

Rapport d'activités
2023-2024

 Le
2ordest
CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE

fca  **q**

Fédération des
centres d'action bénévole
du Québec



Table des matières

Mot de la présidente et de la directrice générale	4
Membres du C.A. et membres de l'équipe	5
Objectifs des différents services	6
Centre d'action bénévole Le Nordeste	7
- Historique	9
- Mission, principes orienteurs et champs d'action	15
- Nos valeurs	16
- Support aux bénévoles.....	17
- Compilation des heures.....	22
Maintien à domicile	23
- Le transport accompagnement.....	28
- La popote roulante	31
- La friperie	34
Centre de jour (Personnes âgées).....	36
Centre de jour Le Mur-Mûre	43
Travailleur de milieu	51
Le Baluchon.....	58
Divers.....	64



Mot de la Présidente

Bienvenue à notre 40e assemblée générale annuelle du CAB Le Nord-est. C'est avec beaucoup de fierté que nous vous présentons le rapport d'activités 2023-2024.

Avec la collaboration des bénévoles, nos employés travaillent sans relâche à tenter d'innover et à raffiner leurs services, toujours pour le mieux-être de nos usagers.

Au nom des membres du conseil d'administration, je remercie chaleureusement la directrice générale, l'équipe de travail du CAB, les bénévoles impliqués au sein des activités et les donateurs, afin de nous permettre de poursuivre notre mission en aidant la population. Votre contribution est impressionnante et essentielle.

Profitons ensemble de l'été pour faire le plein d'énergie et au plaisir de vous revoir au retour des vacances.

Sonia Leclerc

Présidente



Mot de la Directrice Générale

Bonjour à tous!

L'année qui se termine a été pleine de rebondissement et de projet novateur! Embauche d'une nouvelle employée, congé de maternité, roulement de personnel au secrétariat, je peux vous dire que nous avons porté, l'équipe et moi, plusieurs chapeaux. Mais à la lecture du rapport d'activités vous pourrez constater que nos différents services sont en constante évolution et la clientèle ne cesse d'augmenter. Je me permets de nommer mon équipe comme élément favorable à cette augmentation. Merci à chacune d'entre vous pour votre dévouement, votre présence et votre collaboration.

J'en profite également pour remercier les bénévoles qui gravitent autour du CAB, entre autres le conseil d'administration qui consacre plusieurs heures par mois à notre organisme. Merci pour votre soutien! Merci à tous nos bénévoles, sans vous nos services ne seraient pas aussi bien offerts!

L'été est déjà bien installé, les vacances sont à nos portes, mais nous serons de retour en août pour reprendre tous nos services avec autant d'enthousiasme et de bonne humeur!



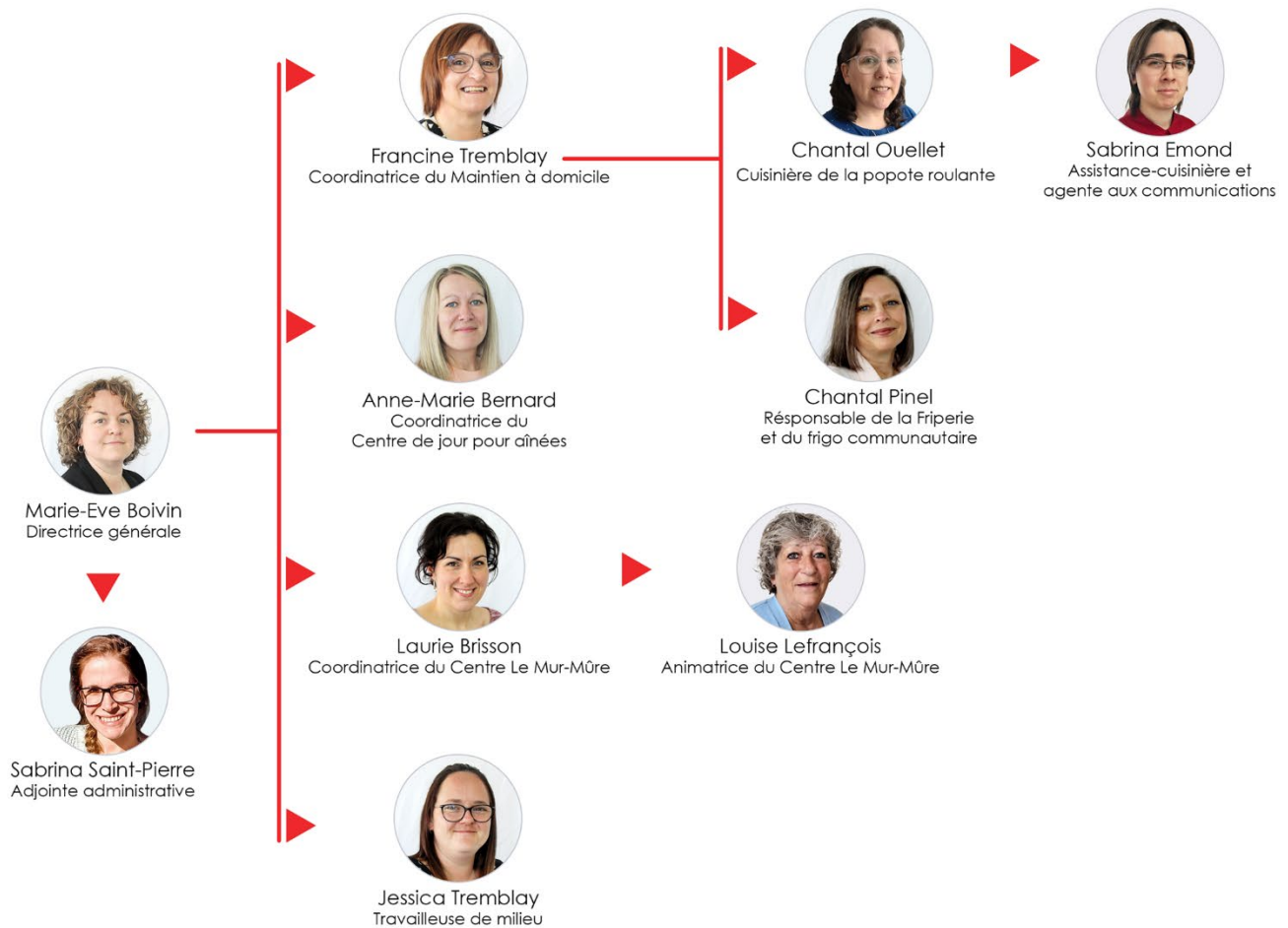
Marie-Fève Boivin

Directrice Générale

Conseil d'administration



Équipe



Objectifs des différents services

Centre d'action bénévole Le Nordest

- Favoriser le développement personnel et social
- Faire la promotion de l'action bénévole
- Activités dans le milieu
- Formation
- Concertation et collaboration dans le milieu
- La reconnaissance des bénévoles
- Promotion des 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 (personnes âgées)

- Maintenir et améliorer l'autonomie des aînés, leur fierté et leur confiance en soi
- 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
- Bâtir des liens

Centre de jour Le Mûr-Mure

- 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

Baluchon

- Favoriser l'intergénérationnel
- Transfert de connaissances
- Recyclage des matières avec le tissage, couture, etc
- Favoriser le bénévolat



**Centre d'action
bénévole Le Nordest**



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

Téléphone : 418 587-4226

Sans frais : 1-855-862-4226

Télécopieur : 418 587-6101

Courriel : cab@lenordest.org

Site internet : www.lenordest.org

Heures d'ouverture du bureau administratif

Septembre à mai

Lundi au vendredi : 8h00 à 12h00 / 13h00 à 16h00

Juin à août

Lundi au jeudi : 8h00 à 12h00 / 13h00 à 16h00

Vendredi : 8h00 à 12h00

Fermeture de nos bureaux 6 semaines pendant la saison estivale.





Historique

Historique

Fondé en novembre 1982, Le Nordest 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.

1983

- Naissance du Centre d'action bénévole Le Nordest.

1984

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

1985

- Le Nordest 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 Nordest" 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 Nordest.
- Première collecte de denrées alimentaires non périssables "Blitz" pour aider les familles et individus défavorisés.

1989

- Le Nordest 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 Nordest dans la maison actuelle.

1991

- Colloque sur le bénévolat.

1992

- Le Nordest reçoit **7 000 \$** suite au colloque sur le bénévolat.
- Après deux ans de négociation, Le Nordest devient propriétaire de la maison.
- Le Nordest 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 Nordest reçoit un méritas de la Fondation Berthiaume-du-Tremblay.
- Réaménagement des locaux et installation d'une rampe d'accès pour personnes handicapées.

1994

- Le Nordest 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 Nordest en collaboration avec la Ville de Forestville. Les localités participantes à ce plan sont Sainte-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-Coeur et Tadoussac, pour ces secteurs d'activités "Économie sociale" et "Services aux individus".
- Le Nordest fête son 15e 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 aux 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 de jour 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 (personnes âgées) et le Centre de jour Le Mur-Mûre.
- Festivités du 20e 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 de jour Le Mur-Mûre.
- "Focus" groupe.

2006

- Le SADHCN devient une coopérative.
- 1er souper bénéfique 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 \$**, engagement d'une animatrice qui offre des activités dans des résidences intermédiaires ou de type familial.
- Novembre - C'est la fête, on célèbre le 25e anniversaire.

2009

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

2010

- La cour arrière est transformée en jardin de permaculture.
- Acquisition d'un 2e 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 "meubles 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 (truite, 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 ont été augmentés à 4 jours par semaine durant ce confinement.
- Nous avons également offert le service de livraison d'épicerie aux aînés (secteur Colombier à Longue-Rive) pour pallier un manque de service.

2022

- En collaboration avec une entreprise régionale, nous avons travaillé afin de mettre à jour le site web de l'organisme. C'est donc sous une nouvelle image que les informations du Centre d'action bénévole circulent sur le web! www.lenordest.org
- À la suite d'une entente avec le Centre local d'emploi, nous avons eu la chance d'avoir une employée en infographie.
- Les différents logos et dépliants ont été actualisés!
- Notre infographiste a refait une beauté à notre rapport annuel d'activités!

2023

- Amélioration du service de Popote roulante. Avec l'augmentation du montant de notre bailleur de fonds (PSOC), nous avons pu augmenter le nombre de journées de popote.
- Nous offrons 3 jours (mardi, mercredi et jeudi) et nous sommes maintenant à 4 jours (mardi, mercredi, jeudi et vendredi).
- Une aide cuisinière a été embauchée afin d'aider en cuisine. Elle travaille 20 heures semaine en cuisine et 15 heures comme agente aux communications.
- Marché de Noël – Première édition du livre de recettes « Recettes vite faite ».
- Instauration d'un Frigo communautaire scolaire à la Polyvalente des Rivières (projet-pilote) en collaboration avec Nourris ton cerveau et le Centre de jour pour personnes âgées.
- Mise en place de la Loi 25, protection des renseignements personnels.
- 40^e anniversaire du CAB Le Nordest (promotion sur les services du CAB).
- Cahier souvenir 40^e anniversaire du CAB Le Nordest.
- Campagne Biscuit Sourire de Tim-Horton.
- Projet-pilote – Soupe populaire, un comité avec différents partenaires pour ce service.

2024

- Participation à un plan stratégique régional sur la sécurité civile (en cas d'urgence).
- Révision des lettres patentes et règlements généraux pour uniformiser les termes.
- Souper bénéfique au profit du CAB.
- Planificateur aîné, 6^e édition 2024, ce projet a été initié par TLCAHCN, et avec un travail d'équipe et la conception de notre infographiste.
- Tournoi baseball poche avec les FADOQ.

Mission de l'organisme

Mission

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

Principes orienteurs

Les principes orienteurs font partie intégrante du cadre de référence. Ce sont des éléments indissociables des champs d'action. Ils conditionnent l'action des centres dans leur environnement et dans leurs relations avec les intervenants en place.

- 1 Les bénévoles sont au cœur de la mission d'un centre d'action bénévole.
- 2 Le centre facilite et encourage l'action bénévole dans le milieu.
- 3 Le centre d'action bénévole favorise l'implication de ses bénévoles dans les changements internes et la mise en place de services.
- 4 Les services aux individus sont offerts, dans la mesure du possible, en majorité par des bénévoles qui agissent librement et gratuitement.
- 5 L'offre et le développement de services répondent à des besoins dans la communauté.
- 6 La personne salariée est une ressource essentielle pour le bon fonctionnement et la continuité du centre dans sa communauté.
- 7 Le centre d'action bénévole respecte les critères de l'action communautaire autonome.

Champ d'action 1

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

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

- Faire la promotion de l'action bénévole tout au long de l'année en plus de la Semaine de l'action bénévole et de la journée internationale des bénévoles
- Organiser, participer et soutenir des activités pour souligner la Semaine de l'action bénévole et la journée internationale des bénévoles
- Organiser des activités de promotion de l'action bénévole auprès de clientèles ciblées (jeunes, aînés, personnes handicapées, immigrants, etc.)
- Offrir un service d'orientation des bénévoles vers les organismes du milieu
- Diffuser et participer à la plateforme de jumelage JeBenevole.ca
- Participer à la réalisation d'études, de recherches ou de sondages sur l'action bénévole

Mission de l'organisme

- Créer et diffuser des outils visant à offrir un soutien aux organismes dans la gestion des bénévoles
- Offrir des formations pour soutenir la gestion des bénévoles dans les organisations
- Soutenir les prix de reconnaissance de l'action bénévole répertoriés par la Fédération des centres d'action bénévole du Québec
- Soutenir les prix Hommage bénévole Québec
- Promouvoir et organiser des activités de reconnaissance pour les bénévoles de la communauté

Champ d'action 2

Soutien à la communauté

Service aux individus :

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

Champ d'action 3

Gouvernance et vie associative

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

- La tenue d'une assemblée générale annuelle
- La mise en place de mécanismes de communication et de consultation avec les membres et les bénévoles
- La tenue régulière de réunions du CA
- Une administration régie par des politiques claires, partagées et comprises
- Une planification des actions du centre
- Produire un rapport annuel respectant les champs d'action du cadre de référence
- Assurer la transparence des finances afin d'avoir une saine gestion financière
- L'application d'une politique sur la saine gestion des bénévoles du centre
- L'évaluation et le suivi réguliers des pratiques internes

Nos valeurs

Parmi les valeurs véhiculées par les centres, on retrouve :

- la justice
- le partage
- la valorisation
- l'entraide
- la dignité
- et la solidarité

Support aux bénévoles

Clientèle visée

Les personnes bénévoles dans 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.

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.

Service

Voici les services que nous offrons aux bénévoles :



Accueil :

Entrevue individuelle
Informations sur toutes les activités reliées à nos services
Au besoin, orientation vers d'autres organismes/associations



Formation :

Conférences (Journée Présages, S.A.B.)
Café-rencontre thématique
Formations spécifiques



Orientation :

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 au 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.

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.

- Semaine de l'action bénévole (brunch)
- Promouvoir le site « Je bénévole.ca »
- Journée internationale des bénévoles (5 à 7)
- Promotion du CAB et de la Friperie (Facebook)
- Semaine des popotes roulantes (un repas gratuit à nos bénéficiaires)
- Porte-parole du Prix Hommage bénévolat-Québec

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 :



1. 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.



2. Sensibiliser la population sur les différents services qu'offre le Centre d'action bénévole Le Nordest.

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.

Support aux bénévoles :

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

Services offerts

- Services de secrétariat
- Impôts (pour les personnes à faible revenu)
- Dépannage vestimentaire
- Dépannage alimentaire
- Récupération de cartouches d'encre d'imprimante
- Prêt de locaux et d'équipements
- Collaboration avec Nourris ton cerveau (collation scolaire)
- Collaboration avec les Chevaliers de Colomb pour la Campagne des paniers de Noël

Compilation des heures Centre d'action bénévole Le Nordeste

Poste	2023-2024	2022-2023
Directrice générale	1 785	1 680
Coordonnatrice (Maintien à domicile)	1 785	1 672
Travailleur de milieu	1 576.50	1 442.5
Adjointe administrative	1 329.50	1 528.65
Projet (Nourris ton cerveau)	261	371
Cuisinière	1 756.25	1 652.25
Concierge	274.50	55.75
Projet PAAS + CLE (Sophie D.)	124	1 773,75
Projet Semo	242	-
Responsable friperie / Récupération alimentaire	2 020.50	1 652.50
Total	10,879.25	12 031.40

Conseil administration

Poste	2023-2024	2022-2023
7 administrateurs	48	42

Centre de jour Le Mur-Mûre

Poste	2023-2024	2022-2023
Coordonnatrice	1 783	1 678.5
Animatrice	1 266.50	1 574.75
Total	3049.50	3 253.25

Centre de jour (personnes âgées)

Poste	2023-2024	2022-2023
Coordonnatrice	1 680	1 715

Développement de l'action bénévole et communautaire

Le développement de l'action bénévole et communautaire c'est le 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 **95** bénévoles qui ont généreusement contribué aux activités et services offerts. **59** femmes et **36** hommes qui ont donné au moins 1 heure de leur temps en bénévolat.

Territoire

M.R.C. de la Haute-Côte-Nord (Tadoussac / Sacré-Coeur à Colombier) pour le Centre de jour Le Mur-Mûre et le secteur Est de la MRC (Longue-Rive / Portneuf-Sur-Mer / Forestville / Colombier) pour tous les autres services du CAB.

Population : un peu plus de **10 500**

Rapport du conseil d'administration

Poste	2023-2024	2022-2023
Réunions du CA	9	10
Assemblée générale annuelle	1	1
Réunions spéciales	2	1
Personnes présentes AGA	22	22
Nombre de bénévoles	95	82

Centre d'action bénévole Le Nordest

Secteur d'activités des bénévoles

À noter que les statistiques sont calculées en heure.

Centre de jour Le Mûr-Mure Bénévoles

	2023-2024	2022-2023
Heures totales	59.73	5
Femmes	5	0
Hommes	4	3

Centre de jour (personnes âgées) Bénévoles

	2023-2024	2022-2023
Heures totales	73	49
Femmes	6	12
Hommes	3	2

Maintien à domicile Bénévoles - Friperie

	2023-2024	2022-2023
Heures totales	2 622	2 864
Femmes	21	18
Hommes	9	3

Maintien à domicile Baladeurs bénévoles

	2023-2024	2022-2023
Heures totales	912	768
Femmes	8	6
Hommes	5	7

Baluchon Bénévoles - Entraide

	2023-2024	2022-2023
Heures totales	82.5	109
Femmes	11	11
Hommes	0	0

Baluchon Bénévoles

	2023-2024	2022-2023
Heures totales	295	630
Femmes	10	19
Hommes	1	2

Centre d'action bénévole Bénévoles - Travaux divers

	2023-2024	2022-2023
Heures totales	5	7
Femmes	1	0
Hommes	4	5

Centre de jour Le Mûr-Mure Conducteurs bénévoles

	2023-2024	2022-2023
Heures totales	167	166
Femmes	1	0
Hommes	2	5

Centre de jour (personnes âgées) Le Mûr-Mure Conducteurs bénévoles

	2023-2024	2022-2023
Heures totales	267	486
Femmes	1	0
Hommes	2	9

Maintien à domicile Bénévoles - Popote roulante

	2023-2024	2022-2023
Heures totales	254	147
Femmes	5	0
Hommes	3	1

Maintien à domicile - Bénévoles Accompagnement médicale

	2023-2024	2022-2023
Heures totales	6 127	3 823
Femmes	5	3
Hommes	12	8

Total d'heures de bénévolat

2023-2024	2022-2023
10 864.23 heures	9 054 heures



Maintien à domicile

Maintien à domicile

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

Téléphone : 418 587-4226

Télécopieur : 418 587-6101

mad.cab@lenordest.org

www.lenordest.org

Heures d'ouverture du bureau administratif

Septembre à mai

Lundi au vendredi : 8h00 à 12h00 / 13h00 à 16h00

Juin à août

Lundi au jeudi : 8h00 à 12h00 / 13h00 à 16h00

Vendredi : 8h00 à 12h00



Mot de la Coordonnatrice

Bonjour,

Dire que l'on se la couler douce cette année serait mentir.

Nous avons su, mes collègues et moi, se retrousser les manches afin d'offrir nos services sans en compromettre la qualité.

À la Popote roulante, nous avons livré plus de **7 607** repas et **912** heures de bénévolat pour nos **13** bénévoles.
Merci à vous !

Je ne peux passer sous silence la performance de notre Friperie. Je tiens donc à féliciter nos **30** bénévoles avec leurs **2 622** heures de bénévolat. Sans vous, rien de ceci n'aurait été possible.

Savez-vous que nos **17** bénévoles chauffeurs au transport médical ont accumulé plus de **6 127** heures et **310 765** km dans la dernière année. Merci de votre dévouement, tout cela est possible grâce à vous.

Merci à tous nos bénévoles et également à notre conseil d'administration, eux aussi qui ont notre mission à cœur.

Pour terminer, merci à Marie-Eve, notre directrice générale et mes collègues qui sont toujours là pour me donner un coup de main.

Bon été !

Maintien à domicile

Bénévoles et bénéficiaires

Total de bénévoles et bénéficiaires actifs par secteur

Secteurs	Bénévoles		Bénéficiaires	
	2023-2024	2022-2023	2023-2024	2022-2023
Friperie	30	22	N/D	N/D
Transport accompagnement	14	11	235	159
Transport commission	1	1	13	11
Popote Roulante	21	23	137	144


Ouverture de dossier bénéficiaire

	2023-2024	2022-2023
 Femmes	45	11
Hommes	52	14

Total de Bénévoles actifs par municipalité

	2023-2024	2022-2023
Colombier	2	2
Forestville	64	51
 Portneuf-sur-Mer	1	1
Longue-Rive	1	2

Maintien à domicile

	Heures de bénévolat pour le MAD	2023-2024	2022-2023
		9 941 heures	7 610 heures

Orientation 2024-2025

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

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.

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 bénévolat. 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 des services :

- Transport accompagnement
- Transport commissions
- Popote roulante
- Friperie

Le transport accompagnement (sociocommunautaire & médical)

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

Téléphone : 418 587-4226

Télécopieur : 418 587-6101

mad.cab@lenordest.org

www.lenordest.org

Heures d'ouverture du bureau administratif

Septembre à mai

Lundi au vendredi : 8h00 à 12h00 / 13h00 à 16h00

Juin à août

Lundi au jeudi : 8h00 à 12h00 / 13h00 à 16h00

Vendredi : 8h00 à 12h00

Description du service :

Le transport accompagnement est un service du Centre d'action bénévole Le Nord-est. 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 une compensation monétaire pour l'utilisation du véhicule.

Endroits desservis :

Les demandes doivent être reliées à des "rendez-vous médicaux" dans les services de santé de Québec, Charlevoix, Saguenay, Les Escoumins, Forestville, Baie-Comeau, Sept-Iles, La Malbaie, Baie-St-Paul, Chute-aux-Outardes et Les Bergeronnes

Coûts :

Le coût des transports varie selon différents critères. Tout dépend de la destination du rendez-vous et du programme accessible au bénéficiaire. Nous possédons la même tarification que notre M.R.C. HCN



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 une compensation monétaire reliée aux frais d'utilisation de son automobile.

Pour information :

Un dépliant complet du service est disponible au secrétariat du CAB Le Nordest, par courriel, télécopie ou par le site web : 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.

Transport accompagnement



	Accompagnement Bénéficiaire			Transport autres	
	2023-2024	2022-2023		2023-2024	2022-2023
 Femmes	120	72	 Femmes	10	7
Hommes	115	63	Hommes	3	1

Le transport accompagnement

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

	2023-2024	2022-2023
Québec	107	96
Saguenay	74	158
Les Escoumins	212	228
Forestville	82	60
Baie-Comeau	715	1 046
Les Bergeronnes	68	8
Chute-aux-Outardes	8	18
La Malbaie / Baie St-Paul	2	4
Longue-Rive	2	N/D
Autres	4	N/D
Total	1 274	1 618

Nombre de bénévoles et bénéficiaires

	 Bénévoles		 Bénéficiaires	
	2023-2024	2022-2023	2023-2024	2022-2023
Colombier	1	2	21	9
Forestville	15	9	145	112
Portneuf-sur-Mer	0	0	27	21
Longue-Rive	1	1	45	23
Total	17	12	238	165

Heures de bénévolat et kilométrage parcouru



Heures de bénévolat

2023-2024

6 127 heures

2022-2023

3 823.35 heures



Kilométrage parcouru

2023-2024

310 765 km

2022-2023

202 414 km

Popote Roulante

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

Téléphone : 418 587-4226

Télécopieur : 418 587-6101

mad.cab@lenordest.org

www.lenordest.org

Heures d'ouverture du bureau administratif

Septembre à mai

Lundi au vendredi : 8h00 à 12h00 / 13h00 à 16h00

Juin à août

Lundi au jeudi : 8h00 à 12h00 / 13h00 à 16h00

Vendredi : 8h00 à 12h00

Les repas de la Popote roulante sont livrés en fin d'avant-midi pour le dîner, le mardi, mercredi, jeudi et le vendredi.

Coûts

Les repas sont offerts à un coût très modique, soit 6.50\$ pour les gens de Forestville et 7\$ pour les environs. 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 les municipalités : Colombier, Forestville, Portneuf-sur-Mer et Longue-Rive.

Pour information :

Tout comme pour les autres services, un dépliant complet est disponible au secrétariat du 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.

Qu'est-ce que la Popote roulante?

La Popote roulante est un service de repas chauds, livrés à domicile par un baladeur/bénévole du Centre d'action bénévole Le Nordest.

Clientèle visée

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. Cependant, avec évaluation des intervenants du réseau, une personne vivant avec des problèmes de santé physique ou psychologique, une personne en attente de service, en convalescence ou en perte d'autonomie peut également avoir accès au service.

Objectifs

Offrir un service de repas abordable pour les personnes âgées de notre secteur d'opération dans le but de maintenir nos aînées dans leur domicile afin d'éviter les placements.

Disponibilité du service

Nous offrons 4 jours semaine de Popote roulante, soit le **mardi, mercredi, jeudi** et **vendredi**.

Opération

Une cuisinière permanente fait les repas pour la Popote roulante ainsi que pour le Centre de Jour pour aînés et Centre de jour Le Mur-Mûre. Des baladeurs/bénévoles s'occupent de la livraison des repas. Cette dernière est appuyée dans ses tâches par une aide-cuisinière rémunérée, en raison de 20h par semaine.

Orientations 2024-2025

Continuer d'offrir des repas variés. Faire la promotion pour que le service soit encore plus connu. Augmenter le nombre de bénévoles aide-cuisinière en après-midi.

Résumé du service de Popote roulante



Nous avons préparé **6 997** repas livrés par **13** baladeurs qui ont cumulé un total de **912** heures de bénévolat. Nous avons effectué **143** jours de popote durant l'année, soit une moyenne de 6,5 heures de bénévolat par jour pour nos baladeurs. Nous livrons en moyenne **49** repas par jour et avons eu **137** bénéficiaires.

Nombre de repas par mois

	Avr	Mai	Juin	Juill Août	Sept	Oct	Nov	Déc	Janv	Févr	Mars
2023-2024	774	925	512	-	724	847	965	635	587	921	717
2022-2023	665	780	662	89	217	612	699	541	327	603	808

	Total	
	2023-2024	2022-2023
	7 607 repas	6 003 repas

Nombre d'usagers par municipalité

	 Bénévoles		 Bénéficiaires	
	2023-2024	2022-2023	2023-2024	2022-2023
Colombier	0	0	7	12
HLM & Forestville	16	13	86	91
Longue-Rive	0	0	17	18
Portneuf-sur-Mer	0	0	27	21
Total	16	13	137	142

Bénéficiaires - Sexe

	2023-2024	2022-2023
Femmes	77	75
Hommes	60	55

Promotion des services

Durant l'année 2023-2024, la promotion du service de Popote roulante a été faite à plusieurs égards. Le travailleur de milieu est une aide importante 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 sans oublier aux publicités dans le journal local ainsi que sur les réseaux sociaux pour l'annonce du menu de la semaine.

Concrètement, en tant que coordonnateur du service, il va de soi que la promotion sur le terrain est moins propice.

La Friperie

15, 2e Rue
Forestville (Québec) G0T 1E0

Téléphone : 418 587-4226

Télécopieur : 418 587-6101

mad.cab@lenordest.org

www.lenordest.org

Heures d'ouverture

Lundi au vendredi : 12h00 à 16h00

Historique

Le conseil d'administration a pris la décision d'acquérir une nouvelle bâtisse.

Au mois de décembre 2013, ça 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.

Encore aujourd'hui, nous en sommes 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 **30** bénévoles actifs ont participé aux opérations de la Friperie au cours de la dernière année totalisant **2 622** heures de bénévolat.

Nombre de clients à la caisse

	Avr	Mai	Juin	Juill	Août	Sept	Oct	Nov	Déc	Janv	Févr	Mars
2023-2024	744	1079	942	709	792	985	1052	952	654	773	759	540
2022-2023	672	796	817	775	834	859	911	883	658	404	642	903



Une moyenne de **9 981** transactions a été enregistrée pour l'année. Cette année, c'est une moyenne de **832** transactions par 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, la publicité sur les réseaux sociaux et quelques publications dans le journal local.

Frigo communautaire

Le Frigo communautaire à la Friperie du CAB est toujours très en demande. 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. Encore cette année, nous pouvons ajouter la collaboration du dépanneur Couche-Tard, qui font des dons occasionnellement. Les alimentaires des agents de la Faune permettent aussi d'ajouter de la diversité en viande et poisson. Lentement la population apporte aussi des denrées qui sont ajoutées au frigo. Plusieurs publicités ont été faites par notre infographe et partagées par tous les frigos de la MRC HCN.

Frigo communautaire scolaire

Le projet est né lors d'une rencontre avec l'équipe de Nourris ton cerveau, qui offre des collations dans les écoles de la Haute-Côte-Nord. Sachant que l'insécurité alimentaire fait malheureusement partie de la réalité de plusieurs familles de nos secteurs, un projet-pilote en collaboration avec la Polyvalente des Rivières a vu le jour. Les aînés du centre de jour cuisinent plusieurs fois dans l'année et déposent des repas dans ce dernier. Les jeunes de la polyvalente peuvent aller se servir de façon gratuite sans gêne !!



**Centre de jour
(Personnes âgées)**



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

Téléphone : 418 587-4226

Télécopieur : 418 587-6101

cdj.cab@lenordest.org

www.lenordest.org

Journées d'ouverture

Lundi : 10h00 à 15h00

Mardi : 10h00 à 15h00

Mercredi : 10h00 à 15h00

Jeudi : 10h00 à 15h00

Vendredi : 10h00 à 15h00

Chaque jour le diner est servi sur place.

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

Les activités se déroulent de début septembre à la fin juin.



Mot de la Coordonnatrice

Bonjour à tous, enfin de retour à mon poste !!!

Merci aux membres du C.A ainsi qu'à ma directrice générale pour m'avoir accordé un temps supplémentaire, afin de trouver ce que tout le monde cherche UNE GARDIENNE

L'année a été faite de retrouvailles et de petits bonheurs. J'aimerais profiter de l'occasion pour remercier Chantal Pinel, d'avoir tenu le phare pendant mon absence, les gens ont beaucoup apprécié ton travail et ta présence. Merci !!!!!

Je poursuis ma mission plus motivée que jamais avec mes collègues à mes côtés, sur qui je peux compter... merci les filles !!!!!

Nous nous sommes transportés dans l'univers du casino pour souligner le début de l'été au grand plaisir de tous. Direction Chicoutimi pour assister à « la Fabuleuse histoire d'un royaume » une expérience inoubliable.

Nous avons cette année l'honneur de collaborer avec Sylvie Auger, qui nous offre une initiation à la musique, une fois par semaine. Ainsi que madame Danielle Rossignol qui nous offre des ateliers de peinture, une fois par mois, au grand bonheur de notre créativité. Une journée d'exposition sera organisée sous peu pour clore cette belle aventure.

Première année, pour nous au Marché de Noël un beau succès autant pour la proximité avec les gens de la communauté qu'une belle expérience pour nos aînés. Expérience de préparation et de constance pour les groupes qui ont participé. Nous avons amassé une somme de **2 355 \$** qui a été partagée avec le Centre de jour Le Mur-Mûre.
Merci pour votre implication !!!!!

Un nouvel atelier de cuisine a vu le jour ce qui permet de cuisiner en groupe, afin de redistribuer le tout dans le Frigo communautaire scolaire de la Polyvalente de Forestville. Un beau projet qui rassemble les efforts pour offrir à ceux qui en ont besoin.

Conférence rencontre enrichissante et les incontournables fut à l'honneur durant cette belle année.

Merci ARLPH pour les belles activités proposées. Merci à « Plaisir de lire » d'être disponible pour nous encore cette année votre service est indispensable pour nous !!! Merci à nos bénévoles conducteurs et accompagnateurs pour toutes ces heures précieuses.

Nous poursuivons notre beau travail toujours au cœur de vos besoins.



Bon été !!!!!

Anne-Marie Bernard
Coordonnatrice-animatrice
Centre de jour pour aînés

Centre de jour (personnes âgées)

Historique

En 1990, l'objectif du Centre d'action bénévole Le Nordeste était d'ouvrir un centre de jour. Le centre de jour voit le jour en 1992.

Clientèle visée

Personnes âgées de 65 ans et plus en perte d'autonomie physique, psychologique ou sociale. Cependant, avec évaluation des intervenants du réseau, des demandes spécifiques peuvent être analysées.

Mission

Notre mission est de mettre sur pied des activités pour aider à améliorer leur état ou à maintenir adéquatement ce dernier le plus longtemps possible. C'est pourquoi nous leur offrons des animations pour briser l'isolement, des activités qui travaillent la mémoire, la concentration, la pensée positive, des exercices physiques adaptés à leur capacité, jeux de groupes, socialisation, activité spéciale récréative, atelier d'artisanat et découverte !

Objectifs

Le Centre de jour répond aux besoins des personnes âgées qui vivent des pertes au point de vue physique, psychologique et/ou social.

Présences et temps de fonctionnement

	2023-2024	2022-2023
 Jours d'ouverture	115	118
 Présence	915	827

Jour total d'activités par mois (*)

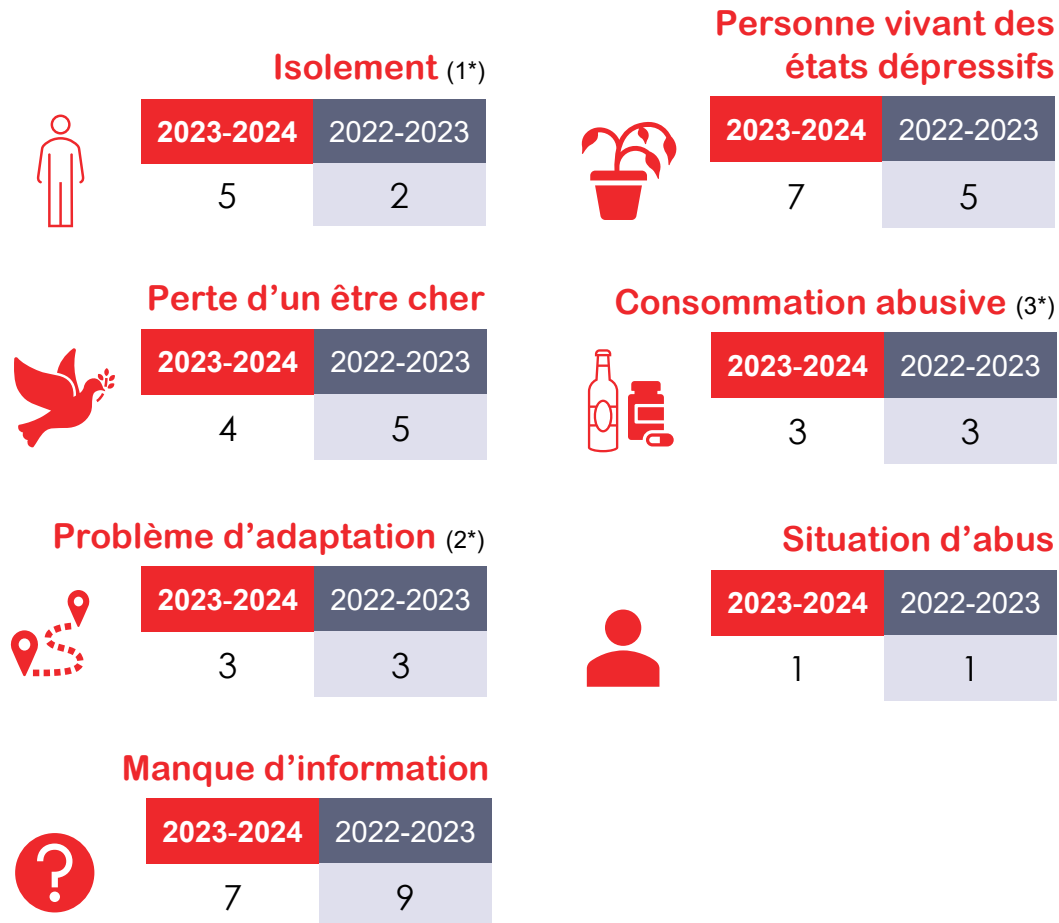
	Avr	Mai	Juin	Juill Août	Sept	Oct	Nov	Déc	Janv	Févr	Mars
2023-2024	9	15	9	2	12	12	11	8	11	15	11
2022-2023	14	13	13	0	11	13	12	5	5	12	13

Notes :

* Le mois de juillet/août, le Centre de jour est fermé pour la période estivale.

Centre de jour (personnes âgées)

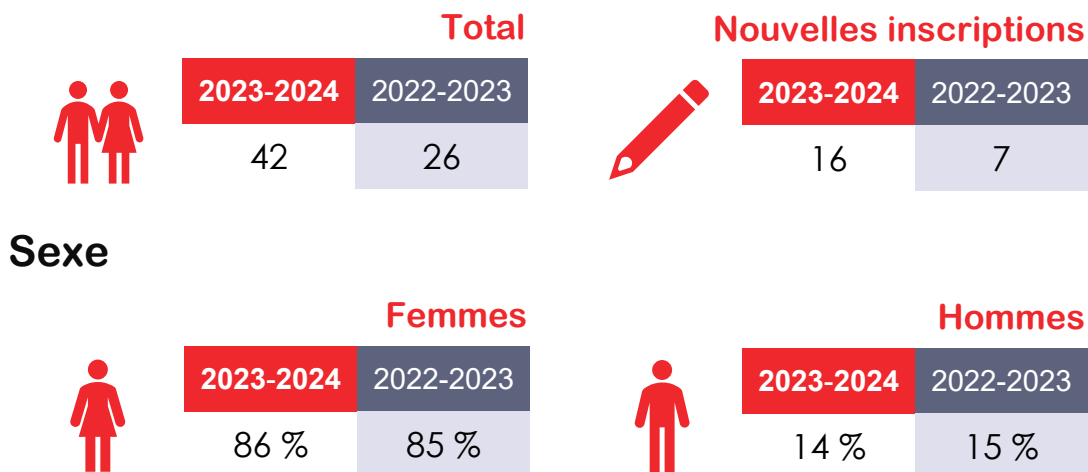
Problématiques psychosociales



Caractéristique de la clientèle

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

Nombre de bénéficiaires



Notes :

1* Isolement : aucune ou peu de visite ou d'appel de la famille ou des proches.



2* Problème d'adaptation à un changement de milieu de vie.

3* Consommation abusive d'alcool ou de médicaments

*À noter que les données en pourcentage des sexes et des tranches d'âge ont été calculé

Centre de jour (personnes âgées)

Tranche d'âge


	Femmes		Hommes		
	2023-2024	2022-2023	2023-2024	2022-2023	
 65-74	28 %	25 %	 75-84	100 %	95 %
75-84	67 %	75 %	85+	-	5 %
85+	5 %	-			

Détail sur les personnes qui fréquentent le Centre de jour

Provenance des personnes

	2023-2024	2022-2023
 Domicile privé	31	20
H.L.M. et Villa	9	6
Maison d'hébergement	2	1

Provenance des personnes par municipalité

	2023-2024	2022-2023
 Forestville	27	22
Colombier	5	1
Portneuf-sur-Mer	3	1
Longue-Rive	7	3

Références nouvelles

	2023-2024	2022-2023
 CLSC	2	3
Personne elle-même	5	0
Amis, famille	4	0
Personnes du Centre de jour	5	3
Travailleur de milieu	0	1

Liste des activités de 2023-2024

Activités spéciales

- Activités interculturelles (combiné d'une cabane à sucre)
- Invitation service de garde
- Bricolages (tout au long de l'année)
- Fête de fin d'année (casino)
- Fête de la rentrée (Western)
- Spécial Halloween
- Halloween communautaire (Distribution)
- Journée "On s'entraide".
- Fabrication de biscuit sourire 😊

Centre de jour (personnes âgées)

- Brunch du Jour de l'an
- Marché de Noël
- Bingo Chocolat

Présentation des services :

- Invitation Kinésologue
- Invitation nutritionniste
- Invitation A.P.I.C
- Invitation DRSM

Sorties

- Brunch FADOC
- Bibliothèque humaine
- Magasinage
- Voyage fin d'année
- Spectacle (Auditorium de Forestville)
- Pommes
- Quilles
- Soupe populaire
- Conférence
- Tournoi de baseball poche (FADOC)
- Symposium de peinture
- Diner Resto

Ateliers

- Plaisir de lire
- Peinture
- Musique
- Tricot
- Cuisine
- Couture

Développement des connaissances

Formations et rencontres pour employés et bénévoles

- Formation accompagnement en loisir (ARLPH)
- Formation maltraitance
- Conférence santé mentale des aînés

Orientation 2024-2025

- Aider les aînés à maintenir ou retrouver leur autonomie par tous les moyens possibles.
- Garder notre attention bien vive pour dépister les cas d'abus et de 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 leur expérience.
- Être présent, à l'écoute et disponible pour les aînés.



**Centre de jour
Le Mur-Mûre**



Le Centre de jour possède un point de service

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

9 Rue Roussel,
Les Escoumins (Québec) G0T 1K0
Point de service

Téléphone : 418 587-4226
Télécopieur : 418 587-6101
mumure.cab@lenordest.org
www.lenordest.org

Journées d'ouverture

Lundi : 10h00 à 15h00

Mardi : 10h00 à 15h00

Mercredi : 10h00 à 15h00

Jeudi : 10h00 à 15h00

Vendredi : 10h00 à 15h00

Chaque jour le dîner est servi sur place à Forestville.
(Prendre note que nous utilisons le service de la Popote roulante)

Les activités débutent vers la fin août et se terminent à la fin juin.



Mot de la Coordonnatrice et de l'animatrice

Bonjour à tous,

Cette année au Centre de jour Le Mur-Mûre, nous avons vécu un changement de coordination. En septembre nous avons souhaité une bonne continuité à Maryse Villemure, nous la remercions pour tout son investissement au sein de notre organisme. Naturellement, j'ai pris le relais pour ce poste et une nouvelle personne s'est ajoutée à notre équipe; bienvenue à Louise Lefrançois, qui est déjà appréciée en tant qu'animatrice dans nos groupes.

Le Mur-Mûre a été présent aux différentes tables ou groupes tels que : ROCASM, ARLPH, table santé mentale particulièrement en zoom mais on recommence le présentiel. C'est une année de retour vers la normale, nous reprenons notre roulement tout en gardant de bonnes habitudes, telles que la désinfection des salles de groupe pour éviter de partager certains virus.

Merci à l'ARLPH (Association régionale des loisirs des personnes handicapées); Nous avons reçu plus de **16 000 \$** cette année. Le premier volet de cette subvention est pour l'accompagnement de nos personnes plus vulnérables. Ainsi nous pouvons joindre une deuxième personne à nos activités pour le support aux activités. Le deuxième volet est pour financer une sortie de loisir. Pour le dernier voyage de fin d'année de notre ancienne coordonnatrice, nous sommes partis 2 jours pour aller voir la « Fabuleuse histoire d'un Royaume » au Saguenay. Avec ces argents, nos participants ont pu profiter d'un prix modique en cette grande occasion.

Un gros remerciement à Centraide pour le financement qui assure le service d'une deuxième animatrice pour nos centres de jour.

Merci à « Plaisir de lire » qui nous offre un si beau service en alphabétisation et ce sur place. Le service adapté à chacun est toujours aussi apprécié.

Merci au conseil d'administration et à la direction, ainsi qu'à toute l'équipe pour le support quand nous avons besoin d'aide!

Et finalement merci aux personnes du Centre de jour Le Mur-Mûre et notre point de service, nous vivons ensemble les fluctuations de la vie!

Centre de jour Le Mur-Mûre

Historique

En 1999, c'est un départ pour le centre d'activités en santé mentale. En 2005, le centre Le Mûr-Mure ouvre un point de service aux Escoumins.

Mission

La mission du Centre de jour Le Mur-Mûre d'apporter un milieu de vie dynamique et accueillant qui suscite l'entraide, brise l'isolement et développe les habiletés sociales et interpersonnelles, l'autonomie ainsi que l'équilibre des personnes vivant avec des problèmes de santé mentale. Nous visons à permet aux personnes d'acquérir et/ou de conserver de bonnes habitudes de vie pour ainsi diminuer les hospitalisations.

Objectifs

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 dans le but de diminuer les hospitalisations. Le Centre priorise une approche de groupe comme complément et en continuité aux services actuels du réseau.

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.

Bénévoles

Nombre de bénévoles



2023-2024	2022-2023
13	13



Nombre d'heures de bénévolat

2023-2024	2022-2023
533.5	522

Caractéristique de la clientèle

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

Nombre de bénéficiaires



Total	
2023-2024	2022-2023
34	30



Nouvelles inscriptions

2023-2024	2022-2023
4	3

Sexe



Femmes	
2023-2024	2022-2023
65 %	70 %



Hommes	
2023-2024	2022-2023
35 %	30 %

Tranche d'âge



Femmes		
	2023-2024	2022-2023
54-	14 %	10 %
55+	86 %	90 %



Hommes		
	2023-2024	2022-2023
54-	34 %	10 %
55+	66 %	90 %

Notes : *À noter que les données en pourcentage des sexes et des tranches d'âge ont été calculé avec le 'total'.

Détail sur les personnes qui fréquentent le Centre de jour Le Mur-Mûre

Provenance des personnes par municipalité

	2023-2024	2022-2023
 Forestville	18	16
Colombier	2	3
Portneuf-sur-Mer	2	2
Longue-Rive	4	2
Les Escoumins	4	5
Sacré-Coeur	3	2

Présences et ouverture du centre

	2023-2024	2022-2023
 Jours d'ouverture	154	183
 Présence	822	902

Rencontres

- Rencontre et AGA de ROCASM (Regroupement des organismes communautaires et alternatifs en santé mentale de la Côte-Nord) = 40 heures
- CA et AGA de l'ARLPH (Association régionale de loisirs pour personnes handicapés) = 33 heures
- AGA de RRASMQ (Regroupement des ressources alternatif en santé mental du Québec)
- Baluchon
- DIDPTSA (Déficience intellectuelle, déficience physique et trouble du spectre de l'autisme) = 3 heures
- SMQ Côte-Nord (Santé Mentale Québec Côte-Nord)
- Plusieurs garderies
- Comité de spectacle de Forestville
- Ancrage
- DRSM Côte-Nord (Droit et recours en santé mentale de la Côte-Nord)
- École de musique
- Table santé mentale = 26 heures
- Immigrants = 8 heures
- APIC Côte-Nord (l'Association pour la Protection des intérêts des Consommateurs) = 3 heures
- Plaisir de lire = 17 rencontres

Programmation 2023-2024

Voici les activités qui ont été proposées aux personnes. Elles ont été travaillées afin de répondre aux besoins des gens du centre de jour. Elles ciblent différents secteurs qui aideront la personne à s'épanouir tout en respectant ses forces et ses faiblesses. Il y a encore eu au programme les journées spéciales (ex. Noël,).

Sorties :

Voyage à Saguenay, La fabuleuse histoire d'un royaume et musée
Activité de la rentrée country, Noël, Saint-valentin, cabane à sucre, café resto, soupe populaire, bibliothèque humaine, film au cinéma, symposium de peinture de Baie-Comeau, souper interculturel, spectacle Cayenne, Journée Ici on s'entraide, marché de Noël, sortie quilles pour l'Halloween à Longue-Rive, aller aux pommes de l'île aux Coudres et St-Fulgence, Bingo de l'ARLPH au CLSC, terrasse Baie-Verte, tournoi baseball poche avec la Fadoq etc.

Activités :

Peinture diamant, acrylique, fusain, macramé, tricot feutré, cadres 3D, tapis de curling, bricolage lumineux, ateliers de musique et peinture, jeux divers avec le groupe des personnes âgées etc.

Activités de développement personnel

Objectif

Aider la personne à développer ou à maintenir des comportements qui peuvent l'aider dans son quotidien.

1. Apprendre à se connaître et à exprimer ses sentiments, gestion de la colère
2. Estime de soi
3. Communication
4. Gestion du stress

Activités cognitives et intellectuelles

Objectif : Aider la personne à maintenir ses capacités intellectuelles.

Activités d'intégration et réinsertion social

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

Activités de motricité

Objectif : Aider la personne à développer ses capacités motrices.

Activités qui aident la personne à se détendre

Objectif : Activité qui amène la personne à se détendre

Prévention et promotion de la santé

Objectif : Promouvoir la santé en général.

Développement des connaissances

Formations suivies

- Perfectionnement -animation de groupe et santé mentale/dépendance (Cégep)
- De l'autre côté de la pilule
- Maltraitance envers les aînés

Orientation 2024-2025

Nous continuons à répondre aux objectifs fixés par le plan d'intervention de la personne, de promouvoir les services du Centre de jour. Poursuivre l'intégration des personnes et ainsi aider à briser l'isolement et créer un réseau social. Nous continuons à faire vivre aux personnes des expériences enrichissantes et valorisantes. Nous favorisons aussi une saine alimentation et une bonne hygiène de vie. Nous travaillons à contrer la stigmatisation, à favoriser l'initiative, l'implication, l'entraide, le respect et la ténacité à atteindre des objectifs et à maintenir les acquis.

Il serait agréable pour 2024-2025

- Inclure et impliquer les amis et famille
- Augmenter le nombre de participants dans les groupes
- Café rencontre au moins une fois/ semaine de soir
- Avoir la possibilité d'offrir de nouveau des ateliers d'autogestion
- Redémarrer le comité de vie associative
- Travailler à augmenter le nombre de personne dans le secteur BEST et avoir un local mieux adapté



Travailleur de milieu



Initiatives de travail de milieu
auprès des aînés vulnérables

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

travaildemilieu@outlook.org

www.lenordest.org

Journées d'ouverture

Septembre à mai

Lundi au vendredi : 8h00 à 12h00 / 13h00 à 16h00

Juin à août

Lundi au jeudi : 8h00 à 12h00 / 13h00 à 16h00

Vendredi : 8h00 à 12h00

Fermeture de nos bureaux, 6 semaines durant la saison estivale.

Territoire desservi :

Le service est offert pour les aînés qui habitent le territoire de la MRC HCN, soit entre Colombier et Tadoussac : (Colombier, St-Marc de Latour, Forestville, Portneuf-sur-Mer, Longue-Rive, Escoumins, Bergeronnes, Sacré-Cœur et Tadoussac.)



Mot de la Travailleuse de milieu

Bonjour à tous,

Cette année nous avons repris notre rythme normal, nous avons réalisé de belles activités en lien avec le 40^e anniversaire du Nordest. Avec ses activités j'en ai profité pour faire de la promotion. Lors du tournoi de base-ball poches en autres. Ce fut une très belle réussite.

Mon mandat est resté le même que les années précédentes, le repérage et la prise de contact des aînés qui ont besoin d'information, besoin d'aide pour remplir ou comprendre des formulaires, besoin d'accompagnement vers différentes ressources ainsi que des référencement vers les différents organismes. Repérer les aînés en situation de vulnérabilité reste un beau défi année après année.

Je profite de l'occasion pour dire merci à toute l'équipe du bureau, ensemble nous formons une belle équipe

Passez de belles vacances, on se revoit bientôt !

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.

Objectif

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.
- Planificateur pour aînés (Calendrier/Agenda) – Travailleur de milieu
- Programme Econologis

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 2026.

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.

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 suivis

- Zoom soins dentaire canadien
- Zoom Servir tous les citoyens
- Conférence "Se choisir"
- Technique en travail social (cégep)

Promotion du travailleur de milieu

- Promotion dans le planificateur pour aînés
- 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/repérage à la Friperie
- Clinique de vaccination
- Promotion de la Popote roulante

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.

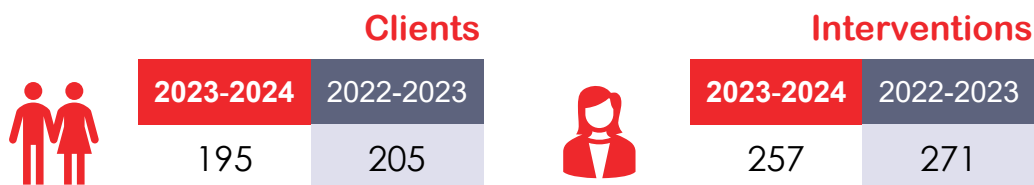
Activités

L'objectif de ces activités était de faire du repérage auprès des personnes âgées et identifier ceux qui pourraient avoir besoin de mes services.

- Activité de présentation avec Le Mur-mûre
- Activité de présentation avec le Centre de jour (personnes âgées)
- Sortie magasinage à Baie-Comeau avec les Centres de jour (personnes âgées) et Le Mur-Mûre
- Sortie conférence avec le Centre de jour (personnes âgées)
- Promotion lors du tournoi de baseball poche

Travailleur de milieu

Nombre de demandes



Ratio d'intervention hommes/femmes



Âge de la clientèle


	Client par tranche d'âge	
	2023-2024	2022-2023
		
50-60	23 %	19 %
61-70	29 %	26 %
71-80	21 %	30 %
81-90	20 %	15 %
81+	7 %	9 %

Tableau comparatif par année

Nouveau bénéficiaire		Bénéficiaire récurrent	
2023-2024	2022-2023	2023-2024	2022-2023
54	95	141	106

Provenance des bénéficiaires par municipalité

	2023-2024	2022-2023
Forestville	142	156
Colombier	13	5
Portneuf-sur-Mer	26	4
 Longue-Rive	11	-
Autre	23	-

Interventions effectuées

Interventions	2023-2024	2022-2023
Présentation des services	13	16
Écoute / Support	6	4
Suivi téléphonique	9	14
Accompagnement aux ressources	24	29
Prise de connaissance du dossier	0	16
Suivi de dossier	9	21
Suivi téléphonique avec les intervenants	7	24
Accompagnement téléphonique	23	10
Référencement à un travailleur social	11	13
Référencement à un organisme communautaire	31	13
Aide aux formulaires	91	84
Transport / Accompagnement	7	12
Total	231	256

Il est important de mentionner que le nombre d'interventions totales (231) et que le nombre de personnes âgées rencontrées (201) n'est pas le même. Cela s'explique par le fait que plusieurs interventions peuvent être effectuées en une seule rencontre.



**Le Baluchon
culturel**

Le Baluchon culturel

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

Téléphone : 418 587-4226

Sans frais : 1-855-862-4226

Télécopieur : 418 587-6101

cab@lenordest.org

www.lenordest.org

Heures d'ouverture

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.

Qu'est-ce que le Baluchon? :

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



Mot de la Responsable bénévole

Bonjour,

Le Baluchon des aînés est né d'un désir de rassembler les aînés dans le but de partager des connaissances dans la couture, le tricot, le tissage et tout autres travaux manuels.

Nous avons la chance d'avoir de bonnes bénévoles qui amènent des ateliers, et ce, à toutes les semaines.

De plus, des responsables voient à ce que les nouvelles personnes soient accompagnées dans leurs apprentissages.

Nous sommes fières qu'après quelques années, les gens soient toujours aussi heureux au Baluchon.

Nous avons encore plein de beaux projets à venir.

Merci au Centre d'action bénévole Le Nord-est de faire une belle place à nos membres.



Maryse Villemure
Responsable bénévole
Le Baluchon culturel

Le Baluchon culturel

Historique

Le Baluchon culturel a pris naissance à la suite d'un projet déposé par Le Nord-est en 2016 auprès de QADA (Québec ami des aînés).

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.

- À noter qu'il y a eu plus d'heures de bénévolat fait au Baluchon (Incluant bénévolat entraide).

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. Des cours de couture ont été offerts graduellement à des jeunes du primaire et à des adultes.

Les activités

Acquisition de connaissances sur les métiers à tisser

Le Baluchon possède 9 métiers à tisser, en apprendre les bases et pratiquer le tissage pour les personnes qui sont membres.

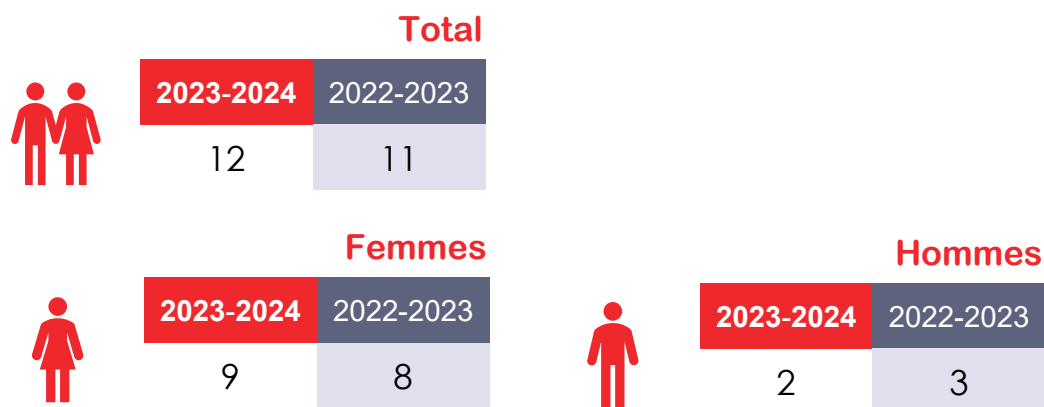
- Monter un métier à tisser
- Apprendre à tailler les guenilles pour tisser.
- Connaître le bon matériel et le bon fil.
- Apprendre les différentes techniques de tissage.
- Apprendre à réparer les erreurs sur le métier.

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 Nordest
- Il y a beaucoup de bouche à oreille

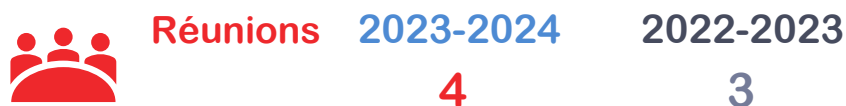
Les bénévoles



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.



Orientations 2024-2025:

- Continuer à briser l'isolement.
- Continuer à échanger des connaissances.
- Offrir plus d'autonomie aux personnes.
- Ouvrir à la gent masculine si intérêts
- Assurer la continuité du projet Baluchon avec le comité bénévole.
- Travailler un projet avec les jeunes et La Maison des Jeunes et revenir avec des projets avec les écoles.

Acquisition de connaissances tricot

Moins de journées ont été attribuées cette année dues aux restrictions sanitaires. Tous les projets tricots sont supervisés par des bénévoles.

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

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

- Crochet – Divers tricots de linges de table
- Atelier de pantoufles fourchés
- Atelier broderie – Sacs brodés
- Crochet – Cercle pour faire un sous-plat
- Crochet – Essuie main
- Mitaines feutrées
- Boules de Noël en feutrage
- Décorations de Noël sur bois
- Peinture sur verre
- Couture de sacs d'épicerie
- Trico – Jambière
- Tricot – Foulard
- Tricot – Tuque
- Atelier de courtepointe
- Crochet – Porte-clé

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.)

Carte de membre

Au Baluchon nous offrons deux formules de carte de membre.
Nombre de membre pour l'année 2023-2024 :

Avec la carte de base (Valeur de 25\$)

	2023-2024	2022-2023
	7	8

Avec la carte de base + tissage (Valeur de 50 \$)

	2023-2024	2022-2023
	27	28

Une personne non-membre est aussi la bienvenue.

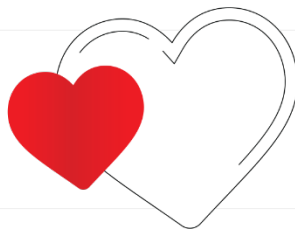


Divers

Journaux – dépliants – remerciements

Le 20^{ordest}

CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE



40 ans

Une oreille attentive, un cœur généreux!

40 ans de générosité!

Le Centre d'action bénévole Le Nordest est une grande histoire d'amour et de cœur... depuis maintenant 40 ans ! Sans ses bénévoles, ses employés et ses partenaires, le CAB ne serait pas l'organisme phare qu'il est devenu avec le temps. Le Centre a pris beaucoup de galon depuis 40 ans avec la mise sur pied de plusieurs services : la popote roulante, le service d'accompagnement médical, le Centre de jour pour personnes âgées, le Centre de jour Le Mûr-Mûre en santé mentale, la Travailleuse de milieu auprès des aînés vulnérables, la Friperie, le Baluchon, le Frigo communautaire, le soutien aux organismes.

Les bénévoles, des alliés indispensables... 40 ans de générosité!

Je tiens à remercier les membres du conseil d'administration pour leur présence et leur participation. Merci! Aussi à toute l'équipe permanente de notre CAB qui travaille sans relâche pour notre communauté.



SONIA LECLERC

PRÉSIDENTE DU CONSEIL
D'ADMINISTRATION



MARIE-EVE BOIVIN

DIRECTRICE GÉNÉRALE

MEMBRES DU CONSEIL D'ADMINISTRATION



Diane Bérubé



Marjolaine Boulianne



Lyne Emond



François Filiatrault



Estelle Garon



Diane T. Perron

Bonjour à tous!

C'est avec joie que je prends quelques minutes pour vous écrire ce petit mot! Le Nordest a eu 40 ans cette année, 40 belles années à accompagner les gens de Forestville et des villages avoisinants. Si Le Nordest est un organisme bien connu dans sa communauté, c'est grâce aux gens qui y travaillent, mais aussi grâce à tous nos bénévoles qui sont avec nous. La qualité et la quantité des services qui sont offerts démontrent bien qu'avec des gens de cœur nous pouvons offrir de belles choses à ceux dans le besoin.

Je dois admettre que je suis plutôt fière de faire partie de cette belle équipe du CAB Le Nordest. Je considère qu'il est important de souligner le passage de gens de cœur, des gens pour qui le communautaire n'a pas de frontière! Des gens qui ont cru en l'organisme et qui ont réussi à en faire ce qu'il est aujourd'hui! Un merci tout particulier à chacun de vous, qui a contribué, d'une manière ou d'une autre à créer Le Nordest tel qu'il est aujourd'hui!

En mon nom personnel et celui de toute mon équipe de travail, je remercie chaleureusement tous les bénévoles qui ont donné de leur temps pour le CAB. Le don de soi est quelque chose d'inestimable pour tout organisme. Je souhaite pour Le Nordest de belles années à venir, maintenir les services en place mais aussi rester à l'affût des besoins du milieu afin de pouvoir y répondre au mieux de nos capacités!

Au plaisir de vous rencontrer, répondre à vos questions ou vous faire visiter nos installations!



FORESTVILLE
PER SYLVAM - PAR NOS FORÊTS

*Vous êtes essentiel dans
notre communauté!*

*Au nom des citoyennes et
citoyens de Forestville,
merci pour ces
40 années d'implication!*



**DEPUIS 40 ANS,
LE NORDEST**
CONTRIBUE À RÉPONDRE
AUX DIVERS BESOINS DE
LA COMMUNAUTÉ.

Merci aux innombrables bénévoles
dont le travail crucial contribue à
améliorer le bien-être des citoyens!



YVES MONTIGNY
DÉPUTÉ DE RENÉ-LÉVESQUE

418 295-4001
yves.montigny.rele@assnat.qc.ca

40 ans d'implication au service de la population

À l'origine du Centre d'action bénévole, les archives consultées attribuent le mérite « au regretté curé Réginald Jean », dont l'initiative fut véritablement lancée par Micheline Sirois, qui encouragée par son amie Colette Lepage de retour d'un Congrès de la Croix-Rouge, amorce en 1982, la fondation du Centre d'action bénévole (CAB) Le Nordest. Cette dernière est appuyée par Lucie Dufresne du CLSC, Lucille Gauthier, Louise Joncas.

Elles créent une corporation autonome à but non lucratif réunissant des organismes et des bénévoles sur le territoire de Colombier à Tadoussac qui obtient sa charte officielle en date du 7 juillet 1983.

Le CAB Le Nordest prend forme

À l'automne 1983, une première assemblée du CAB permet d'élire un conseil d'administration permanent. La quarantaine de personnes présentes nomme Micheline Sirois à la présidence, Lucie Harvey à la vice-présidence, Louise Proulx au secrétariat et Lucille Gauthier à la trésorerie. Trois directrices seront à l'emploi de l'organisme: Yvette Lowe, Marie Tremblay et Nicole Lavoie. Denise Perron y représente les organismes sans but lucratif alors que Lucie Dufresne et Aurore Saint-Pierre sont respectivement désignées par le CLSC et le Centre des services sociaux.

DIRECTRICES GÉNÉRALES

Micheline Sirois 1983-1992

Josée Martel 1992-1993

Lyne Deschênes 1993-2006

Hélène Brochu 2006-2020

Marie-Eve Boivin 2020-

PRÉSIDENTS ET PRÉSIDENTES

Yanthe Gauvin 1984

Mireille Gasse 1985-1986

Pierre Tétrault 1987-1992

Denis Turcotte 1993

Germaine Brisson 1994

Pierrette Fortin 1995-1998

Diane Bérubé 1998-2001

Antonine Lévesque 2001-2004

Colette Lepage 2004-2009

Hélène Morin 2009-2013

Lyne Emond 2013-2014

Hélène Morin 2014-2023

Sonia Leclerc 2023 -



À l'image de toutes les directrices générales qui lui succéderont au fil des 40 ans d'existence du Centre d'action bénévole Le Nordest, Micheline Sirois fut une femme de cœur et d'actions pour le bien-être d'autrui et des personnes vulnérables de sa communauté. Photo courtoisie CAB Le Nordest.



**Le Centre d'action
bénévole Le Nordest
est un acteur de
premier plan dans
notre communauté,
merci de votre implication!**

**Bravo et merci à toute
l'équipe du Nordest pour sa
présence bienveillante et
essentielle en région
depuis 40 ans.**

**Nous sommes fiers de
travailler avec vous pour le
mieux-être des familles
vulnérables de notre territoire.**

Centre
de services scolaire
de l'Estuaire

Québec



Premier déménagement

En septembre 1984, le CAB Le Nordest qui occupe jusque-là un local au CLSC de Forestville, est relocalisé sur la 2^e Avenue afin d'offrir davantage de services à la population.

Bilan 1

À l'occasion de son assemblée générale annuelle en novembre 1984, soit un an après sa création, le Centre d'action bénévole Le Nordest a le vent dans les voiles. On y présente un bilan très prometteur réalisé au terme de ce premier exercice.

Un nouveau conseil d'administration est élu lors de cette AGA. Il s'agit de soeur Yanthe Gauvin qui accède à la présidence, succédant à Lucie Harvey qui en assurait l'intérim. Mireille Gasse est vice-présidente, Louise Proulx est à la trésorerie tandis que le secrétariat est confié à Céline Demers. Micheline Sirois et Chantale St-Pierre sont les directrices. Lucie Dufresne y représente toujours le CLSC alors que Dolorès Simard est désignée par le Centre de services sociaux.

5^e anniversaire

Sous la présidence de Pierre Tétrault, le conseil d'administration du Centre d'action bénévole Le Nordest tient une soirée à l'Auberge des 4 Chemins afin de souligner le



Lors des célébrations du 5^e anniversaire : Line Courteau, Mireille Gasse, Micheline Sirois, Lison Gauthier, Pierre Tétrault, Marie-Josée Valenti et Danielle Boisvert Photo courtoisie CAB Le Nordest.

5^e anniversaire de l'organisme. Des œuvres de l'artiste Suzanne Claveau sont offertes à Yvette Lowe, Lucie Dufresne, Micheline Sirois et Lucille Gauthier, qui font partie du groupe de fondatrices du CAB Le Nordest, alors que des photos souvenir sont remises à des bénévoles de première heure.

Second déménagement

En avril 1990, le Centre d'action bénévole Le Nordest quitte l'immeuble de la 2^e Avenue et s'installe sur la 11^e rue en face de l'église St-Luc, dans une résidence pour personnes handicapées intellectuellement devenue inoccupée.

À coût égal, l'organisme triple son espace qui permet au conseil d'administration de se projeter dans l'avenir afin de bonifier son offre de services alors qu'il travaille sur la mise sur pied d'un Centre de jour.

toute la Haute-Côte-Nord. Je laisse un centre qui, il y a neuf ans, avait pour mission de promouvoir l'action bénévole et de répondre aux besoins du milieu. Ce centre n'a jamais failli à cette mission, c'est le phare qui nous a guidés. Le slogan choisi cette année est à l'image même de toute la vie autour du centre. Un cœur généreux, une oreille attentive » **11**

En novembre 1992, Josée Martel devient directrice du CAB Le Nordest. Lyne Deschênes lui succède en août 1993.

Quelques semaines plus tard, madame Deschênes annonce qu'au terme d'un concours lancé à l'interne, le dépannage alimentaire du centre portera le nom de VESTINORD, un terme soumis par Noëlla D'Amour, alors secrétaire de l'organisme.

Octobre 1993, le CAB Le Nordest reçoit le Méritas Berthiaume-Du Tremblay décerné par la Corporation des Journées de formation annuelle du Sanatorium Bégin tenues à Baie-Comeau. En remettant ce prix à l'organisme, le jury a voulu souligner l'effort considérable que constitue la mise sur pied d'un centre de jour communautaire qui fonctionne notamment grâce aux efforts du milieu et du réseau de la santé et des services sociaux et non en comptant sur des subventions garanties par les gouvernements.

En 1990, le CAB Le Nordest embauche trois personnes à temps plein et une douzaine d'autres dans le cadre de projets gouvernementaux. Il offre des services de secrétariat, un comptoir de vêtements ainsi qu'un local de denrées non périssables.

Le départ d'une pionnière

En 1992, Micheline Sirois annonce qu'elle quitte la direction du Centre d'action bénévole Le Nordest avec le sentiment du devoir accompli.

« Je laisse le centre avec sa maison, son transport, ses outils de promotion, son équipe de bénévoles généreux. Je laisse un centre qui a sa place dans le milieu, qui a la confiance des gens de

**CARREFOUR
jeunesse
EMPLOI
HAUTE-CÔTE-NORD**

**Bravo pour ce
40^e anniversaire
et longue vie au
CAB Le Nordest!**

31, route 138 local 102, Forestville (Québec) G0T 1E0 | 581-324-1110



Une partie des fondatrices du Nordest photographées vers 1989-1990. Line Courteau du CLSC, Micheline Sirois, Marthe Audet, sœur Réjeanne Poirier, Yvette Lowe et Pierre Tétrault. Photo courtoisie CAB Le Nordest.

CENTRE DE DÉPANNAGE DES NORD-CÔTIERS

**Notre collaboration
une force du milieu!
FÉLICITATIONS
POUR CE BEL ACCOMPLISSEMENT!**

4, rue Pelchat Les Escoumins (Québec) G0T 1K0 | 418 233-3910



Après deux ans de location, le Centre d'action bénévole Le Nordest se porte acquéreur de l'immeuble de la 11^e rue en 1992 pour la somme de 26 000 \$ conditionnellement à l'acquisition d'un véhicule utilitaire, en l'occurrence une Lumina APV de marque Chevrolet. Sur la photo, des résidents de St-Paul du Nord en compagnie de Chantal Morency du service de transport offert par le CAB Le Nordest. Photo courtoisie CAB Le Nordest.

Nouveau service d'économie sociale

Décembre 1996, la directrice générale du Nordest Lyne Deschênes, dévoile un nouveau service d'économie sociale réservé à certaines personnes en difficulté. Ce projet nécessite la collaboration de plusieurs ministères ainsi qu'une mise de fonds de près de 50 000 \$.

Déjà 15 ans!

En juin 1998, les 15 ans d'existence du Centre d'action bénévole Le Nordest sont célébrés. On y souligne la gamme de services élargie offerte au terme de ces 15 ans et les efforts consentis pour aider des clientèles vulnérables alors que le virage dans les services de santé augmente la pression sur Le Nordest qui dispose d'un budget annuel dépassant les 200 000 \$ afin de gérer sa prestation de services.

Instauration de la cuisine collective

La cuisine collective est inaugurée en septembre 1998. Grâce à la participation financière de 13 600 \$ de la fondation Berthiaume-Du Tremblay

Agrandissement pour améliorer les services

À l'été 2000, le Centre d'action bénévole Le Nordest dévoile un investissement de 56 000 \$ dans l'agrandissement de ses bureaux afin de mieux servir sa clientèle.

Le journaliste du Plein Jour Paul Pygeon, mentionne que Le Nordest est devenu au fil des années, un organisme incontournable quand on parle de services communautaires ou de maintien à domicile pour le secteur compris entre Longue-Rive et Colombier. Outre les services d'accompagnement, de popote roulante et de dépannage alimentaire, le Service d'aide domestique de la Haute-Côte-Nord emploie à lui seul une vingtaine de personnes et une personne-ressource en santé mentale est attendue à Forestville.

La Friperie Le Vestinord déménage

En août 2001, la Friperie Le Vestinord du CAB Le Nordest déménage ses pénates dans un local voisin du précédent, une initiative qui a pour but d'offrir un meilleur service aux clients de quatre coins du secteur est de la Haute-Côte-Nord.

L'année 2001 est fertile en développement pour le CAB Le Nordest qui participe à la création de deux organismes autonomes,

soit Plaisir de lire et le Centre d'activités de la Haute-Côte-Nord.

En 2003, Le Nordest est l'organisme promoteur des petits déjeuners à l'école et reçoit un certificat d'honneur de l'Ordre du Mérite Nord-Côtier pour son implication et ses services à la communauté. L'organisme souligne ses 20 ans d'existence dans le cadre du cocktail reconnaissance.



Des dames de cœur qui ont œuvré au Centre d'action bénévole Le Nordest : Antonine Lévesque, Colette Lepage, Lucille Gauthier, Lyne Deschênes et Danielle Côté. Photo courtoisie Lyne Deschênes.

Plaisir de Lire
Pour enrichir ton avenir

Chapeau pour toutes ces années de services à la population et
CONTINUEZ VOTRE BON TRAVAIL!

9, 11^e rue, bureau 202 Forestville (Québec) G0T 1E0 | 418 587-6447



L'équipe en place en 2008 lors du 25^e anniversaire du CAB Le Nordest. Lucie Boulianne, Lyne Lévesque, Francine Tremblay, Carmen Gagnon, Chantale Morency, Maryse Villemure, France Ouellet, Claude Rousseau et Hélène Brochu. Photo archives Journal Haute-Côte-Nord.

Départ à la retraite pour Lyne Deschênes

Après avoir donné un second souffle à l'organisme en instaurant divers services et améliorations pendant 13 ans, Lyne Deschênes quitte la direction générale du Centre d'action bénévole Le Nordest. C'est Hélène Brochu qui accède à ce poste en 2006.

Afin de marquer les 10 ans d'existence de la popote roulante, madame Brochu et son équipe tiennent un souper-bénéfice en collaboration avec le MAPAQ.

Le Centre d'action bénévole coordonne l'instauration d'une halte-garderie pour les enfants des parents qui retournent aux études au Centre de formation professionnelle.

Quelques temps plus tard, le Vestinord est réaménagé et devient La Friperie du centre.

Le 8 novembre 2008, le CAB Le Nordest célèbre ses 25 ans d'existence. Reconnaissante de tout ce qui a été accompli précédemment, l'équipe en place est plus dynamique que jamais pour l'avenir. Des hommages aux administrateurs passés et présents ainsi qu'aux employés et bénévoles de passage sont livrés avec émotion.

Une nouvelle ère s'amorce pour le CAB Le Nordest

En 2009, la nouvelle directrice Hélène Brochu annonce que le CAB Le Nordest possède son site Internet afin de donner plus d'accessibilité à la clientèle et mieux l'informer sur les différents services offerts.

Toujours à l'avant-garde et soucieuse de permettre à sa clientèle d'expérimenter, l'équipe du CAB Le Nordest aménage en 2010, un jardin de permaculture dans la cour arrière de son immeuble situé sur la 11^e rue.

L'année suivante, le CAB Le Nordest prend en charge la campagne d'Héma-Québec en Haute-Côte-Nord. Suivra en 2012 l'implantation du Carrefour d'informations pour aînés, un service qui facilite l'accès aux informations gouvernementales, municipales ou tout autre sujet touchant les aînés.

Le début du programme PAIR est annoncé en 2013. Il consiste en un service d'appels automatisés qui joint les aînés pour s'assurer de leur bon état de santé.



En 2014, Hélène Brochu directrice générale, est fière de confirmer que le CAB Le Nordest a fait l'acquisition d'un immeuble situé sur la 2^e Avenue à Forestville. Il deviendra le futur emplacement de la Friperie et éventuellement du Baluchon culturel pour les aînés qui sera instauré en 2016.

Le poste de travailleur de milieu est créé en 2017. Il permettra au Centre d'action bénévole de rejoindre les aînés là où ils se trouvent afin de les accompagner, les écouter, les informer et les référer aux ser-

vices adéquats, ceci tout à fait gratuitement et confidentiellement.

Une grande victoire

En 2018, après trois ans de lutte, une victoire pour la directrice générale du CAB Le Nordest Hélène Brochu et le député de René-Lévesque Martin Ouellet : l'unité d'hémodialyse reçoit enfin ses premiers patients à l'hôpital Le Royer de Baie-Comeau.

Autre reconnaissance nationale née au CAB Le Nordest, le site Web Bénévole Côte-Nord devient un site provincial avec Jebénévole.ca

En 2019, le Centre d'action bénévole Le Nordest décroche un prix de bénévolat au provincial lors de la cérémonie Hommage bénévolat-Québec pour le projet qui consiste à initier les élèves de l'école Saint-Luc de Forestville au bénévolat.

En 2020, Hélène Brochu tire sa révérence après 14 ans à la direction générale du Centre d'action bénévole Le Nordest. Marie-Eve Boivin assume l'intérim pendant quelques mois et est confirmée officiellement en juin 2020.



Centraide
Haute-Côte-Nord
Manicouagan

BRAVO ET UN SINCÈRE MERCI

à toutes les personnes, bénévoles ou non, qui ont œuvré et qui œuvrent toujours, de près ou de loin, au sein de cet indispensable organisme qu'est le CAB Le Nordest.

Vous faites une réelle différence dans la vie des membres de la communauté.

Longue vie à vous !





À l'instar de ses prédécesseures, Hélène Brochu a su insuffler son énergie et sa passion au Centre d'action bénévole Le Nordest. Lors de la cérémonie Hommage bénévolat-Québec en compagnie du ministre Jean Boulet. Photo courtoisie.

années difficiles liées à la pandémie, cet exercice permet aux participants de s'exprimer librement.

À l'été 2023, sensible à la situation des jeunes qui fréquentent l'école le ventre vide, la directrice générale du CAB Le Nordest

Marie-Eve Boivin, travaille sur un projet-pilote de frigo communautaire scolaire.

Le premier frigo communautaire scolaire du territoire est instauré en février 2024 à la polyvalente des Rivières de Forestville.

Plus connectée que jamais à la communauté, forte de ses acquis des 40 dernières années, l'équipe du Centre d'action bénévole Le Nordest agit là où les besoins se font sentir, pour le mieux-être de sa clientèle.

Une nouvelle réalité

Le rôle du Centre d'action bénévole Le Nordest est crucial pour la population pendant la pandémie de COVID-19 qui survient en 2020.

De 2020 à 2022, l'équipe du Centre d'action bénévole Le Nordest doit s'adapter et faire preuve d'ingéniosité en s'impliquant à divers niveaux pour le bien-être de la communauté et surtout pour assurer la sécurité et briser l'isolement des personnes vulnérables.

À l'hiver 2022, un réfrigérateur communautaire, un congélateur et des étagères de garde-manger sont instaurés pour les plus démunis à la Friperie du CAB Le Nordest dans le cadre d'un projet en sécurité alimentaire développé de concert avec les travailleurs de rue du Centre de dépannage des Nord-Côtiers.

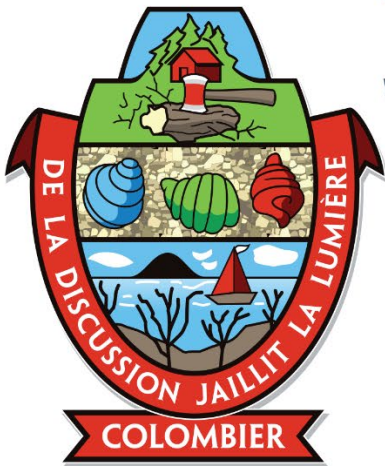
En avril 2023, le CAB Le Nordest invite la population à réaliser trois toiles dans le cadre de la Semaine de l'action bénévole par le biais de l'activité Ma toile avec Linda Isabelle, artiste peintre. Après les



L'équipe actuelle du Centre d'action bénévole Le Nordest est composée de Sabrina Emond, Chantal Pinel, Francine Tremblay, Marie-Eve Boivin, directrice générale, Louise Lefrançois, Anne-Marie Bernard, Jessica Tremblay, Natacha Thibault et Chantale Ouellet.

Merci

à ceux et celles qui ont fouillé leur mémoire pour compléter les informations de ce cahier 40^e anniversaire: l'équipe du Nordest qui a soumis les archives et photographies. Madame Lyne Deschênes qui a généreusement partagé ses souvenirs et photographies. Mireille Gasse, Claude Rousseau, Mona Foster, Brigitte Thibault, Dominique Tremblay, Lison Huard, Anny Gagnon et Micheline Anctil.



LE CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE LE NORDEST ANIME NOS COMMUNAUTÉS DEPUIS 40 ANS.

AU NOM DE NOTRE POPULATION,
TOUTE NOTRE RECONNAISSANCE
AUX BÉNÉVOLES ET À VOTRE ÉQUIPE.

Continuez votre beau travail!



- Centre de jour (personnes âgées)
- Centre de jour Le Mur-Mûre (santé mentale)
- Popote roulante
- Transport accompagnement médical
- Transport commissions
- Friperie
- Secrétariat
- Frigo communautaire
- Travailleur de milieu pour aînés
- Le Baluchon

Le
2ordest
CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE

Centre d'action bénévole Le Nordest
9, 11^{ème} rue Forestville, (Québec) G0T 1E0
418 587-4226

Friperie Le Nordest
15, 2^e avenue Forestville, (Québec) G0T 1E0
418 587-4226

Friperie

Situé au
**15, 2^e Avenue
Forestville**



Heures d'ouverture
Du lundi au vendredi
12h00 à 16h00

**Le
2ordest**
CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE

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

**À la friperie du Centre
d'action bénévole Le
Nordest, vous trouverez:**

- Vêtements pour femme, homme, enfant et bébé
- Divers articles pour bébé
- Meubles
- Chaussures
- Vaiselles
- Livres
- Literies
- Articles de décoration
- Jouets
- Etc..



Frigo communautaire gratuit

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

Le Nordest
Une équipe qui
roule pour **VOUS!**



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 quatre fois semaine et également d'un contact quotidien (téléphone & livraison) avec une personne du Nordest.



La popote roulante, c'est de **bons petits plats chaud** préparés spécialement pour vous!



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



Communiquiez avec nous

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

**Popote
Roulante**

Le service de popote roulante...
C'est comme avoir un cuisinier
à la maison!



Suivez-nous sur
[facebook.com/CAB.Nordest](https://www.facebook.com/CAB.Nordest)
pour les menus de la semaine

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 Nordest 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.



Quand?

Le service de la popote roulante est offert aux personnes admissibles, quatre fois par semaine, soit le MARDI midi, MERCREDI midi, JEUDI midi et le VENDREDI 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 un bénéficiaire de la popote roulante.



Voici le fonctionnement :

Contact téléphonique

(lundi, mardi, mercredi et jeudi)

Une personne du Nordest 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, mercredi, jeudi et vendredi)

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.

DROITS ET OBLIGATIONS (suite)

Le conducteur bénévole doit :

- Se soumettre aux règles d'éthique que son rôle lui impose.
- Se présenter chez le bénéficiaire à l'heure convenue.
- 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'acceptez 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'est 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

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

Transport Accompagnement

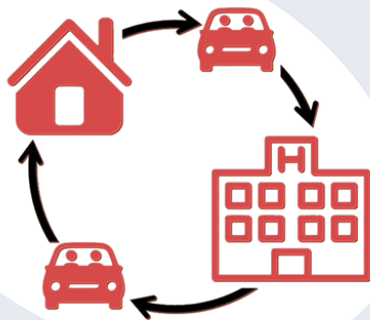


Destinations Services médicaux

- Québec
- Forestville
- Charlevoix
- Baie-comeau
- Escoumins
- Sept-îles
- Saguenay-Lac-Saint-Jean



Suivez-nous sur
[facebook.com/CAB.Nordest](https://www.facebook.com/CAB.Nordest)



Définition

Le Centre d'action bénévole Le Nordest possède l'autorisation nécessaire des gouvernements pour effectuer des "transports d'accompagnements médicaux". Ce service répond à un besoin non-comblé par le système de transport privé ou public.

Les demandes doivent être reliées à des "visites médicales" dans la Côte-Nord, au Saguenay-Lac-Saint-Jean, Charlevoix et Québec.

Le transport est effectué par un conducteur bénévole inscrit comme tel au Nordest.

CLIENTÈLE VISÉE

La clientèle qui provient du territoire situé entre Longue-Rive et Colombier, ayant besoin d'accompagnement. Ce sont des personnes isolées et/ou 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

ANALYSE DE LA DEMANDE

Les demandes seront analysées en fonction des politiques et procédures en vigueur.

DEMANDE DE SERVICES

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

La demande de transport doit être faite au minimum deux jours avant le rendez-vous.



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.

DROITS ET OBLIGATIONS

Le bénéficiaire doit :

- Être prêt à l'heure déjà convenue.
- Apporter les documents pertinents.
- Demander une attestation de visite et la remettre au conducteur bénévole.

Journée type au centre de jour

- 10h00** Accueil des bénéficiaires
- 10h30** Causerie, activités
- 12h00** Dîner (servi sur place)
- 13h10** Vie active
- 13h15** Prière
- 13h30** Activités de mémoire, observation et concentration
- 14h15** Collation/Activités de groupe
- 15h00** Départ

*Cette programmation peut changer au besoin



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
cdj.cab@lenordest.org
Site web: www.lenordest.org



Suivez-nous sur
facebook.com/CAB.Nordest

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.



Heures d'ouverture

- Lundi :** 10h00 à 15h00
- Mardi :** 10h00 à 15h00
- Mercredi :** 10h00 à 15h00
- Jedi :** 10h00 à 15h00
- Vendredi:** 10h00 à 15h00

Le transport des bénéficiaires peut être effectué par le CAB à un coût minime.

Critères d'admissibilité:

- Être âgé(e) de 65 ans et plus
- Être en perte d'autonomie physique, psychologique, cognitive ou sociale
- Être apte à fonctionner en groupe
- Consentir librement à s'impliquer dans le programme du Centre de jour
- Demeurer sur le territoire desservi par le Centre (De Longue-Rive à Colombier)



Activités

Voici quelque exemple d'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
- Tricoteuse
- Club de marche
- Cours de tablette

Journée type au centre de jour

- 10h00** Arrivée, accueil
- 10h15** Vie active
- 10h30** Café et causerie sur un thème choisi
- 11h30** Pause
- 11h45** Dîner
- 12h45** Vaisselle
- 13h00** Activité / Bricolage
- 14h30** Collation et pause
- 14h45** Jeu/activités
- 15h30** Départ

*Cette programmation peut changer au besoin



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



Communiquiez avec nous

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



Suivez-nous sur
facebook.com/CAB.Nordest

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 ou ayant vécu avec des problématiques de santé mentale.

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

Heures d'ouverture

Le Centre fonctionne sur cinq jours :

- Lundi :** 10h00 à 15h00
- Mardi :** 10h00 à 15h00
- Mercredi :** 10h00 à 15h00
- Judi :** 10h00 à 15h00
- Vendredi :**

Nous offrons un service de transport gratuit 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 maintenir de bonnes habitudes 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 besoins 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, nous pouvons compter sur le support des intervenants du milieu.

De plus, Le Nordest offre du support en cas de besoin tel que :

- Dépannage vestimentaire
- Dépannage alimentaire
- Écoute
- Accompagnement
- Transport
- etc.

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.

Il est outillé 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 d'information?
Vous voulez vous inscrire?
Vous désirez inscrire un proche?**



Communiquiez avec nous

9, 11^e Rue
Forestville (Québec) G0T 1E0
Téléphone: (418) 587-4226
Cellulaire: (418) 587-3689
Télécopieur: (418) 587-6101
travaildemilieu@outlook.com
Site web: www.lenordest.org

Travailleur de milieu pour aînés



Suivez-nous sur
facebook.com/CAB.Nordest

La mission et le rôle du travailleur de milieu

Le travailleur de milieu pour aînés a pour 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.

ÉCOUTE

ACCOMPAGNE

INFORME

Clientèle visée

Le service est offert aux aînés de 50 ans et plus vivant sur le territoire de Longue-Rive à Colombier et peut être dispensé en collaboration avec la famille.

Le service s'adresse aux personnes vivent:

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



Prise de contact



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

Elle peut aussi 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.

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 permettra d'identifier les besoins pour lesquels des services pourront 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 vers les ressources
- Aide pour compléter un formulaire
- Soutien, écoute, références
- Et plus encore...



Remerciements

Nous nous devons de souligner le travail 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 subvention 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
- Carrefour Jeunesse Emploi
- Député de René Levesque – Yves Montigny
- APPUI Côte-Nord
- Subway
- Marché d'alimentation Provigo - Martin Lapierre
- Aux différentes congrégations des 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
- Agent de la faune (Ressource naturelle et Faune)
- Restaurant Tim Horton de Forestville
- Walmart Baie-Comeau

Encore une fois MERCI à tous!