

Rapport annuel 2020-2021



AU COEUR

de vos besoins !



9, 11^e rue, Forestville (QC) G0T 1E0 | 418 587-4226 | cab@lenordest.org



Organigramme

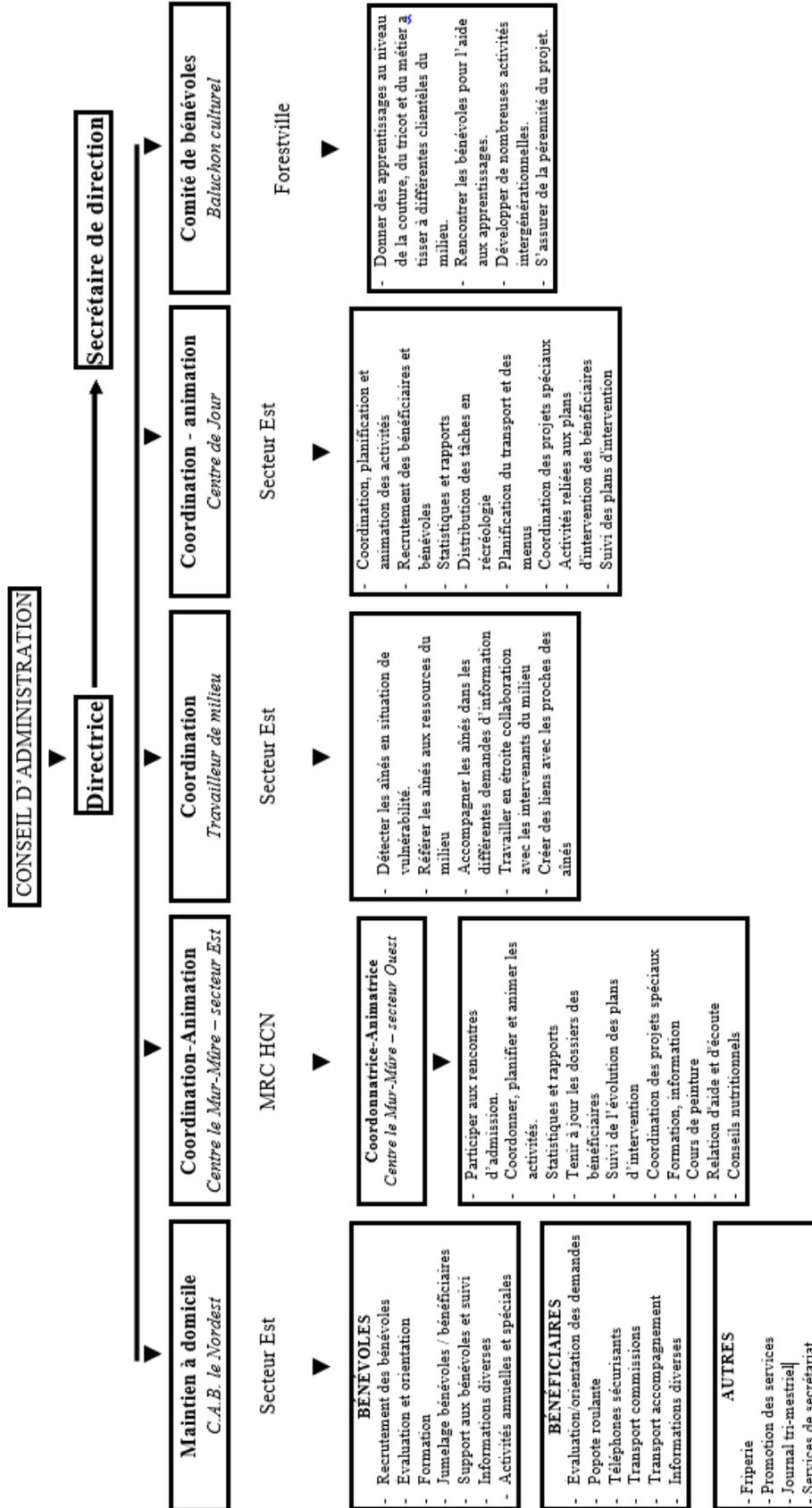


Table des matières

PRÉSENTATION DE L'ORGANISME	7
OBJECTIFS DES DIFFÉRENTS SERVICES	9
RESSOURCES HUMAINES	
Mot de la présidente	11
Mot de la directrice	13
CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE LE NORDEST	
Le conseil d'administration	25
MAINTIEN À DOMICILE	
Mot de la coordonnatrice	41
<i>CENTRE DE JOUR (PERSONNES ÂGÉES)</i>	
Mot des coordonnatrices	59
CENTRE DE JOUR LE MUR-MÛRE	
Mot de la coordonnatrice et de l'animatrice	73
TRAVAILLEUR DE MILIEU	
Mot du travailleur de milieu	88
LE BALUCHON	
Mot d'un représentant	99
DIVERS (Remerciements — Journaux — Dépliants)	107

PRÉSENTATION DE L'ORGANISME

Coordonnées

Centre d'action bénévole Le Nordest

9, 11^e Rue

Forestville (Québec) G0T 1E0

Tél. : 418-587-4226/1-855-862-4226

Télécopieur : 418-587-6101

Courriel : cab@lenordest.org

Site internet : www.lenordest.org

Page Facebook

Heures d'ouverture : Du lundi au vendredi de 8 h à 12 h/13 h à 16 h

1^{re} semaine de juin jusqu'à la fête du Travail, du lundi au jeudi de 8 h à 12 h/13 h à 16 h
et le vendredi de 8 h à 12 h.

Fermeture de nos bureaux 6 semaines pendant la saison estivale.

Mission

Le Centre d'action bénévole le Nordeste est un organisme communautaire autonome enregistré sous l'autorité de la partie III de la Loi sur les compagnies. Le Centre a reçu ses lettres patentes, lesquelles ont été enregistrées le 7 juillet 1983.

La mission de l'organisme se lit comme suit :

- ▶ Promouvoir l'action bénévole dans les différents secteurs de l'activité humaine et de susciter une réponse à des besoins du milieu. Pour le Nordeste, le bénévolat est un instrument de développement personnel et social et une ressource significative pour la population en besoin d'aide matérielle et humaine.

Bien ancré dans son territoire, le Centre d'action bénévole identifie particulièrement trois champs d'action pour la réalisation de sa mission.

Champ d'action 1

Développement de l'action bénévole et communautaire

- ▶ Développement de l'action bénévole comprend toutes les actions visant à faire la promotion du bénévolat et à soutenir les bénévoles dans leur implication.

Champ d'action 2

Services aux individus

- ▶ Les services aux individus englobent toutes les actions qui visent à offrir des services aux individus sur différents aspects.

Champ d'action 3

Support aux organismes

- ▶ 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.

Champ d'action 4

Support aux bénévoles

- ▶ Le centre d'action bénévole le Nordeste doit accompagner les bénévoles en leur offrant soutien et formation.

OBJECTIFS DES DIFFÉRENTS SERVICES

Maintien à domicile

- Améliorer la qualité de vie individuelle et collective
- Favoriser l'autonomie des individus
- Soutenir le maintien dans leur milieu naturel
- Être à l'écoute des besoins de la population
- Développement du bénévolat dans les différentes sphères de la communauté

Centre de Jour

- Maintenir et améliorer l'autonomie des aînés
- Transmettre toutes informations permettant aux aînés de se responsabiliser dans leurs prises de décisions.
- Encourager une participation à la vie sociale
- Apporter un répit à leurs familles
- Maintenir les acquis
- Briser l'isolement

Centre Le Mûr-Mûre

- Améliorer la santé et le bien-être des individus de notre territoire ayant des problèmes de santé mentale
- Restaurer et maintenir les capacités de ces individus
- Développer et maintenir de saines habitudes de vie
- Briser l'isolement

Travailleur de milieu

- Détecter les aînés en situation de vulnérabilité
- Améliorer les conditions de vie des aînés
- Sensibiliser et protéger les aînés contre l'abus et la maltraitance

Territoire

M.R.C. de la Haute-Côte-Nord (Tadoussac/Sacré-Cœur à Colombier) pour le centre le Mur-Mûre et le secteur est de la MRC (Longue-Rive/Portneuf/Forestville/Colombier) pour tous les autres services.

Population : 10 242

RESSOURCES HUMAINES

Les ressources humaines sont composées de :

	Nombre	Heures de bénévolat
Membres du conseil d'administration	6	219
Personnes salariées	12	
Membres	128	
Programmes d'insertion sociale		4
Stagiaire		2

Outils de gestion

Le Centre d'action bénévole Le Nordeste possède plusieurs politiques pour une gestion efficiente de son personnel et de ses procédures.

- Politique relative à la gestion des ressources humaines ;
- Politique d'embauche ;
- Politique salariale ;
- Politique relative aux dépenses de fonction des membres du conseil d'administration et des employés :
- Politique sur le harcèlement ;
- Politique relative à la formation des membres du conseil d'administration et des employés du CAB ;
- Politique relative aux décès ;
- Politique relative au départ des administrateurs et des employés (es) permanents (es) ;
- Politique de demande d'aide ;
- Politique d'accompagnement transport bénévole ;
- Politique relative aux procédures de plaintes ;
- Politique de prêt ou de location de salles et location de vaisselle ;
- Politique code d'éthique et de déontologie ;
- Politique de gestion des bénévoles ;
- Politique de filtrage des bénévoles et des employés ;

Les plaintes

Cette année, aucune plainte n'a été déposée.

Mot de la présidente

C'est avec plaisir que je vous présente le rapport annuel 2020-2021.

Quelle année nous venons de traverser! Qui aurait pu prédire que la pandémie ne faisait que commencer ! Nous en étions qu'au début en avril.

Encore une fois le Centre a pu se faire plus que jamais reconnaître pour son expertise, ses actions de mêmes que pour son aide et son soutien auprès d'autres organismes.

L'équipe de travail a traversé une année de stress avec tous les confinements, déconfinements, les mesures sanitaires et j'en passe ! Le personnel a dû s'ajuster avec tous ces changements constants.

Merci à l'équipe de travail qui se dévoue et s'investit avec cœur, jour après jour envers toute la clientèle. Leur loyauté envers le Centre et sa clientèle nous rend fiers de cette équipe. Nous nous assurons de leur donner de bonnes conditions de travail et d'éviter l'épuisement professionnel.

Que dire de notre nouvelle directrice générale qui a su relever ce défi avec brio et qui a dû apprendre rapidement. Le conseil d'administration a vraiment eu la main heureuse ! Merci Marie-Eve et l'équipe de bénévoles.

Comment ne pas les remercier pour le dévouement à notre cause et qui permet la réalisation des activités. Les bénévoles sont une ressource très importante et les besoins seront de plus en plus grands pour supporter les activités futures. Merci ! Merci ! Merci !

Et non ! Je n'ai pas oublié les membres du Conseil d'administration, merci pour votre ouverture et votre disponibilité. Nous avons dû nous réunir plusieurs fois dans cette année ou tout pouvait arriver, mais ça s'est toujours fait dans la bonne humeur.

Je vous souhaite un été plein de soleil et de chaleur en espérant que nous aurons un été presque normal. Profitez-en, reposez-vous, car on ne se sait pas comment sera la prochaine année.

Au plaisir de vous retrouver à l'automne,

Bonnes vacances !

Hélène Morin

Présidente

Mot de la directrice

Bonjour à vous tous !

Nous sommes déjà rendus au rapport annuel. Ce qui veut aussi dire que j'ai fait un premier tour de l'horloge comme directrice générale. Une année avec son lot de défi ! La COVID-19 va avoir marqué ma première année comme directrice générale.

Avant de prendre connaissance de l'ensemble du rapport annuel, il est important de préciser que des activités ont été annulées durant quelques mois. Je pense, entre autres, aux deux centres de jours et la Friperie qui a aussi été fermée. En temps de COVID-19, nous avons dû adapter plusieurs choses au sein du Centre d'action bénévole le Nordest. Les consignes de la santé publique ont été respectées autant au Centre d'action bénévole le Nordest qu'à la Friperie, au même au Baluchon et à notre point de service (centre de jour le Mur-Mûre) aux Escoumins. Nous avons été très soucieux d'appliquer les différentes consignes.

Les différentes collaborations et concertations avec d'autres organismes et nos bailleurs de fonds nous ont permis de vivre cette expérience sont trop de tracas. Les rencontres ZOOM ont été nombreuses, ce qui a apporté beaucoup de sécurité et de solidarité entre nous. La solidarité des gens du communautaire de ce dément pas.

Cette fameuse pandémie a apporté un bel élan de générosité des gens de notre communauté ! Nous avons eu plusieurs bénévoles qui ont mis leurs activités sur pause durant l'année. Un appel à tous a été lancé pour trouver des bénévoles prêts à venir prêter main-forte à l'organisme. Les gens ont répondu en grand nombre à notre demande, je tiens à les remercier encore une fois. Et quelques-uns de ces bénévoles sont restés avec nous suite au confinement, un bel atout pour tous. Que vous ayez fait une heure ou plusieurs heures de bénévolats au sein de notre organisme, votre implication est tout aussi importante !!! MERCI

Je pense également à notre clientèle, merci d'avoir accepté de vous adapter à nos nombreuses restrictions et ajustement en cour d'année, sachez que tout ce qui a été fait était dans le but de vous assurer une sécurité devant cette pandémie. L'équipe de travail du CAB a aussi démontré de la volonté en acceptant d'adapter leur travail en fonction des besoins de l'organisme ET des bénéficiaires en ce temps de crise mondial. Leur collaboration a aussi été grandement appréciée pour l'application des différentes consignes sanitaires lors des reprises des activités. Merci à chaque employé de l'organisme, votre travail est très apprécié.

Je tiens personnellement à souligner l'accompagnement offert par ma collègue Francine Tremblay pour cette première année en tant que directrice générale. Ses nombreuses années d'expérience, la transmission de connaissances et d'information, sa patience et sa bonne humeur m'ont grandement aidé dans mon poste. Un sincère merci !!

Le conseil d'administration a été bien présent encore cette année, j'apprécie grandement l'accompagnement de ce dernier dans mon processus d'acquisition de connaissance en tant que gestionnaire de l'organisme. 2 nouveaux visages se sont joints à nous au courant de la dernière année. Un immense merci pour la confiance et votre soutien !

En souhaitant que cette situation soit derrière nous sous peu, pour retrouver un semblant de vie normale, avec la possibilité de retrouver nos groupes et activités normales ! Je vous le souhaite également dans nos vies personnelles, pouvoir retrouver nos familles et amis ! D'ici là, prenez soin de vous, les vacances estivales sont tout près 😊

Marie-Eve Boivin
Directrice générale

Remerciements

Nous nous devons de souligner le travail de nos nombreux bénévoles ainsi que celui de nos employés qui contribuent à fournir des services à nos concitoyens. Toutefois, nous ne pouvons passer sous silence l'implication de nos nombreux collaborateurs et partenaires sans qui nous ne pourrions offrir des services de qualité.

Donc merci à tous ceux qui, par leur soutien financier ou technique, ont contribué si généreusement à l'avancement de l'action bénévole sur notre territoire.

- Au ministère de la Santé et des Services sociaux et au Centre intégré de santé et de services sociaux de la Côte-Nord pour l'octroi de subventions en maintien à domicile et au soutien aux organismes.
- À tous les travailleurs (euses) des services de santé et sociaux de notre territoire.
- Service Québec
- À Centraide Haute-Côte-Nord/Manicouagan
- À tous nos généreux donateurs de la Friperie
- À la Sûreté du Québec pour leur précieuse collaboration
- Aux membres du Regroupement des Centres d'action bénévole de la Côte-Nord pour leur solidarité.
- Aux Clubs de la FADOQ de notre secteur
- Au Journal Haute-Côte-Nord
- À la radio CHME-FM
- À la Télévision du Littoral
- À la Télévision régionale des Escoumins
- Aux nombreux collaborateurs du projet "Nourris ton cerveau »
- L'Association régionale des loisirs pour personnes handicapées Côte-Nord
- MRC Haute-Côte-Nord
- Caisse Desjardins du Centre de La Haute-Côte-Nord
- Table locale de concertation des aînés de la Haute-Côte-Nord
- Carrefour Jeunesse Emploi
- Député de René Lévesque — Martin Ouellet
- APPUI Côte-Nord
- Subway
- Marché d'alimentation Provigo — Martin Lapierre.
- Aux différentes congrégations de sœurs
- Aux moissonneurs solidaires
- Au ministère de la Famille — Secrétariat aux aînés
- Dépanneur Couche-Tard

- Marché d'alimentation Tradition
- Promutuel Assurances
- Boulangerie au P'tit Four
- La Tablée des chefs
- Agent de la faune (Ressource naturelle et Faune)
- Restaurant Tim Horton de Forestville

Encore une fois MERCI à tous !

**CENTRE D'ACTION
BÉNÉVOLE LE NORDEST**

Historique

Fondé en novembre 1982, Le Nordeste a reçu sa charte le 7 juillet 1983. Le Centre d'action bénévole est une corporation autonome à but non lucratif qui regroupe des organismes et des personnes bénévoles de Colombier à Tadoussac.

La mission du Centre est de promouvoir l'action bénévole dans les différents secteurs d'activités et de répondre aux besoins des gens du milieu en collaboration avec le réseau professionnel, les organismes de la région et les bénévoles.

1983

- ⇒ Naissance du Centre d'action bénévole Le Nordeste.

1984

- ⇒ Implantation d'un programme de conditionnement physique chez nos aînés.
- ⇒ Ouverture officielle d'une friperie.

1985

- ⇒ Le Nordeste offre maintenant un service de parrainage jeunesse.

1986

- ⇒ Implication dans la Semaine de l'action bénévole.

1987

- ⇒ Première parution du Journal "Le souffle frais du Nordeste" destiné aux bénévoles.
- ⇒ Première année du regroupement des Centres d'action bénévole.
- ⇒ Affiliation à la Fédération des centres d'action bénévole du Québec.

1988

- ⇒ Mise en place du service de "téléphones sécurisants".
- ⇒ Déjà cinq ans pour le Centre d'action bénévole Le Nordeste.
- ⇒ Première collecte de denrées alimentaires non périssables "Blitz" pour aider les familles et individus défavorisés.

1989

- ⇒ Le Nordeste élargit son territoire jusqu'à Tadoussac pour son secteur d'activités "Support aux organismes".
 - ⇒ Ouverture d'un point de service aux Escoumins.
 - ⇒ Début des formations continues offertes aux bénévoles.
-

⇒ Projet sur l'autonomie des aînés.

1990

- ⇒ Objectif : ouvrir un centre de jour et devenir propriétaire.
- ⇒ Déménagement du Centre d'action bénévole Le Nordeste dans la maison actuelle.

1991

⇒ Colloque sur le bénévolat.

1992

- ⇒ Le Nordeste reçoit 7 000 \$ à la suite du colloque sur le bénévolat.
- ⇒ Après deux ans de négociation, Le Nordeste devient propriétaire de la maison.
- ⇒ Le Nordeste fait l'achat d'une voiture pour le Centre de jour.
- ⇒ Le Centre de jour s'implante et reçoit 10 000 \$ annuellement de la Régie régionale.

1993

- ⇒ Le service "Transport accompagnement" a besoin de bénévoles.
- ⇒ Subvention pour les groupes de personnes âgées de la région.
- ⇒ Le comptoir vestimentaire devient le Vestinord.
- ⇒ Le Nordeste reçoit un méritas de la Fondation Berthiaume-du-Tremblay.
- ⇒ Réaménagement des locaux et installation d'une rampe d'accès pour personnes handicapées.

1994

- ⇒ Le Nordeste consulte la population et se rapproche de ses bénévoles.
- ⇒ Nouveau service de l'Amicale (accompagnement aux mourants)
- ⇒ Inauguration officielle du Centre de jour le 17 janvier.

1995

- ⇒ Programme d'initiative personnelle pour l'arthrite (PIPA).
- ⇒ Multiplication des formations offertes aux bénévoles et à la population.
- ⇒ Nouvelle expansion du Centre de jour.

1996

- ⇒ Début du plan quinquennal de reconnaissance organisé par Le Nordeste en collaboration avec la Ville de Forestville. Les localités participantes à ce plan sont Ste-Anne-de-Portneuf, St-Paul-du-Nord, Sault-au-Mouton, Colombier et Forestville.

- ⇒ Nouveau service de thérapeute en réadaptation pour le Centre de jour.
- ⇒ Nouveau service de repas chauds livrés à domicile pour les personnes âgées de 65 ans et plus. Il s'appellera la Popote roulante.
- ⇒ Les jeunes de la pastorale récoltent des sous noirs pour les familles démunies.

1997

- ⇒ Par l'entremise de différents paliers gouvernementaux, Le Nordest procède à l'embauche de 2 personnes à temps plein pour offrir un service d'aide à la vie domestique, de gardiennage et de répit.
- ⇒ Centre de jour : Implantation du service à Colombier.
- ⇒ Accréditation du MSSS pour le service d'aide domestique.

1998

- ⇒ Subvention pour le projet d'économie sociale déjà en place.
- ⇒ Le Nordest agrandit son territoire dans le secteur ouest soit : Escoumins, Bergeronnes, Sacré-Cœur et Tadoussac, pour ces secteurs d'activités "Économie sociale" et "Services aux individus".
- ⇒ Le Nordest fête son 15^e anniversaire d'existence.
- ⇒ Aménagement d'une nouvelle cuisine pour la Popote roulante et réaménagement du Vestinord.
- ⇒ Lancement du Répertoire des ressources de la Côte-Nord par le regroupement des Centres d'action bénévole de la Côte-Nord.
- ⇒ Le Nordest a maintenant une épinglette à son effigie.

1999

- ⇒ Implantation du Centre d'activités en santé mentale pour Forestville et Bergeronnes.

2000

- ⇒ Projet d'agrandissement du Centre d'action bénévole pour donner plus d'espace au Centre de jour et ainsi améliorer la qualité des services offerts.

2001

- ⇒ Coordination technique pour la mise en place de l'organisme en alphabétisation "Plaisir de Lire".
- ⇒ Soutien technique à la mise en place du Centre d'activités de la Haute-Côte pour les adultes vivant un handicap dans le secteur de Tadoussac à Escoumins.

2002

- ⇒ Consolidation financière et administrative du Service d'aide domestique HCN grâce à l'apport du Fonds de consolidation du ministère de la Santé et du ministère des Régions.
- ⇒ Campagne de promotion du Service d'aide domestique HCN via une aide financière du Centre local de développement.
- ⇒ Mise à jour du système informatique du Nordest : mise à niveau du matériel existant, achat de nouveaux matériels (Centre le Mur-Mûre et Le Nordest) ainsi que l'installation en réseau pour le partage des données et de certains périphériques.

2003

- ⇒ Le C.A.B. est l'organisme promoteur des petits déjeuners dans les écoles : projet "Nourris ton cerveau".
- ⇒ Rencontres préparatoires des festivités de notre vingtième anniversaire.
- ⇒ Le service de Popote roulante s'étend aux municipalités de Portneuf-sur-Mer et Longue-Rive.
- ⇒ Nouveau nom pour le centre d'activités en santé mentale : "Le Mur-Mûre".
- ⇒ Au Centre de jour, début du projet intergénérationnel de réalisation d'une vidéo avec la collaboration de la Polyvalente des Rivières.

2004

- ⇒ Aménagement d'un jeu de pétanque pour le Centre de jour et le Centre le Mur-Mûre.
- ⇒ Festivités du 20^e anniversaire.
- ⇒ Consolidation financière du Service d'aide domestique HCN grâce à l'apport du Fonds de consolidation — phase II du ministère de la Santé et des Services sociaux.

2005

- ⇒ Pièce de théâtre Parminou (prévention des chutes).
- ⇒ Lac à l'épaule — orientation Nordest.
- ⇒ Ouverture d'un point de service aux Escoumins — Centre le Mur-Mûre.
- ⇒ "Focus" groupe.

2006

- ⇒ Le SADHCN devient une coopérative.
- ⇒ 1^{er} souper-bénéfice au profit de la Popote roulante.
- ⇒ Coordination pour la mise en place d'une halte-garderie.
- ⇒ Le Vestinord est réaménagé et devient la "Friperie du Centre".

2007

- ⇒ Obtention d'une subvention "Nouveaux Horizons" pour les aînés. Le Centre de jour organise tout au long de l'année des soupers-chantez pour les aînés et des groupes invités.
- ⇒ Aménagement du solarium.

2008

- ⇒ Le Centre d'action bénévole se refait une beauté grâce à une subvention Nouveaux Horizons "Aide à l'immobilisation". Nouvelles fenêtres, meubles et électroménagers neufs et locaux fraîchement repeints.
- ⇒ Subvention du Cœur à l'action pour les aînés au montant de 23 700,00 \$, engagement d'une animatrice qui offre des activités dans des résidences intermédiaires ou de type familial.
- ⇒ novembre – C'est la fête, on célèbre en grand le 25^e anniversaire.

2009

- ⇒ Lancement officiel du site internet au www.lenordest.org

2010

- ⇒ La cour arrière est transformée en jardin de permaculture.
- ⇒ Acquisition d'un 2^e véhicule grâce à la Fondation Jacques-Francoeur et de la Caisse des Rivières de Forestville.

2011

- ⇒ Prise en charge de la campagne de sang Héma-Québec.

2012

- ⇒ Implantation d'un Carrefour d'information pour aînés.

2013

- ⇒ Implantation du programme PAIR.

2014

- ⇒ Achat de la nouvelle bâtisse Maxi-meuble qui devient la nouvelle friperie. Dorénavant, la friperie offrira la section "meuble usagés".

2015

- ⇒ Réfection et asphaltage de notre stationnement avec l'octroi de la subvention "Nouveaux Horizons".
 - ⇒ Lancement du site internet " Bénévolat Côte-Nord".
-

2016

- ⇒ Obtention d'une subvention du Secrétariat aux aînés pour l'engagement d'un travailleur de milieu.
- ⇒ Obtention d'une subvention de "Québec ami des aînés" pour le déploiement du "Baluchon culturel de nos aînés".

2017

- ⇒ Le regroupement des centres d'action bénévole de la Côte-Nord organise le colloque annuel de la Fédération des centres d'action bénévole du Québec. Le colloque se tient à Tadoussac en juin et reçoit plus de 140 invités.

2018

- ⇒ Lancement du site internet « Je bénévole. ca »
- ⇒ L'unité d'hémodialyse à l'Hôpital de Baie-Comeau est finalement en fonction après 2 ans de démarches intenses.

2019

- ⇒ Le Centre reçoit le prix Hommage bénévolat Québec, catégorie Organismes pour son projet « Jeunes bénévoles » avec les élèves de l'école Saint-Luc, projet débuté en 2015 et qui se terminera en 2021 avec ce groupe.

2020

- ⇒ Début officiel du projet de récupération alimentaire en supermarché. Installation d'un « frigo communautaire » ouvert pour toute la population. Il est situé à la Friperie du Nordest. Les dons d'aliments non vendus par Provigo nous permettent de garnir le « frigo communautaire ». On y place aussi les dons des agents de la faune (truites, orignal, perdrix, etc.) et les surplus engendrés par la Popote roulante ainsi que les dons des gens de la communauté.

2021

- ⇒ Le Centre d'action bénévole le Nordest a été, comme le reste du monde, touché par la pandémie de la COVID-19. Les centres de jour et la Friperie ont été fermés plusieurs mois (avril, mai, juin 2020 et janvier 2021) dû à un confinement imposé par le gouvernement. Les services de Popote roulante été augmenté à 4 jours par semaine durant ce confinement. Nous avons également offert le un service de livraison d'épicière aux aînés (secteur Colombier à Longue-Rive) pour pallier un manque de service.

Le conseil d'administration

Présidente	Hélène Morin	(communauté)
Vice-président	Marjolaine Boulianne	(communauté)
Secrétaire	Sonia Leclerc	(communauté)
Administrateurs	Diane Bérubé	(communauté)
	François Filiatrault	(communauté)
	Katarina Poitras	(communauté)
	Poste vacant	(communauté)

Rapport d'activités de la présidente

Activités	Nombre	Heures de bénévolat
Réunions du CA	11	
Assemblée générale annuelle	0	
Réunions spéciales	0	
Personnes présentes AGA	0	
Nombre de bénévoles	128	4157

Compilation des heures 2020-2021

Centre d'action bénévole Le Nordest

Poste	# Heures	
	2020-2021	2019-2020
Directrice générale	1 540*	2078
Coordonnatrice	1 593	1 630
Travailleur de milieu	1354,50	1 495
Secrétaire	1 251,50	1 449
Projet (Nourris ton cerveau)	156	313
Cuisinière	1575	1750
Concierge		160
Projet PAAS (Yanrick/Tommy/Laurie/Mélanie)	2 350,85	2 249
Responsable friperie	1 372	824
Récupération alimentaire	670	670
Total	12 618	12 618

*À noter qu'en 2019-2020, durant une bonne partie de l'année, 2 directrices étaient en poste le temps de la transition d'information.

Centre Le Mur-Mûre

Poste	# Heures	
	2020-2021	2019-2020
Coordonnatrice	1 610	1 720
Animatrice	1 220	1 014
Total	2 830	2 734

Centre de jour

Poste	# Heures	
	2020-2021	2019-2020
Coordonnatrice	1505	1630
Animatrice	0	0
Total	1505	1630

Développement de l'action bénévole et communautaire

Le développement de l'action bénévole et communautaire est un processus par lequel les membres d'une communauté prennent progressivement la responsabilité de la croissance et du devenir de celle-ci.

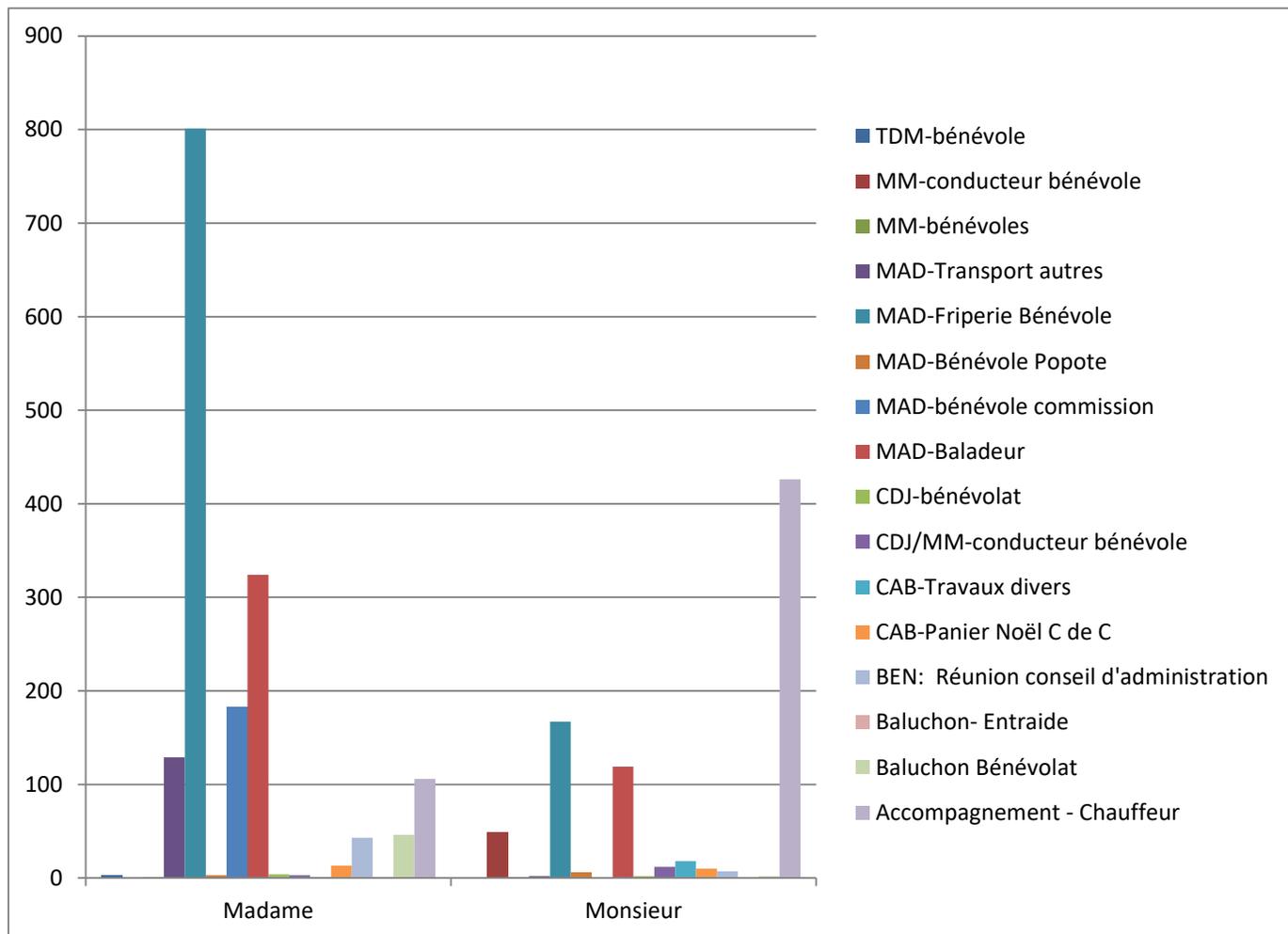
Le Centre d'action bénévole vise donc à être un carrefour de l'action bénévole et de l'entraide communautaire.

Développement de l'action bénévole

Au total, ce sont 128 bénévoles qui ont généreusement contribué aux activités et services offerts. 84 femmes et 44 hommes qui ont donné au moins 1 heure de leur temps en bénévolat. Nous avons une baisse de bénévoles pour l'année 2020-2021. Avec la pandémie de la COVID-19, plusieurs de nos bénévoles âgées de 65 ans et plus n'ont pas recommencé leur activité par crainte sur leur santé.

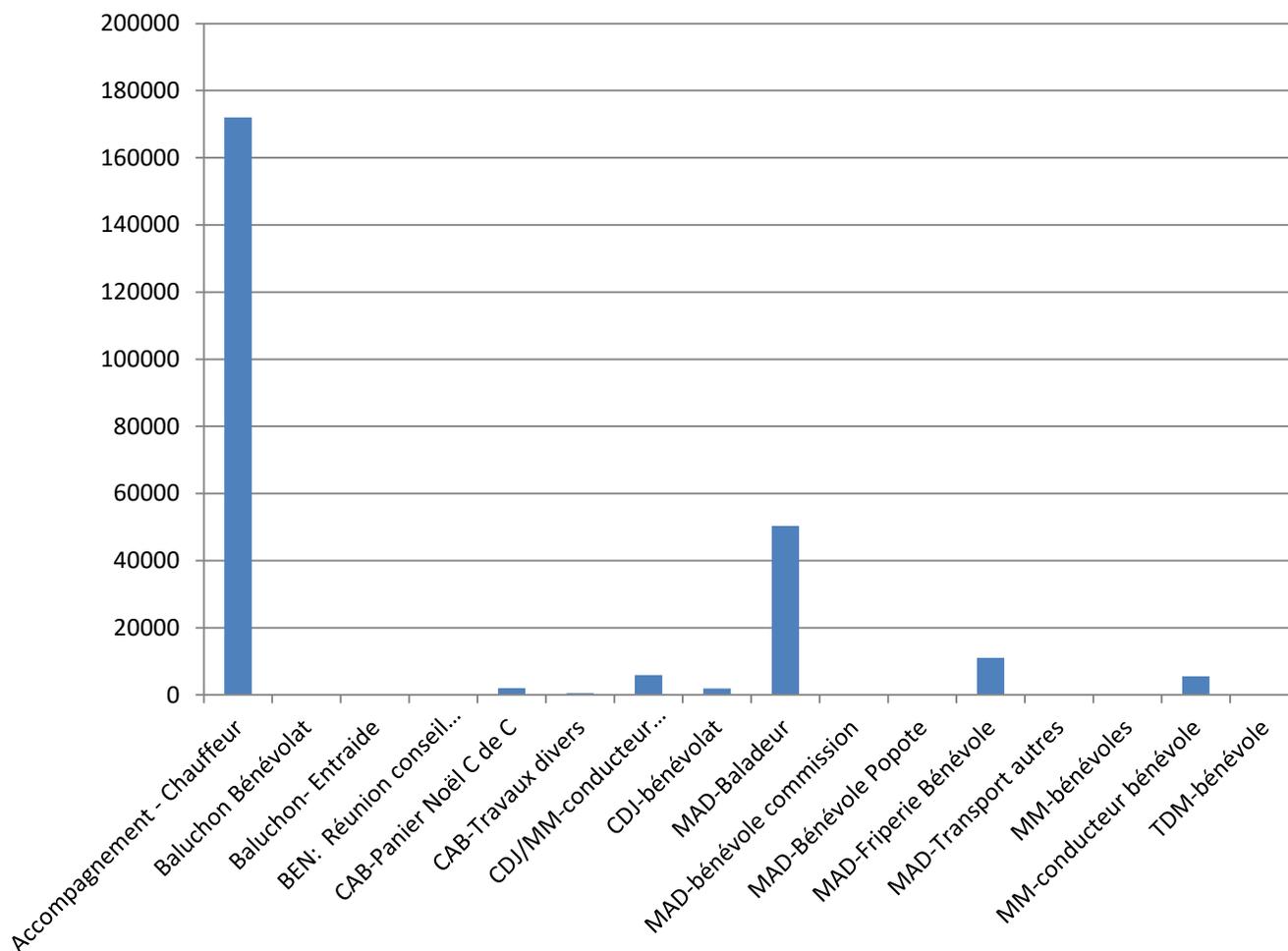
Secteur d'activités des bénévoles

À noter que les statistiques sur le tableau sont calculées en minute.



Heures bénévoles par secteur

À noter que les heures sur le tableau sont calculées en minutes,



Cette année, ce sont 28 nouveaux dossiers de bénévole qui ont été ouverts.

Les bénévoles sont le cœur de l'organisme. Sans leurs engagements, nous ne pourrions survivre, car, nous n'aurons jamais les budgets nécessaires pour les rémunérer. Grâce à leurs dons de soi et leurs expertises, nous possédons une richesse extraordinaire dont le Centre d'action bénévole Le Nord est extrêmement reconnaissant.

Prêt de bénévoles

En ce temps de pandémie, il nous a été impossible comme centre d'action bénévole de faire des prêts ou des jumelages de bénévoles. Cependant, dans la vision de CAB le Nordeste, cet aspect du bénévolat reste très important, nous allons donc essayer de renouer avec cette pratique dès que possible.

Cependant, avec l'aide de nos bénévoles, nous avons tout de main été présent pour la campagne des Paniers de Noël, organisés par les Chevaliers de Colomb.

La reconnaissance des bénévoles

La semaine d'action bénévole se déroulait en avril 2020, soit du 19 avril au 25 avril 2020. Le thème qui devait soutenir cette dernière était : Bénévolat c'est chic! Cependant, nous n'avons pu souligner cette semaine comme il se doit. La pandémie de la COVID-19 était à ces débuts. Nous étions en plein confinement.

Cependant, des cartes de remerciement ont été envoyées aux bénévoles. Des messages ont été placés sur nos réseaux sociaux, nous avons fait passer un message à la radio communautaire également.

Le 5 décembre 2020, lors de la journée internationale du bénévolat, nous avons envoyé des cartes postales à chacun d'entre eux.

La promotion de l'action bénévole

Tout au long de l'année, nous profitons de notre page Facebook qui est devenue un incontournable pour notre Centre.

Cette année, pour la Semaine des popotes roulantes, puisque nous étions en pleine pandémie, nous avons dû modifier un peu nos activités pour cette année COVID-19. Nous avons offert, aux maire et agent de développement de chaque municipalité un repas de popote gratuit pour qu'ils puissent en faire la promotion. Des entrevues à la radio et à la télévision ont également été faites. Un bon d'achat pour commander une popote roulante a été remis aux résidents de chaque HLM des municipalités de Longue-Rive à Colombier ainsi qu'aux bénéficiaires qui reçoivent la popote roulante.

Une publicité est publiée toutes les semaines dans le bulletin paroissial.

Notre projet avec nos jeunes bénévoles en est à sa 6e année. Le projet consiste à faire connaître l'action bénévole à un groupe ciblé d'enfants (toujours les mêmes) et de les suivre jusqu'à la fin de leur sixième année. Un cahier personnel à chacun est préparé et

chaque activité est incluse à celui-ci. Les activités suivront l'évolution de l'enfant dans sa scolarisation et lui seront remises à la fin de la sixième année. À la fin du projet, nous pourrions vérifier l'intérêt de ces enfants sur ce qu'est l'action bénévole. Cette année, nos jeunes bénévoles qui sont en 6^e année. Les jeunes ont travaillé à la préparation de la soupe réconfortante qui a été remise à chaque bénévole durant la SAB 2021.

Pour la sixième année consécutive, le Centre est porte-parole du Prix Hommage bénévolat-Québec.

La plate-forme Jebénévole. ca est présenté au cours de l'année à différents organismes ainsi qu'aux bénévoles pour qu'ils utilisent celle-ci à la recherche d'offres bénévoles ou la production d'offre de bénévolat.

Développement de l'action communautaire

Représentation dans le milieu

Le Centre d'action bénévole Le Nord est se doit d'être présent dans le milieu en participant activement aux événements de la communauté.

Un membre du conseil d'administration, la direction, un employé ou un bénévole ont représenté le Centre d'action bénévole aux assemblées générales annuelles suivantes :

- Centraide Haute-Côte-Nord — Manicouagan
- Centre d'activités de la Haute-Côte.
- Fédération des Centres d'action bénévole du Québec.
- Villa Forestville
- Regroupement des organismes communautaires alternatifs en santé mentale
- Association régionale de loisirs pour personnes handicapées
- Chambre de Commerce Colombier, Forestville, Portneuf-sur-Mer, Longue-Rive
- RRASMQ

Ainsi qu'aux concertations suivantes :

- Ville de Forestville
 - Table locale de concertation des aînés de la Haute-Côte-Nord
 - Chambre de Commerce CFPL
 - MRC de la Haute-Côte-Nord
 - Comité transport collectif et adapté de la MRC de la Haute-Côte-Nord
 - Sûreté du Québec
 - Centraide Haute-Côte-Nord–Manicouagan
-

- Regroupement des centres d'action bénévole de la Côte-Nord
- Office municipal d'habitation
- Centre d'activités de la Haute-Côte
- Projet Nourris ton cerveau
- Villa Forestville
- Chevaliers de Colomb
- Comité pour la politique MADA de la MRC

La direction a été interpellée pour siéger sur le comité de la sécurité alimentaire de la MRC Haute-Côte-Nord.

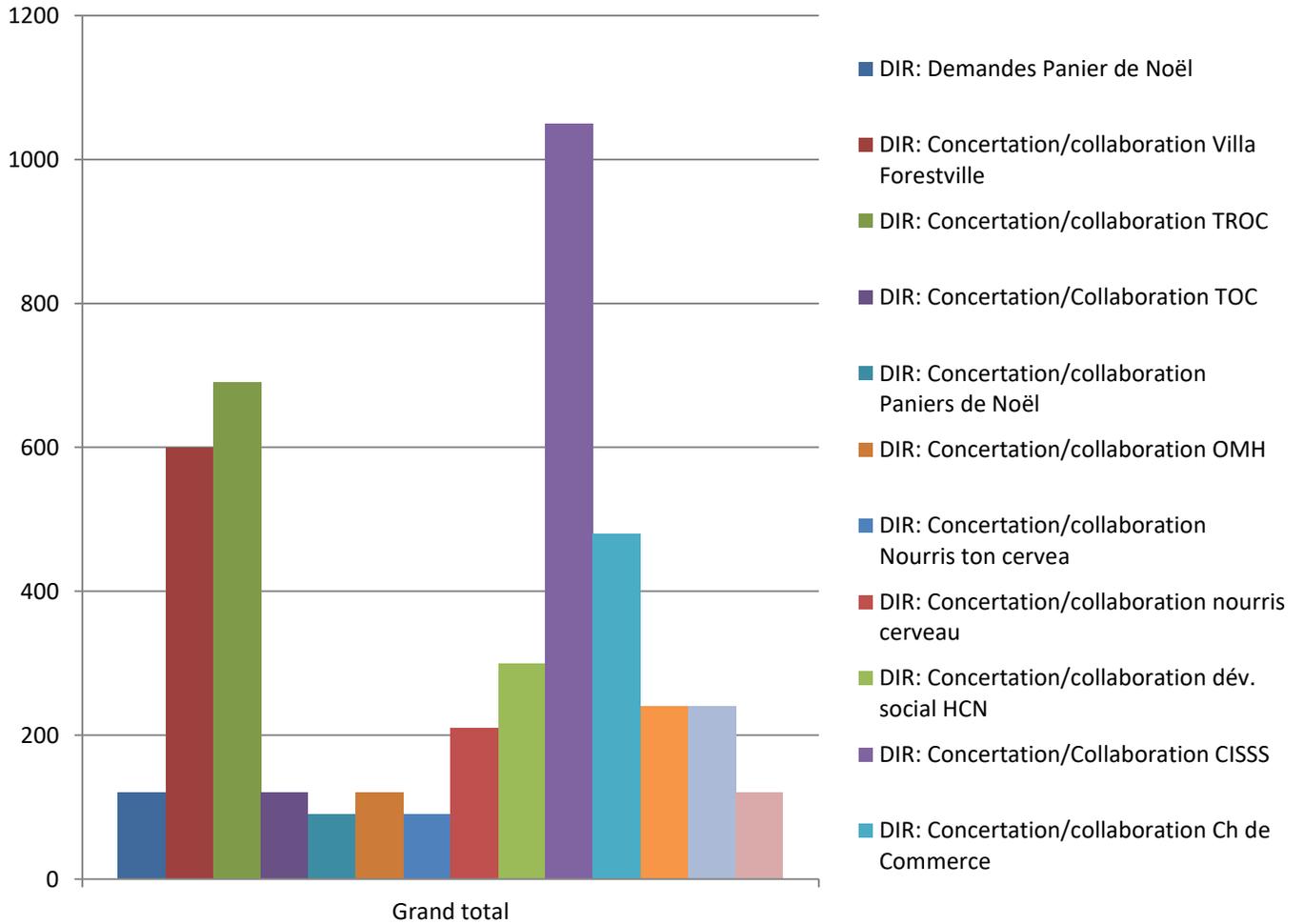
Le Centre d'action bénévole est membre des regroupements ou associations suivantes :

- Regroupement des Centres d'action bénévole de la Côte-Nord.
- Fédération des Centres d'action bénévole du Québec.
- Regroupement des popotes roulantes du Québec.
- Association régionale de loisirs pour personnes handicapées.
- Regroupement des organismes communautaires et alternatifs en santé mentale.
- Table locale de concertation des aînés de la Haute-Côte-Nord
- Chambre de Commerce CFPL
- Communauté d'apprentissage ITMAV du Québec

La direction siège sur les comités suivants :

- Trésorière sur la Table de concertation des aînés de la Haute-Côte-Nord
- Trésorière sur le conseil d'administration du Centre d'activités de la Haute-Côte
- Trésorière sur le conseil d'administration de la Villa Forestville
- Représentante des Centres d'action bénévole aux rencontres des regroupements des Centres d'action bénévole du Québec
- participe au comité de développement socio-économique de la MRC Haute-Côte-Nord
- Administratrice OMH Forestville
- Promoteur du programme Nourris ton cerveau
- Gère le comité des paniers de Noël
- Administratrice de la Chambre de Commerce CFPL

Concertation et collaboration dans le milieu



À noter que les statistiques du tableau sont calculées en minutes.

Activités dans le milieu

Chaque année, le Centre d'action bénévole est le promoteur du programme « Nourris ton cerveau ». Ce projet est une concertation des directions des écoles primaires et de la Polyvalente du territoire Est de la HCN ainsi que l'organisatrice communautaire.

Le Centre prête ses cuisines et ses équipements aux travailleuses sociales du CISSS pour la préparation de repas congelés qui seront donnés aux personnes et familles démunies en complément des dépannages alimentaires offerts en cours d'année par notre organisme.

Le Centre récupère les cartouches d'encre d'imprimante ainsi que les téléphones cellulaires qu'il remet à la Fondation Mira par la suite.

Pour la Campagne des paniers de Noël des Chevaliers de Colomb, le Centre participe à l'organisation de la campagne et à la préparation des paniers de Noël.

Au cours de l'année, plusieurs associations ou organismes ont pu profiter de prêts de locaux au Centre, soit : Plaisir de lire, Chambre de Commerce CFPL, Chevaliers de Colomb.

À la suite de la fermeture des points de service de la Caisse du Centre de La Haute-Côte-Nord, la direction a demandé une collaboration de notre Centre pour voyager leurs aînés une fois par mois pour leur permettre d'effectuer leurs opérations au comptoir.

Le Centre s'est associé au programme ECONOLOGIS. Nous faisons la promotion auprès des familles à faible revenu.

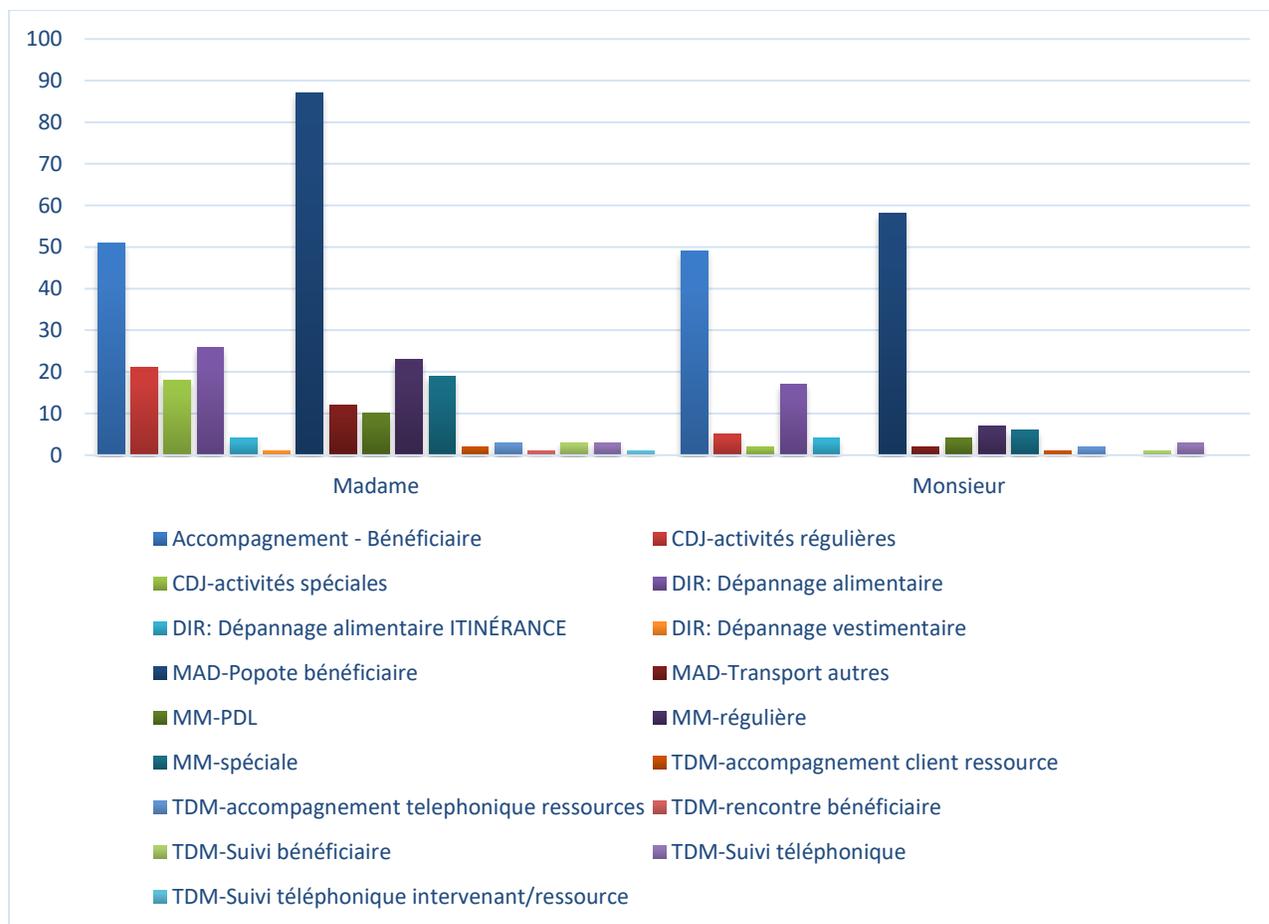
Le travailleur de milieu et la direction ont travaillé de concert avec une bénévole et des intervenants du CISSS pour la préparation d'un planificateur (agenda) pour les aînés dans le cadre d'une activité de la Table locale de concertation des aînés de la Haute-Côte-Nord.

La direction a accompagné l'équipe de Centraide Haute-Côte-Nord-Mancouagan pour la visite des entreprises lors de leur Campagne annuelle de financement.

Services aux individus

En tenant compte du Centre de jour pour personnes âgées, du Centre de jour en santé mentale, du maintien à domicile et du travailleur du milieu, ce sont 343 bénéficiaires qui ont reçu des services au cours de l'année et 84 nouveaux dossiers.

Les bénéficiaires et les services



Les services

Centraide Haute-Côte-Nord/Manicouagan finance le service de dépannage alimentaire. Au total, le Centre a effectué 69 dépannages alimentaires.

Au niveau du dépannage vestimentaire : 7 dépannages vestimentaires. Les vêtements proviennent de la Friperie du Centre.

Au niveau des impôts, nos bénévoles et les employés ont produit 712 rapports d'impôt fédéral et provincial.

Pour la Campagne des paniers de Noël, 85 paniers ont été préparés pour 110 adultes et 35 enfants.

Une entente est en négociation avec le Service de transport collectif et adapté de la MRC de la Haute-Côte-Nord pour offrir un meilleur tarif à notre clientèle qui utilise le service de transport accompagnement médical. Ce dossier est toujours en attente d'être réglé.

Mise en place du frigo communautaire à la Friperie du CAB. À la suite du projet pilote de l'an passé avec les Banques alimentaires du Québec, un frigo et un congélateur sont à la disponibilité des gens du secteur pour une aide alimentaire. Une belle collaboration est créée avec Provigo pour fournir des denrées. Mais cette année, nous pouvons ajouter la collaboration de la Boulangerie Le P'tit Four et le dépanneur Couche-Tard, qui font des dons régulièrement.

La promotion des services

Encore cette année, nous avons publié dans le journal régional, les services offerts aux aînés par le travailleur de milieu pour aînés et les services du maintien à domicile.

Sur Facebook, plusieurs publications ont été faites sur les différents services du CAB durant l'année.

La visite d'entreprise par la direction et l'équipe de Centraide Haute-Côte-Nord lors de leur campagne de financement a permis de présenter les différents services financés par Centraide qui sont dispensés par le Centre.

Don

Plusieurs dons ont été remis au Centre d'action bénévole Le Nordest.

Des particuliers nous ont donné des pommes, des tomates pour nos cuisines ainsi que des produits non périssables. Alors que des commerçants locaux nous permettent de garnir notre frigo communautaire :

Boulangerie au P'tit four : don de produits de boulangerie.

Marché d'alimentation Tradition : don de produits divers.

Provigo : don de produits divers

Agent de la faune : truites, perdrix et orignaux

Des dons en argent ont aussi été faits au CAB. Je pense entre autres à Martin Ouellet,

député provincial, mais également à des particuliers qui ont fait des dons Merci a chacun d'entre vous !

Financement

Comme à chaque année et comme le financement de base est insuffisant, le Centre d'action bénévole se doit d'être à l'affût de sources de financement supplémentaires, voici les principales demandes effectuées :

- Sécurité alimentaire du CISSS CN (Nourris ton cerveau).
- Programme de soutien aux organismes communautaires (subvention de base).
- Différentes congrégations de sœurs (Centre de jour le Mur-Mûre).
- Mesures de formation en entreprise du Centre Local d'Emploi (Aide à la formation, programme PAAS, subvention salariale).
- Centraide Haute-Côte-Nord/Manicouagan.
- Association régionale des loisirs pour personnes handicapées
- MRC Haute-Côte-Nord

Formation

Le Centre d'action bénévole a reçu un certificat "Investissement et compétences". Par ce certificat, le Gouvernement du Québec et les partenaires du marché du travail reconnaissent les entreprises qui s'engagent à investir dans le développement des compétences de la main-d'œuvre.

Voici les formations qui ont été reçues au cours de l'année au niveau de la direction :

- Aider sans se brûler
- Formation en leadership et direction
- Formation avec le CÉGEP de Baie-Comeau : Comptabilité de bas

MAINTIEN À DOMICILE

Mot de la coordonnatrice

Bonjour,

Le service de maintien à domicile coordonne 4 principaux volets : la Popote roulante, le transport accompagnement médical, les bénévoles et la Friperie du CAB.

Cette année, nous avons une augmentation de repas livrés par la Popote roulante due à une journée ajoutée par semaine. Cette 4^e journée n'a pas été offerte toute l'année, seulement en période de confinement en lien avec la COVID 19. C'est plus de 7723 repas ont été livrés à nos bénéficiaires. Plusieurs nouvelles inscriptions des bénéficiaires et de nouveaux bénévoles se sont ajoutés au service.

Le transport-accompagnement médical par nos bénévoles va très bien. La mise en place de la grille tarifaire avec la MRC permet une diminution des coûts directement à nos personnes âgées. Nos bénévoles en transport-accompagnement sont très appréciés par les personnes qui utilisent le service. J'en profite pour remercier nos bénévoles qui ont fait beaucoup de kilomètre encore cette année !

À la Friperie du CAB, nous voyons une grande augmentation des clients et des bénévoles, ceux-ci ont fait un travail extraordinaire, nous les remercions. Notre objectif de vente a presque été atteint, malgré la fermeture de quelques mois.

MERCI aux bailleurs de fonds, à tous nos collaborateurs ainsi qu'aux administrateurs du conseil d'administration.

MERCI à nos bénévoles, vous avez choisi de vous impliquer afin d'aider votre prochain. Quelle joie pour notre organisme de recevoir toute cette aide.

MERCI à mes collègues de travail, vous êtes toujours aidant et formidable, nous formons une équipe du tonnerre !

MERCI à Marie-Eve, directrice générale, qui m'aide énormément dans mes nouveaux défis.

Francine Tremblay
Coordonnatrice MAD

Tableau synthèse — bénévoles/bénéficiaires

Bénévoles		
Bénévoles actifs	2020-2021	2019-2020
Colombier	4	8
Forestville	82	126
Portneuf	2	6
Longue-Rive	1	7
Autres	5	3
Total	94	150
Bénévoles actifs par secteur		
Friperie	22	29
Transp. commission	1	2
Transport accompagnement		
Colombier	1	1
Forestville	8	12
Portneuf	0	1
Longue-Rive	0	1
Total	9	15
Popote roulante		
Forestville	29	21
Portneuf	0	1
Colombier	0	0
Total	29	22
Activités diverses	0	0

Bénéficiaires actifs		
Transport commissions/autres	2020-2021	2019-2020
HLM	2	1
Forestville	7	5
Autres	1	13
Total	10	19
Transport accompagnement		
Colombier	2	1
Forestville	56	67
Portneuf	8	9
Longue-Rive	13	23
Autre	0	0
Total	79	100
Popote roulante		
Colombier	13	8
HLM & Forestville	104	71
Portneuf	20	15
Longue-Rive	19	13
Centre de Jour	N/D	0
Mur-Mûre	N/D	0
Total	156	92
Maintien à domicile		
Heures de bénévolat	7 653,32	5 155,15

Notes importantes sur les méthodes de calcul

- En transport accompagnement, le nombre d'heures est calculé du domicile du bénévole jusqu'à son retour à la maison.
- Lors d'une activité d'une durée d'une heure impliquant par exemple 5 bénéficiaires, nous inscrivons une (1) heure d'activité (et non 5 heures). Cependant, si cinq bénévoles – accompagnateurs participaient à cette activité, nous comptabiliserons un total de 5 heures de bénévolat.
- Lorsqu'elles sont rémunérées, les heures effectuées par nos permanents (si elles sont comptabilisées) sont comptabilisées en heures à l'interne et non en heures de bénévolat.
- Révision des dossiers suspendus versus les nouveaux bénéficiaires réguliers.

Support aux bénévoles

Clientèle visée

- Les personnes bénévoles de notre organisme et des organismes sans but lucratif de la région.

Objectifs

- Viser le développement des capacités et des compétences des bénévoles.
- Soutenir l'engagement des bénévoles par de la formation, de l'encadrement dans leurs actions et par la reconnaissance de leur participation.
- Aider, encourager, protéger et soutenir les efforts et le travail des bénévoles.

Les bénévoles étant à la base de la majorité des services dispensés par le CAB Le Nord-est, il est donc important que celui-ci puisse agir de façon autonome non sans toutefois avoir reçu les bases nécessaires à son implication.

Puisque son engagement est bénévole, on doit donc pouvoir lui assurer une liberté face à la clientèle, à son champ d'action, à la durée de son engagement ainsi que sur le partage de ses expériences et compétences.

Pour ce faire, le bénévole peut compter sur la collaboration soutenue du personnel du Centre ainsi que sur une gamme de services élaborés en fonction de ses compétences, de ses capacités et de ses motivations.

Voici les services que nous offrons aux bénévoles :

Accueil : Entrevue individuelle
Informations sur toutes les activités reliées à nos services

Formation : Conférences (journée Présages, S.A.B.)
Café-rencontre thématique
Formations spécifiques

Orientations : Publicité
Entrevue personnalisée
Orientation de nos bénévoles

Suivi : Mise à jour des fiches personnelles de nos bénévoles

Support : Dépliants des services

Documentation diverse

Page Facebook pour des informations pertinentes

Puisque la collaboration des bénévoles est primordiale aux succès de nos activités, habituellement, nous organisons durant l'année des rencontres entre le personnel et les bénévoles. Des activités qui ont pour but de remercier les bénévoles de leur dévouement, de créer un sentiment d'appartenance au CAB et de permettre un échange entre les personnes. Dans le même sens, les conférences et formations ont comme objectif de motiver et alimenter nos bénévoles de nouvelles connaissances.

- ⇒ **Le 5 à 7 de la Journée internationale des bénévoles.** Cette année, nous avons fait parvenir par la poste une carte postale à tous nos bénévoles actifs pour les remercier, des remerciements sur notre page Facebook ainsi que des tirages de cartes cadeaux.
- ⇒ **Semaine de l'action bénévole :** Aucune activité présentielle n'était permise due à la pandémie. La pandémie a fait son apparition au Québec fin mars. Nous avons prévu recevoir nos bénévoles pour un repas afin de souligner leur implication et les remercier, mais nous avons dû annuler cette activité.

Défis et enjeux

Nous devons maintenir et augmenter notre bassin de bénévoles pour les prochaines années. C'est en revoyant nos pratiques, tout en plaçant au cœur de cette réflexion le bénévole « nouvelle génération ». Nous devrions être en mesure de proposer une démarche claire et sécurisante au futur bénévole, en adaptant son implication tout en permettant de compter sur ceux-ci pour convaincre d'autres personnes de l'importance de l'action bénévole.

Promotion de l'action bénévole

Afin de poursuivre notre travail auprès de la population, l'action bénévole est primordiale. La définition du bénévole est : une personne qui rend un service sans demander de rémunération en retour, sans en tirer de profit.

Pour remercier ses bénévoles, le CAB offre des activités de reconnaissance.

Lors de la Journée internationale des bénévoles, le 5 décembre 2020, un 5 à 7 est habituellement organisé pour les bénévoles. Alors que, durant la Semaine de l'action bénévole, nous offrons un repas. Cette année, ces activités ont été annulées dues à la pandémie de la COVID-19.

Avec l'arrivée de la pandémie en mars 2020, nous n'avons pas pu compléter les activités avec nos jeunes bénévoles ainsi que toutes les autres activités avec nos bénévoles, encore une fois, suite à la COVID-19.

Le développement de l'action bénévole et communautaire

Sensibiliser la population en générale sur l'importance de l'implication bénévole, le vieillissement de la population et les besoins grandissants.

Recrutement :

- Effectuer une mise à jour des informations concernant la prochaine génération de bénévoles pour adapter les procédures et politiques et revoir les pratiques d'encadrement

Sensibiliser la population sur les différents services qu'offre le Centre d'action bénévole Le Nord-est.

Cibles visées :

- Organismes sociaux et communautaires
- Regroupements et syndicats
- Population (Colombier, Longue-Rive, Forestville et Portneuf-sur-Mer)
- Développer le bénévolat jeunesse
- Recherche d'expériences pilotes, de matériel concernant les jeunes et le bénévolat.
- Continuer notre projet « Jeunes bénévoles ». Cibles visées : Milieu scolaire

Support aux bénévoles :

- Revoir l'ensemble des politiques et procédures d'accueil, de soutien, d'encadrement et de remerciement.
- Réviser les guides des différents services. Mise à jour des formations de base relatives aux différents services

Orientations 2021-2022

Services aux individus

Promotion et développement des services

Continuer la promotion et le développement des services dans les différents secteurs :

- Popote roulante.
- Transport accompagnement et transport commissions.
- Friperie

Bénéficiaires

Objectif : Révision annuelle des dossiers. Nous nous devons de compléter la mise à jour des dossiers des bénéficiaires « pour l'ensemble des services aux individus ».

Cibles visées : L'ensemble de la clientèle des services de maintien à domicile.

Suivi des services

Objectif : Continuer l'opération visant à vérifier la rentabilité des services ainsi que le degré de satisfaction des bénéficiaires.

Cibles visées : L'ensemble des services, mais plus particulièrement la popote roulante et le transport accompagnement.

Clientèle visée

Personnes âgées, convalescentes, malades chroniques, personnes ayant un handicap physique et/ou intellectuel, familles supportant ces personnes. Toutes personnes ou familles qui éprouvent des difficultés temporaires.

Objectifs

Améliorer la qualité de vie en favorisant le maintien et l'amélioration de l'autonomie des personnes vivant à domicile et en apportant également un soutien au réseau naturel de la personne. Apporter un soutien, une aide dans la recherche de solutions qui favoriseraient la prise en charge de la personne.

Défis et enjeux

Continuer le travail afin de répondre aux besoins grandissants. Pour ce faire, il faudra concentrer notre action sur la pierre angulaire de nos services, le bénévole. À cette tangente de plus en plus évidente du vieillissement de la population, nous devons concentrer nos efforts sur le recrutement de nouveaux bénévoles certes, mais principalement sur des actions visant à faire en sorte que ceux-ci restent au sein de notre organisme et qu'ils fassent partie de l'opération.

Grâce au travail d'équipe, le CAB met en place de nouvelles stratégies afin d'offrir un soutien à la coordination permettant de consolider l'offre de services, de soutenir le bénévolat et de permettre l'expansion nécessaire à une demande sans cesse grandissante.

Services offerts

Pour ce qui est des services en maintien à domicile offert par le Centre, vous trouverez dans les prochaines pages les statistiques et les comptes rendus du service de transport accompagnement, du service de popote roulante et du service de la friperie.

Le transport accompagnement (sociocommunautaire & médical)

Centre d'action bénévole Le Nordeste

9, 11^e Rue

Forestville (Québec) G0T 1E0

Courriel : mad.cab@lenordest.org

Site internet : www.lenordest.org

Heures d'ouverture du bureau administratif

	Septembre à mai	
Lundi au vendredi	8 h à 12 h	13 h à 16 h
	Juin à août	
Lundi au jeudi	8 h à 12 h	12 h à 16 h
Vendredi	8 h à 12 h	

Description du service : Le transport accompagnement est un service du Centre d'action bénévole Le Nordeste. C'est un service qui répond à un besoin non comblé par le système de transport privé ou public déjà en place. C'est la notion d'accompagnement qui est la base de l'acceptation ou non de la demande.

Clientèle : La clientèle provient du territoire situé entre Longue-Rive et Colombier. Elle est constituée de personnes ayant besoin d'accompagnement et qui ne peuvent utiliser les autres moyens de transport. Ce sont des personnes isolées et à mobilité réduite dont la famille ou les proches ne sont pas ou peu disponibles.

- Personnes âgées
- Personnes en perte d'autonomie, personnes handicapées
- Personnes référées par le réseau

Disponibilité du service : Le service est offert 12 mois par année, 7 jours sur 7.

Autorisation : Le Centre d'action bénévole possède l'autorisation gouvernementale nécessaire pour effectuer ce type de transport contre rémunération. Le service veut répondre à un besoin non comblé par le système de transport privé ou public en place. C'est donc la notion "d'accompagnement" qui est à la base de l'acceptation ou non de la demande.

Endroits desservis : Les demandes doivent être reliées à des "rendez-vous médicaux" dans les services de santé du Québec, Charlevoix, Saguenay, Escoumins, Forestville, Baie-Comeau et Sept-Îles.

Coûts : Le coût des transports varie selon différents critères. Tout dépend de la

destination du rendez-vous et du programme accessible au bénéficiaire.

Conducteur : Le transport est effectué par un conducteur bénévole inscrit comme tel au Centre d'action bénévole. Sa rémunération est reliée au kilométrage selon sa destination, et constitue qu'une compensation reliée aux frais d'utilisation de son automobile.

Pour information : Un dépliant complet sur le service est disponible au secrétariat du C A B Le Nordest, par courriel, télécopie ou par le site du Centre d'action bénévole au www.lenordest.org. L'information circule aussi par les médias sociaux, les médias régionaux, la Télévision communautaire et est également disponible auprès des « intervenants du réseau » qui ont reçu le dépliant explicatif et le formulaire de demande pour l'ensemble des services.

Voici en graphique le nombre de transports effectués en fonction de la ville des rendez-vous médicaux des bénéficiaires.

Tableau statistique : Transport accompagnement

Année	Destination							Total des services rendus
	Québec	Charlevoix	Saguenay	Escoumins	Forestville	Baie-Comeau	Autres	
2020-2021	70	3	28	37	33	346	16	533
2019-2020	71	2	33	65	40	364	2	577

	2020-2021	2019-2020
Bénéficiaire	96	57
Conducteur	9	15

	Hrs de bénévolat	km parcouru
2020-2021	2 867,3	143 389
2019-2020	3 125,4	151 643

Kilométrage parcouru par les bénévoles : 143 389 km

On peut observer une diminution niveau du kilomètre parcouru et des heures de bénévolat depuis la dernière année. Il faut noter que durant l'année une personne qui était en hémodialyse à Baie-Comeau est décédée et que plusieurs rendez-vous n'ont pas eu lieu dû au Covid-19.

La Popote roulante

Centre d'action bénévole Le Nordest

9, 11^e Rue

Forestville (Québec) G0T 1E0

Tél. : 418-587-4226 Téléc. : 418-587-6101

Courriel : mad.cab@lenordest.org

Site internet : www.lenordest.org

Heures d'ouverture du bureau administratif

Septembre à juin		
Lundi au vendredi	8 h à 12 h	13 h à 16 h
Juin à août		
Lundi au jeudi	8 h à 12 h	13 h à 16 h
Vendredi	8 h à 12 h	

Clientèle : La Popote roulante est un service de repas chauds, livrés à domicile par un baladeur/bénévole du Centre d'action bénévole. Le service est offert aux personnes qui résident sur le territoire desservi par Le Nordest (Longue-Rive à Colombier) et qui répondent aux critères d'admissibilité du service. Le bénéficiaire doit être âgé de 65 ans et plus, vivant seul ou en couple, présentant une problématique de santé physique ou vivant une situation émotionnelle difficile qui justifie l'utilisation du service. Cependant, en collaboration avec les intervenants du réseau (personnes référées par le réseau de la santé et des services sociaux) peut également avoir accès à la popote roulante.

- Personnes handicapées physiques ou vivant des problèmes de santé (physique ou psychologique)
- Personnes en attente de service, en convalescence ou en perte d'autonomie. Les bénéficiaires sont éligibles au service pour une période déterminée (court ou long terme) et les dossiers sont réévalués au minimum tous les ans.

Disponibilité du service : Depuis mars 2020, nous avons offert le service de popote roulante 4 fois/semaine de mars à juin ainsi que des repas congelés pour le temps des vacances d'été afin d'aider les bénéficiaires lors de la pandémie. Alors que pour le reste de l'année, on offre 3 jours semaine de popote roulante, soit le mardi, mercredi et jeudi.

Opération : Une cuisinière permanente fait les repas pour la popote roulante ainsi que pour le Centre de jour pour aînés et le Mur-Mûre. Une aide-cuisinière est présente du lundi au vendredi. Des baladeurs/bénévoles s'occupent de la livraison des repas.

Coûts : Les repas sont offerts à un coût très modique. Il comprend toujours la soupe, le plat principal et le dessert. Le tout est payable à la livraison ou sur facturation mensuelle.

Municipalités desservies : Le service est actuellement offert dans toutes les municipalités du secteur soit, Colombier, Forestville, Portneuf-sur-Mer et Longue-Rive.

Pour information : Tout comme pour les autres services, un dépliant complet est disponible au secrétariat du Nord-est, par courriel, télécopie ou par le site du Centre d'action bénévole au www.lenordest.org. L'information circule aussi par les médias sociaux, les médias régionaux, la Télévision communautaire et est également disponible auprès des « intervenants du réseau » qui ont reçu le dépliant explicatif et le formulaire de demande pour l'ensemble des services.

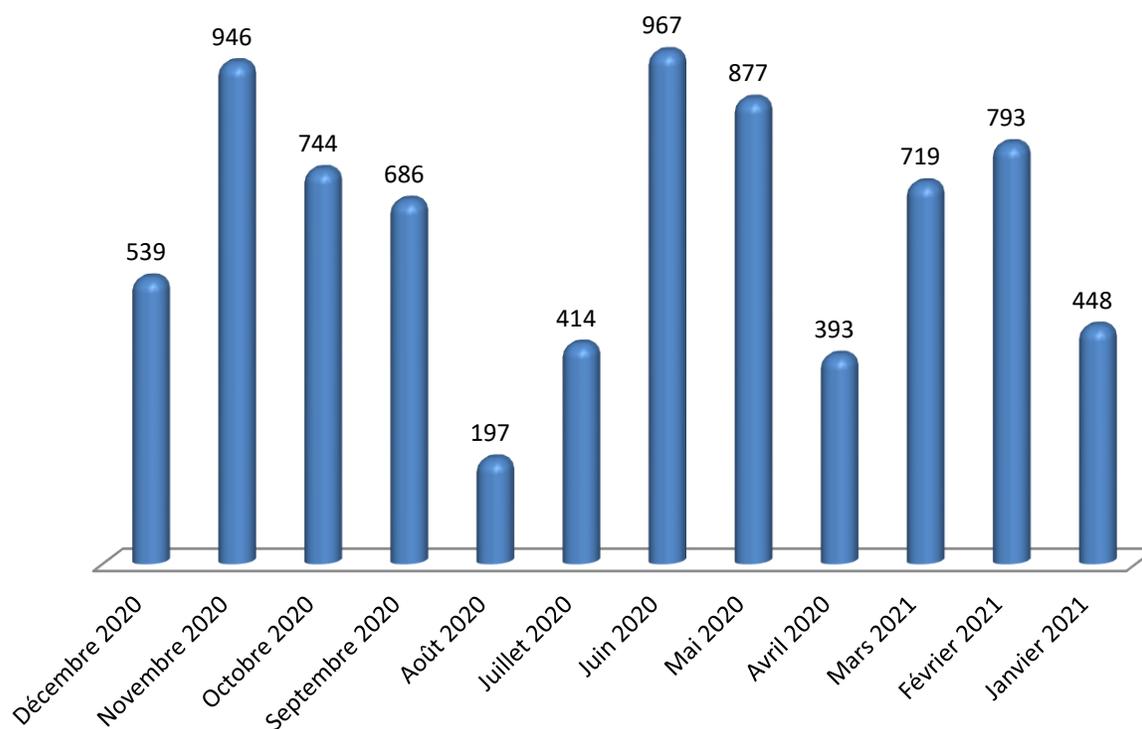
Orientations 2021-2022

Continuer d'offrir des repas variés. Faire la promotion pour que le service soit encore plus connu. Augmenter le nombre de bénévoles baladeur.

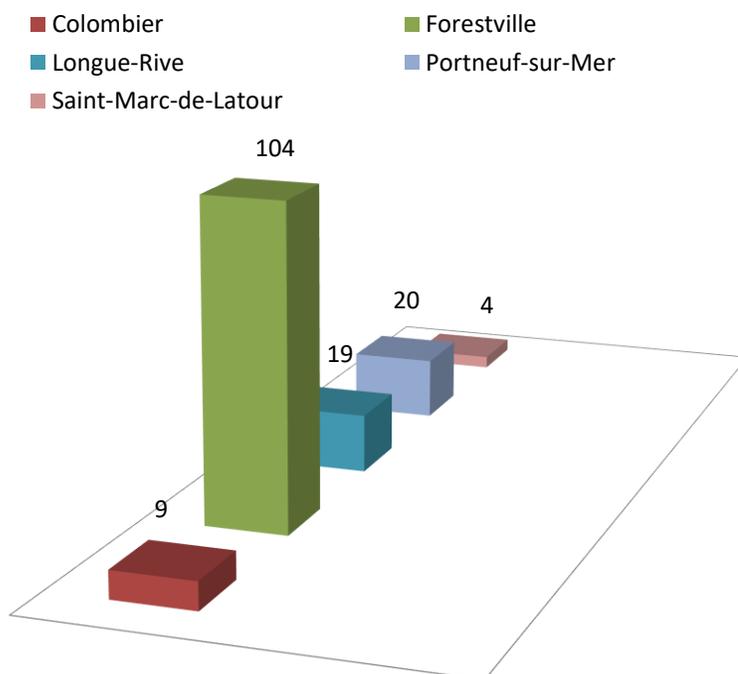
Résumé du service de Popote roulante

Nous avons préparé 7 723 repas livrés par 29 baladeurs qui ont cumulé un total de 839,2 heures de bénévolat. Nous avons effectué 144 jours de popote durant l'année, soit une moyenne de 5,83 heures de bénévolat par jour pour nos baladeurs et le service n'est pas disponible de la mi-juin jusqu'en septembre. Nous livrons en moyenne 54 repas par jour et avons eu 156 bénéficiaires. À noter que dû aux fermetures d'école, restaurants et autres services non essentiels, plusieurs nouveaux bénévoles se sont ajoutés pour le temps de la pandémie et plusieurs ont maintenu le service !

Nombre de repas par mois



Nombre d'utilisateurs par municipalité



Les ventes de la Popote roulante englobent les repas offerts lors de la livraison, les repas congelés, mais également les repas qui sont servis dans les Centres de jour (Centre de jour pour aînés et le Mur-Mûre) ce qui explique l'augmentation des ventes brutes. Les Centres de jour ont des bénéficiaires réguliers.

Promotion des services

Durant l'année 2020-2021, la promotion du service de Popote roulante a été faite à plusieurs égards. Le travailleur de milieu est un outil important pour l'apport de la clientèle. Lors de son repérage ou des visites chez les aînés, si la situation est propice, elle parle du service. On pense également aux travailleurs sociaux qui parlent de notre service aux gens susceptibles de pouvoir en bénéficier. Concrètement, en tant que coordonnateur du service, il va de soi que la promotion sur le terrain est moins propice. Cependant, avec l'orientation de 2021-2022, un kiosque sera fait dans quelques endroits stratégiques afin de présenter les différents services offerts par le CAB.

La Friperie

Centre d'action bénévole Le Nordest

15, 2^e Avenue

Forestville (Québec) G0T 1E0

Tél. : 418 587-4226 Téléc. : 418 587-6101

Courriel : mad.cab@lenordest.org

Site internet : www.lenordest.org

Heures d'ouverture de la friperie

	Avril à Mars
Lundi au vendredi	12 h à 16 h

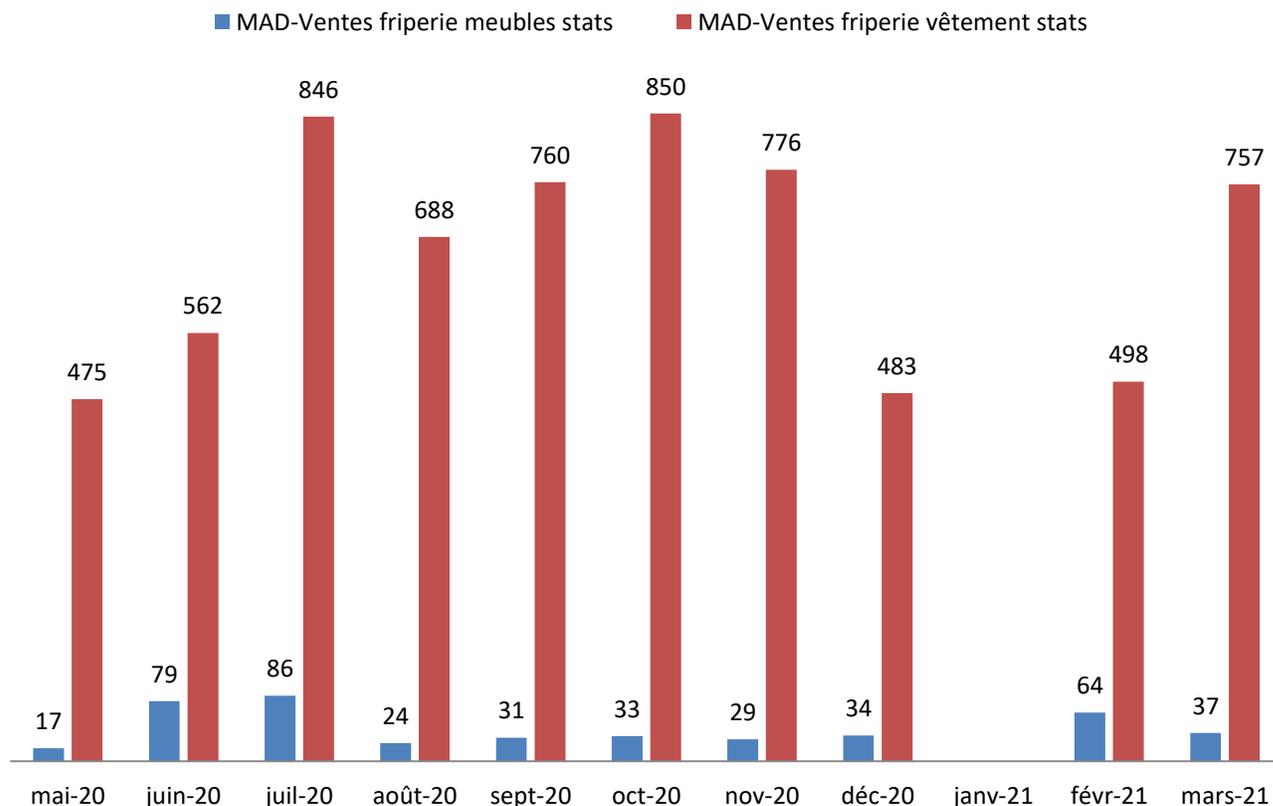
Historique : L'acquisition d'une nouvelle bâtisse au mois de décembre 2013 a permis au Centre d'action bénévole d'aménager une surface de vente améliorée. En février 2014, l'ouverture officielle a eu lieu et la popularité de la friperie ne cesse de grandir.

Le conseil d'administration a pris la décision d'acquérir une nouvelle bâtisse. Encore aujourd'hui, ils en sont fiers, car la popularité de la friperie prouve hors de tout doute que le besoin est bien présent.

Par conséquent, l'augmentation de la fréquentation ainsi que des ventes s'explique avec une année complète d'ouverture même en saison estivale.

Opération : Une personne à temps plein et 39 bénévoles actifs ont participé aux opérations de la friperie au cours de la dernière année totalisant 2 840,58 heures de bénévolat.

Nombre de clients à la caisse



Une moyenne de 6 646 transactions a été enregistrée pour l'année. Cette année, c'est une moyenne de 664 transactions par mois. De plus, notre friperie a dû fermer 2 mois.

Promotion des services

Plusieurs promotions ont été en vigueur cette année à la Friperie. On pense principalement aux ventes 2 pour 1, qui ont eu lieu à quelque reprise pendant l'année et la publicité sur les réseaux sociaux.

***CENTRE DE JOUR
(PERSONNES ÂGÉES)***

Mot de la coordonnatrice

Bonjour à tous

Cette année a été très particulière due à la COVID-19. Les activités ont été suspendues en avril/mai/juin/août et janvier... Ce fut très difficile pour moi d'être si prêt et long à la fois des gens qui participent au Centre de jour.

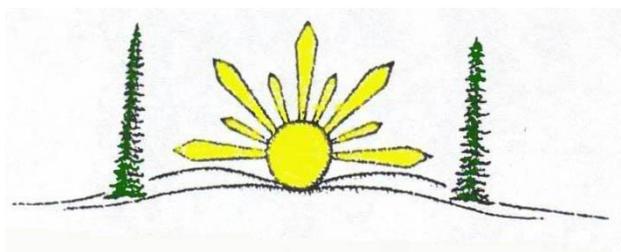
Cette pandémie nous a obligés à nous réinventer. Avec l'aide de mes collègues du Centre de jour le mur-Mûre, nous avons créé un marché Good Food version Nordest, qui a été livrée au grand bonheur de tous. J'ai également passé des heures au téléphone avec les aînés, je me suis concentrée sur ce que je pouvais faire pour eux malgré la pandémie. Comme par exemple, je leur ai livré de petits cadeaux pour passer le temps, j'ai fait, avec certains, des appels Facetime tout en discutant de la pluie et du beau temps. Je me suis rendu compte que même si mon travail n'était plus le même, les personnes avaient un besoin réel du contact que nous avons ensemble.

Le retour des activités a été très attendu malgré les peurs et les craintes de certains(es). Nous avons débuté tout en douceur et en suivant bien les mesures sanitaires.

Un nouveau projet a vu le jour suite à tous ces bouleversements. Le projet « séance photo » consiste à créer des photos des gens qui participent au Centre de jour. Nous avons voulu recréer une véritable séance photo en étant aux petits soins avec nos mannequins (qui se sont préalablement inscrit) le temps d'une journée ! Plusieurs bénévoles étaient présents pour m'aider lors de ces journées, je tiens à les remercier ! Les photos sont placées sur le Facebook du Nordest chaque semaine, et ce jusqu'à l'été. Un merveilleux projet, grandement apprécié de tous !

Sur ce je vous souhaite une année rayonnante et peu importe ce qu'il faudra adapter dans cette prochaine année, nous le ferons 😊

Anne-Marie Bernard
Coordonnatrice
Centre de jour pour aînés



Centre de jour Le Nord-est

9, 11^e Rue, Forestville (Québec) G0T1E0

Téléphone : 418 587-4226

Télécopieur : 418 587-6101

cdj.cab@lenordest.org

www.lenordest.org

Journées d'ouverture

Lundi : 10 h à 15 h

mardi : 10 h à 15 h

mercredi : 10 h à 15 h

Jeudi 10 h à 15 h

Chaque jour le diner est servi sur place

(Prendre note que nous utilisons le service de Popote roulante les mardis, mercredis et jeudis)

Les activités se déroulent de début septembre à la fin juin

On y retrouve les critères suivants :

- Mémoire
- Concentration
- Pensée positive
- Activités physiques
- Jeux de groupe
- Sociabilisation
- Activités spéciales récréatives
- Ateliers d'artisanat
- Découverte

Clientèle visée

Personnes âgées de 65 ans et plus en perte d'autonomie physique, psychologique ou sociale.

Objectifs

Maintenir les acquis, briser l'isolement, améliorer l'autonomie et la capacité fonctionnelle dans le but de maintenir les aînés à domicile le plus longtemps possible.

Présences et fréquentations	2020-2021	2019-2020
Nombre de personnes inscrites	37	43
Femmes	29	35
Hommes	8	8
Réguliers	16	19
Occasionnels	0	8
Non actifs	12	0
Nouvelles inscriptions	5	5
Départs (à ce jour)	21	9
Décès	6	2
Refusé	0	0
Nombre de jours d'ouverture	80	131

	2020-2021	2019-2020
Nombre de bénévoles		
Nombre d'heures de bénévolat		

Problématiques rencontrées

1. Perte d'autonomie
2. Isolement (état dépressif)
3. Situation d'abus
4. Perte d'un être cher

Mission et objectif

Le Centre de jour répond aux besoins des personnes âgées qui vivent des pertes d'autonomie au point de vue physique, psychologique et/ou social. Notre mission est de mettre sur pied des activités pour les aider à améliorer leur état ou à le maintenir adéquatement le plus longtemps possible.

Caractéristique de la clientèle

Nombre de bénéficiaires du 1^{er} avril 2020 au 31 mars 2021

ÂGE	Moins de 65 ans		65 — 74 ans		75 — 84 ans		85 ans et plus		Sous-total		Total 20-21	Total 19-20
	F	M	F	M	F	M	F	M	F	M		
Bénéficiaires Actifs au départ			4		12	2		2	16	4	20	30
Bénéficiaires Non-Actifs			1		3	1	5	2	9	3	12	8
Inscriptions					4			1	4	1	5	5
Sous-total (1)			5		19	3	5	5	29	8	37	43
Départs			3		4		5	3	12	3	15	9
Décès			1		3	1		1	4	2	6	2
Refusé											0	0
Annulé											0	1
Sous-total (2)			4		7	1	5	4	16	5	21	11
TOTAL ACTIF											16	32
ÂGE MOYEN DE LA CLIENTÈLE											81	81

Fréquence des présences

ÂGE	Moins de 65 ans		65 — 74 ans		75 — 84 an		85 ans et plus		Sous-total		Total 20-21	Total 19-20
	F	M	F	M	F	M	F	M	F	M		
1 fois/mois											0	7
2 fois/mois					1				1	0	1	5
1 fois/sem.			1		11	1		2	12	3	15	20
2 fois/sem.											0	
TOTAL			1		12	1		2	13	3	16	32

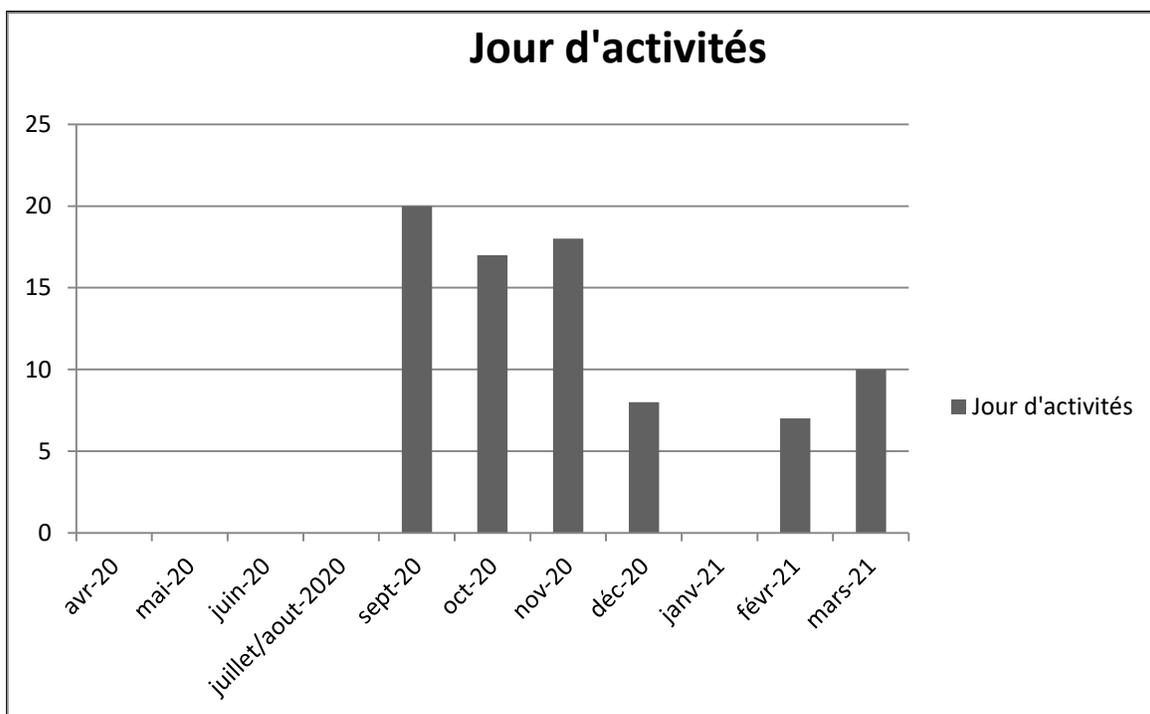
Problématiques rencontrées chez les bénéficiaires

Problématiques psychosociales	Nombre	
	20-21	19-20
Isolement (aucune ou peu de visite ou appel des parents ou proches)	25	14
Perte d'un être cher	0	0
Problème d'adaptation à la situation de vieillissement	37	43
Problème d'adaptation à un changement de milieu de vie	3	3
Personne vivant des états dépressifs	6	5
Consommation abusive d'alcool ou de médicaments	0	0
Situation d'abus	1	2
Manque d'information	2	4
Autres	0	0

Difficultés au plan d'autonomie

Activités de vie quotidienne	Nombre	
	20-21	19-20
Soins personnels		
Se nourrir	3	1
Se laver	10	18
Entretien personnel (manucure, pédicure)	10	11
Mobilité		
Marcher	14	17
Monter les escaliers	14	15
Communication		
Voir	19	10
Entendre	10	12
Parler	6	3
Fonctions mentales		
Mémoire	10	9
Orientation	4	6
Problèmes de comportement	4	6
Activités de vie domestique		
Préparation des repas	13	10
Faire la lessive	11	8
Prendre des médicaments	5	10
Faire son budget	7	8

N.B. La majorité de nos bénéficiaires reçoivent les services de soins et/ou services à domicile du Centre de santé des Nord-Côtiers et/ou de la Coopérative de solidarité d'aide à domicile HCN.



*Prendre note que :

- le mois de juillet/août, le Centre de jour est fermé pour la période estivale.
- Fermeture du Centre de jour du 1^{er} avril au 31 août 2021(Covid-19)
- Janvier 2021 Fermeture Covid-19

Demande d'admission

Détails	20-21	19-20
Demandes acceptées	3	5
Demandes refusées	0	0
Demandes annulées par le requérant	2	3
Demandes annulées par cause de décès	0	0
En attente du suivi	2	0
TOTAL	7	8

Détail sur bénéficiaire :

Provenance des bénéficiaires	20-21	19-20
Domicile privé	23	25
H.L.M. et Villa Forestville	11	13
Maison d'hébergement	3	5
TOTAL	37	43

Provenance des bénéficiaires par municipalité	20-21	19-20
Forestville	29	33
Colombier	1	4
Portneuf-sur-Mer	3	2
Longue-Rive	2	1
St-Marc	2	3
TOTAL	37	43

Références	20-21	19-20
Service communautaire (CLSC)	9	12
Bénéficiaire lui-même	16	17
Amis, famille	8	8
Personnes du Centre de jour	2	4
Travailleur de milieu	2	4
TOTAL	37	43

Raisons de départ	Femmes	Hommes
Maladie	1	1
Transfert	2	1
Décès	4	2
Succès	0	0
Refus de l'utilisateur	9	1
TOTAL	16	5

2019-2020	8	2
-----------	---	---

Nombre de présences

Présences et temps de fonctionnement	2020-2021	2019-2020
Jours d'ouverture du centre de jour	80	131
Présences des bénéficiaires	332	812

Services offerts

Avril/mai/juin *Fermeture du centre de jour dû à la Covid-19

Téléphone d'amitié (chaque semaine)
 Livraison légume et présent à Pâques)
 Livraison cahier d'activités
 Livraison « Marché Good Food »

Tâche spéciale Covid-19

- Aide à la popote
- Responsable de la friperie
- Ménage/Peinture de nos bureaux et locaux
- Service commission des aînés
- Responsable Bac pour frigo communautaire
- Achat, planification et préparation (retour d'activités)

Activité spéciale

- Fête d'entrée
- Spécial Halloween
- Fête de Noël
- Bingo
- Présentation des services (Travailleur de milieu)
- Projet « Séance photo »
- Activités Nutrition (Caroline Jean)
- Cabane à sucre
- Peinture
- Activités de financement (Collecte de bouteille)
- Inscription concours déco Halloween

Sorties

- Quille
- Magasinage des fêtes (Baie-Comeau)
- Atelier d'écriture (Haïku)
- Cinéma
- Vente de garage

Ateliers

- Formation tablette pour aînés

Prendre note que le retour des activités a été fait avec les mesures nécessaires.

Développement des connaissances

Formations et rencontre pour employés et bénévoles

- Zoom Centre Saint-Pierre (Pour que mon engagement au travail continu d'avoir du sens)
- Zoom Présage (Face à la vague)
- Zoom S.M.Q (Attends-tu de manquer de jus)
- Webinaire Psychologie positive (Christine Michaud)
- Webinaire RPA (Intimidation)
- Webinaire (La petite vie en résidence)
- *Réunion planificateur pour aînés*

Orientation 2021-2022

- Aider les aînés à maintenir ou retrouver leur autonomie par tous les moyens possible
 - Garder notre attention bien vive pour dépister les cas d'abus et maltraitance.
 - Continuer les interventions positives auprès des aînés dans le but d'augmenter l'estime de soi et la prise de conscience de la valeur de leurs expériences
 - Être présent, à l'écoute et disponible pour les aînés
-

**CENTRE DE JOUR LE
MUR-MÛRE**

Mot de la coordonnatrice et de l'animatrice

Bonjour à tous,

L'année que nous venons de terminer fut encore une fois une année particulière et remplie d'incertitude (COVID). Cela nous a demandé beaucoup de résilience et de créativité. Au début de la pandémie, nous avons suspendu les activités le temps de se réorganiser afin de respecter les consignes sanitaires demandées.

Par le fait même, nous avons dû réorganiser nos groupes et diminuer le nombre afin de pouvoir être à 2 mètres. Nous nous sommes quand même fait un devoir d'offrir des activités de qualité, intéressantes et diversifiées tout en demeurant chacun à sa place.

Malgré la pandémie nous avons été présents (en zoom) sur différentes tables de concertation telles que l'ARLPH et ROCASM.

Merci à CENTRAIDE pour l'aide financière offerte au Mur-Mûre, votre subvention est vraiment essentielle et importante. Cela nous permet d'avoir une assistante et offrir plus de journées aux Escoumins.

Merci à l'ARLPH (association de loisirs pour handicapés). Merci pour les argents offerts dans les différents projets. Notre clientèle bénéficie pleinement de ces journées spéciales que nous offrons grâce à cela. Merci de votre visite les gens ont bien apprécié.

Merci à Plaisir de lire, merci pour ces beaux après-midis passés avec toi Pascale. Les gens ont du plaisir à apprendre et/ou revoir la grammaire, les mathématiques et l'ordinateur.

Je ne peux passer sous silence la précieuse collaboration avec les intervenants du CLSC Forestville et Escoumins. Merci pour votre présence lorsque nous avons besoin, merci pour votre écoute, merci d'être présent à chaque fois que nous et/ou les personnes du centre de jour avons besoin.

Merci aux personnes du centre de jour. Merci de faire un bout de chemin avec nous. Ensemble nous continuons de nous épanouir dans l'entraide, le respect et la bonne humeur. Merci de nous faire confiance.

Merci à tous nos bénévoles, car sans votre soutien nous serions débordées.

Merci ! Merci ! À l'équipe du Nordest. Merci à la direction et aux collègues de travail qui n'hésitent pas à venir nous épauler quand le besoin se fait sentir. Quand une problématique survient, toute l'équipe met l'épaule à la roue afin de donner son maximum. Merci !

Merci aux membres du conseil d'administration, merci de croire en nous et de continuer à nous appuyer dans nos divers projets.

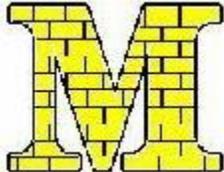
À vous tous je souhaite bon été

Maryse Villemure

Coordonnatrice/animatrice

Laurie Brisson

Assistante/animatrice

CENTRE  **LE** **UR-MÛRE**

Le Centre de jour possède 2 points de service

Forestville 9, 11^e Rue
Forestville (Québec) G0T 1E0

Téléphone : 418 587-4226
Télécopieur : 418 587-6101
Courriel : murmure.cab@lenordest.org

Escoumins : 9 rue Roussel
Les Escoumins, Québec G0T 1K0

Téléphone : 418 233-3984
Télécopieur : 418 587-6101

Les activités ont lieu du lundi au vendredi de 10 h à 15 h 30

Les activités, dans les deux points de service, débutent vers la fin août et se terminent à la fin juin.

Clientèle visée : Le Centre de jour Le Mur-Mûre couvre le territoire de Colombier à Sacré-Cœur. Il s'adresse aux personnes de 18 ans et plus ayant un diagnostic et/ou une problématique de santé mentale.

Objectif : Le Centre de jour est un milieu de vie dynamique et accueillant qui suscite l'entraide et brise l'isolement. C'est un milieu de socialisation et d'implication, qui favorise le maintien et le développement de saines habitudes de vie, de développer de nouvelles connaissances et à maintenir les acquis. De plus, il favorise l'appropriation du pouvoir de la personne sur sa vie.

Le Centre de jour offre aux personnes des activités qui les aideront dans différents secteurs de leur vie toujours en accord avec eux et selon leurs besoins. Nos actions visent à aider la personne à développer son autonomie et son potentiel. Le Centre priorise une approche de groupe comme complément et en continuité aux services actuels du réseau.

Provenance : Colombier, Forestville, Portneuf-sur-Mer, Longue-Rive, Escoumins, Bergeronnes, Sacré-Cœur et Tadoussac.

	2019-2020 Est et Ouest	2020. 2021 Est et Ouest
Nombre de bénévoles	10	12
Nombre d'heures de bénévolat	137,75	210,75

Mission

Permettre aux personnes de 18 ans et plus ayant un diagnostic et/ou d'une problématique de santé mentale d'acquérir et de maintenir de bonnes habitudes de vie en développant les habiletés nécessaires à l'autonomie et l'intégration sociale dans le but de diminuer les hospitalisations.

Tableaux statistiques

Présences et fréquentations

Année	Nombre de présences (lundi au vendredi & journées spéciales)	Nombre de jours de fréquentation
2019-2020	1040	181
2020-2021	532	127

*Notez que les groupes ont été suspendus durant plusieurs mois à la suite de la pandémie de la covid 19. De plus, les groupes ont été réduits en nombre puisque la capacité de nos locaux ne peut accueillir plusieurs personnes tout en respectant le 2 mètres. Ce qui explique la diminution des chiffres pour cette année. Nous nous sommes quand même engagés à offrir un support téléphonique à nos personnes durant ce temps. De plus, il faut expliquer la baisse significative dans le secteur ouest, principalement due à l'absence d'intervenant du CISSS durant une longue période.

Profil des utilisateurs

ÂGE	18-35 ans		36-45 ans		46 ans et plus		Total 19-20	
	F	M	F	M	F	M	F	M
	0	1	2	0	20	6	22	7
Total de personnes	31 mars 2020						19	7
	31 mars 2021						19	6

Départs : 4 départs

Raisons des départs

Raisons	
Maladie/décès	1

Déménagement	0
Succès, travail, école	0
Abandon	2
Refusé	1
Changement de groupe	0

Provenance des utilisateurs par municipalité	19-20	20-21
Colombier	2	2
Forestville	15	16
Portneuf-sur-Mer	3	3
Longue-Rive	3	3
Escoumins	4	2
Bergeronnes	1	0
Sacré-Cœur	4	2
Tadoussac	0	1
TOTAL	32	29

Secteur est-ouest

Rencontres	Nombre	# heures
Intervenants CISSSHCN	3	4,5
CISSS	2	5,5
Autre (rencontres Revivre avec groupe)	9	9

Partenariat

- Rencontre ROCASM et AGA = 5 réunions + AGA
- CA et AGA de l'ARLPH = 4 réunions + AGA
- Baluchon = 2 réunions
- Cette année encore une (1) personne au programme PAAS pour nous aider aux diverses tâches au Baluchon. et ce jusqu'en avril. (fin due à la covid)

Programmation

Voici les activités de 2020-2021. Elles ont été organisées afin de répondre aux besoins des gens fréquentant le Centre de jour. Elles ciblent différents secteurs, qui aideront la personne à s'épanouir tout en respectant ses forces et ses faiblesses. Nous avons quand même fait des journées spéciales (ex. : halloween), mais un seul groupe à la fois, plutôt que de rassembler tous nos groupes comme de coutume. Cette année, le thème abordé dans la majorité de nos activités était le bonheur !

Sorties, activités

- Activité d'ouverture et différentes journées telles qu'Halloween, Noël, cabane à sucre, Saint-Valentin, Pâques, Friperie à Forestville et Escoumins
- Activités intergénérationnelles avec le groupe du Centre de Jour, divers bricolages, tricot, peinture diamant, peinture sur toile.
- Sortie au cinéma à Baie-Comeau.
- Rencontre avec la nutritionniste

Activités de développement personnel

Objectif

Aider la personne qui fréquente le Centre de jour à développer ou à réapprendre des comportements qui peuvent l'aider dans sa vie de tous les jours (tâches ménagères, cuisine, budget, épicerie, hygiène corporelle, horaire de vie, activité physique, etc.)

- Discussion de groupe sur des sujets qui aiderait la personne à mieux connaître ses limites.
- Faire des sorties dans le milieu (bibliothèque, Baluchon, aller à la Friperie, etc.)
- Se fixer des objectifs, cultiver des passions, favoriser l'entraide.
- Aider la personne à reprendre du pouvoir sur sa vie
- Travailler l'implication de la personne au sein du groupe.
- Travailler la gestion du stress, apprendre à trouver des solutions.
- Trucs pour mieux communiquer. Apprendre à dire les choses et se choisir.

Apprendre à se connaître et à exprimer ses sentiments, gestion de la colère

- ⇒ Activités de créativité (dessin, peinture, tricot, bricolage, jardinage, chant, etc.),

- ⇒ apprendre à gérer et à exprimer ses émotions (jeux, écriture, peinture, dessin, bricolage).
- ⇒ Discussions sur des sujets divers (colère, peur, anxiété, joie, respect, violence, etc.).
- ⇒ Apprendre à communiquer avec respect et à prendre sa place.
- ⇒ Gestion du stress et de l'anxiété

Estime de soi

- ▷ Divers ateliers de créativité, brico ou peinture.
- ▷ Atelier sur la connaissance de soi et l'estime de soi (se fixer un objectif, connaître ses limites, travailler sa motivation, ses forces et ainsi développer une pensée positive).
- ▷ Discussions favorisant l'estime de soi.
- ▷ Être à l'écoute de ses besoins, connaître son potentiel, ses habiletés et ses limites.
- ▷ Se fixer des objectifs et relever de nouveaux défis.
- ▷ Travailler le lâcher-prise, le stress et la communication lors des sorties de groupe ou durant le travail en groupe.
- ▷ Rencontre avec des représentants d'autres groupes (Centre d'activités de la Haute-Côte, Plaisir de lire, le Centre de jour pour personnes âgées, etc.

Communication

- Discussions en groupe sur différents thèmes [le bonheur, la colère, la pensée positive, la tolérance, les habitudes de vie, les amitiés, le stress, l'écoute active, la santé en général, etc.].
- Trucs pour une meilleure communication.
- Apprendre à reconnaître ses limites et à se choisir [savoir dire non].
- Cultiver de bonnes relations

Gestion du stress

- Relaxation et détente, techniques de respiration, marche, méditation, peinture diamant, tricot, etc.
- Discussion sur le stress [le bon, le mauvais stress, la gestion du stress]
- Vie active, marche extérieure, jeu de Wii, etc.
- Apprendre à se faire plaisir, prendre soin de soi

- Travailler à garder un réseau sain autour de soi.
- Voir le rôle important de saines habitudes de vie et de sommeil
- Bibliothèque [lecture], peinture et bricolage, écouter de la musique, écriture et chante
- Activités cognitives et intellectuelles

Activités cognitives et intellectuelles

Objectif : Aider la personne à maintenir ses capacités intellectuelles.

Moyens utilisés pour atteindre l'objectif.

- + Plaisir de lire.
- + Bibliothèque, jeux de mots, écriture
- + Activités visant à développer la mémoire et les capacités intellectuelles.
- + Films, écriture et lecture

Activités d'intégration sociale et réinsertion sociale.

Objectif : Aider la personne à reprendre sa place dans la société, briser l'isolement et favoriser son intégration.

Moyens utilisés pour atteindre l'objectif.

- ☞ Anniversaires et fêtes [anniversaires, Noël, Halloween, journée d'ouverture, etc.]
- ☞ Plaisir de lire [cours en alphabétisation]
- ☞ Sortie à Baie-Comeau [cinéma]
- ☞ Privilégier le bénévolat et l'entraide, créer un lien d'appartenance au groupe
- ☞ Aller à la bibliothèque de Forestville, aller au Baluchon et à la Friperie.
- ☞ Faire des activités communes avec le groupe des personnes âgées
- ☞ Aider la personne à se fixer un objectif, l'aider à l'atteindre, l'encourager toujours selon ses limites et ses besoins).

Activités de motricité

Objectif : Aider la personne à développer ses capacités motrices.

Moyens utilisés pour atteindre l'objectif :

- × Vie active, marche extérieure dans le milieu, pétanque, jeu de poches, danse, Wii
- × Activités de créativité (bricolage, peinture, dessin, tricot, etc.)
- × Activités de jardinage
- × Vie active, Qi Gong

Activités qui aident la personne à se détendre

Objectifs : Activité qui amène la personne à se détendre

Moyens utilisés pour atteindre l'objectif :

- Relaxation en groupe, techniques de respiration, gestion du stress, Qi Gong, yoga, méditation, chant, Mandela. Bricolage.etc.
- Exercices physiques (marche, vie active, vie active), etc.
- Aller à la bibliothèque et/ou la Friperie.
- Voir un film en groupe,
- Tricot, peinture, jardinage, dessin.etc.
- Écouter de la musique, relaxation dirigée.
- Aller au cinéma

Prévention et promotion de la santé

Objectif : Promouvoir la santé en général. Moyens utilisés pour atteindre l'objectif

- Nous avons souligné la Semaine de la prévention du suicide, la semaine de la santé mentale,
- vu le nouveau guide alimentaire, l'assiette santé.et visite de la nutritionniste
- Voir les carrés de sucre, les gras, les protéines. Comment les calculer.
- Discussions sur différents thèmes reliés à la santé (stress, cholestérol, diabète, vaccination, alimentation, sommeil, l'anxiété, etc.)
- Détente, relaxation, respiration, gestion du stress.
- Voir l'importance de l'activité physique, aller marcher, tai-chi, vie active, et ce a chacune de nos rencontres.
- Goûter de nouveaux aliments, échange de recettes

Développement des connaissances

Formations suivies

- Avec Revivre, atelier d'autogestion (Coordonnatrice et assistante)
- Centre Saint-Pierre : Pour que mon travail continue d'avoir du sens. (Coordonnatrice et assistante)
- Premiers soins (Assistante)

Orientation 2020-2021

Plusieurs nouveaux défis sont à venir et d'autres à continuer

Le Centre de jour continue de répondre aux objectifs dans le plan d'action proposé par l'intervenant, de promouvoir les services du Mur-Mûre. Poursuivre l'intégration des personnes via les services offerts au Nordest et aider à créer un réseau social. Continuer à faire vivre aux personnes des expériences valorisantes. Nous favorisons la saine alimentation et de saines habitudes de vie. Nous continuons à travailler pour contrer la stigmatisation dans le groupe et/ou ailleurs, à favoriser l'initiative, l'implication, l'entraide, le respect et la ténacité à atteindre des objectifs et acquérir et maintenir les acquis.

Il serait agréable pour 2021-2022

- Inclure et impliquer les familles lors des activités spéciales.
- Aider la personne à avoir une meilleure acceptation de sa problématique.
- Arriver à intégrer les activités pour la gent masculine du groupe
- Café rencontre 1 soir/semaine avec des thèmes et/ou avec des organismes ou le CLSC.
- Redémarrer le comité de vie associative pour les personnes qui fréquentent le centre.
- Mettre en place une journée de la soupe pour les fins de mois (activité cuisine) avec les personnes du Centre de jour.
- Aller plus souvent au Baluchon et de faire plus d'ateliers de peinture
- Pouvoir offrir les ateliers d'autogestion de l'anxiété

- Continuer à faire connaître les organismes du milieu afin que les personnes soient mieux outillées.
- Continuer à faire encore des activités en collaboration avec d'autres organismes (Centre d'activités de la Haute-Côte) ou autre groupe.
- Travailler à faire augmenter le nombre d'utilisateurs surtout secteur ouest (ainsi, conservez le local de Les Escoumins).
- Avoir plus de bénévoles pour le transport secteur Best.

TRAVAILLEUR DE MILIEU



9, 11e Rue
Forestville (Québec) G0T 1E0

Cellulaire : 418 587-3689

Téléphone : 418 587-4226

Sans frais : 1-855-862-4226

Télécopieur : 418 587-6101

Site internet : www.lenordest.org

Adresse courriel : travaildemilieu@outlook.com

Les services sont offerts :

- Du lundi au vendredi de 8 h à 12 h et de 13 h à 16 h
- 1re semaine de juin jusqu'à la fête du Travail nos bureaux sont ouverts du lundi au jeudi de 8 h à 12 h et 13 h à 16 h et le vendredi de 8 h à 12 h.
- Fermeture de nos bureaux, 6 semaines durant la saison estivale.

Territoire desservi :

Le service est offert pour les aînés qui habitent le territoire entre Colombier et Longue-Rive : (Colombier, St-Marc de Latour, Forestville, Portneuf-sur-Mer et Longue-Rive)

Mot du travailleur de milieu

Bonjour à tous,

Quelle année ! Que dire de cette année ? Je crois que nous nous accordons tous pour dire qu'elle n'était pas facile. La pandémie mondiale a affecté plusieurs sphères de nos vies, le travailleur de milieu n'a pas été épargné. Les rencontres avec les aînés ont été mises sur pause durant un certain temps et les rencontres de repérages également. Mais le service a continué d'être offert malgré tout, avec des ajustements !

J'en suis à mon deuxième rapport annuel, mais celui-ci est le premier où j'ai occupé le poste de travailleur de milieu tout au long de l'année. Avec la pandémie de la COVID-19, ça n'a pas été facile de me faire connaître. Je crois que j'ai su faire preuve d'imagination pour quand même faire de la belle promotion.

Mon mandat est resté le même que les années précédentes, soit de soutenir les aînés qui ont besoin d'information, besoin d'aide pour remplir ou comprendre des formulaires, besoin d'accompagnement vers différentes ressources ainsi que du référencement vers les différents organismes. Repérer les aînés en situation de vulnérabilité reste un défi plus difficile depuis cette fameuse pandémie.

Nous pouvons remarquer une légère diminution de nouveaux bénéficiaires. Cependant, j'ai constaté que la promotion a porté ses fruits. J'espère que l'année en cours sera des plus prometteuses pour mes services. Je continuerais donc à faire de la promotion pour repérer le plus d'aînés possible.

Je tiens à dire qu'au Centre d'action bénévole le Nordeste nous sommes une très belle équipe ! Je les remercie pour l'aide et le soutien qu'on m'a apporté tout le long de l'année. Nous pouvons tous être fiers du travail que l'on accomplit tous les jours.

J'en profite pour vous souhaiter de belles vacances à tous.

Jessica Tremblay
Travailleur de milieu



Mission du travailleur de milieu

Le travailleur de milieu a pour mission de repérer et d'entrer en contact avec les personnes âgées pouvant vivre une situation d'isolement ou en situation de vulnérabilité. Le travailleur de milieu amène donc la personne à identifier ses besoins, la réfère et l'accompagne vers les ressources de la communauté qui sont les plus appropriées pour elle. L'un des objectifs principaux est de préserver ou de rendre à la personne âgée le pouvoir qu'elle a sur sa vie. Le travailleur de milieu agit toujours dans l'intérêt de la personne âgée.

Clientèle visée

Les personnes âgées de 50 ans et plus ayant une problématique quelconque et qui ont besoin de référence ou d'accompagnement vers une ressource spécialisée.

Services offerts

- Le service de travailleur de milieu est offert 35 heures par semaine.
- Développer et entretenir une relation de confiance avec les personnes âgées
- Identifier, vulgariser les ressources, les services et activités disponibles susceptibles de répondre aux besoins des aînés.
- Aider à la compréhension des lois, des formulaires, etc.
- Diriger, accompagner et soutenir les personnes âgées vers ces ressources, ces services ou ces activités.

Financement

Le travailleur de milieu est financé par le ministère de la Famille et des aînés. Le mandat du travailleur de milieu est confirmé jusqu'en mars 2022.

Impacts sur la clientèle

Le travailleur de milieu permet à l'aîné de recevoir les services dont il a besoin, d'être mieux informé et accompagné dans sa démarche pour une meilleure qualité de vie. Le TDM offre également à l'aîné des séances d'information sous forme de café-rencontre, sur différents sujets qui peuvent le toucher dans le moment présent.

- Prendre note que cette année je n'ai fait aucun café-rencontre dû à la pandémie.

Également, le rôle du travailleur de milieu a comme impact d'insérer un filet de sécurité autour de l'aîné étant donné qu'il reçoit de l'accompagnement il peut donc se sentir moins seul et épaulé.

Formations/conférences suivies

- Conférence : Pour que vieillir soit « gai »
- Aider sans se brûler
- Formation sur la cybersécurité
- Introduction à la lutte contre la maltraitance
- Conférence soutenir un proche aidant dans le deuil
- RCR
- Directive médicale anticipée
- Mandat et régime de protection
- La violence conjugale mieux comprendre et mieux agir

Bénévolat

0 heure

L'objectif pour l'an prochain est d'impliquer des bénévoles si nous le pouvons (pandémie) à la réalisation d'activités pour les aînés.

Promotion du travailleur de milieu

Étant donné la situation pandémique vécue en 2020-2021, je n'ai pas pu faire la promotion de mon service comme il se doit. J'ai dû me creuser les méninges pour trouver des façons originales de faire connaître mon service puisque je n'ai pas pu me rendre dans les restaurants, dans les lieux publics ni dans les résidences de personnes âgées pour faire du repérage et de la promotion. Je vous énumère donc les promotions que j'ai faites.

- Promotion sur la page Facebook
- Promotion des services au Baluchon
- Distribution de dépliants à la Villa Forestville
- Distribution de dépliants HLM Forestville
- Distribution de dépliants HLM Portneuf-sur-Mer
- Distribution de dépliants HLM Longue-Rive
- Distribution de dépliants HLM Colombier
- Centre de jour pour personnes âgées
- Centre de jour le Mur-Mûre
- Promotion dans les épiceries
- Média poste de Colombier à Longue-Rive
- Prospectus dans les sacs de la popote roulante
- Promotion/repérage à la friperie
- Remise de carte de visite à une dame qui fait de l'aide à domicile pour qu'elle puisse en remettre à ses clients.

Implication du travailleur de milieu

Je siège présentement sur la Table locale de concertation des aînés de la Haute-Côte-Nord, sur le Comité de concertation régional pour contrer la maltraitance envers les personnes âgées ainsi que dans le Comité de suivi pour la politique MADA avec la Ville de Forestville. * Prendre note que dû à la pandémie, nous n'avons eu aucune rencontre cette année pour la Table locale de concertation des aînés de la Haute-Côte-Nord ainsi que pour la politique MADA.

Activités

- Activité de présentation avec le Mur-mûre
- Activité de présentation avec le Centre de jour
- Activité de quilles avec le Centre de jour
- Activité sur le budget avec le Mur-mûre
- Sortie magasinage à Baie-Comeau avec le Centre de jour
- L'objectif de ces activités était de faire du repérage auprès des personnes âgées et identifier ceux qui pourraient avoir besoin de mes services.

Nombre de demandes

- 140 bénéficiaires, soit 48 hommes et 92 femmes
- 243 interventions

Âge de la clientèle

50 à 60 ans	61 à 70 ans	71 à 80 ans	81 à 90 ans	91 ans et plus
27	30	59	21	3f

Ration intervention hommes/femmes

Hommes	Femmes
48	92

Durée de la rencontre

20 min et —	20 à 40 min	40 à 60 min	60 min et +
81	69	21	30

Tableau comparatif sur 12 mois

Mois	Nouveau bénéficiaire	Bénéficiaire récurrent	Intervention totale
Avril 2020	0	6	36
Mai 2020	2	6	29
Juin 2020	7	15	42
Juillet 2020	1	1	5
Août 2020	4	7	20
Septembre 2020	6	6	26
Octobre 2020	6	15	21
Novembre 2020	8	11	23
Décembre 2020	2	5	7
Janvier 2021	1	13	14
Février 2021	1	9	12
Mars 2021	0	8	8
Total	38	102	243

Provenance des bénéficiaires

Provenance des bénéficiaires	20-21
En cohabitation	3
Seul à son domicile	12
Avec conjoint(e) à domicile	21
HLM	13
Villa	0
Résidence privée	0
Habitat Métis du Nord	3

Locataire	49
ND	39
Total	140

Provenance des bénéficiaires par municipalité

Ville	Nombre
Longue-Rive	11
Portneuf-sur-Mer	17
Forestville	106
Colombier	6
Total	140

Lieux des rencontres réalisées

Endroit	20-21
À domicile	87
À la Friperie (bureau)	0
HLM	6
Centre d'action bénévole le Nordest	47
CISSS	0
Total	140

Interventions effectuées

Interventions	20-21
Présentation des services	23
Écoute/Support	7
Suivi téléphonique	7

Accompagnement aux ressources	21
Prise de connaissance du dossier	46
Suivi de dossier	8
Suivi téléphonique avec les intervenants	12
Accompagnement téléphonique	21
Retour d'information	17
Référencement à un travailleur social	4
Référencement à un organisme communautaire	14
Aide aux formulaires	51
Transport/accompagnement	12
Total	243

Comme vous pouvez le constater, il y a une légère diminution des services du travailleur de milieu. Je peux constater que la pandémie n'a pas aidé au rôle du travailleur de milieu.

De plus, il est important de mentionner que le nombre d'interventions totales (243) et que le nombre de personnes âgées rencontrées (140) n'est pas le même. Cela s'explique par le fait que plusieurs interventions peuvent être effectuées en une seule rencontre.

LE BALUCHON

Historique

Le Baluchon a pris naissance à la suite d'un projet déposé par Le Nordeste en 2016 auprès de QADA (Québec ami des aînés). Le but premier du Baluchon est d'offrir un lieu et les équipements nécessaires afin que le partage de connaissances et les techniques de travail soient transmis en ce qui a trait au tissage, tricot, couture et bien d'autres travaux manuels.

Avec la COVID-19 le Baluchon a dû fermer durant quelques mois. Par la suite, avec une réouverture restreinte par des consignes sanitaires à respecter, certains ateliers, avec un nombre réduit de personnes, ont quand même été possibles.

Le Baluchon continue à être géré par des bénévoles et je suis, si on peut le dire ainsi, le pont entre Le Nordeste et le Baluchon.

Bon été !

Maryse Villemure
Responsable du Baluchon

Le Baluchon

**15, 2^e Avenue
Forestville (Québec) G0T 1E0**

Téléphone : 418 587-4226

Sans frais : 1-855-862-4226

Télécopieur : 418 587-6101

Site internet : www.lenordest.org

Adresse courriel : cab@lenordest.org

Les heures d'ouverture sont variables selon les disponibilités de nos bénévoles et les besoins.

Une fois par mois, le comité de bénévoles se réunit et prépare l'horaire des heures d'ouverture.

Mission

Avec la participation des aînés, transmettre des connaissances au niveau de la couture, du tricot et du métier à tisser et tous autres travaux manuels à une jeune clientèle. Les participants développeront des aptitudes et pourront acquérir des connaissances qui les dépanneront dans leur vie de tous les jours.

Les objectifs

- ◆ briser l'isolement.
- ◆ favoriser l'intergénérationnel
- ◆ créer des liens.
- ◆ développer l'entraide et le partage.
- ◆ favoriser le bénévolat au sein du Baluchon.
- ◆ transfert de connaissances.
- ◆ recyclage des matières avec le tissage, couture, etc.
- ◆ offrir un lieu neutre pour des rencontres amicales où les personnes peuvent créer de belles choses.

La clientèle

Le Baluchon se veut un milieu de vie dynamique et invitant ouvert à toutes personnes de 14 ans et plus qui désirent apprendre les différentes techniques offertes par le programme et demeurant sur le territoire situé entre Colombier et Longue-Rive.

Les activités

Acquisition de connaissance sur les métiers à tisser

Le Baluchon possède 7 métiers et ce sont des bénévoles qui s'en occupent.

- ◆ Apprendre les bases du métier à tisser soit :
 - Monter un métier à tisser
 - Apprendre à tailler les guenilles pour tisser.
 - Connaître le bon matériel et le bon fil.
 - Apprendre les différentes techniques de tissage.
 - Apprendre à réparer les erreurs sur le métier.

Acquisition de connaissances au tricot

Tous les projets tricots sont supervisés par des bénévoles

- ↳ apprendre les bases du tricot, à la broche et au crochet.
- ↳ Projets particuliers proposés tels que mitaines ou autre.

La personne peut, si elle le désire, venir au Baluchon avec son tricot et travailler en compagnie des autres personnes.

Le Baluchon n'offre pas de cours de tricot à moins qu'une bénévole s'offre pour le faire.

Au cours de l'année, les bénévoles ont offert différents ateliers :

- Atelier de laine feutrée.
- Avec l'aide d'une bénévole, plusieurs personnes ont fait l'apprentissage de la laine piquée.
- Faire des lavettes (projet de financement).

Acquisition de peinture sur verre

- ⇒ plusieurs personnes ont travaillé avec la supervision d'une bénévole à la peinture sur verre

Acquisition de connaissances en couture

- ⇒ toute personne membre du Baluchon peut venir faire sa couture et se servir du matériel (machine à coudre, ciseaux, etc.)
- ⇒ apprendre à faire des réparations mineures

À noter qu'une bénévole offre des cours de couture à un coût minime selon ses disponibilités. À venir en septembre 2021.

Carte de membre

Au Baluchon nous offrons deux formules de carte de membre. Pour l'année 2020-2021 :

- Membre de base : 25,00 \$
- Membre de base + tissage : 50,00 \$
- Une personne non-membre est aussi la bienvenue.

Année	Membres ateliers (couture, tricot, etc.)	Membres ateliers et tissage
2019-2020	4	18
2020-2021	7	19

La promotion

Tout au long de l'année et dès que possible nous faisons la promotion de notre service :

- Page Facebook du Centre d'action bénévole Le Nord est
- Il y a eu beaucoup de bouche à oreille
- Cours de couture affiché un peu partout dans la ville

Les bénévoles

Vingt et un (21) bénévoles (16 femmes et 5 hommes) ont effectué près de 976,75 heures et 385 heures d'entraide bénévole.

Bénévolat entraide :

Le bénévolat entraide se définit comme suit : lorsqu'une personne va au baluchon dans le but d'aider une autre personne dans son travail ex. couture, tissage et/ou tricot ou tout autre travail qui demanderait l'aide ou le support d'une autre personne.

3 réunions ont eu lieu durant l'année

Ateliers réalisés au cours de l'année 2020-2021

- Atelier sacs d'épicerie
- Atelier tuque péruvienne en tricot
- Atelier couture apprendre à coudre une fermeture éclair
- Atelier serviettes à mains en tricot
- Atelier sac au crochet
- Atelier couronnes de Noël
- Atelier lavettes à vaisselle

- Atelier de couture (tuque en tissus)
- Laine piquée en soirée
- Tricot en soirée et de jour

Orientations 2020-2021

- Continuer à briser l'isolement
- Continuer à échanger des connaissances.
- Aller chercher la clientèle jeunesse avec des projets spécifiques.
- Offrir plus d'autonomie aux personnes.
- Ouvrir à la gent masculine si intérêts.
- Offrir des cours de couture gratuits aux jeunes (cours de base)
- Offrir la possibilité aux jeunes de travailler au métier avec supervision
- assurer la continuité du projet Baluchon avec le comité bénévole.

DIVERS

Remerciements — journaux — dépliants

2020-2021



Soupe réconfortante

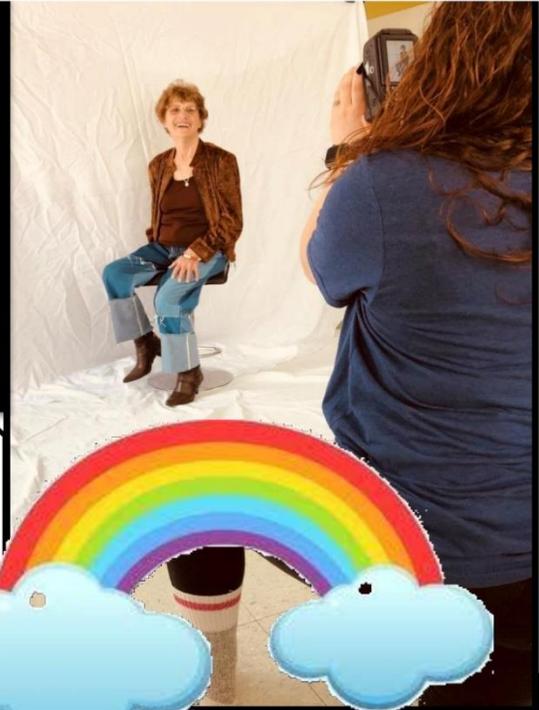
Vider le contenu du pot

Ajouter:

8 tasses d'eau

laisser mijoter 50 minutes

Bon appétit 



**COLLECTE DE CANETTES
ET BOUTEILLES CONSIGNÉES**

au profit du centre d'action bénévole le Nordest

3-4-5 juin

27-28-29 mai

de 8 h à 16 h



**Venez déposer
vos dons au
9,11ème rue**



 **Nordest**



InterGénération

DROITS ET OBLIGATIONS

Le bénéficiaire doit :

- Être prêt à l'heure déjà convenue.
- Connaître l'adresse exacte du rendez-vous.
- Apporter les documents pertinents.
- Demander une attestation de visite et la remettre au conducteur bénévole.
- Exprimer ses besoins (ex. : arrêt, toilette, etc.)

Le conducteur bénévole doit :

- Se soumettre aux règles d'éthique que son rôle lui impose.
- Se présenter chez le bénéficiaire à l'heure convenue.
- S'informer auprès du bénéficiaire de l'adresse exacte du rendez-vous, sinon effectuer les démarches nécessaires pour obtenir ces informations.
- Vérifier si le bénéficiaire a en main tous les documents pertinents pour son rendez-vous et son attestation de visite à sa sortie qu'il remettra au responsable du service à son arrivée.
- Être attentif aux besoins du bénéficiaire.
- N'accepter aucune somme du bénéficiaire pour ses repas ou comme pourboire .

Le Centre doit :

- Vérifier la crédibilité de ses conducteurs-bénévoles.
- Offrir une supervision de chaque demande.
- Faire la coordination entre le bénéficiaire et le bénévole.
- Voir à la formation théorique et pratique de tous les bénévoles inscrits comme conducteurs-accompagnateurs.
- Répondre aux demandes de transport-accompagnement dans les plus brefs délais.

Toutefois, si aucun bénévole n'était disponible pour exécuter le transport, le Centre devra demander de reporter la demande.

BESOIN D'INFORMATION?

VOUS VOULEZ VOUS INSCRIRE?

VOUS DÉSIREZ INSCRIRE

UN PROCHE?

COMMUNIQUEZ AVEC NOUS:



CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE LE NORD-EST

9, 11e Rue

Forestville, Qc G0T 1E0

Téléphone: (418) 587-4226

Télécopieur : (418) 587-6101

Courriel mad.cab@lenordest.org



TRANSPORT ACCOMPAGNEMENT



Destinations

Services médicaux

Québec

Charlevoix

Saguenay

Escoumins - Forestville

Baie-Comeau

Sept-Îles



CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE

9, 11e Rue

Forestville, Qc G0T 1E0

Téléphone: (418) 587-4226

Télécopieur : (418) 587-6101

Courriel: mad.cab@lenordest.org

Site web: www.lenordest.org

DÉFINITION

Le "transport accompagnement" est un service du Centre d'action bénévole Le Nordest qui possède l'autorisation gouvernementale nécessaire pour effectuer ce type de transport contre rémunération. Ce service veut répondre à un besoin non comblé par le système de transport privé ou public en place.

C'est la notion "d'accompagnement" qui est à la base de l'acceptation ou non de la demande.

Les demandes doivent être reliées à des "visites médicales" dans les services de santé de Québec, Charlevoix, Saguenay, Escoumins, Forestville, Baie-Comeau et Sept-Îles.

Le transport est effectué par un conducteur bénévole inscrit comme tel au Nordest et sa rémunération ne constitue qu'une compensation reliée aux frais de l'utilisation de son automobile.

À noter qu'il est interdit pour un particulier d'offrir ce service. Commet une infraction et est passible d'une amende de 350 \$ à 1050 \$, la personne qui, sans être reconnue par la Loi concernant les services de transport, offre ou effectue un transport rémunéré de personne à l'aide d'une automobile.

CLIENTÈLE VISÉE

La clientèle qui provient du territoire situé entre Longue-Rive et Colombier, est constituée de personnes ayant besoin d'accompagnement et qui ne peuvent utiliser les autres moyens de transport. Ce sont des personnes isolées et à mobilité réduite dont la famille ou les proches ne sont pas ou peu disponibles.

- personnes âgées
- personnes en perte d'autonomie
- personnes handicapées
- personnes référées par le réseau

DEMANDE DE SERVICES

Toutes les demandes de services de transport accompagnement doivent être faites au Centre d'action bénévole le Nordest.

Tout bénévole qui accepte directement une demande ne sera ni remboursé ni couvert par les assurances du Centre.

La demande de transport doit être faite au minimum trois jours à l'avance afin de déterminer l'éligibilité du bénéficiaire dans le cas d'une première demande et/ou de donner le temps à la coordination de trouver l'accompagnateur bénévole.

ANALYSE DE LA DEMANDE

Les demandes seront analysées en fonction des politiques et procédures en vigueur. Celles-ci sont établies en consultation avec les bénéficiaires et les bénévoles par la direction chaque année pour être ensuite adoptées par le conseil d'administration.

COÛT

Le tarif chargé au bénéficiaire du service varie en fonction du type de demande et de la distance à parcourir.

Des frais de repas peuvent être également facturés au bénéficiaire lorsque le bénévole doit prendre un ou des repas sur place ainsi que les frais de stationnement et d'hébergement s'il y a lieu.

CONDITIONS MÉTÉOROLOGIQUES

Pour les transports à l'extérieur, durant la période hivernale, aucun bénévole ne prend la route si les conditions météorologiques ne sont pas favorables.

LE NORDEST UNE ÉQUIPE QUI ROULE POUR VOUS!



Il existe certainement autour de vous des personnes âgées ou malades pour qui ce service serait d'une grande aide. Pour les proches d'une personne âgée ou malade, le service peut représenter un répit dans la préparation des repas ou encore une assurance que leurs parents, grands-parents ou leurs proches profitent régulièrement d'un bon repas deux fois semaine et également d'un contact quotidien (téléphone & livraison) avec une personne du Nordeste.

**LA POPOTE ROULANTE C'EST
DE BONS PETITS PLATS CHAUDS
PRÉPARÉS SPÉCIALEMENT
POUR VOUS!**

**BESOIN D'INFORMATION?
VOUS VOULEZ VOUS INSCRIRE?
VOUS DÉSIREZ INSCRIRE**

UN PROCHE?

COMMUNIQUEZ AVEC NOUS



**9, 11^e Rue
Forestville (Québec) G0T 1E0
Téléphone: (418) 587-4226
Télécopieur : (418) 587-6101
cab@lenordest.org**

POPOTE ROULANTE

Le service de popote
roulante...

C'est comme avoir un cuisinier
à la maison!



**CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE
LE NORDEST**

**9, 11^e Rue
Forestville (Québec) G0T 1E0
Téléphone: (418) 587-4226
Télécopieur : (418) 587-6101
cab@lenordest.org**

C'EST QUOI ?

La popote roulante, c'est un service de repas chauds livrés à domicile offert aux personnes qui résident sur le territoire desservi par le Centre d'action bénévole Le Nord-est et qui répondent aux critères d'admissibilité du service.

POUR QUI ?

Pour les gens qui demeurent dans les municipalités de Forestville, Portneuf-sur-mer, Longue-Rive, Colombier et qui répondent aux critères d'admissibilité suivants :

Personnes âgées de 65 ans et plus, vivant seules ou en couple présentant une problématique de santé physique ou vivant une situation émotionnelle difficile qui justifie l'utilisation du service.

Personnes référées par le réseau de la santé et des services sociaux soit :

- Personnes handicapées physiques ou vivant des problèmes de santé (physique ou psychologique).
- Personnes en attente de service, en convalescence ou en perte d'autonomie.

PÉRIODE ?

Les bénéficiaires sont éligibles au service pour une période déterminée (court ou long terme) et les dossiers sont réévalués au minimum à tous les ans.

QUAND?

Le service de la popote roulante est offert aux personnes admissibles, deux fois par semaine, soit le mardi midi et le jeudi midi.

COÛT?

Les repas sont offerts à un coût très modique. Ils comprennent la soupe, le plat principal et le dessert. Le tout est payable à la livraison ou sur facturation mensuelle.

COMMENT FAIRE POUR S'INSCRIRE?

Vous n'avez qu'à communiquer avec le responsable du service qui remplira un court questionnaire avec vous afin de déterminer votre admissibilité.

Par la suite, il vous expliquera le déroulement du service de repas chauds livrés à domicile.

FONCTIONNEMENT?

Dès qu'il y a confirmation de l'admissibilité d'une personne, celle-ci devient immédiatement une bénéficiaire de la popote roulante.

Voici le fonctionnement :

Contact téléphonique (lundi et mercredi)

Une personne du Nord-est contacte le bénéficiaire pour lui faire part du menu du lendemain. Le bénéficiaire doit alors confirmer s'il prendra le repas.

Le jour du service (mardi & jeudi)

Un baladeur* vous livrera, à la maison, un repas chaud complet en fin d'avant-midi. Vous payez alors le repas à la personne à moins qu'il n'y ait eu une entente au préalable sur le paiement des repas.

Il est toujours possible d'annuler ou de commander un repas en communiquant avec nous ou en laissant le message sur notre boîte vocale avant 9h00 le jour de la livraison.

***Baladeur** : Personne bénévole qui fait la livraison des repas.

JOURNÉE TYPE AU CENTRE DE JOUR

10h00	Arrivée
10h15	Vie active
10h30	Café et causerie sur un thème choisi
11h30	Pause
11h45	Dîner
12h45	Vaisselle
13h00	Marche extérieure ou vie active
13h30	Retour sur la causerie ou activités/bricolage
14h30	Collation et pause
14h45	Jeu/activités
15h30	Départ

* Cette programmation peut changer au besoin

CENTRE

Le **M**UR-MÛRE

9, 11^e Rue
Forestville (Québec) G0T 1E0

et

9-C, rue Roussel

Les Escoumins (Québec) G0T 1K0

Téléphone (418) 587-4226

Télécopieur : (418) 587-6101

Courriel : murmure.cab@lenorddest.org

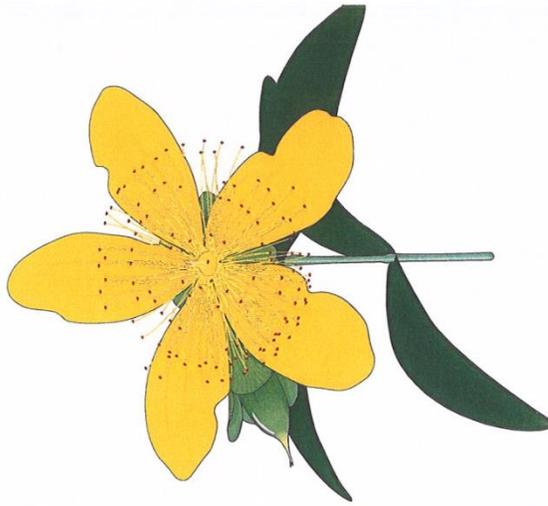
**Tout courrier devra être acheminé au
9, 11^e Rue Forestville, Gc G0T 1E0**

Le
Zordest
CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE

02-2016

LE
MUR-MÛRE

CENTRE DE
JOUR



Le
Zordest
CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE

Le Mur-Mûre est un centre de jour qui offre un programme d'activités de nature préventive et diversifiée

CLIENTÈLE

Le Mur-Mûre s'adresse aux personnes de 18 à 65 ans vivant des problèmes transitoires (dépression saisonnière) nécessitant des services de réadaptation et/ou ayant un diagnostic de troubles sévères et persistants de santé mentale.

Les personnes doivent être résidents du territoire situé entre Colombier et Sacré-Coeur.

HEURES D'OUVERTURE

Le Centre fonctionne sur cinq jours;

Lundi : 10h00 à 15h30

Mardi : 10h00 à 15h30

Mercredi : 10h00 à 15 h30

Jeudi : 10h00 à 15h30

Vendredi : 10h00 à 15h30

Plaisir de Lire : 2 fois/mois

Nous offrons un service de transport aux personnes qui ne peuvent se déplacer.

OBJECTIFS

Briser l'isolement et amener les personnes à vivre des expériences positives visant à améliorer l'estime de soi;

Permettre aux personnes d'acquérir et/ou de garder de bonnes habitudes de vie afin de les maintenir dans leur milieu de vie;

Par des activités précises aider les personnes à développer des habiletés nécessaires à l'autonomie et l'intégration sociale;

Développer les habiletés sociales et interpersonnelles;

Assurer la primauté de la personne;

Viser à diminuer les hospitalisations.

MOYENS

Au départ chaque personne est invitée à prendre part à sa propre réussite en participant à son plan d'intervention.

Par la suite, nous élaborons notre programmation en fonction des problématiques de notre clientèle.

Tout au cours de l'année plusieurs thématiques reviennent telles que :

L'estime de soi;

Le budget;

L'alimentation;

L'activité physique; etc..

Pour toutes ces formations je peux compter sur le support des intervenants du milieu :

Diététiste; infirmière,

Intervenant, etc..

De plus, nous offrons support et aide en cas de besoin tel que :

Dépannage vestimentaire,

Dépannage alimentaire,

Écoute;

Accompagnement, etc...

JOURNÉE TYPE AU CENTRE DE JOUR

10h00 Accueil des bénéficiaires

10h30 Causerie, activités

11h30 Dîner (servi sur place)

12h30 Relaxation

13h10 Prière

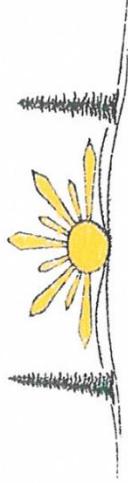
13h15 Vie active Kino-Québec

13h30 Activités de mémoire,
observation et concentration

14h30 Collation

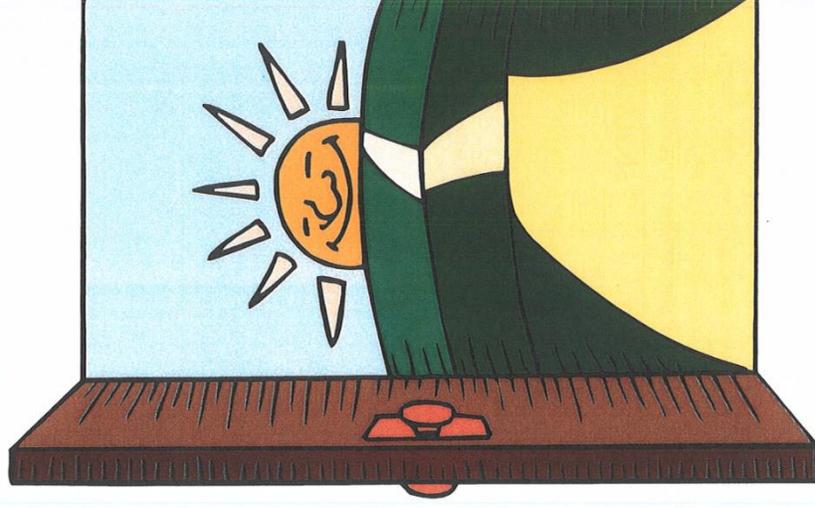
15h00 Activités de groupe

15h30 Départ



Centre de Jour Le Nordest

(418) 587-4226



Centre de Jour Le Nordest

9, 11^e Rue
Forestville (Québec) G0T 1E0

Téléphone (418) 587-4226

Télécopie (418) 587-6101

Courriel : cdj@lenordest.org

Site web : www.lenordest.org



Révisé le 12 janvier 2017



QU'EST-CE QU'UN CENTRE DE JOUR ?

C'est un centre qui offre un programme d'activités diversifiées et préventives pour les personnes âgées vivant à domicile. Ce programme s'adresse à des personnes dont le degré d'autonomie est diminué au niveau physique, psychologique et/ou social.

OBJECTIFS

Dans le cadre des services aux individus, un centre de jour pour personnes âgées a comme objectifs :

- Maintenir et améliorer l'autonomie.
- Encourager une participation à la vie sociale.
- Cultiver la pensée positive.
- Apporter un répit aux familles.

MOYENS :

Élaborer des programmes permettant de faire travailler la motricité fine et globale de même que les capacités sensorielles et cognitives tout en encourageant la créativité dans des activités qui respectent les goûts de chacun.

CRITÈRES D'ADMISSIBILITÉ

- Être âgé(e) de 65 ans et plus;
- Demeurer à domicile (logement particulier, HLM ou famille d'accueil)
- Être en perte d'autonomie physique, psychologique ou sociale;
- Être apte à fonctionner en groupe sans le perturber;
- Consentir librement à s'impliquer dans le programme du Centre de jour;

- Être accepté (e) par le comité d'admission après étude de la demande;
- Demeurer sur le territoire desservi par le Centre (Longue-Rive, Portneuf-sur-Mer, Forestville, St-Marc et Colombier)

OÙ EST SITUÉ LE CENTRE DE JOUR ?

Les locaux du centre de jour sont situés au Centre d'action bénévole Le Nordest au :

9, 11^e Rue
Forestville Qc G0T 1E0

HEURES D'OUVERTURE ?

- Lundi : 10h00 à 15h30
- Mardi 13h00 à 15h30 à Colombier
- Mercredi : 10h00 à 15h30
- Jedi : 10h00 à 15h30

Le transport des bénéficiaires est effectué par le Centre à un coût minime.

VOICI LES ACTIVITÉS QUE VOUS RETROUVEREZ AU CENTRE DE JOUR

- Exercices physiques;
- Jeux de mouvement;
- Ateliers de bricolages, d'expression et de communication;
- Jeux d'observation, de mémoire (sensoriel et créatif)
- Exercices de relaxation;
- Info-Capsule;
- Conférences;
- Voyage;
- Rencontre avec d'autres organismes;

SERVICES OFFERTS

- Service de dactylographie;
- Transcription de lettres et autres documents;
- Rédaction de lettres, procès-verbaux, curriculum vitae et de textes divers;
- Télécopie (fax);
- Plastification;
- Boudinage de documents;
- Service de photocopie



CLIENTÈLE

- Particuliers
- Bénévoles
- Organismes à but non-lucratif
- Entreprises

N.B. : La direction du Centre d'action bénévole Le Nordest se réserve le droit de limiter ou de refuser les travaux selon la disponibilité des secrétaires

POUR UN SERVICE RAPIDE ET EFFICACE

Bien vouloir apporter votre travail en ayant pris soin de le transcrire clairement et nous accorder un minimum de 48 heures pour nous permettre d'effectuer votre travail selon vos exigences en tenant compte de la longueur de ce dernier.

COMMUNIQUEZ AVEC NOUS

Heures d'ouverture
lundi au vendredi
de 8h00 à 12h00
et de 13h00 à 16h00



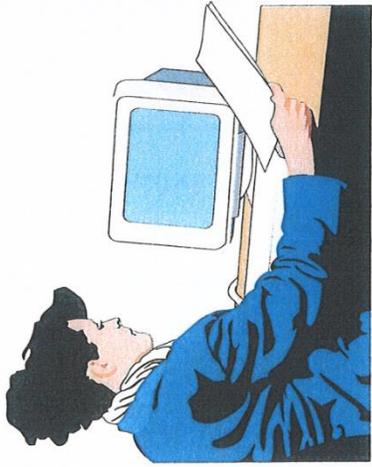
**CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE
LE NORDEST**

9, 11^e Rue
Forestville, Qc G0T 1E0
Téléphone: (418) 587-4226
Télécopieur : (418) 587-6101

Courriel:

Révisé le 13 janvier 2017

**SERVICE DE
SECRETARIAT**



Offert aux organismes,
aux entreprises
et aux particuliers

**** PHOTOCOPIE ****
**** COULEUR ****

**CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE
LE NORDEST**

9, 11^e Rue
Forestville, Québec G0T 1E0
Téléphone: (418) 587-4226
Télécopieur : (418) 587-6101
Courriel: cab.@lenordest.org
Site web: www.lenordest.org

LISTE DE PRIX

DÉTAILS (* papier)	INDIVIDUS-ORGANISMES COMMERCE	
	* Inclus	* Non-inclus
Photocopie couleur	0.35 \$	0.35 \$
Feuille <u>blanche</u> 8 ½" X 11"	0.20 \$	0.10 \$
Recto-verso	0.25 \$	0.15 \$
Feuille de couleur 8 ½" X 11"	0.25\$	0.15\$
Recto-verso	0.30\$	0.20\$
Feuille <u>blanche</u> 8 ½" X 14"	0.25\$	0.20\$
Recto-verso	0.50\$	0.25\$
Feuille de couleur 8 ½" X 14"	0.30\$	0.20\$
Recto-verso	0.35\$	0.25\$
Feuille <u>blanche</u> 11" X 17"	0.40\$	0.30\$
Recto-verso	0.45\$	0.35\$
Feuille de couleur 11" X 17"	0.50\$	0.40\$
Recto-verso	0.55\$	0.45\$
Travail ordinateur - imprimante jet d'encre	2.00\$	----
Carte d'affaires	0.50\$	----
Étiquettes	0.15\$	----
Enveloppes: blanches 4" x 9 ½ "	0.25\$	----
brunes	0.40\$	----
Document relié (couvertures/boudin inclus)	2.50\$	----
Plastification (peu importe les dimensions)	3.00\$	----
Télécopie: Envoi: 1re feuille	1.00\$	----
2e feuille et suivantes	0.50\$	----
Réception:	0.25\$	----

Le travailleur de milieu est là pour vous aider !

Le travailleur de milieu est une personne formée et compétente qui a pour mission d'offrir son aide, son écoute, son support et de référer les aînés.

Elle est outillée pour redonner aux personnes âgées le pouvoir de faire leurs propres choix.

Elle est le pont entre les aînés et les ressources présentes du milieu.



Besoin de plus d'information ?
Vous voulez vous inscrire ?
Vous désirez inscrire un proche ?

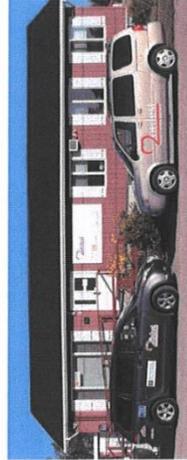
Veuillez communiquer avec nous, il nous fera un grand plaisir de vous répondre :



**CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE
LE NORDEST**

9,11e Rue Forestville, Qc G0T1E0
Téléphone : (418) 587-4226
Cellulaire : (418) 587-3689
Sans frais : 1-855-862-4226

Courriel : travaildemilieu@outlook.com



**TRAVAILLEUR DE
MILIEU POUR AÎNÉS**



Gratuit et confidentiel

9,11e Rue Forestville, Qc G0T1E0
Téléphone : (418) 587-4226
Téléphone travailleur de milieu :
(418) 587-3689

Courriel : travaildemilieu@outlook.com
Site web : www.lenordest.org
Sans frais : 1-855-862-4226

La mission et le rôle du travailleur de milieu

Le travailleur de milieu pour aînés a comme mission de soutenir les personnes âgées qui vivent une situation difficile, comme l'isolement, le deuil, de la maltraitance ou encore une déconnexion avec les ressources du milieu. Il rejoint également les aînés où ils sont.

ÉCOUTER ACCOMPAGNER INFORMER

Clientèle visée

Le service est offert aux aînés vivant sur le territoire de Longue-Rive à Colombier et peut être dispensé en collaboration avec la famille.

Le service s'adresse aux personnes vivant :

- De la détresse
- De l'isolement
- Un deuil
- De la violence
- Une perte d'autonomie
- Des difficultés économiques
- De l'ennui
- Des problèmes cognitifs

Prise de contact

Une personne âgée peut être référée par un membre de la famille ou par un proche. Le travailleur de milieu communiquera directement avec la personne afin de prendre rendez-vous.

Également, la personne âgée peut directement communiquer avec le travailleur de milieu afin d'organiser une rencontre.

Les rencontres

Lors de ces rencontres, le travailleur de milieu prend le temps nécessaire afin de créer un lien de confiance avec la personne âgée.

Par la suite, une discussion générale permet d'identifier les besoins sur lesquels des services pourraient être mis en place. Plusieurs visites peuvent être nécessaires afin de bien répondre aux besoins de la personne. N'oublions pas que tout se fait dans un climat chaleureux et sans pression.

Il est également possible qu'un membre de la famille ou un proche assiste à la rencontre.

Services offerts

- Accompagnement dans les ressources
- Aide pour compléter un formulaire
- Soutien, écoute, références
- Et plus encore ...