTRE TERRITOIRE AFIN D'ÉNONCER DES ENJEUX NÉCESSITANT DES ACTIONS CONCERTÉES ET DE METTRE EN ŒUVRE CES ACTIONS.**

Le Centre d'Action Bénévole Gascons-Percé fait partie de la Table en sécurité alimentaire de la M.R.C Rocher-Percé, (comité Sécurité/autonomie alimentaire du Réseau en développement social), du comité de sélection pour l'embauche d'un chargé de projet.

**Dates des rencontres :**

7 avril 2022	Rencontre Comité programme récupération en supermarché. Nombre de participants : 6 Durée : 3 heures
21 avril 2022	Rencontre PRS - Mise à jour du projet et coordination pour l'été. Nombre de participants : 6 Durée : 3 heures
16 mai 2022	Rencontre PRS - Incorporation du PRS, suite du projet et préparer l'été. Nombre de participants : 7 Durée : 5 h 30
6 sept. 2022	Rencontre Programme de récupération en supermarché Nombre de participants : 4 (dont 1 employé du CAB) Durée : 1 heure
10 nov. 2022	Rencontre PRS à Grande-Rivière (Suivi des opérations, direction à prendre pour l'année à venir, nouveaux membres, nouveau chargé de projet). Nombre de participant : 1 Durée : 2 heures

- 23 novembre            Rencontre avec M. Grégory Molnard de Programme de récupération alimentaire - Le fonctionnement des repas congelés et la récupération alimentaire.  
Nombre de participants : 2  
Durée : 1 heure
- 6 décembre 2022      Rencontre du Comité - Mise en place d'un nouveau service avec le Programme de récupération alimentaire : coupons dépannages  
Nombre de participants : 4  
Durée : 1 heure
- 8 décembre 2022      Rencontre avec M. Grégory Molnard de Programme de récupération alimentaire - Échange sur le programme et des plats congelés.  
Nombre de participants : 3  
Durée : 1 heure
- 26 janvier 2023        Rencontre projet récupération en supermarché - Planification stratégique : Besoins du milieu, statistiques, financement, etc...  
Nombre de participants : 6  
Durée : 3 heures
- 31 janvier 2023        Poursuite de la rencontre du 26 janvier 2023  
Nombre de participants : 6  
Durée; 3 heures
- 6 février 2023         Poursuite des rencontres des 26 et 31 janvier 2023  
Nombre de participants : 6  
Durée : 3 heures



3.4) **Table des saines habitudes de vie**

21 avril 2022 Invitation à une rencontre régionale - Recherche de solutions pour pérenniser les plats givrés en Gaspésie/Îles-de-la-Madeleine.  
Nombre de participants : 25  
Durée : 2 heures

3.5) **Centre de l'Éducation aux adultes**

12 avril 2022 Rencontre des coordonnateurs du projet littératie (3 organismes communautaires) avec les employés de l'Éducation aux adultes pour l'organisation de l'activité - Bilan du projet et suite à venir.  
Nombre de participants : 5  
Durée : 2 heures

26 mai 2022 Gala méritas pour les participants du projet littératie - chaque participant a reçu un certificat méritas.  
Nombre de participants : 100 au total- (2 employés du CAB et 3 participants du projet).

3.6) **Chantier logement régional**

(Ressort- Réseau des partenaires en développement social)

6 avril 2022 Rencontre par Zoom - Logement social et communautaire.  
Actions collectives.  
Financement des logements.  
Nombre de participants : 108, dont 1 employé du CAB  
Durée : 3 heures

3.7)

### **Regroupement des organismes communautaires GÎM**



Le Centre d'Action Bénévole fait partie du ROC-GÎM qui a pour mission de regrouper les organismes communautaires autonomes, ses enjeux politiques, sa pertinence, etc.... Le ROC-GÎM travaille à offrir des outils à ses membres pour les soutenir dans la réalisation de leur mission.

Également, le ROC-GÎM a comme rôle de :

- Défendre et promouvoir l'action communautaire;
- Se concerter pour consolider le financement, la vie associative et démocratique.

Un (1) employé du CAB est délégué au conseil d'administration du ROC-GÎM et participe aux réunions.

**Dates des rencontres :** Rencontre régionale des membres et assemblées générales annuelles du ROC GIM à Percé  
Nbre de participants : 82, dont 2 employés du CAB  
Durée : 4 heures

3.8)

### **Table des organismes communautaires MRC Rocher-Percé**

Le Centre d'Action Bénévole Gascons-Percé fait partie de la Table des organismes communautaires de la MRC Rocher-Percé : « Autonomie, solidarité, respect, transparence, justice sociale », ce sont des principes essentiels au bon fonctionnement des organismes communautaires visant à l'amélioration de la qualité de vie de nombreuses personnes en difficulté.

**Dates des rencontres :**

9 mai 2022	Tournée des TOCs avec le ROCGÎM CDC de la Gaspésie/Iles-de-la-Madeleine - Cadre de financement régional et plan d'action 2019-2022. Nombre de participants : 8 dont 2 employés du CAB Durée : 6 heures
13 juin 2022	Rencontre des membres de la TOC Rocher-Percé Nombre de participants : 8, dont 3 employés du CAB Durée : 3 heures

- 20 oct. 2022            Rencontre des membres de la TOC Rocher-Percé – Suivi des dossiers - Représentation au c.a. du ROCGÎM, etc... par visioconférence.  
 Nombre de participants : 8  
 Durée : 1 heure
- 1<sup>er</sup> février 2023        Rencontre des membres de la TOC en présentiel - Information du ROCGÎM-CDC, etc...  
 Nombre de participants : 7  
 Durée : 2 heures

### 3.9) **Carrefour Jeunesse Emploi**

Rencontre avec le Carrefour Jeunesse option Emploi pour préparation de la Guignolée 2022.

- 16 novembre 2022      Prise de contact avec les équipes et déterminer les dates de l'activité " La Guignolée ".
- 1<sup>er</sup> décembre 2022      Accueil des équipes au Centre d'Action Bénévole et comptage des argents amassés.
- 20 décembre 2022      Remise des bons d'achat aux participants du CJE Option emploi admissibles - 12 bons remis.

### 3.10) Réseau développement social de la MRC Rocher-Percé

Les partenaires en développement social de la MRC Rocher-Percé continuent leur démarche de planification stratégique intégrée.

En 2022-2023, le Centre d'Action Bénévole Gascons-Percé a travaillé sur le comité.

#### Dates des rencontres :

- |                  |  |
|------------------|--|
| 11 avril 2022    | Rencontre du Comité de suivi RDS par teams - Plan de travail, processus d'approbation du plan de communauté, etc....<br>Nombre de participants : 8   |
| 6 mai 2022       | Rencontre avec Mmes Marie Charlotte Dugas et Véronique Henry<br>Incorporation du RDS<br>Durée : 30 mins  |
| 30 mai 2022      | Grande assemblée des partenaires du Réseau en développement social - Plan de communauté, incorporation réseau, atelier, etc...<br>Nombre de participants : 80, dont 1 employé du CAB<br>Durée : 5 heures |
| 3 juin 2022      | Rencontre du Comité de suivi RDS - Montage du plan de communauté 2022-2023<br>Nb participants : 8<br>Durée : 3 heures  |
| 7 septembre 2022 | Rencontre du comité de suivi RDS<br>Suivi RH, Suivi financier, plan de communauté 22-23 et incorporation.<br>Nombre de participants : 8<br>Durée : 2 heures  |

3.11) **FCABQ** (Fédération des Centres d'Action Bénévole du Québec)

Le Centre d'Action Bénévole fait partie de la Fédération des Centres d'Action Bénévole du Québec, dont leur mission est de mobiliser, soutenir et représenter les Centres d'Action Bénévole du Québec.

3.12) **PRASAB**

Le Centre d'Action Bénévole Gascons-Percé fait partie du Regroupement des popotes roulantes et autres services alimentaires bénévoles, dont la mission est de regrouper des organismes bénévoles qui ont comme activités d'offrir des services aux personnes en perte d'autonomie ou éprouvant des difficultés à se nourrir convenablement.

3.13) **Centraide Gaspésie Ile de la Madeleine**

28 septembre 2022    Assemblée générale annuelle à Bonaventure.  
Nombre de participants : 1 employé du CAB y a participer  
Durée : 2 heures

3.14) **Réseau de l'action bénévole du Québec**

Le Centre d'Action Bénévole est membre du Réseau de l'action bénévole du Québec.

Le Réseau de l'action bénévole du Québec est l'interlocuteur privilégié du gouvernement en matière d'actions bénévoles au Québec. Créé en 2003, suite à l'année internationale des bénévoles, il regroupe actuellement 28 regroupements provinciaux représentant les principaux secteurs de l'action Bénévole du Québec.

## CHAMP D'ACTION 3

### GOUVERNANCE ET VIE ASSOCIATIVE

Le Centre doit être un modèle de comportement éthique pour son milieu et contribuer au soutien des organisations. Il doit aussi avoir une gestion démocratique issue des meilleures pratiques qui démontrent le dynamisme et la vitalité de sa vie associative. De plus, il doit favoriser la bonne gestion de ses bénévoles internes.

#### GESTION ADMINISTRATIVE

##### ‣ PLANIFICATION

- Diriger l'ensemble des activités assumées par le personnel et les bénévoles;
- Planifier et coordonner les travaux des comités et veiller à l'exécution de leurs mandats;
- Planifier et coordonner des mécanismes d'identification et de diffusion des priorités annuelles de l'organisme;
- Se tenir à l'affût des besoins et des ressources du milieu afin de se doter d'un plan d'action conforme aux objectifs de l'organisme et s'assurer du suivi de ce dernier;
- Etc...

##### ‣ PROMOTION DE L'ORGANISME ET RELATIONS EXTÉRIEURES

- Représenter l'organisme à différents événements et activités;
- Maintenir une relation avec les autres organismes :
  - Regroupements des CABs;
  - Table des organismes communautaires (TOC) de la MRC Rocher-Percé;
  - Les institutions publiques ou privées (CLSC, CH, CHSLD, CLE, etc...);
  - Fédération des Centres d'Action Bénévole du Québec.
- Demeurer en relation avec les médias d'information (96.3 Fm, CHNC, Télé-Vag, TVCG-R, 540 Radio Canada, Journal de l'Est, etc...);
- Participer à des représentations ponctuelles auprès d'instances régionales à des dossiers d'actualité (CISSS);
- Etc...

## ‣ **GESTION INTERNE**

### **Administration générale**

- Actualiser et assurer le suivi du plan d'action accepté au conseil d'administration avec échéancier;

### **Gestion des ressources humaines**

- Recruter, sélectionner, embaucher et congédier le personnel en collaboration avec le conseil d'administration.
- Présenter et gérer des projets particuliers (Placement Carrière-Étudiant), subvention salariale, ITMAV, Nouveaux horizons, etc...
- Organiser des rencontres périodiques avec le personnel afin de s'assurer de la qualité des activités et apporter l'aide technique nécessaire.
- Voir à la répartition des responsabilités et en assurer le suivi.
- Vérifier la conformité des activités avec les objectifs et apporter des correctifs si nécessaire;
- Rencontre d'équipe (tout le personnel du CAB) - suivi des dossiers du CAB, 1 fois/mois à 2 fois/mois.

### **Gestion financière**

- Préparer annuellement le plan d'action, les prévisions budgétaires, les demandes de subvention, les projets: Placement Carrière 2022, projets subvention salariale, ITMAV et Fin de vie, les statistiques et les soumettre au conseil d'administration. Engagement du personnel sur les programmes gouvernementaux, entrevue de sélection du personnel et assurer un suivi avec les bailleurs de fonds. - Reddition de compte des programmes Appui et ITMAV.
- Entrevue pour la sélection du personnel de projet en juin 2022, 1 étudiant, le 8 juin 2022.
- Organiser des activités d'autofinancement, etc...
- Présenter une demande d'aide financière à : Centraide, organismes du milieu, Congrégations religieuses, Secours aux aînés, Fondation Marcelle et Jean Coutu etc...le 1<sup>er</sup> avril 2022, juillet, septembre, novembre et décembre 2022.
- Contact téléphonique avec la Fondation Marcelle et Jean Coutu concernant notre demande d'aide financière, le 25 août 2022 avec Mme Louise Pigeon.

- Rencontre par Zoom avec la Fondation Mission inclusion concernant l'aide financière pour la popote roulante dans les CABs, le 7 juillet 2022 .  
Nombre de participants : 8, dont 1 employé du CAB y a assisté  
Durée : 1 heure
- Janvier 2023 : Production des relevés fédéraux et provinciaux - Impôt 2022.
- Gestion du comptoir vestimentaire.
- Envoyer les rapports des activités et rapports financiers aux bailleurs de fonds du CAB en juin 2022.
- En janvier 2023, préparer les reçus pour fin d'impôt pour les services d'accompagnement-médical, popote roulante et les reçus pour dons de la Guignolée - 250 à 300 reçus envoyés.

### **Gestion des ressources physiques et matérielles**

- Voir à la présentation et à l'entretien des bâtiments, aux installations et aux équipements de l'organisme;
- Faire des recommandations au conseil d'administration pour des améliorations et autres;
- Projet de réparation du comptoir vestimentaire (partie entrepôt);
- Installation de bac à récupération textile;
- Installation d'un système de caméras de sécurité.

### **‣ INTERVENTIONS PSYCHOSOCIALES**

- Recevoir et évaluer les demandes de services;
- Effectuer des interventions psychosociales auprès de la population servie;
- Être à l'écoute des besoins de la population servie;
- Mise sur pied des critères d'admissibilité pour différents services.



## ♦ **FORMATION DES EMPLOYÉS**

Mettre sur pied des activités de formation et de perfectionnement pour le personnel en place afin de favoriser la réussite et la motivation dans le milieu du travail.

### **Formations offertes :**

<b>Date</b>	<b>Titre</b>	<b>Nombre de participants</b>	<b>Durée</b>
24 mars	Hestia- Plateforme de Gestion des organismes communautaires (statistiques, membres bénévoles, gestion des activités, notes de suivi, etc...).	2	1 heure
7 avril		2	1 heure
4 mai		3	1 heure
14 juin		2	1 heure
30 juin	SécuriCab - Formation.	2	1 heure
20 septembre	SécuriCab.	2	2 heures
24 novembre	Fonctionnalités avancées pour les paies plus complexes avec Desjardins.	1	4 heures
8 février 2023	Protection des renseignements personnels et loi 25.	2	3 heures

# **Le personnel du Centre d'Action Bénévole Gascons-Percé inc.**

Josiane Blais, directrice générale

Chantale Allain, secrétaire

Jo-Annie Castilloux, intervenante psychosociale

Adrien Roussy, préposé au comptoir vestimentaire

Déliska Lantin, préposée comptoir vestimentaire

Cyndy Langlois, coordonnateur ITMAV

Michel Langelier, intervenant psychosocial Appui aux proches Aidants

Maude Boucher, programme étudiant 2022

Mylène Arbour, intervenante psychosociale Appui aux proches aidants

Nancy Lefebvre, intervenante Support aux individus

# Les membres du conseil d'administration

Le Conseil d'administration apporte une contribution spécifique et essentielle à l'atteinte de la mission du Centre d'action bénévole.

Les membres du conseil d'administration sont tous des bénévoles actifs inscrits au Centre d'Action Bénévole et issus de la communauté.

## Membres du conseil d'administration:

- Maurice Langlais, président	Grande-Rivière	- Bénévole actif
- Gérard Comeau, vice-Prés	Percé	- Bénévole actif
- Doreen Wall, secrétaire très.	Chandler	- Bénévole active
- Jacques Langelier, conseiller	Chandler	- Bénévole actif
- Georgette Synnet ,conseillère	Chandler	- Bénévole active
- Edgard Béliveau, conseiller	Grande-Rivière	- Bénévole active
- Micheline Duguay, conseillère	Cap D'Espoir	- Bénévole active

Membres du comité de vérification 2022-2023 : Mmes Doreen Wall  
Micheline Duguay  
M. Gérard Comeau

Nombre d'heures : **225 heures**

## Assemblées du conseil d'administration

### Au cours de l'année 2022-2023, les membres du conseil d'administration ont tenu:

13 avril 2022	- Comité de vérification	- 2 membres du CA	Durée : 2 heures
4 mai 2022	- Assemblée régulière	- 10 participants	Durée : 3 heures
8 juin 2022	- Assemblée extraordinaire	- 10 participants	Durée; 1 heure
22 juin 2022	- Assemblée extraordinaire	- 09 participants	Durée : 1 heure
22 juin 2022	- Assemblée générale annuelle	- 20 participants	Durée : 2 heures
22 juin 2022	- Assemblée régulière	- 8 participants	Durée : 30 mins
7 septembre 2022	- Assemblée régulière	- 9 participants	Durée : 2 heures
2 novembre 2022	- Assemblée régulière	- 9 participants	Durée 1 h 30
9 novembre 2022	- Comité de vérification	- 2 participants	Durée : 2 heures
18 janvier 2023	- Assemblée régulière	- 8 participants	Durée : 2 h 30
22 mars 2023	- Assemblée régulière	- 9 participants	Durée : 2 h 30
29 mars 2023	- Comité de vérification	- 3 participants	Durée : 2 heures

### À NOTER :

À chaque réunion du conseil d'administration, les membres reçoivent une copie des résultats financiers pour les douze mois de l'année, chaque poste budgétaire est identifié et chiffré, chaque colonne représente soit les chiffres réels, soit les prévisions budgétaires pour le reste des mois. Également, chaque membre du conseil d'administration reçoit un rapport des activités réalisées et celles à venir, un rapport des entrées d'argent du comptoir vestimentaire (mensuellement), etc...

La vérification comptable par la firme Grant Thornton a eu lieu les 23 et 24 mai 2022.

Le comité de vérification, en cours d'année, a fait l'analyse des livres comptables de l'organisme. Il a vérifié et approuvé toutes les recettes et paiements, les salaires, les remises au gouvernement fédéral et provincial, les écritures du grand livre et évalué la gestion de la direction.

Le comité de vérification s'est assuré si la gestion de la direction est conforme et respecte les règles établies par le conseil d'administration.

En 2023, les membres sortant de charge mais rééligibles au conseil d'administration sont:

Mme Doreen Wall  
MM. Maurice Langlais  
Gérard Comeau  
André Morin

8 juin – Diner avec les membres du Conseil d'administration du Centre d'action Bénévole et le personnel. Durée : 1heure 30 - 15 participants

# Bénévoles 2022-2023

## Nouveaux bénévoles inscrits :

Normand Landry, Ste Thérèse  
Yvette Dugas, Pabos  
Micheline Blais, Grande-Rivière  
Jocelyne McInnis, Chandler  
Daniel Mercier, Grande-Rivière  
Lise Tardif, Pabos-Mills  
Roland Thibault, Chandler  
Gaétan Chouinard, Newport  
Danielle Roussy, Pabos-Mills

## Liste des participants bénévoles ayant collaboré à l'activité « La Guignolée »

### CJE option Emploi et Maison des Jeunes de Chandler:

Kate Deslorier  
Jean Martin  
Paul Jason Chouinard, Newport  
Vanessa Giroux, Chandler  
Audrey Anne Collin, Chandler  
Jimmy Richard, Percé  
Justine Langlois, Chandler  
Zachary Ménard, Percé  
Jennifer Blais- Chandler  
Kyle Cloutier, Grande-Rivière  
Dorcastre Makuate Nokam, Chandler  
Léa Cormier, Chandler  
Mike Larocque, Chandler

## **Sûreté du Québec**

Isabelle Cyr  
Louis Pages  
Louis Sutton  
Joannie Gauvier  
Yves Cyr  
Élizabeth Robichaud Condo  
Gilles Lambert  
Jean Pierre Langelier

## **Maison des jeunes de Chandler**

Martin Hautcoeur  
Ryan Larocque  
Jessica Blais  
Jo-Annie Méthot  
Jennifer Nicolas Anglehart  
Accompagné de 3 jeunes mineurs

## **CHNC**

Tommy Audet  
Pauline Simard

## **96.3 FM- Chandler**

Jean Francois Proulx  
Jacinthe Leclerc



**Vos centres d'action bénévole (CAB) de la Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine**  
Your volunteer centers (CAB) in Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine

 Centre d'Action Bénévole Saint-Alphonse Nouvelle Maria 418 759-3131	 Centre d'Action Bénévole Le Hautbin Gaspé 418 368-6634	 Centre d'Action Bénévole Paspébiac 418 752-5577	 Centre d'Action Bénévole Grande-Vallée 418 393-2689
 Centre d'Action Bénévole Cap-aux-meules 418 986-4449	 Centre d'Action Bénévole Murdochville 418 784-2476	 Centre d'Action Bénévole Le Haut-Bois 418 865-2740	 Centre d'Action Bénévole La Grande-Croix 418 763-7038

**Accompagnement-transport :**  
Un accompagnement sécuritaire par un bénévole formé, pour vos rendez-vous médicaux.

**Popote roulante :**  
Un repas chaud et équilibré livré directement au domicile, pour les personnes qui ont de la difficulté à se préparer elles-mêmes des repas, ou tout simplement pour accorder un répit lors d'une situation de vulnérabilité.

**Repas congelés :**  
Un repas délicieux et nutritif avec possibilité de livraison à votre domicile. Ce sont des repas maison préparés localement et il y a une belle variété de choix. Ils vous sont offerts à un coût très minime.

**Visites d'amitié/de courtoisie :**  
Un jumelage avec une personne bénévole pour des appels ou des visites à votre domicile.

**Appels d'amitié et bienveillance :**  
Un appel qui vise à créer un espace d'échange, de dialogue et de partage du vécu, qui favorise des liens sociaux entre les personnes de la communauté et permet de constituer, solidairement, un filet social tellement important.

**Activités communautaires :**  
Diverses activités offertes aux personnes âgées afin de briser l'isolement, activités de reconnaissance des bénévoles, etc.

Les Centres d'action bénévole (CAB) de la région de la Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine ont pour mission de promouvoir et de développer l'action bénévole dans les différents secteurs de l'activité humaine et de susciter une réponse aux besoins du milieu.

Les CAB assument leur rôle par le biais de différents champs d'action qui permettent d'améliorer la qualité de vie de la communauté. L'ensemble des actions se regroupe sous différents champs d'action, mais principalement :

**Le développement de l'action bénévole et communautaire ainsi que le soutien à la communauté.**

Vous désirez vous impliquer comme bénévole? Votre CAB local se fera un plaisir de vous guider dans votre implication selon vos disponibilités et vos intérêts.

Divers services sont offerts aux personnes âgées, grâce à l'implication de précieux bénévoles, ayant pour but le maintien à domicile. Il est à noter que l'offre de soutien peut varier d'un CAB à l'autre. Donc, n'hésitez pas à les contacter afin de mieux les connaître! Voici quelques services offerts :

**Accompagnement-transportation:**  
Safe accompaniment by a trained volunteer for your medical appointments.

**Meals on wheels :**  
A hot and balanced meal delivered directly to the home, for people who have difficulty preparing meals for themselves, or simply to provide respite during a vulnerable situation.

**Frozen meals:**  
A delicious and nutritious meal delivered to your home. These are home cooked meals prepared locally and there is a nice variety of choices. They are offered at a very minimal cost.

**Friendship/Courtesy visits:**  
A volunteer is matched with a person for phone calls or visits in your home.

**Friendship and Caring calls:**  
A call that aims to create a space for exchange, dialogue and sharing of experiences, which promotes social ties between people in the community and allows for the creation of such an important social net.

**Community activities:**  
Various activities offered to seniors in order to break isolation, volunteer recognition activities, etc.

**The mission of the Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine region's volunteer action centers (CABs) is to promote and develop volunteer action in the various sectors of human activity and to respond to the needs of the community.**

**The CABs carry out their role through different fields of action that allow them to improve the quality of life of the community. All the actions are grouped under different fields of action, but mainly :**

**The development of volunteer and community action as well as community support.**

Would you like to get involved as a volunteer? Your local CAB will be pleased to guide you in your involvement according to your availability and your interests.

Divers services are offered to seniors, thanks to the involvement of valuable volunteers, with the goal of maintaining them at home. It should be noted that the support offered may vary from one CAB to another. Therefore, do not hesitate to contact them to learn more about them! Here are some of the services offered:



# GUIGNOLÉE 2022





SERVICE D'AIDE  
EN IMPÔT

PROGRAMME  
DES BÉNÉVOLES  
DEPUIS 1988



Nous tenons à souligner l'engagement de l'organisme

## Centre d'action bénévole Gascons-Percé inc.

qui a contribué au maintien d'un système fiscal juste et équitable en offrant une aide précieuse aux personnes à faible revenu de sa communauté.

C'est avec gratitude que nous lui décernons un certificat d'appréciation en remerciement de sa participation au Service d'aide en impôt – Programme des bénévoles.

Eric Girard  
Ministre des Finances

Christyne Tremblay  
Présidente-directrice générale de Revenu Québec

Une différence  
dans la vie des gens,  
grâce à vous!





# BÉNÉVOLER CHANGE LA VIE!

SEMAINE DE L'ACTION BÉNÉVOLE  
**24 au 30 avril 2022**

48<sup>e</sup>  
ÉDITION

Présentée par  
**Hydro Québec**

Le Regroupement des centres d'action bénévole de la Gaspésie et des Îles-de-la-Madeleine souhaite à tous les précieux bénévoles une belle semaine ! Merci de contribuer au bon fonctionnement de notre société, de changer la vie de celles et ceux à qui vous tendez la main, de faire partie de cette richesse collective qui, bien qu'inestimable, offre à notre communauté l'opportunité de se développer dans un contexte de bienveillance et d'entraide basées sur la solidarité.



## LE BÉNÉVOLAT, MERCÌ À TOUS LES ROBERT!

MARIA | Tous les ans, Robert est responsable du stationnement des voitures à l'occasion du festival de son village. Une tâche qu'il affectionne, qu'il fait avec fierté et beaucoup de sérieux. Il faut dire que ça ne fait pas la file pour faire ce genre de bénévolat! Mais lui, il dit qu'il aime ça, que ça lui fait du bien, qu'à chaque fois il se sent utile... Il dirige les voitures dans le vaste champ, les place méthodiquement, accueille les festivaliers, leur souhaite du bon temps et les enjoint à la prudence.

Robert fait ce travail depuis plus de 25 ans. Il n'a jamais manqué une année sauf la dernière alors que sa Nicole était gravement malade. Il s'est dit profondément déçu auprès des organisateurs de ne pouvoir y être, mais qu'il devait rester en permanence auprès de sa douce. C'est vous dire à quel point il prend ça à cœur.

Certains soirs, il explique, avec un ton résigné, que ses partenaires de stationnement sont plus nombreux au début qu'à la fin. Il se retrouve souvent seul pour fermer la barrière comme il dit... Mais, pour Robert, ce n'est pas grave. Il comprend que ses acolytes veulent, eux aussi, prendre part à la fête. Allez-y qu'il dit, je veille au grain! Il trouve une plus grande satisfaction dans l'accomplissement de son travail bénévole que de fêter comme tout le monde; il est comme ça. C'est une personne serviable, dévouée et discrète, un bénévole dans l'ombre comme il y en a des milliers et des milliers.

Quand on lui demande s'il fera ça encore longtemps, il répond aussi longtemps qu'il le pourra! Il dit à la blague qu'il aimerait bien initier un adjoint pour le futur, mais que le poste est toujours en affichage! Il dit aussi qu'il fait ça pour sa Nicole qui, dorénavant veille sur lui de là-haut; il est sûr qu'elle serait bien fière de son homme...

\*\*\*\*\*

Oui, des Robert ça existe, il y en a encore!

Du 24 au 30 avril, ce sera la Semaine de l'action bénévole, une belle occasion pour

souligner tout le travail bénévole qui se fait dans nos communautés. Qu'ils soient intervenants auprès des personnes dans le besoin, administrateurs bénévoles dans un organisme, collecteurs, entraîneurs, etc., ils sont là, ils nous entourent, ils vivifient notre entourage. Et comme le dit le dicton populaire, ce sont souvent des gens qui travaillent dans l'ombre et qui en sortent brûlés!

Mais comment définir le bénévolat? Généralement, on parle de quelqu'un qui donne volontairement et sans rémunération de son temps ou de ses capacités pour une personne, une cause ou une organisation. Le bénévolat, c'est un geste gratuit qui vient du cœur.

Les bienfaits du bénévolat sont nombreux : se sentir utile, augmenter son estime de soi, sa confiance, se faire connaître, avoir une meilleure santé physique et mentale, créer des contacts, bref, être globalement plus heureux!

On entend souvent que le bénévolat est en diminution depuis quelques années. Je ne crois pas; j'ose croire qu'il se transforme. Il faut éviter les préjugés envers la nouvelle génération simplement parce que certains secteurs traditionnels se vident de leurs bénévoles. L'engagement communautaire se fera à d'autres niveaux, dans de nouveaux secteurs et de façons différentes. Le bénévolat a un avenir, il n'est pas une mode. Il fait partie de la nature humaine.

Dans toutes les organisations communautaires, il y a les bénévoles et le responsable du recrutement des bénévoles, souvent lui-même un de



**ALAIN BOUDREAU**  
CHRONIQUEUR

---

ceux-là. Il a une tâche supplémentaire, celle de recruter et de motiver d'autres volontaires! Jouer ce rôle demande des connaissances et du doigté. Le bénévole potentiel, que tous s'arrachent, a ses exigences et ses particularités. Il veut agir pour une cause qui lui tient à cœur, avoir confiance en l'organisation, veut bien connaître sa fonction, être écouté, être reconnu et remercié. Ça ressemble à de la gestion de ressources humaines vous me direz? C'est tout comme, le service de la paye en moins!

Vous vous en doutez, les bénévoles ont des responsabilités mais ils ont aussi des droits. Les bénévoles s'engagent à faire leurs tâches avec efficacité alors que les organismes qui les reçoivent doivent mettre en place des moyens pour les soutenir. Il existe même le *Code canadien du bénévolat* ([benevoles.ca](http://benevoles.ca)) ou le *Cadre éthique pour bénévoles et organisations de bénévoles* ([bel.uqtr.ca](http://bel.uqtr.ca)). Faire du bénévolat ne veut pas dire avoir le droit de le faire tout croche.

Ils sont certainement des milliers en Gaspésie, de nature généreuse, portés vers la solidarité et l'entraide. Il est pensable que les bénévoles gaspésiens se classent en haut du palmarès des régions les plus actives à ce niveau! L'histoire nous démontre que la Gaspésie, s'il le faut, peut à l'occasion se mobiliser pour aider d'autres régions du Québec. Pensons seulement à l'élan de solidarité offert en 1998 à l'occasion de la crise du verglas. En plus d'être accueillante, débrouillarde et résiliente, peut-être que la population gaspésienne a aussi dans son ADN une propension accrue pour le bénévolat?

Continuons à être actif bénévolement. Ne manquez pas les occasions de rendre service, gardez l'œil ouvert pour saisir toutes les possibilités autour de vous. Et attention, faire du bénévolat pourrait vous faire du bien!

Encore une fois, merci à tous les Robert et bonne Semaine de l'action bénévole!



# Invitation

Nous avons le plaisir de vous convier à un atelier

"Être positive dans sa vie...le mettre en pratique par la pensée positive, psychologie positive et pleine conscience !"

donné par Mme Diane Mayer, psychologue

**Le verre est-il à moitié vide ou à moitié plein?**



Le mercredi le 20 avril 2022

à compter de 13 h 30

Dans la salle de conférence du Centre d'Action Bénévole (sous-sol).

Nous vous remercions de bien vouloir confirmer votre présence au plus tard le 18 avril en appelant au 418 689-6023 poste 103 ou par courriel au [jo.castilloux@globetrotter.net](mailto:jo.castilloux@globetrotter.net)

Enfin, au plaisir de vous voir!

**Bienvenue !**

LA CARAVANE 360° POUR LES AÎNÉS

# ON NE PERD PAS SES DROITS AVEC L'ÂGE.

Conférence interactive gratuite  
sur les droits des personnes âgées  
présentée par un.e avocat.e

Autonomie de la personne · Maltraitance  
Logement · Procuration et mandat de protection  
Testament et succession · Aide médicale à mourir  
Directives médicales anticipées

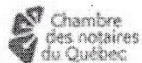
**20 mai 2022**  
**13 h 00 à 16 h 00**

Où :  
440, rue Commerciale Ouest  
Chandler  
G0C 1K0

Inscription :  
Centre Femmes Entre-Elles  
Table pour la bienveillance des aînés  
Rocher-Percé  
Nadine Lévesque  
centre@femmesentre-elles.com  
418 689-7224

Inscription obligatoire jusqu'au 17 mai 2022

Pour plus d'informations :  
aines@juripop.org  
(514) 705-1637



**JURIPOP**  
▲



# INVITATION

## ACTIVITÉ WORLD CAFÉ

Mardi le 7 juin à 13 h 30 au CAB

Un World Café est un lieu d'échanges et d'apprentissages.

Une activité où l'on peut créer des liens, faire des rencontres avec des gens intéressants et intéressés et discuter en groupes de thèmes qui nous concernent ainsi que la communauté à laquelle nous appartenons.

Le tout, bien sûr, avec un bon café et une petite pâtisserie.

***Le CAB A ENVIE DE  
VOUS ENTENDRE!***

*En autres, nous aborderons les questions suivantes :*

- ✓ *Je suis un être humain et je compte!*
- ✓ *Pas toujours facile d'être malade!*
- ✓ *S'occuper de quelqu'un des fois!*

**Vous devez réserver votre place avant vendredi 3 juin au  
418 689 6023 poste 105.**

**Faites vite car les places sont limitées!**

***Au plaisir de vous rencontrer!***

# Invitation aux Bénévoles

## Activité estivale

**Chers généreux!**

Nous voici rendus au moment de l'année que je préfère; le début de l'été.  
Quel beau prétexte pour se rencontrer et échanger.

Peu importe la température on est « paré » à toute éventualité.  
C'est donc à un dîner musical que nous vous convions.

Les savoureux sandwiches du Restaurant Attablé seront à l'honneur.  
QUAND : Mercredi, le 15 juin à compter de 11 h 30.

OÙ : Nouvelle salle de réunion au Centre d'Action Bénévole G.P. inc.  
POUR PARTICIPER : Vous devez confirmer votre présence ainsi que votre  
choix de menu avant le vendredi, 10 juin  
au 418 689-6023, poste 105

Choix de menu :

- " Guédille" pain brioché, crevettes nordiques
- " Poulet Parm" ciabatta, poulet, parmesan
- " Campagnard" jambon forêt noire, cheddar

**Au plaisir de discuter avec vous !**





Québec, juin 2022

CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE  
GASCONS-PERCÉ INC.  
390 BOUL RENÉ LÉVESQUE OUEST  
CHANDLER, QC  
G0C 1K0

**Objet : Remerciements pour votre participation  
au Service d'aide en impôt - Programme des bénévoles**

Je vous remercie sincèrement de votre participation en tant qu'organisme au Service d'aide en impôt - Programme des bénévoles.

Votre contribution à ce programme est fondamentale. Tous les organismes concernés jouent un rôle décisif dans la vie de milliers de nos concitoyennes et concitoyens. Grâce à votre engagement auprès des bénévoles, des personnes à revenu modeste peuvent obtenir de l'aide pour remplir leur déclaration de revenus, et ainsi recevoir toutes les prestations et tous les crédits d'impôt auxquels elles ont droit.

En cette période de bouleversements qui perturbe depuis plus de deux ans les situations financière et fiscale de nombreuses personnes, votre contribution au maintien d'un système fiscal juste et équitable se révèle d'autant plus précieuse. Je salue donc les valeurs d'entraide, de générosité et de solidarité qui guident votre organisme, ainsi que la participation de vos membres et de vos bénévoles.

Pour toutes ces raisons, je vous exprime ma gratitude et souligne votre rôle essentiel en vous offrant un certificat d'appréciation. L'engagement dont vous faites preuve contribue à offrir une société plus juste et équitable. C'est par la somme de ces gestes individuels que nous pouvons accomplir de grandes choses, tous ensemble.

Je vous prie de recevoir mes salutations distinguées.

La présidente-directrice générale,

Christyne Tremblay

p. j. (1)



Mercredi le 21 septembre à 13 h 30 au CAB

Un World Café est un lieu d'échanges et d'apprentissages.

Une activité pour toute la population où l'on peut créer des liens, faire des rencontres avec des gens intéressants et intéressés et discuter en groupes de thèmes qui nous concernent ainsi que la communauté à laquelle nous appartenons.

Le tout, bien sûr, avec un bon café et une petite pâtisserie.

***Le CAB A ENVIE DE VOUS ENTENDRE!***

En autres, nous aborderons les questions suivantes :

- ✓ Qu'est-ce qui empêche les gens en situation de vulnérabilité de se prévaloir des services d'aide?
- ✓ Comment fait-on pour retrouver la motivation?
- ✓ Quand un proche aidant bénéficie d'un répit, comment peut-il en retirer le plus de satisfaction possible?

Vous devez réserver votre place avant  
lundi 19 septembre au 418 689-6023 poste 105.

Faites vite car les places sont limitées!

Au plaisir de vous rencontrer!





## World Café du 21 septembre 2022

Pour planifier les questions du World Café, le CAB avait remarqué qu'en général, beaucoup de personnes dans la population connaissent un effritement de leur motivation. Plus spécifiquement, après les nombreuses vagues de la Covid-19, la mise en place et le retrait de différentes mesures sanitaires, il n'est pas si simple de reprendre une vie satisfaisante. Le CAB questionne le recours aux services de répit et autres services offerts. Bien qu'on remarque une augmentation des besoins dans la population, cela ne se répercute pas par une augmentation proportionnelle des demandes de répit et de services. On se questionne sur les obstacles à demander. Enfin, on constate aussi que même si les gens bénéficient de service de répit, il n'est pas toujours facile d'en profiter au maximum.



### Comment fait-on pour retrouver la motivation?

Plusieurs répondants ont exprimé ne pas avoir été dérangés par la pandémie. Est-ce là une difficulté d'exprimer les contraintes encourues ou encore la preuve de résilience et d'adaptation des personnes consultées? On remarque aussi une certaine confusion dans les réponses. On pourrait penser que les gens ont exprimé ce que leur a fait vivre le confinement plutôt que de définir ce qui ferait retrouver la motivation perdue. On dénote dans les réponses que la peur est toujours présente et que de reprendre la vie d'avant demande de dépasser des craintes.

### Ce qui empêche de demander de l'aide, un coup de main, du support?

Pour ce qui est de ce qui fait obstacle à demander de l'aide ou du soutien on voit que la honte, la fierté et la crainte du jugement est centrale. Il ressort la complexité du système et la difficulté de faire confiance. Il semble aussi très difficile d'admettre avoir besoin d'aide. Les gens sont aussi soucieux de l'anonymat. Les répondants expriment méconnaître les services et avoir peur de perdre le contrôle.

### Que fait-on de la liberté retrouvée?

La majorité s'entend pour dire que la pandémie a changé le rapport aux relations, aux priorités et à soi-même. Ainsi, plusieurs comptent profiter des rencontres sociales et familiales. On dénote l'impact transformateur sur le plan personnel dans les réponses. Il est permis de penser que les contraintes liées à la pandémie ont mobilisé les ressources personnelles et que plusieurs ont su en faire une expérience transformatrice.

# Invitation

**Appui**  
proches aidants

## Séance d'information

- La procuration
- Le mandat de protection
- L'inaptitude et l'homologation du mandat de protection
- Les régimes de protection
- La Loi visant à mieux protéger les personnes en situation de vulnérabilité

offerte par le



CENTRE DE JUSTICE  
DE PROXIMITÉ  
Gaspésie –  
Îles-de-la-Madeleine

**Date :** Mardi, 31 janvier 2023 dès 13 h 30.

**Endroit :** Salle de conférence du Centre d'Action Bénévole  
Gascons-Percé (sous-sol)

**SVP**

**Réservez avant le 27 janvier  
2023, au 418 689-6023, poste 105  
(places limitées)**

**Au plaisir de vous rencontrer!**

# Invitation

## Séance d'information

« Se protéger des fraudes et prévenir le vol d'identité »  
offerte par Service Canada.

Date : Mardi, 21 février 2023 dès 13 h 30.

Endroit : Salle de conférence du Centre d'Action Bénévole  
Gascons-Percé (sous-sol)

**S'il vous plaît !**

**Réservez avant le 17 février  
2023, au 418 689-6023, poste  
105**

**Au plaisir de vous rencontrer!**

# Invitation

## Séance d'information

« Assurance emploi et Sécurité de vieillesse : les formulaires de consentement requis pour aider et se faire aider d'une personne de confiance »  
offerte par Service Canada.

Date : Mardi, 21 mars 2023 dès 13 h 30.

Endroit : Salle de conférence du Centre d'Action Bénévole  
Gascons-Percé (sous-sol)

**S'il vous plaît!**

**Réservez avant le 17 mars 2023,  
au 418 689-6023, poste 105**

**Au plaisir de vous rencontrer!**