

RAPPORT D'ACTIVITÉS

Le frigo communautaire et son Espace café, un endroit pour échanger et partager !



Crédit photo Joanne Dorion



MOT DU PRÉSIDENT

Encore une année fertile pour le conseil d'administration du CAB aux 4 vents. Nous nous sommes réunis à chaque mois en plus des rencontres spéciales.



Nous sommes fiers d'avoir accueilli plusieurs nouveaux bénévoles. Une année de grande récolte pour notre CAB, puisque, sans ces précieux bénévoles, il nous serait impossible d'offrir tous nos services. Des activités de reconnaissance ont été organisées, grand merci à l'équipe des employés.

L'un de nos grands chantiers de l'année a été la réalisation d'une nouvelle planification stratégique qu'on a appelé Perspectives CAB 2030. Deux administratrices, mesdames Chantal Crépeau et Sylvie Bessette, ont accepté de coordonner cet important chantier.

Je les remercie grandement pour cette implication. En collaboration avec l'équipe et des groupes de bénévoles, s'en est suivi la réalisation du plan d'action sur cinq ans.

Les finances du CAB sont en bon état; nous avons terminé l'année avec un léger surplus.

Les activités de financement se sont poursuivies et nous sommes fiers de pouvoir compter à nouveau sur le soutien de notre communauté.

Grand merci à vous mesdames les administratrices, et à notre directrice générale, pour votre soutien et votre engagement tout au long de cette année.

Votre président, Benoit Vigneau

MOT DE LA DIRECTRICE GÉNÉRALE

Quoi dire de plus que ça bouge au Centre d'action bénévole. On a commencé l'année avec les travaux sur la toiture du Centre et on termine l'année avec les travaux d'agrandissement de l'Épicerie communautaire.



Des changements positifs pour bien répondre aux besoins de notre communauté. Certains services ont été bonifiés que ce soient les Jeunes Cuistots qui ont été offerts aux élèves de 5^e année du Waterloo Elementary School, la popote roulante dont nous avons fait la promotion en distribuant un dépliant promotionnel sur l'ensemble du territoire, le frigo communautaire qui offre café et collation dans un nouvel espace. La planification stratégique a poursuivi ses travaux pour en arriver avec un plan d'action bien rempli en janvier 2025.

Beaucoup de travail pour une équipe qui a connu son lot d'imprévus dans la dernière année. Un grand MERCI aux bénévoles qui ont compensé au manque de personnel. Merci également à tous nos bénévoles qui s'investissent à 100 % pour offrir des services à la population. Votre présence est essentielle et indispensable.

Un TRÈS GRAND MERCI à mon équipe surhumaine. Merci aux administrateurs(trices) pour votre écoute et votre soutien. C'est ensemble qu'on peut accomplir de grandes choses mais à condition de prendre soin de nous.

Bon été !

Votre directrice, Josée Archambault

LE CONSEIL D'ADMINISTRATION



Tous les administrateurs sont bénévoles et impliqués !

Benoit Vigneau, président
Infirmier retraité, Santé et services sociaux

Joanne Dorion, vice-présidente
Productrice télévision retraitée, communications

Andrée Crevier, trésorière
CMA, finance

Ginette Williams, secrétaire
Enseignante retraitée, scolaire

Huguette Ouellette, administratrice
Secrétaire juridique retraitée, municipale

Sylvie Bessette, administratrice
Travailleuse sociale et conseillère pédagogique retraitée, scolaire

Chantal Crépeau, administratrice
Développement des compétences, secteur privé

Josée Archambault, directrice générale

PRÉSENTATION DU CAB AUX 4 VENTS

BIEN ENRACINÉ DANS SA COMMUNAUTÉ

Fondé en 1981 par des gens d'ici pour répondre à des besoins locaux, le Centre est un lieu important d'entraide humanitaire, d'information et de coordination d'efforts bénévoles ainsi qu'un soutien à de nombreuses initiatives bénévoles.

NOTRE VISION

Le Centre se distingue par son LEADERSHIP RASSEMBLEUR et par la CONTRIBUTION REMARQUABLE de ses bénévoles, l'implication de son équipe et l'appui de ses partenaires afin de RÉDUIRE LES EFFETS DES INÉGALITÉS SOCIALES sur sa communauté.

NOTRE MISSION

Promouvoir et développer L'ACTION BÉNÉVOLE afin d'offrir différents services, notamment en SÉCURITÉ ALIMENTAIRE, afin de répondre aux besoins des personnes en SITUATION DE PRÉCARITÉ sur notre territoire.

L'ensemble de nos actions se regroupe, selon le cadre de référence de la Fédération des Centres d'action bénévole du Québec (FCABQ), sous trois champs :

Développement de l'action bénévole

- Promotion de l'action bénévole
- Soutien aux bénévoles

Soutien à la communauté

- Services aux individus
- Soutien aux organismes

Gouvernance et vie associative

NOS VALEURS

- ⇒ Engagement
- ⇒ Respect
- ⇒ Bienveillance
- ⇒ Entraide
- ⇒ Responsabilisation

LE TERRITOIRE DESSERVI

Le Centre offre ses services aux résidents des municipalités de **Waterloo, Warden, Shefford et St-Joachim-de-Shefford**.



SYMBOLE DE MOUVEMENT ET D'IMPLICATION

L'ACTION COMMUNAUTAIRE AUTONOME (ACA)

L'adoption en 2001 de la politique gouvernementale, « L'action communautaire : une contribution essentielle à l'exercice de la citoyenneté et au développement social du Québec », a donné lieu à une définition précise de l'action communautaire autonome à partir de 8 critères auxquels le Centre répond en tous points.

1. Être un organisme à but non lucratif;
2. Être enraciné dans la communauté;
3. Entretenir une vie associative et démocratique;
4. Être libre de déterminer sa mission, ses approches, ses pratiques et ses orientations;
5. Avoir été constitué par l'initiative des gens de la communauté;
6. Poursuivre une mission sociale qui lui soit propre et qui favorise la transformation sociale;
7. Faire preuve de pratiques citoyennes et d'approches larges, axées sur la globalité de la problématique abordée;
8. Être dirigé par un conseil d'administration indépendant du réseau public.



Promotion de l'action bénévole

Valoriser, promouvoir et développer l'action bénévole afin de susciter la participation et l'engagement du grand public.

LA SEMAINE DE L'ACTION BÉNÉVOLE 2024



NOS ACTIVITÉS

Mardi 16 avril
Webinaire Guillaume Pineault et Kim Thúy

Mardi 16 avril
Pizza et dards pour les bénévoles du Centre
50 personnes étaient présentes pour s'amuser et rigoler !

Judi, 18 avril
Soirée conférence avec Alain Dumas
115 personnes présentes

Bénévolat, c'est Brillant!!!

Bénévolat, c'est faire rayonner ses valeurs et ses talents, c'est ce geste multidimensionnel qui donne naturellement tout son sens à la place qu'on occupe dans nos collectivités.

En s'impliquant auprès des causes qui nous animent, on s'ancre dans un milieu de vie et on contribue à une société en mouvance.

Donner de son temps bénévolement est cette façon ingénieuse de développer nos habiletés, de confirmer nos forces et d'aller à la rencontre d'une pluralité de personnalités qui éclaireront nos propres lanternes.

Prendre part à l'action bénévole, c'est apporter son étincelle là où on aura toujours besoin de plus de lumière. Et si briller veut dire se distinguer avec éclat, on peut donc affirmer haut et fort que bénévolat, c'est brillant!



La semaine de l'action bénévole 2024 en photos !

Conférence avec Alain Dumas à la Maison de la Culture de Waterloo



Pizza et dards à la salle de la Légion



Pour tout savoir sur le Centre d'action bénévole
Suivez-nous sur FACEBOOK

www.facebook.com/CABAUX4VENTS

Nous sommes rendus à 1200 J'AIME et 1400 ABONNÉS !!!

N'hésitez pas à partager nos publications dans vos réseaux d'amis.

Le 5 décembre **Journée internationale des bénévoles**

Pour souligner cette journée, la directrice a demandé aux administrateurs et employés de jouer le jeu et de prendre place dans un avion virtuel.

La carte postale devait être envoyée par courrier, mais la grève de Postes Canada a bousculé nos plans. La carte postale fut remise aux bénévoles lors du souper de Noël.



Voici le texte qu'on pouvait lire à l'endos de la carte postale

Chers bénévoles,
L'équipe du vol CAB AIR 107 est en folie dans les airs et tente de se diriger rapidement vers son siège social à Waterloo. Malgré les turbulences et l'exaltation de l'agente de bord en chef Josée, le capitaine d'expérience Benoit prévoit que nous atterrirons le jeudi 5 décembre juste à temps pour souligner la Journée internationale des bénévoles et vous dire un gros merci !

Soutien aux bénévoles

Viser le développement des capacités et des compétences des bénévoles. Soutenir l'engagement des bénévoles par de la formation, par de l'encadrement dans leurs actions et par la reconnaissance de leur participation.

Activités 2024-2025

- ⇒ La rentrée des bénévoles
- ⇒ Bateau-mouche
- ⇒ Biodôme
- ⇒ La Fille au fourneau
- ⇒ Souper de Noël
- ⇒ Sortie à la cabane à sucre
- ⇒ Formation PIED

En 2024-2025, c'est 147 bénévoles qui ont donné 11 966 heures d'action bénévole.

Un grand MERCI de votre présence, c'est grâce à vous qu'on peut offrir des services à la communauté !

LA RENTRÉE DES BÉNÉVOLES

La Rentrée, qui a eu lieu le 12 septembre 2024, s'est faite sous la thématique d'Hawaï! Pour l'occasion, les colliers de fleurs, les palmiers, les avions et les ananas étaient à l'honneur. Nous y avons inclus un concours de lancer d'avion et une station « photobooth » avec un magnifique décor hawaïen.

Plus de 85 personnes présentes !
Merci de vous être envolés avec nous vers Hawaï !



SORTIE EN CAB BUS AU BIODÔME DE MONTRÉAL ET LE BATEAU-MOUCHE

Le vendredi 11 octobre, le CAB BUS a pris la route direction Montréal. Visite et lunch au Biodôme en matinée et croisière animée sur le fleuve St-Laurent en après-midi.

Le plaisir était au rendez-vous !



LA FILLE AU FOURNEAU

Encore une fois cette année, Vicky Audet est venue à la rencontre des bénévoles le 7 novembre 2024 et le 13 mars 2025. Elle a cuisiné les légumes racines à l'automne et pour la cuisine du printemps, les recettes à base de sirop d'érable étaient un vrai délice.

SOUPER DE NOËL MEXICAIN

Le 12 décembre 2024 avait lieu le souper de Noël mexicain. Pour l'occasion les bénévoles ont été invités à se costumer aux couleurs du Mexique et un menu tacos a été offert. L'animation de Benoit Vigneau et de Manon Papineau a fait rire bien des bénévoles. Disons qu'ils ont été très créatifs en donnant les réponses du quiz. Plus de 100 personnes ont participé à cette activité !



SORTIE À LA CABANE À SUCRE

Les mois de mars et avril sont synonymes de cabane à sucre! Les bénévoles se sont donnés rendez-vous à l'Érablière Au Bec Sucré de Valcourt, le 10 avril 2025. Plus de 95 personnes étaient présentes.



UN BON COUP

FORMATION PIED

La Direction de santé publique de l'Estrie est responsable du déploiement de programmes de prévention des chutes chez les aînés en Estrie, notamment avec le Programme intégré d'équilibrée dynamique (PIED). Ce programme d'activité physique vise à prévenir les chutes chez les personnes âgées de 65 ans et plus, notamment par des exercices d'équilibre et de renforcement musculaire.

Le Centre a offert ce programme à l'automne 2024 et 14 personnes ont assisté aux 24 rencontres offertes par un kinésologue dans les locaux de la paroisse St-Bernardin, totalisant 320 présences.



SOUTIEN À LA COMMUNAUTÉ

Le soutien à la communauté englobe toutes les actions qui visent à offrir des services aux individus et du soutien aux organismes bénévoles.

Services offerts aux aînés

Les services aux aînés visent à améliorer leur qualité de vie en favorisant le maintien et l'amélioration de l'autonomie des personnes vivant à domicile et en apportant également du soutien au réseau naturel de la personne.

ACCOMPAGNEMENT / TRANSPORT MÉDICAL

Des bénévoles accompagnent la personne dans ses déplacements en régions mais aussi hors région, comme à Sherbrooke ou à Montréal, pour des rendez-vous médicaux. Cette année, nos bénévoles ont parcouru 14 647 km.

- ⇒ 195 services rendus auprès de 47 aînés.
- ⇒ 452 heures d'action bénévole par une équipe de 18 bénévoles.

AIDE AUX COURSES

Des bénévoles assurent la continuité des activités quotidiennes et l'accès aux services en accompagnant le bénéficiaire dans ses déplacements pour faire ses courses, ce qui favorise le maintien à domicile.

- ⇒ 26 services rendus auprès de 11 bénéficiaires.
- ⇒ 50 heures d'action bénévole par une équipe de 9 bénévoles.
- ⇒ 833 km parcourus.

URGENCE ÉCOUTE

Sécuriser les personnes en leur prêtant un appareil de surveillance des chutes qui assure une protection 24 heures sur 24. Le prêt de l'appareil est gratuit, seuls les frais d'abonnement à la Centrale sont à payer.

- ⇒ 15 services rendus auprès de 15 bénéficiaires.
- ⇒ 10 heures d'action bénévole par une équipe de 3 bénévoles.

LES VISITES BIENVEILLANTES ET LES APPELS SOURIANTS

Un service fort apprécié qui permet d'établir une communication significative entre le bénévole et la personne, de manière à briser le sentiment de solitude. Ce service contribue à maintenir et élargir le réseau du bénéficiaire.

- ⇒ 711 services rendus auprès de 23 bénéficiaires.
- ⇒ 601 heures d'action bénévole par une équipe de 5 bénévoles.

LA POPOTE ROULANTE

Depuis octobre 2023, les repas de la popote sont cuisinés dans nos locaux par une équipe de bénévoles supervisés par la responsable de la cuisine. Les repas sont livrés tous les mardis, mercredis et jeudis.

- ⇒ 6 635 services rendus auprès de 103 bénéficiaires.
- ⇒ 810 heures d'action bénévole par une équipe de 35 bénévoles.
- ⇒ Les bénévoles ont parcouru 16 771 km pour la livraison des repas.



UN BON COUP

En avril 2024, le service de la popote a mis en place un dépliant promotionnel qui a été distribué par la poste sur l'ensemble du territoire du Centre.

VOUS AMERIEZ DEVENIR BÉNÉVOLE POUR LA POPOTE ?
Nous avons besoin de bénévoles pour faire la popote roulante. Les frais de déplacements sont remboursés. Être disponible le mardi ou mercredi ou jeudi de 10h00 à 12h30. Implication : 2 à 3h par mois selon vos disponibilités.

COÛT DU REPAS
Contactez la responsable du service qui pourra vous estimer. 450 539-2395 poste 222

À QUI S'ADRESSE LE SERVICE ?
Toute personne âgée de 65 ans et plus résideront à la maison. Toute personne atteinte de maladie chronique, en convalescence temporaire ou handicapée.

REPAS CONGELÉS
Chaque mois, les clients de la popote roulante ont accès à une sélection de repas congelés disponibles et disponibles pour livraison à domicile. Les commandes reçues avant le mardi midi seront livrées le jeudi de 11h à 12h30. Une belle alternative pour la période des fêtes.

MUNICIPALITÉS DESERVIES
Waterloo - Warden - Shelburne - St-Amandville-Shefford

450 539-2395

MENU DU MOIS Mai

MARDI	MERCREDI	JEUDI
6 Poisson farci	7 Filet de poulet	8 Casseroles de saumon
13 Pâtes chaudes	14 Faitout Alfredo et saumon	15 Casseroles bouillottes
20 Omelette aux légumes	21 Haché de cuisson	22 Macaroni chauds
27 Pâtes saucées noûées au poulet	28 Jambon à l'ananas	29 Hamburger steak

REPAS CONGELÉS
REPAS CONGELÉS 10 LE PLAT
- Quiche au jambon
- Lasagne
- Casserole de thon
- Jambon à l'ananas

Plus commander, au plus tard le jeudi avant 11 heures pour la semaine à venir.
Contactez nous par téléphone au 450 539-2395 poste 222.

TOUS LES CONTENANTS SONT 100% ÉCOLOGIQUES
Le contenant de carton est compostable dans le bon trou de votre municipalité. Vous pouvez accumuler les poubelles plastiques, les emballages et les métaux au recyclage.

450 539-2395

À chaque mois, les bénéficiaires de la popote roulante reçoivent le menu du mois incluant le choix du plat de remplacement et le choix des repas congelés.

UN BON COUP

Pour la livraison de Noël, les bénéficiaires de la popote ont reçu une BOULE D'ÉNERGIE cuisinée par les Jeunes Cuistots de Waterloo ainsi qu'une carte de Noël.



REPAS CONGELÉS

En complément à la popote roulante, le Centre fait la livraison de mets congelés préparés à même la cuisine du CAB et livrés par les bénévoles de la popote les jeudis pour permettre aux bénéficiaires de la popote de s'alimenter tout au long de la semaine.

- ⇒ 333 services rendus auprès de 56 bénéficiaires.
- ⇒ Pour un total de 1 354 repas.

Services offerts à la communauté

Apporter du soutien et de l'aide dans la recherche de solutions, ce qui favorise la prise en charge de la personne.

PRÊT D'APPAREILS ORTHOPÉDIQUES

Le Centre met à la disposition de la communauté divers appareils orthopédiques, tels que des béquilles, chaises roulantes, bancs de douche, cannes et autres équipements, le temps d'une convalescence. Les appareils les plus demandés sont les marchettes, les chaises roulantes, les cannes et les bancs de douche. Les gens apprécient ce service et plusieurs font don de leur dépôt à la fin du prêt.

- ⇒ 50 prêts d'appareils auprès de 42 bénéficiaires.
- ⇒ Ce service est offert par la permanence du Centre.

AIDE AUX FORMULAIRES

Le service d'aide aux formulaires est offert aux membres de la communauté qui éprouvent des difficultés à remplir des formulaires et autres demandes en lien avec le gouvernement.

- ⇒ 46 services rendus à 34 bénéficiaires.
- ⇒ Cela représente 73 heures de bénévolat par une équipe de 3 bénévoles.

ACTIVITÉ PHYSIQUE « LES JOYEUX COPAINS »

Grâce au travail et à l'implication de Jocelyne et Claude Vallée, le Centre a pu offrir encore en 2024-2025 des cours de danse à 82 personnes.

- ⇒ 54 activités organisées pour un total de 1 120 présences.
- ⇒ Deux groupes de danseurs à chaque semaine.

Plus de 132 heures d'action bénévole pour 7 bénévoles et 136 heures de préparation pour Jocelyne et Claude.



TRI DE MARCHANDISES



Pour alimenter le frigo et la banque alimentaire, on se doit d'aller récupérer des denrées chez différents donateurs de la communauté.

- ⇒ 85 activités de tri par une équipe de 17 bénévoles pour un total de 261 heures d'action bénévole.

Un grand nombre d'heures est associé au tri de la marchandise reçue lors de la Guignolée des Chevaliers de Colomb du 7 décembre 2024.

DÉPANNAGE ALIMENTAIRE

Ce service est offert aux personnes qui vivent des difficultés temporaires, que ce soit la perte d'un emploi, une séparation, la maladie etc.

Au cours de la dernière année, le Centre a offert **321 dépannages** à nos familles de la région, ce qui représente **un total de 875 bouches nourries**. Une grande proportion des demandes provient des gens qui sont en attente d'un revenu ou qui sont éprouvés par la maladie. Un service essentiel offert 12 mois par année par l'intervenante du Centre.

La logistique de ce service a représenté plus de 281 heures d'action bénévole par une équipe de 18 bénévoles qui font la préparation du vrac et d'autres tâches connexes.

LE VÉGÉ-GO, le frigo communautaire

En avril 2024, le Centre a organisé un groupe de discussion afin de trouver une solution au mode de fonctionnement du frigo. Résultat : présence de bénévoles lors des journées d'ouverture, maximum de 6 visites par mois et carte de membre obligatoire pour s'assurer du lieu de résidence. Ce sont les bénéficiaires du service qui ont trouvé des solutions.

- ⇒ Le frigo a été accessible 129 jours.
- ⇒ 153 bénéficiaires ce qui représente 3 026 bouches nourries.
- ⇒ 486 heures d'action bénévole par une équipe de 21 bénévoles.



UN BON COUP

CLINIQUE D'IMPÔTS

En mars et avril, une équipe de bénévoles se charge de compléter les rapports d'impôt des membres de la communauté qui se qualifient pour obtenir ce service.

Impôts familles 125 bénéficiaires pour un total de 250 déclarations complétées.

Impôts aînés 121 bénéficiaires pour un total de 246 déclarations complétées.

Une équipe de 9 bénévoles a donné 357 heures d'action bénévole pour assurer le service. Encore une fois cette année, nous remercions chaleureusement Andrée Crevier qui a coordonné ce service pour une 4^e année.



UN BON COUP

En février 2025, Pierre Guy a élaboré et partagé aux bénévoles impôts un outil pour calculer les remboursements d'impôts obtenus par nos bénéficiaires. Des résultats au-delà de nos attentes qui démontrent clairement l'importance de faire ses déclarations d'impôts.

Pour 157 bénéficiaires, on parle d'un remboursement demandé de 188 961 \$, un montant dû de 38 789 \$ pour un remboursement net obtenu de 150 223 \$. On peut supposer qu'une bonne partie de cet argent sera réinvesti dans la communauté.

En 2024-2025, l'Épicerie du CAB a rejoint 626 clients.

Un équipe de 9 bénévoles assure l'ouverture de l'Épicerie les mercredis, ce qui représente 1 024 heures d'action bénévole.

Une équipe de 54 bénévoles a cuisiné 12 848 repas et 3 461 desserts, ce qui représente 4 638 heures d'action bénévole.



En octobre 2024, l'équipe de L'Épicerie s'est agrandie. Marie-Ève Roy a rejoint le groupe et a pris en charge la préparation des repas de la popote roulante et la distribution auprès des bénéficiaires. Les bénévoles vont récupérer leurs glacières et trajets directement dans la cuisine de l'Épicerie.



Une équipe de feu qui s'amuse tout en bénévolant !



Au moins une fois par année, les bénévoles prennent le temps d'échanger et discuter sur le fonctionnement de L'Épicerie et sa cuisine.

UN BON COUP

Pour une première fois, les Chevaliers de Colomb de Waterloo ont fait l'achat de cartes cadeaux de l'Épicerie du CAB pour leurs paniers de Noël.

Pour l'occasion, L'Épicerie a été ouverte en exclusivité le lundi et mardi 13 et 14 janvier 2025. Des plats familiaux étaient également offerts.

- Cette initiative a permis :
- D'expliquer en détail le fonctionnement de l'Épicerie.
 - D'offrir un accompagnement personnalisé.
 - De faire connaître les autres services du Centre.



Suivez-nous sur Facebook : facebook.com/LEPICERIEDUCAB

Services offerts auprès des jeunes

LES JEUNES CUISTOTS

Le service des Jeunes Cuistots est offert aux élèves de 5^e année de l'école de L'Orée-des-Cantons de Waterloo, de l'école Centrale de St-Joachim-de-Shefford et de l'école Waterloo Elementary.

L'animation est assurée par Joanne Lévesque qui est entourée d'une grande équipe de bénévoles.



- ⇒ Ce service représente 496 heures d'action bénévole par une équipe de 17 bénévoles.

UN BON COUP

Cette année, l'école Waterloo Elementary School s'est jointe à notre service. Des ateliers en français pour des élèves anglophones.



CENTRAIDE OPÉRATION SEPTEMBRE

Offrir aux gens la possibilité de défrayer une partie des coûts reliés à l'achat de matériel didactique lors de la rentrée scolaire, voilà l'objectif du programme Centraide Opération Septembre. Nous avons aidé 68 familles pour un total de 77 enfants.



SOUTIEN D'ANDRÉANNE LAROUCHE

Un grand MERCI également à la députée de Shefford, Andréanne Larouche, qui a fait un don de matériel scolaire et un soutien financier pour aider les familles de notre communauté.

Soutien aux organismes

SOUTIEN OFFERT À LA VILLE DE WATERLOO

Le **Grand Défi de Granby** est passé par Waterloo le 26 mai 2024 et c'est L'épicerie du CAB qui a cuisiné la collation santé offerte aux participants, soit 350 barres tendres.



Lors de la **soirée d'Halloween du 31 octobre**, le Centre a préparé des grilled-cheese pour les enfants.

Pour l'occasion, 9 bénévoles sont venus assembler les 750 sandwiches.



PRÊT DE LOCAUX

Le Centre prête ses locaux à des organismes de la région. En 2024-2025, les organismes qui ont profité de ce service sont la Maison Alice Desmarais (40 réservations), Entr'Elles (40 réservations), Lactanet (19 réservations), le Carrefour Jeunesse-Emploi (18 réservations) et quelques autres organismes de la région (25 réservations).

⇒ Un total de 142 réservations auprès de 10 organismes.

RÉCEPTION DE LA MARCHANDISE DE L'EXIT

En 2024-2025, le Centre a réceptionné 33 fois les commandes de SOS Dépannage pour la Maison des Jeunes de Waterloo. Résultat d'un bon voisinage !



PROMOTION DES ORGANISMES

Les babillards du Centre d'action bénévole sont mis à la disposition des organismes, ce qui leur permet d'afficher leurs activités. Ils peuvent également mettre des dépliants dans les présentoirs du Centre.

Lorsque les organismes le permettent, nous annonçons également leurs activités sur la page Facebook du Centre.

Concertation et collaboration avec le milieu

Afin de favoriser une réponse adéquate aux besoins du milieu, le Centre participe à différentes tables de concertation et regroupements. Il collabore avec les organismes, les associations et les établissements pour contribuer à la sensibilisation du bénévolat dans notre milieu. Des représentations ont donc été assurées pour certains dossiers du Centre, ainsi que pour ses différents services.

LA SEMAINE DES AÎNÉS 2024

En 2024, la semaine internationale des aînés avait lieu du 29 septembre au 5 octobre. La thématique était : « Nous, les aînés ! » Soulignons l'apport des aînés dans nos collectivités.

ACTIVITÉS OFFERTES

Déjeuner à la salle de la Légion de Waterloo

Bingo à St-Joachim-de-Shefford

Spectacle avec Jean Wedrick chez Santé Courville

Conférence « Pour vieillir en commun » à Shefford

Cours de Danseforme au Centre d'action bénévole



LA NUIT DES SANS ABRIS, témoignage de Stéphanie le 17 octobre 2024

Le Centre a eu l'honneur de recevoir Stéphanie Lavoie, mère monoparentale de 2 enfants qui a partagé les bas et les hauts de son parcours de l'année 2023. Elle a parlé de l'importance du Centre d'action bénévole et plus spécifiquement de l'écoute et l'aide reçue d'Isabelle, intervenante au dépannage alimentaire. Pour Stéphanie, le Centre a fait une réelle différence dans la période de sa vie la plus difficile. Disons que les mouchoirs étaient de mise pour écouter son parcours de vie.



UN BON COUP

69° CAMPAGNE DE CENTRAIDE RICHELIEU YAMASKA

Lancement de la Campagne 2024 de Centraide Richelieu Yamaska le 11 septembre 2024 à l'hôtel de ville de Granby.

Pour l'occasion, la directrice du Centre était présente !

Le thème : **À GO, ON CENTRAIDE !**





CONGRÈS ANNUEL DES POPOTES ROULANTES DU QUÉBEC

Manon Papineau et Marie-Jannel Leboeuf Champagne étaient les représentantes du Centre lors du Congrès annuel qui s'est déroulé le 1er et 2 mai 2024 à Valleyfield sous le thème « Bien plus que des repas ! Les popotes roulantes : une communauté de soutien ».

Le congrès a mis en lumière le rôle essentiel des popotes roulantes dans le maintien du bien-être des aînés, en soulignant qu'elles offrent bien plus que de simples repas.

LA SEMAINE QUÉBÉCOISE DES POPOTES ROULANTES 2025

Du 23 au 29 mars, sous le thème « Proximité et Soutien: des ingrédients essentiels pour un filet social solide ». La semaine des popotes roulantes sert principalement de véhicule promotionnel permettant de faire connaître et reconnaître le service de popote roulante et de faire entendre les besoins des organismes en terme de bénévolat, de matériel et de financement.

Pour l'occasion, le Centre a reçu la visite de la députée fédérale de Shefford, Andréanne Larouche. Elle a pris le temps de saluer les bénévoles en cuisine et l'équipe des baladeurs avant leur départ.



LE COLLOQUE DE LA FÉDÉRATION DES CENTRES D'ACTION BÉNÉVOLE DU QUÉBEC



La directrice du Centre a participé au Colloque annuel de la Fédération qui s'est tenu du 9 au 12 juin 2024 à St-Félicien sous le thème « Bénévolat c'est brillant ! »

Le colloque est l'occasion idéale d'échanger entre les directions et de se ressourcer.

Présence de la directrice du Centre sur différentes tables de concertation et comités.

REPRÉSENTATIONS LOCALES : Comité WATT, Comité du 1^{er} octobre pour la région, Table de concertation de la Petite Enfance de la Haute-Yamaska, Table de concertation des Aînés de la Haute-Yamaska, Groupe Action Solution Pauvreté (GASP), Comité sécurité alimentaire (sous-comité du GASP) et le Comité itinérance (sous-comité du GASP), Corporation de développement communautaire de la Haute-Yamaska.

REPRÉSENTATIONS RÉGIONALES : Regroupement des Centres d'action bénévole de l'Estrie (RCABE), Regroupement des Centres d'action bénévole de la Montérégie (RCABM) et le Regroupement des organismes communautaires de l'Estrie (ROC-Estrie), Centraide Richelieu-Yamaska.

REPRÉSENTATIONS PROVINCIALES : La fédération des Centres d'action bénévole du Québec (FCABQ), et le Regroupement des popotes roulantes du Québec

GOVERNANCE ET VIE ASSOCIATIVE

Le Centre se doit d'être un modèle de comportement éthique pour son milieu et de 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. Cela permet d'assurer le bon fonctionnement de l'organisme, de définir et de réaliser la mission, les orientations et le plan d'action. Cela permet également de gérer les ressources humaines, matérielles et financières.

L'ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE (AGA)

L'assemblée générale annuelle a rejoint 42 personnes le vendredi 7 juin 2024 qui ont assisté à la présentation du rapport d'activités, des états financiers et à l'élection des administrateurs.



L'AGA est aussi l'occasion d'honorer certains bénévoles en les nommant MEMBRES HONORAIRES



Lionel St-Louis



Monique David



René David



Lorraine Lebel

CONSEIL D'ADMINISTRATION

Au cours de la dernière année, les administrateurs se sont rencontrés à 11 reprises pour un total de 224 heures d'action bénévole. Le conseil d'administration a accepté **38 nouveaux membres bénévoles en 2024-2025.**

ACCUEIL ET TRAVAIL DE BUREAU

Tout au long de l'année, des bénévoles nous donnent un coup de main pour de la correction de textes, de la traduction, du remplacement à l'accueil, de la préparation de documents, des envois postaux, des statistiques et autres.

⇒ 248 services rendus au Centre par une équipe de 19 bénévoles pour un total de 785 heures d'action bénévole.

⇒ Les statistiques de l'Épicerie ont nécessité plus de 76 heures d'action bénévole par une bénévole.

À LA MÉMOIRE DE NOS BÉNÉVOLES DÉCÉDÉS



Lucille Dubois
7 mai 2024



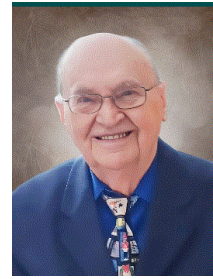
Gisèle Pothier
30 mai 2024



Jean Falardeau
24 juin 2024



Marielle Labrie
13 février 2025



Léonide Berger
11 mars 2025

UNE PLANIFICATION STRATÉGIQUE TERMINÉE !!!

Le 12 septembre 2024, les responsables de la planification stratégique, Sylvie Bessette et Chantal Crépeau, ont tenu une consultation auprès des bénévoles du Centre pour s'assurer de bien avoir saisi les enjeux qui vont orienter les actions pour les prochaines années. Merci groupe de votre présence !



UNE NOUVELLE TOITURE POUR LE CENTRE



UN BON COUP

Grâce à une subvention de Banque alimentaire Québec, le Centre a refait la toiture du bâtiment principal en avril 2024. Comme quoi les années passent très vite !

Merci à l'équipe de Construction J.N. Royer inc.



UNE GÉNÉRATRICE pour éviter les pannes !

Ayant connu des journées difficiles par manque d'électricité, le Centre s'est offert une génératrice. Elle est arrivée en mars 2025 suite à plusieurs mois d'attente.

Nos clients popotes sont assurés d'avoir leurs repas !

Nos activités de financement

LA GUIGNOLÉE DES MÉDIAS

Chaque année, le premier jeudi du mois de décembre est consacré à la solidarité pour la lutte et la sensibilisation à la pauvreté. Le Centre d'action bénévole, le Journal Panorama et la Télévision communautaire de Waterloo s'unissent pour soutenir la banque alimentaire du Centre qui vient en aide aux familles et aux personnes vivant des difficultés temporaires.

Le 5 décembre 2024, une équipe de 11 bénévoles était présente devant le Centre pour recueillir les dons et les denrées.

Cela représente 28 heures d'action bénévole. Tout au long de la journée, ce fut un va-et-vient constant dans les locaux du Centre et nombre de bénévoles et donateurs étaient présents au rendez-vous.

Merci à tous nos donateurs.



LA BUANDERIE COMMUNAUTAIRE LE MOUSCAFIN



En 2024-2025, la buanderie a été ouverte 224 jours pour un total de 1723 lavages et séchages. Nous avons rejoint plus de 478 personnes.

La buanderie est accessible du lundi au jeudi de 8h30 à 16h00 et le vendredi de 8h30 à midi.

MERCI à nos donateurs

LES CHEVALIERS DE COLOMB, conseil 2077 pour les denrées alimentaires et produits d'hygiène offerts lors de leur guignolée porte à porte du 7 décembre 2024.

Pour une 3^e année consécutive, l'ensemble des denrées alimentaires récoltées durant la Guignolée du 7 décembre 2024 vont à la banque alimentaire du CAB.

À chaque année, les Chevaliers de Colomb recueillent des dons en argent et en denrées en parcourant les routes de Shefford, de Warden, de Waterloo et de St-Joachim-de-Shefford. Une quantité record de denrées a ainsi été acheminé à la banque alimentaire du Centre grâce à la générosité de toute la communauté.



Une grande équipe de bénévoles a été mobilisée pour parcourir l'ensemble du territoire. Merci à chacun de vous ainsi qu'aux membres du comité organisateur de la Guignolée.

Stephen Sullivan, Diane Sullivan, François Tessier, André Rainville, Josée Ouellet, Michael Vautour et René Beaugard.

Merci à l'équipe du Centre pour l'organisation de la journée !



PLAISIR ASSURÉ TOUT EN AIDANT SA COMMUNAUTÉ !

N'hésitez pas à former une équipe et à partir sur la route à la cueillette des denrées.

UN KIOSQUE EN LIBRE SERVICE pour une 4^e année consécutive



Joey Deschênes et Kelly Renaud, un couple de Waterloo, ont répété l'expérience de l'hiver dernier avec leur kiosque en libre-service qui fournit des vêtements chauds gratuitement à la communauté. Une initiative citoyenne qui réchauffe le cœur.

L'étagère de vêtements et d'accessoires d'hiver a été placée à l'entrée arrière du Centre et a connu une belle popularité pendant toute la saison froide. Les gens de la communauté ont été généreux.

DE LA BELLE VISITE EN CUISINE, le 17 septembre 2024

Employés et notaires de la firme LLP NOTAIRES Lavallée, Lacasse et Poirier de Waterloo se sont joints à l'équipe des bénévoles pour cuisiner durant toute une journée. Une contribution totalisant 42 heures de bénévolat pour ce groupe.



Nous remercions également le CIUSSS de l'Estrie CHUS, Centraide Richelieu-Yamaska, la ville de Waterloo, la municipalité du Canton de Shefford, la municipalité de St-Joachim-de-Shefford, le village de Warden, Andréanne Larouche, députée de Shefford et Isabelle Charest, députée de Brome-Missisquoi et Ministre responsable du Sport, du Loisir et du Plein air pour leur soutien constant tout au long de l'année.

LA PÉRIODE DES FÊTES EST TOUJOURS PROPICE À LA GÉNÉROSITÉ, en voici des exemples !



Légion Royale Canadienne



Daniel Blaquière



Desjardins



École secondaire Wilfrid Léger



Municipalité du Canton de Shefford

L'ÉQUIPE DU CENTRE



De gauche à droite, assis :

JOSÉE ARCHAMBAULT, directrice générale

MARIE-JANNEL L. CHAMPAGNE, coordonnatrice des bénévoles et services aux aînés

DOMINIQUE DAGENAIS, responsable de l'accueil et des communications

Debout :

HUGUES FORTIN, concierge et magasinier

MANON PAPINEAU, responsable de L'Épicerie du CAB

MANON LABERGE, adjointe administrative

MARIE-ÈVE ROY, responsable de la popote roulante

ISABELLE VIENS, intervenante sécurité alimentaire et services jeunesse

NOS COLLABORATRICES



Sonia Charrette,
préposée à l'épicerie
communautaire



Joanne Lévesque,
animatrice des ateliers
Jeunes cuistots



Chantal Lafleur
Aide en cuisine
et à la plonge

BIENVENUE CHEZ VOUS !



NOS COORDONNÉES

CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE AUX 4 VENTS

107 rue Lewis Ouest, Waterloo (Qc), J0E 2N0

Tél : 450.539.2395

Fax : 450.539.4810

Courriel : cabaux4vents@gmail.com

Site internet : cabaux4vents.com

Suivez-nous sur Facebook : facebook.com/CABAU4VENTS

Pour L'Épicerie du CAB

Suivez-nous sur Facebook : facebook.com/LEPICERIEDUCAB

