



*Fier de notre passé...
En route vers l'avenir!*

RAPPORT ANNUEL



2025-2026

TABLE DES MATIÈRES

Introduction	4
Message de la présidente	5
Message de la directrice générale	6
Les critères de l'action communautaire autonome	7
Mission, philosophie et champs d'action	9
Territoire desservi	10
Portrait du CABGM	10
Faits saillants	10
Organigramme	11
DÉVELOPPEMENT DE L'ACTION BÉNÉVOLE ET COMMUNAUTAIRE	12
Promotion de l'action bénévole	13
Promotion	13
Publicité	27
Identification et analyse des besoins sociocommunautaires	32
Collaboration, soutien et concertation	37
Représentation	39
Soutien aux bénévoles	40
Suivi et soutien dans l'action	40
Accueil et orientation vers les organismes du milieu	41
Formation	42
Activités de reconnaissance et sociales	44
SOUTIEN À LA COMMUNAUTÉ	51
Services aux individus	52
Accompagnement	53
Accompagnement transport	53
Activités d'intégration sociale	55
Support alimentaire	
Service de popote	56
Service d'épicerie	58
Comptoirs alimentaires	59
Ateliers de cuisine	66
Soutien civique et technique	
Service des impôts	70
Support psychosocial (individuel et collectif)	
Visites d'amitié	72
Mamies tendresses	73
Le Courrier des jeunes	74
Programme P.A.I.R.	75
L'Atelier des Farfadets	76
Friperie communautaire du CABGM	83
Support aux organismes	85
GOVERNANCE ET VIE ASSOCIATIVE	90
Vie associative et démocratique	91
Gestion administrative	94
Gestion des ressources humaines et formation du personnel	96
Gestion financière	97
Support bénévole à la permanence	99
Contribution de la communauté	100
Remerciements	101
Tableau synthèses	102
Revue de presse	108

Introduction



**Centre d'action bénévole
de Grand-Mère**

Dans cette section:

- Message de la présidente
- Message de la directrice générale
- Les critères de l'action communautaire autonome
- Territoire desservi
- Portrait du CABGM
- Faits saillants

MESSAGE DE LA PRÉSIDENTE



Cher(ère)s bénévoles,

Aujourd'hui, nous vous présentons le rapport d'activité 2025-2026 du Centre d'action bénévole de Grand-mère.

Nous sommes heureux de vous faire prendre conscience de tout ce que vous avez accompli tout au long de l'année. Ce sont des heures de don de soi. Ce sont de belles rencontres, des amitiés, des moments de partage, des moments émouvants. Tous peuvent affirmer que chaque minute de bénévolat apporte autant aux bénévoles qu'aux clients.

C'est grâce à vous tous que nous avons su faire une belle différence auprès de notre clientèle. Chacun de nous fait partie d'une grande famille qui se nomme : Centre d'action bénévole de Grand-Mère et nous pouvons en être fiers.

Depuis déjà 50 ans, nous pouvons montrer à la population de notre secteur tout ce que nous avons accompli tous ensemble.

Heureusement, notre Centre d'action bénévole a la chance d'être composé d'une directrice dévouée et à l'écoute, d'une équipe de travail attentive et formidable, de membres du C.A droit et juste, de collaborateurs du milieu généreux et de bénévoles disponibles et dynamiques. Merci à chacun de vous d'être là.

Puisque nous avons une recette gagnante, il suffit donc de garder les mêmes ingrédients et de poursuivre jours après jours notre mission.

Cette année, nous devons dire au revoir à Denis Mongrain, en tant qu'administrateur au C.A. Merci Denis pour ces 6 années d'implication au C.A. Ta droiture et ton dévouement vont manquer à toute l'équipe. Heureusement, Denis demeure parmi nous en tant que bénévole.

Quant à moi, je dois vous dire aurevoir au sein du C.A. Merci de m'avoir fait confiance en tant que présidente. Puisque j'ai le Cab tatoué sur mon cœur, je demeure bénévole parmi vous.

Je termine donc en vous disant de profiter de l'été, de prendre soin de vous et de faire le plein d'énergie.

Bonnes vacances, on tient à vous.

Annie Vaugeois, présidente

MESSAGE DE LA DIRECTRICE



Cher(ère)s bénévoles et partenaires,

Quel plaisir pour nous de vous présenter le rapport annuel du Centre d'action bénévole de Grand-Mère (CABGM), pour l'année financière 2025-2026, l'année exceptionnelle de nos 50 ans.

Nos actions figurent dans les trois champs d'action de notre mission qui sont : « Le développement de l'action bénévole et communautaire », « Le soutien à la communauté » et « La gouvernance et vie associative ». Le CABGM est un milieu de vie accueillant pour les bénévoles et nous le comparons souvent à un arbre de vie qui apporte son soutien aux personnes isolées, en perte d'autonomie et en situation de pauvreté grâce aux actions de nos bénévoles et de l'équipe de travail. Le CABGM forme une belle grande famille.

Le point culminant de l'année est assurément les Fêtes du 50^e anniversaire du CABGM. Elles ont débuté à la 50^e assemblée générale annuelle, du 16 juin 2025, avec le dévoilement du visuel des Fêtes du 50^e du CABGM sous le thème : Fier de notre passé... en route vers l'avenir! ». Puis, tout au long de l'année, cet anniversaire est souligné à travers nos activités avec les membres et ça se poursuivra jusqu'en décembre 2026. L'activité majeure fut sans contredit le brunch spécial du 50^e anniversaire, présenté le 13 février 2026, à la salle sérénité, presque jour pour jour avec la date de fondation du CABGM (16 février 1976) en présence de nos membres, de nos partenaires et du quatuor QW4RTZ qui a animé et offert des prestations musicales enlevantes. Un vibrant hommage est rendu à Mesdames Simone Émond et Gertrude Trottier, 2 bénévoles toujours actives au CABGM depuis 50 ans. Également, sont remis aux invités, le calendrier spécial du 50^e du CABGM, spécialement conçu pour mettre en lumière nos bénévoles et leurs actions à travers tous nos services; des sous-verres à l'image d'un arbre de vie; et du sucre à la crème cuisiné et distribué aux invités par les bénévoles du service de Popote qui fête aussi ses 50 ans. Merci à Lorraine Cyr, photographe professionnelle bénévole pour les belles photos du calendrier. Un moment mémorable.

Autres faits marquants citons : la dernière phase du projet QADA, projet populaire auprès de nos membres de 50 ans et + pour l'offre de forfaits gratuits de kinésiologie en collaboration avec la Coopérative Solidarité Santé Le Rocher jusqu'en décembre 2025; le dévoilement de notre nouveau service les ateliers de cuisine; et le recrutement de bénévoles. Une année remplie de réalisations.

Je tiens à remercier mes collègues de travail pour leur complicité et expertise pour accompagner les bénévoles dans leurs actions, coordonner leur service respectif et recruter des bénévoles. Merci aussi aux membres du conseil d'administration pour leur professionnalisme, notamment à la présidente sortante Madame Annie Vaugeois et l'administrateur sortant Monsieur Denis Mongrain qui nous quitte après leur 3^e et dernier mandat. Vous avez le CABGM de tatouer sur le cœur.

Et à tous nos bénévoles et partenaires, MERCI d'être là ! Avec vous, tout devient possible. Soyons fiers du travail accompli et bon 50^e anniversaire. Bonne lecture !

Sylvie Gervais, Directrice générale

**Le CABGM répond aux 8 critères de l'action communautaire autonome.
Voici nos pratiques.**

1. Nous sommes légalement constitués à titre **d'organisme à but non lucratif**.
2. Nous sommes **constitués de l'initiative des gens de la communauté**. Il y a 48 ans, un groupe d'hommes et de femmes se sont mobilisés pour répondre à des besoins des personnes en perte d'autonomie et en situation de pauvreté entre autres, menant ainsi à la création de notre organisme.
3. Nous sommes **enracinés dans notre communauté** en faisant preuve d'ouverture sur elle, en y étant actif et en cherchant à être partie prenante de son développement et de l'amélioration de son tissu social. Nous sommes impliqués dans plusieurs organisations de notre milieu et très actifs auprès des bénévoles et de nos clientèles.
4. Nous entretenons une **vie associative et démocratique** auprès de nos membres en favorisant la participation de ceux-ci aux décisions. On leur permet de se faire entendre et de s'exprimer. L'activité « Lac-à-l'épaule » que nous organisons annuellement en est un bel exemple. Tout comme le processus de la création de notre nouveau logo.
5. Nous sommes **libres de déterminer notre mission, nos approches, nos pratiques et nos orientations**. Tout ceci, résulte de la volonté de nos membres et de nos administrateurs qui prennent leurs décisions de façon démocratique. Les politiques relatives aux approches et aux pratiques sont déterminées par nous-même et sont le fruit de notre expertise.
6. Notre mission sociale favorise la **transformation sociale**. Nous favorisons un mode d'intervention qui visent à développer la capacité individuelle et collective d'agir face à une problématique. Ce processus fait largement appel à la sensibilisation, l'information et l'éducation populaire. Nos actions dans nos 2 comptoirs alimentaires par la transmission de recettes et de trucs pour apprêter les aliments auprès des clients vont en ce sens.
7. Nous faisons preuve de **pratiques citoyennes et d'approches larges axées sur la globalité des problématiques abordés**. Nous travaillons en collaboration et en solidarité avec d'autres ressources du milieu, en vue d'avoir une approche globale. Nos implications dans différentes instances dans notre communauté en témoignent.
8. Nous avons un **conseil d'administration indépendant du réseau public**. Nous sommes libres de déterminer la composition de notre conseil d'administration et des documents constitutifs. Comme le prévoient nos règlements généraux, nous sommes indépendants du réseau public et des autres bailleurs de fonds.

Dans chaque section, nos actions seront appuyées par un icône correspondant aux critères de l'ACA.

Les voici:



Avoir le statut d'un organisme à but non lucratif;



Être enraciné dans sa communauté;



Entretenir une vie associative et démocratique;



Être libre de déterminer sa mission, ses orientations, ses approches et ses pratiques;



Avoir été constitué à l'initiative des gens de la communauté;



Poursuivre une mission sociale propre à l'organisme qui favorise la transformation sociale;



Faire preuve de pratiques citoyennes et d'approches larges axées sur la globalité des situations problématiques abordées;



Être dirigé par un conseil d'administration indépendant du réseau public.



MISSION, PHILOSOPHIE ET CHAMPS D'ACTION

MISSION

Le Centre d'action bénévole de Grand-Mère (CABGM) a comme mission de promouvoir l'action bénévole dans les différents secteurs de l'activité humaine et susciter une réponse à des besoins du milieu.

Fondé en 1976, il est reconnu comme organisme de bienfaisance, lui accordant le pouvoir d'émettre des reçus de charité à ses généreux donateurs.

PHILOSOPHIE ET CHAMPS D'ACTION

Au CABGM, la personne bénévole est le véritable maître d'œuvre et le premier partenaire. Sa force, liée à celle des autres bénévoles, fait du Centre une force d'humanisation et d'amélioration de la qualité de vie et du mieux-être de la population.

Pour le Centre, le bénévolat est un instrument de développement personnel et social et une source significative pour la population en besoin d'aide. Réalité sociale inestimable, l'action bénévole est reconnue, encouragée et valorisée par le Centre. Les valeurs véhiculées sont la justice, le partage, la valorisation, l'entraide, la dignité et la solidarité.

CHAMPS D'ACTION

Les 3 champs d'action sont :

1er- Développement de l'action communautaire

2e- Soutien à la communauté

3e- Gouvernance et vie associative.



LE CABGM...



233 BÉNÉVOLES ACTIFS



22 606 HABITANTS

Territoire desservi à Shawinigan
Les secteurs:

- Grand-Mère
- St-Georges-de-Champlain
- Lac-à-la-Tortue
- St-Jean-des-Piles



ACCESSIBILITÉ

- lundi au vendredi
- 8h00 à 12h00 et de 13h00 à 16h00 *Fermé le mois de juillet et deux semaines durant le congé des Fêtes
- Boîte vocale et courriel accessible en tout temps.



FAITS SAILLANTS

- Les activités des Fêtes du 50e anniversaire du CAB de Grand-Mère dont le calendrier souvenir et l'organisation du brunch spécial pour l'occasion avec QW4RTZ.
- La poursuite de l'élaboration de notre base de données.
- Efforts de tous les instants pour recruter des bénévoles.

ORGANIGRAMME

Assemblée générale

Conseil d'administration

Direction générale

Permanence (6 salariées)

Adjointe administrative et Coordinatrice Service aux individus

Coordinatrice Clientèle Maintien à domicile

Coordinatrice Courrier des Jeunes

Coordinatrice Service de Popote

Coordinatrice Comptoir alimentaire de Grand-Mère

Nos services dans les 3 champs d'action

Développement de l'action bénévole et communautaire

- Promotion de l'action bénévole
- Publicité
- Identification et analyse des besoins sociocommunautaires
- Collaboration, soutien et concertation
- Représentation
- Accueil et orientation
- Formation et ressourcement
- Suivi et soutien dans l'action
- Activités de reconnaissance et activités sociales

Soutien à la communauté

- Accompagnement
- Activités d'intégration sociale
- Support alimentaire
- Formation, information et référence
- Soutien civique et technique
- Support psychococial
- Support professionnel
- Support technique

Gouvernance et Vie associative

- Vie démocratique
- Gestion administrative
- Gestion des ressources humaines + formation du personnel
- Gestion financière
- Support bénévole à la permanence
- Contribution de la communauté

Champ d'action 1:

DÉVELOPPEMENT DE L'ACTION BÉNÉVOLE ET COMMUNAUTAIRE

LE DÉVELOPPEMENT DE L'ACTION BÉNÉVOLE COMPREND TOUTES LES ACTIONS VISANT À FAIRE LA PROMOTION DU BÉNÉVOLAT ET À SOUTENIR LES BÉNÉVOLES DANS LEUR IMPLICATION.

Dans cette section:

- **Promotion de l'action bénévole**

- Promotion

- Publicité

- Identification et analyse des besoins sociocommunautaires

- Collaboration, soutien, concertation

- Représentation

- **Soutien aux bénévoles**

- Suivi et soutien dans l'action

- Accueil et orientation

- Formation et ressourcement

- Activités de reconnaissance



PROMOTION DE L'ACTION BÉNÉVOLE

PROMOTION

Objectif : Sensibiliser la population, favoriser et faire valoir l'engagement social dans la réalisation d'actions bénévoles.

Reconnaissance aux bénévoles



Semaine de l'action bénévole (SAB) du 27 avril au 03 mai 2025

Sous le thème « En route vers le BÉNÉVOLAT! » »

La Semaine de l'action bénévole est le moment privilégié pour notre organisme de promouvoir l'action bénévole auprès des bénévoles de tous âges et de tous secteurs d'activités et aussi de présenter des activités de reconnaissance envers ces personnes: Voici ces activités:

• Activité « Reconnaissance- Jeunesse »

Avril 2025

Organisée en partenariat avec les écoles primaires, cette activité vise à reconnaître et gratifier le bénévolat fait par la jeunesse de notre communauté. Nous avons fait la remise des certificats directement dans les écoles primaires pour souligner l'implication bénévole de 11 jeunes. Sur chaque photo, on retrouve les récipiendaires, la direction de l'école, la directrice du CABGM ainsi qu'un bénévole.

Écoles participantes:

- * Des Phénix
- * Dominique-Savio
- * Lafèche
- * Ste-Flore



École Lafèche



École Dominique-Savio

PROMOTION DE L'ACTION BÉNÉVOLE

Activité « Reconnaissance- Jeunesse » (suite)

Les jeunes honorés ont pu recevoir un certificat du député fédéral François-Philippe Champagne, de la députée provinciale Marie-Louise Tardif, et du CABGM de Grand-Mère en plus d'articles promotionnels de la Semaine de l'action bénévole.

De beaux partenariats pour promouvoir l'action bénévole chez les jeunes.



École Des Phénix



École de Ste-Flore



cadeaux offerts aux récipiendaires



reconnaissance faite en présence de ses pairs

PROMOTION DE L'ACTION BÉNÉVOLE

- **Gala hommage aux bénévoles- 31e édition**

3 mai 2025

Dans une ambiance festive, avec un magicien et un photobooth, **311 personnes** ont participé à la **31e édition** du Gala Hommage aux bénévoles, présentée par le CABGM à la Salle Sérénité, pour clôturer la Semaine de l'action bénévole. Au programme, souper, hommage et danse. Ce rendez-vous annuel très populaire a réuni les bénévoles de tous secteurs d'activités tels que le sport et loisirs, l'art et la culture, la pastorale, l'éducation, la santé et services sociaux, l'événementiel ainsi que plusieurs partenaires. Pour l'occasion, 44 bénévoles ont été honorés par leur association respective des secteurs Grand-Mère, St-Georges, Lac-à-la-Tortue et St-Jean-des-Piles.

Aussi, 5 prestigieux trophées ont été décernés lors de cette soirée.



311
participants



Chocolats offerts par Desjardins aux bénévoles honorés.

Sous le signe de la solidarité, cette soirée a mis en valeur les richesses bénévoles de notre communauté, une ressource essentielle dont il faut prendre soin. La Semaine de l'action bénévole existe pour ne pas l'oublier.

PROMOTION DE L'ACTION BÉNÉVOLE

Aussi, 5 prestigieux trophées ont été décernés lors de cette soirée.

Prix Reconnaissance (Organisme de l'année)

Offert par : Desjardins

Organisme récipiendaire : J'ai mon appart'

Trophée Événement de l'Année (Événement de l'année)

Offert par : Desjardins

Événement récipiendaire : Shawi-Beach

Trophée Bénévolat Jeunesse (Bénévole de l'année 13 à 25 ans)

Offert par le CABGM

Récipiendaire : Éloïse Éliott de l'école secondaire du Rocher

Trophée Frank Gauthier (Bénévole de l'année- sport)

Offert par : Ville de Shawinigan et les Chevaliers de Colomb de Grand-Mère
conseil 1209

Récipiendaire : Monsieur Pierre Lavergne

Trophée Micheline M. Villemure (Bénévole de l'année secteurs autres que le sport)

Offert par le CABGM

**Récipiendaires : Françoise et Yvon St-Hilaire du
Comité organisateur du Noël des Nôtres**



Nos récipiendaires de gauche à droite:

Sylvie Gervais, (dg) du
CABGM, Marie Casabon,
(Shawi-beach),
Pierre Lavergne,
Françoise et Yvon St-Hilaire
(Noël des Nôtres) ,
Michelle Lafontaine
(J'ai mon appart!),
Éloïse Elliott (école sec. du
Rocher)
et Annie Vaugois
(présidente) du CABGM.

PROMOTION DE L'ACTION BÉNÉVOLE

- **Prix Hommage bénévolat Québec- 27e édition
Novembre 2025**

Notre organisme est porte-parole de ce Prix sur notre territoire pour reconnaître l'engagement bénévole des jeunes, des adultes et des organismes. Nous avons publié cette information sur notre page Facebook et notre site web.

Personnes rejointes sur Facebook du CABGM: 2 223 abonnés



- **Journée internationale des bénévoles
5 décembre 2025**

Nous avons diffusé l'information sur notre Facebook.

Le CABGM a profiter de sa Fête de Noël des bénévoles, le 29 novembre 2025, pour souligner la Journée internationale des bénévoles. Également, par l'intermédiaire du Regroupement des CABS Mauricie et Centre-du-Québec, une lettre ouverte a été publié.

Personnes rejointes sur Facebook du CABGM: 2 223 abonnés



PROMOTION DE L'ACTION BÉNÉVOLE

Journal interne

- **Le journal express « Le Cabotin »**

Afin de rejoindre les membres du CABGM pour annoncer nos activités à venir ou toutes autres informations importantes durant l'année, le journal express « Le Cabotin » est créé. Cette édition express, est entièrement réalisée par l'équipe de travail.

Nombre de publication: 22

- **Le journal interne « LE CABOULOT »**

Août 2025

Le journal « Le Caboulot », est la revue annuelle des activités réalisées tout au long de l'année. Il fut remis à nos membres lors du pique-nique annuel de la rentrée des membres, le 25 août 2025. Ce journal inclus des photos, des chroniques spécialement réalisées par des bénévoles pour des bénévoles, et des nouvelles administratives du CABGM. Le contenu est fourni par les bénévoles et l'équipe de travail tandis que la mise en page est réalisée par France Ross, salariée du CABGM. Ce journal est envoyé à tous nos partenaires par courriel et est présent sur notre site [web](#). Félicitation à Carole Bédard, rédactrice en chef bénévole, et à toute son équipe bénévole pour l'excellent travail réalisé.



Comité bénévole du journal
"Le Caboulot" sous la
responsabilité de Madame
Carole Bédard, rédactrice en
chef bénévole.

Tout le monde attends ce
journal avec impatience.



**7 bénévoles
impliqués**



**300 hres
bénévoles**



**100
exemplaires**

Vêtements promotionnels du CABGM

Sur demande, les bénévoles peuvent se procurer des vêtements promotionnels du CABGM. Deux commandes ont été passées durant l'année. Plusieurs bénévoles les portent fièrement lors de nos activités.

PROMOTION DE L'ACTION BÉNÉVOLE

Les Fêtes du 50e anniversaire du CABGM 1976-2026

Fondé en 1976, le CABGM fête ses 50 ans cette année. Les Fêtes du 50^e du CABGM ont débuté lors de la 50^e assemblée générale des membres, le 16 juin 2025, et se termineront en décembre 2026. Le logo des Fêtes du 50^e est créé sous le thème :

« Fier de notre passé... En route vers l'avenir! »



*Fier de notre passé...
En route vers l'avenir!*

Tout au long de l'année, cet anniversaire est souligné de différentes façons à travers les activités du CABGM. Toutefois, pour l'occasion, une activité majeure est organisée pour souligner cet anniversaire avec les membres et partenaires du CABGM. Il s'agit du brunch spécial 50^e anniversaire du CABGM.

Brunch spécial du 50e anniversaire du CABGM 13 février 2026

Le CABGM fête ses 50 ans lors d'un brunch spécial, le 13 février 2026, presque jour pour jour avec sa date de fondation du 16 février 1976, entouré de ses bénévoles et partenaires à qui nous avons également rendu hommage. Ce brunch, présenté à la Salle sérénité de Grand-Mère, a réuni **241 personnes** heureuses de vivre ce moment historique ensemble. Le quatuor QW4RTZ a animé et fait des prestations musicales époustouflantes tout au long de l'activité pour créer une ambiance festive au grand bonheur des invités.

Hommage spécial- Le fait marquant de cette activité est l'hommage rendu à 2 bénévoles impliquées depuis 50 ans au CABGM. Mesdames Simone Émond et Gertrude Trottier, des bénévoles exemplaires très impliquées dans différents services du CABGM tout au long des 50 dernières années, ont reçu un hommage bien senti lors de cette activité.



Gertrude Trottier et Simone Émond
(50 ans de bénévolat)



Le groupe QW4RTZ

PROMOTION DE L'ACTION BÉNÉVOLE

Brunch spécial 50e anniversaire du CABGM (suite)



PROMOTION DE L'ACTION BÉNÉVOLE

Brunch spécial 50e anniversaire du CABGM (suite)

Dévoilement d'un calendrier spécial- Toujours aussi actif et à l'écoute des besoins des clientèles vulnérables depuis 50 ans, le CABGM a fait le dévoilement d'un calendrier spécial mettant en lumière les bénévoles et leurs actions dans ses 14 services. Rappelons que le CABGM offre plusieurs services à des clientèles vulnérables grâce à ses bénévoles et l'équipe de travail. Que ce soit pour aider au maintien à domicile des personnes en perte d'autonomie dont la majorité sont des aînés; pour briser l'isolement des adultes et des jeunes; pour offrir soutien aux personnes en situation de pauvreté; et pour contrer l'insécurité alimentaire sur son territoire, le CABGM et ses 228 bénévoles sont présents. Grâce à l'implication bénévole d'une photographe professionnelle, Madame Lorraine Cyr, nous avons réalisé ce calendrier qui devient exceptionnel de par la qualité des photos qui y figurent pour mettre en lumière les actions de nos nombreux bénévoles. Un travail rigoureux de la permanence a permis d'élaborer le contenu de ce calendrier de haute qualité.

Ce calendrier spécial est signe de la vitalité du CABGM toujours aussi actif 50 ans plus tard et est remis gratuitement aux partenaires et bénévoles présents au brunch en guise de reconnaissance et durant l'année en cours.



PROMOTION DE L'ACTION BÉNÉVOLE

Brunch spécial 50e anniversaire du CABGM (suite)

Offre de sous-verres « Arbre de vie » dans le cadre des Fêtes du 50e du CABGM

Un cadeau spécial de 4 sous-verres, est remis aux invités du brunch du 50e du CABGM. Le visuel est un arbre de vie et à son verso le logo des Fêtes du 50e du CABGM est apposé. La signification de cet arbre de vie pour le CABGM est également produite. L'emballage de ce cadeau est fait par nos bénévoles. Il est remis à tous nos membres et partenaires notamment lors du brunch du 50e anniversaire du CABGM en guise de promotion et de reconnaissance et durant l'année en cours. Le CABGM est un véritable arbre de vie dans la communauté depuis 50 ans qui ne cesse de se déployer grâce à ses bénévoles.

Il est fier de son passé et est en route vers l'avenir!

Tirage : 400

Le CABGM...

UN ARBRE DE VIE AU CŒUR DE LA COMMUNAUTÉ DEPUIS 50 ANS !

La symbolique :

- Les racines de l'arbre représentent les assises de notre organisme, les fondements et les valeurs qui nous guident. Ces valeurs sont la justice sociale, l'équité, le respect, l'écoute, l'empathie, le non-jugement, l'entraide et l'humanité. Les racines rappellent également les personnes qui ont bâti notre organisme, nos bâtisseurs.
- Le tronc de l'arbre signifie la gestion administrative du conseil d'administration, de la direction générale et de l'équipe de travail pour réaliser la mission de notre organisme. Le soutien aux bénévoles et aux organismes également.
- Les branches rappellent les différents services aux individus que le CABGM offre à la population vulnérable grâce à ses bénévoles.
- Les feuilles, par ses couleurs différentes, représentent le fruit des bienfaits de toutes nos actions dans la communauté. Elles représentent également la diversité des actions que nous posons selon nos talents et intérêts.

Le tout forme un arbre bien ancré dans son milieu, radieux, en pleine croissance et florissant d'année en année depuis 50 ans pour améliorer la qualité de vie des gens d'ici.

Soyons fiers de notre passé... en route vers l'avenir!



PROMOTION DE L'ACTION BÉNÉVOLE

Brunch spécial 50e anniversaire du CABGM (suite)

Plusieurs bénévoles se sont impliqués avec la permanence dans l'organisation du brunch spécial 50e du CABGM notamment pour fabriquer les centres de table, cuisiner et servir le sucre à la crème, préparer l'emballage des sous-verres et du carton de présentation et à l'accueil lors de l'activité.



Confection des centres de tables.

Préparation des cartons de présentation des sous-verres.



Les bénévoles de la Popote, pour souligner les 50 ans du service, ont distribué des sucres à la crème (clin d'oeil à la traditionnelle "Vente de sucreries d'amour"). Ils ont été cuisinés par des bénévoles.



**25 bénévoles
impliqués**



**168 hres
bénévoles**



**241
participants**



**400
Tirage du
calendrier**

PROMOTION DE L'ACTION BÉNÉVOLE

Conférences et rencontres d'information sur les services du CABGM

Les conférences ou rencontres d'information ont pour but de faire connaître la mission et les services du CABGM auprès des organismes et partenaires de notre milieu. Une façon de promouvoir l'action bénévole autour de nous et faire découvrir notre organisme.

Fête de la famille des Chevaliers de Colomb de Grand-Mère conseil 1209

16 août 2025

Tenue d'un kiosque pour distribuer des peluches aux enfants présents par notre service l'Atelier des Farfadets. Belle façon de communiquer aussi de l'information à la population sur ce service dédié aux enfants en situation de pauvreté.

bénévoles: 5

heures bénévoles: 30

personnes rejointes: 350



Opération sac à dos

19 août 2025

Tenue d'un kiosque d'information sur la mission du CABGM lors de la journée de distribution des effets scolaires de l'activité « Opération sac à dos », au Centre communautaire Bruno-Rivard de Shawinigan.

bénévole : 1
permanence : 1

heures bénévoles : 7
personnes rejointes : 100



PROMOTION DE L'ACTION BÉNÉVOLE

Conférences et rencontres d'information sur les services du CABGM (suite)

Bazar solidaire de la Corporation de développement communautaire (CDC) de Shawinigan

20 septembre 2025

Tenu d'un kiosque pour vendre des articles au profit de l'Atelier des Farfadets et pour expliquer la mission du CABGM aux visiteurs.

bénévoles: 3

heures bénévoles: 21

personnes rejointes: 400

Rendez-vous 100% aînés Desjardins

4 octobre 2025

Tenue d'un kiosque d'information pour expliquer nos services maintien à domicile.

permanence: 2

personnes rejointes: 400



Bazar solidaire



Rendez-vous 100% aînés
Desjardins

8 octobre 2025

Centraide Mauricie

Présentation de la mission du CABGM aux travailleurs d'Hydro Québec de Shawinigan dans le cadre de la campagne de financement de Centraide Mauricie par la directrice du CABGM. Notre témoignage avait aussi pour but de sensibiliser ces travailleurs aux bienfaits de Centraide auprès de notre organisme pour réaliser notre mission.

personnes rejointes : 30

6 mai 2025

Handicaps Soleil

Présentation de notre organisme par la directrice du CABGM au directeur général de l'organisme Handicaps Soleil. Cette rencontre s'est tenue au CABGM suivie de la visite de nos locaux.

PROMOTION DE L'ACTION BÉNÉVOLE

Visite des écoles primaires

Tout au long de l'année, des visites sont faites dans les sept écoles primaires de notre territoire pour promouvoir l'action bénévole, faire connaître le CABGM et présenter notre service Le Courrier des jeunes.

Les 7 écoles primaires de notre territoire sont :

- Écoles Laflèche, Des Phénix et Ste-Flore du secteur Grand-Mère
- Écoles Dominique Savio et Jacques Plante du secteur St-Georges
- Écoles Jacques-Cartier et Notre-Dame du secteur Lac-à-la-Tortue

Visite des classes des 3 écoles participantes et remise d'un signet Septembre 2025 et janvier 2026

Tournées des classes de 3^e à la 6^e année par la coordonnatrice du service Le Courrier des jeunes accompagnée de différents bénévoles, en septembre et en janvier, pour annoncer le retour du service et pour inviter les jeunes à écrire à notre équipe bénévole. Grâce à leur écoute, leur parole et leur approche, la tournée fut dynamique et a permis de rejoindre positivement les jeunes. Les écoles participantes cette année sont Laflèche, Dominique-Savio et Lac-à-la-Tortue. Un signet conçu par le CABGM est remis aux jeunes rencontrés pour promouvoir ce service.



Le Courrier des jeunes

Le Courrier des jeunes est là pour toi!



Si tu as le goût de partager...

- tes joies
- tes peines
- tes sentiments
- tes déceptions
- tes rêves

Si tu as besoin de ...

☐ parler de toi

☐ de confier un secret qui te préoccupe

☐ de poser une question

Au Courrier des jeunes...

il y a toujours quelqu'un pour lire ta lettre et te répondre



Informations obligatoires pour recevoir une réponse

Nom et prénom au complet

Nom de ton enseignant(e)

Nom de l'école

Niveau scolaire

"Avec les mots, tout devient possible"



CAB GM
Centre d'action bénévole de Grand-Mère



3 bénévoles



3 hrs
bénévoles



407 jeunes
rejoints



20 classes

PROMOTION DE L'ACTION BÉNÉVOLE

Publicité

Objectif : Objectif : Faire connaître l'organisme pour en assurer la visibilité.

La promotion de nos activités et l'annonce de nos besoins sont essentielles pour le bon fonctionnement de notre organisme.

Communiqués écrits

Communiqués émis dans les semainiers paroissiaux, l'Hebdo du St-Maurice et le quotidien Le Nouvelliste pour annoncer nos activités et transmettre le bilan de celles-ci.

Population rejointe à chaque publicité :

Hebdo du Saint-Maurice : 12 000 personnes environ

Le Nouvelliste : 25 000 personnes environ



Ville de Shawinigan

Installation de 2 affiches extérieures grand format dans des secteurs de la Ville de Shawinigan pour annoncer la Semaine de l'action bénévole 2025.

Publicité dans le bloc-notes publicitaire du super marché IGA Gauthier

Avril 2025

Les 2 500 clients qui ont fait leurs achats chez IGA Gauthier en avril 2025, ont reçu gratuitement ce bloc-notes publicitaire. Une belle façon d'être près de notre communauté et de se faire connaître.

PROMOTION DE L'ACTION BÉNÉVOLE

Publicité (suite)

Nous avons investi sur l'achat de publicité pour promouvoir nos services, faire connaître notre organisme et promouvoir l'action bénévole.

Hebdo du St-Maurice Cahier spécial de la SAB 2025

• 30 AVRIL 2025

4 PAGES CAHIER SPÉCIAL

Objectif : Mettre en valeur les 44 bénévoles honorés par les organismes au Gala hommage aux bénévoles et les 11 jeunes honorés des écoles primaires participantes dans le cadre de la SAB 2025.

Un partenariat avec les élus de notre milieu et Desjardins rend possible ce projet pour promouvoir l'action bénévole.

En route vers le BÉNEVOLAT!



51^E ÉDITION
Semaine de l'action bénévole
27 avril au 3 mai 2025

CAB GM
Centre d'action bénévole de Grand-Mère

fcaq
Fédération des Centres d'action bénévole du Québec

Je Bénévole

Déclaration de la FCABQ dans le cadre de la Semaine de l'action bénévole 2025

THÈME : En route vers le bénévolat!

Du 27 avril au 3 mai, on se met en route vers le bénévolat!

Au Québec, le bénévolat trace un grand chemin qui nous relie les uns aux autres, tissent une société solidaire et engagée. Peu importe où nous nous situons, nous sommes tous et toutes invités à se rejoindre sur la route du bénévolat. Plus nous sommes un grand nombre à cheminer ensemble, plus nous contribuons à rendre le voyage riche de nos expériences, satisfait par la force de la collectivité.

Bénévoles, c'est enrichir son parcours en prenant la route pour aller à la rencontre des autres. C'est mettre de l'énergie et de la passion dans ses actions. On en ressort grandi, un et en fait du chemin sans revenir en arrière. Comme dans chaque aventure, on y gagne autant que l'on donne.

« En route vers le bénévolat », c'est aussi réaliser que cette route est sûre, inclusive et respectueuse pour tous et toutes. C'est pourquoi la Semaine de l'action bénévole est aussi un moment pour les organismes de veiller à assurer un cheminement bénévole sûr et agréable, accessible sur jebénévole.ca. Pour les bénévoles des organismes communautaires du Québec, les vérifications d'identité judiciaires, bien d'être un frein, sont une barrière utile pour bâtir des relations de confiance et encourager un bénévolat responsable. Elles garantissent un environnement sûr et sécuritaire, où chaque geste de solidarité peut s'exprimer pleinement.

Bénévoles, organismes et moi qui tous ceux et celles qui veulent contribuer à un grand voyage engagé, c'est maintenant qu'on se met en route!

RECONNAISSANCE aux bénévoles de tous âges!

Shawinigan, 30 avril 2025 – La 51^e édition de la semaine de l'action bénévole bat son plein sous le thème : « En route vers le bénévolat! ».

Pour l'occasion, le Centre d'action bénévole de Grand-Mère rend hommage aux jeunes qui s'inscrivent à l'action bénévole dans les écoles de son territoire et présente la 31^e édition du **Gala hommage aux bénévoles**, le 3 mai prochain, à la Salle Desjardins de Grand-Mère. **Béja 31 ans de solidarité entre nous pour dire MERCI aux bénévoles.**

Félicitations aux **11 jeunes bénévoles honorés** par leur école respective pour les actions posées. Nous les encourageons à poursuivre de bel engagement bénévole car ils sont notre avenir.

Tous sont fiers de vivre la 31^e édition du Gala hommage aux bénévoles. Ce grand rassemblement annuel populaire réunit les bénévoles de tous secteurs d'activités en provenance des secteurs Grand-Mère, St-Georges, Lac-la-Tortue et St-Jean-des-Pins de la ville de Shawinigan et vient clore la Semaine de l'action bénévole.

Au total, **44 bénévoles** seront honorés lors de ce Gala hommage par leur organisme respectif. Félicitations à ces bénévoles qui posent fidèlement dans ce cahier spécial de la Semaine de l'action bénévole. Aussi, seront dévoilés lors de cette soirée les récompenses des **Trophées suivants** :

- **Trophée Événement de l'année** et le **Prix Reconnaissance** décerné à un événement et à un organisme par la Caisse Desjardins du Centre-du-Mauricie.
- **Trophée Frank Gauthier** décerné par la Ville de Shawinigan en collaboration avec les Chevaliers de Colombie de Grand-Mère conseil 3009, à une personne pour souligner le bénévolat d'une vie dans le domaine sportif.
- **Trophées Bénévolat Jeunesse** et **Micheline M. Villeneuve** remis à des bénévoles exceptionnels par le Centre d'action bénévole de Grand-Mère.

Les 25 récipiendaires de ces trophées seront publiés ultérieurement.

Félicitations aux bénévoles honorés!
Profitez de la Semaine de l'action bénévole pour remercier les bénévoles autour de nous!

Source : Sylvie Gervais, directrice générale, Centre d'action bénévole de Grand-Mère

Félicitations aux jeunes honorés dans la communauté... notre relève!

ÉCOLE STE-FLORE
Léopold de gauche à droite :
Sylvie Gervais, directrice générale du CAB de Grand-Mère.
Les récipiendaires :
Ariane St-Jean (1^{er} année) et Théo Roy (2^e année).
Ariane Roy (1^{er} année) absente de la photo.
Sandrine Michélin, directrice de l'école Ste-Flore.
Ariane Roy, présidente du CAB de Grand-Mère.



ÉCOLE DES PHÉNIX
Léopold de gauche à droite :
Danyelle, Marilyn Gervais, enseignante, Nathalie Fournier, directrice de l'école des Phénix et Sophie Duchesneau, enseignante.
À l'avant (les récipiendaires) :
Juliette Bergeron (5^e année) et Ariane St-Jean (5^e année).
Sylvie Gervais, directrice générale du CAB de Grand-Mère et Anne Vasselin, présidente du CAB.



ÉCOLE DOMINIQUE-SAVOY
Léopold de gauche à droite :
Danyelle, Caroline Magnan, directrice générale du CAB de Grand-Mère, enseignante, Marie-Josée Morneau, directrice de l'école Dominique-Savoie.
À l'avant :
Danyelle Gervais, directrice générale du CAB de Grand-Mère, les récipiendaires :
Juliette Bergeron (5^e année), Lucie Capovilla (5^e année), Diane Couvrette (5^e année) et Ariane St-Jean (5^e année).
Sylvie Gervais, directrice du CAB de Grand-Mère.



ÉCOLE LAFLECHE
Léopold de gauche à droite :
À l'avant :
Sylvie Gervais, directrice générale du CAB de Grand-Mère, les récipiendaires :
Ariane St-Jean, Alexandra Bergeron, Vasselin, présidente du CAB et Marie-Rose, directrice de l'école Lafleche.
À l'arrière :
Les récipiendaires :
Ariane St-Jean (5^e année) et Julie Mayer (5^e année).



Pour devenir bénévole : « jebénévole.ca » ou contactez le CAB de Grand-Mère au www.cabgm.org 819 338-7689

En route vers le BÉNEVOLAT!

Semaine de l'action bénévole
27 avril au 3 mai 2025

CAB GM
Centre d'action bénévole de Grand-Mère

«GALA HOMMAGE AUX BÉNÉVOLES 2025»

Félicitations aux bénévoles honorés par les organismes

Secteurs Grand-Mère, St-Georges, Lac-la-Tortue et St-Jean-des-Pins

 Marcel Jr. Borgia Président du CAB de Grand-Mère	 Julie Beaudin Présidente du CAB de St-Georges	 Marie Caron Présidente du CAB de St-Georges	 Marielle Lorrain Présidente du CAB de St-Georges	 Gilles Raffard Président du CAB de St-Georges	 Gilles Benoit Président du CAB de St-Georges	 Claire Plante-Verville Présidente du CAB de St-Georges	 Denise Haard Présidente du CAB de St-Georges	 Monique Cloutier Présidente du CAB de St-Georges	 Denis Tremblay Président du CAB de St-Georges
 Henriette Bédard Présidente du CAB de St-Georges	 Michel Toupin Président du CAB de St-Georges	 Michèle Thiffault Présidente du CAB de St-Georges	 Colleen Fortin Présidente du CAB de St-Georges	 Diane Morneau Présidente du CAB de St-Georges	 Jean-Hubert Président du CAB de St-Georges	 Suzanne Gagnon Présidente du CAB de St-Georges	 Françoise et Théo St-Martin Présidents du CAB de St-Georges	 Jean-Philippe Roy Président du CAB de St-Georges	 Geneviève Champagne Présidente du CAB de St-Georges
 Richard Isabelle Président du CAB de St-Georges	 Hélène Laroche Présidente du CAB de St-Georges	 Louise Thériault Présidente du CAB de St-Georges	 Martin Roy Président du CAB de St-Georges	 Denise Roy Présidente du CAB de St-Georges	 Claire Beaudin Présidente du CAB de St-Georges	 Johanne Bergeron Présidente du CAB de St-Georges	 Anne Gauthier Présidente du CAB de St-Georges	 Jean-Claude Lefebvre Président du CAB de St-Georges	 Angèle Blais Présidente du CAB de St-Georges
 Yvon Charbon Président du CAB de St-Georges	 Sylvie Thériault Présidente du CAB de St-Georges	 Lucie Fikou Présidente du CAB de St-Georges	 Lorraine Lamy Présidente du CAB de St-Georges	 Louis Tremblay Président du CAB de St-Georges	 Yolande Boudreau Présidente du CAB de St-Georges	 Isabelle Cloutier Présidente du CAB de St-Georges	 Jacques Aubin Président du CAB de St-Georges	 Simone Gervais Présidente du CAB de St-Georges	 Duane Lapointe Président du CAB de St-Georges

Je Bénévole

fcaq
Fédération des Centres d'action bénévole du Québec

PROMOTION DE L'ACTION BÉNÉVOLE

Publicité (suite)

Reportages écrits et télévisés

MaTV Enregistrement d'une émission sur l'Atelier des Farfadets

5 novembre 2025

Notre service l'Atelier des Farfadets, (parce qu'il est unique), a été choisi par MATv de Vidéotron, avec trois autres organismes de la Mauricie, pour un reportage d'une durée de 30 minutes à l'émission "Le bénévolat, pourquoi pas moi !" de la télévision communautaire MATv, avec l'animateur Normand Richard. La diffusion a eu lieu à la fin du mois de décembre 2025 dans 9 régions du Québec.

L'objectif de l'émission est de montrer la réalité des bénévoles dans différents aspects de l'entraide. Un clin d'œil sur le 50^e anniversaire du CABGM a également été fait. Plusieurs bénévoles de l'Atelier des Farfadets ont participé à cet enregistrement.

Voici le lien pour visionner ce reportage:

<https://matv.ca/episodes/centre-daction-benevole-de-grand-mere/>

bénévoles : 10

permanence : 1

heures bénévoles : 70

personnes rejointes : 1.6 millions



Hebdo du St-Maurice Reportage sur nos ateliers de cuisine avec les jeunes

12 décembre 2025

Un journaliste a profité d'un atelier de cuisine avec les jeunes pour faire un reportage sur les bienfaits de ce nouveau service chez les jeunes participants de l'école Laflèche.

permanence: 1

bénévoles: 3

heures bénévoles: 3



PROMOTION DE L'ACTION BÉNÉVOLE

Publicité (suite)

Reportages écrits et télévisés

Points de presse présentés par le CABGM

- **15 septembre 2025 Point de presse- Annonce de la journée Portes-ouvertes du 26 septembre 2025 au CABGM et dévoilement de la bannière des Fêtes du 50^e du CABGM.**

bénévoles : 7

heure bénévole : 1

Permanence : 6



- **26 Septembre 2025- Conférence de presse pour dévoiler les réalisations du projet «Une sécurité alimentaire accrue grâce à l'action bénévole » du CABGM.**

Projet réalisé grâce aux Fonds régions et ruralité Volet-4 Soutien à la vitalisation du ministère des Affaires municipales et de l'Habitation et à d'autres précieux partenaires. La conférence de presse s'est tenue à notre salle communautaire en présence de nos partenaires et de quelques bénévoles du CABGM. Il y fut annoncé, entre autre, la création du nouveau service « Les Ateliers de cuisine » avec la collaboration des jeunes de l'école Laflèche qui ont offert aux invités des cupcakes cuisinés eux-mêmes avec les bénévoles.

bénévoles : 15

heures bénévoles : 30

permanence : 1

participants: 60



L'équipe des "P'tits chefs de Laflèche" porte fièrement la coiffe et le tablier.



- **Bilan de la 31^e édition de l'Atelier des Farfadets et remise d'un don par les Chevaliers de Colomb de Grand-Mère conseil 1209**

9 décembre 2025

Activité tenue dans notre salle communautaire en présence de **11 bénévoles**, des médias et Chevaliers de colomb de Grand-Mère conseil 1209.



PROMOTION DE L'ACTION BÉNÉVOLE

Identification et analyse des besoins sociocommunautaires

Objectif : Effectuer des démarches comportant d'abord la cueillette de données permettant d'analyser les besoins d'une population, et identifier les facteurs, les moyens et les ressources appropriées pour répondre à ces besoins.

Actions posées par notre organisme

Table d'action concertation des aînés de Shawinigan (TACAS)

Les intervenants du CIUSSS MCQ en collaboration avec les organismes impliqués auprès des aînés à Shawinigan forment cette table. Les principaux enjeux sont l'isolement des aînés et la communication des ressources à ces personnes.

rencontre: 1

Comité sécurité alimentaire de Shawinigan (CSAS)

Présence de la directrice générale au comité de sécurité alimentaire de Shawinigan pour avoir une meilleure connaissance des ressources de sécurité alimentaire présentes à Shawinigan et analyser les besoins du milieu dans ce domaine en collaboration avec la Corporation de développement communautaire (CDC) de Shawinigan.

rencontre: 1

Du comité CSAS, découle un partenariat avec Cultive Le Partage, un programme de cueillette de fruits et légumes amochés que nous pouvons transformer et distribuer dans nos deux comptoirs alimentaires. Plusieurs arrivages nous ont permis l'été dernier d'aider les clients de nos 2 comptoirs alimentaires.

• Projet pilote « Ateliers de cuisine créative » du CSAS 19 avril au 31 mai 2025

Supervisé par le comité sécurité alimentaire de Shawinigan (CSAS), le projet pilote « Ateliers de cuisine créative », s'est tenu comme prévu du 19 avril au 8 juillet 2025, grâce au partenariat de 7 organismes communautaires de Shawinigan dont le CABGM. Les objectifs sont de permettre à des personnes de développer leur autonomie en cuisine; favoriser une alimentation saine; réduire le gaspillage alimentaire et faire connaître les organismes qui peuvent tenir des ateliers de cuisine à Shawinigan. Grâce à ce projet, le CABGM a accueilli 6 personnes à chacun des 5 ateliers présentés dans ses locaux.

ateliers : 5

participants : 6

Enjeu

La sécurité alimentaire est une problématique importante à Shawinigan. L'accessibilité des personnes vivant l'insécurité alimentaire à des ateliers de cuisine dans nos organismes aidera à mieux les outiller pour cuisiner des plats équilibrés à moindre coût et de façon responsable.

PROMOTION DE L'ACTION BÉNÉVOLE

Identification et analyse des besoins sociocommunautaires (suite)

Collaboration avec **La Tablée des chefs** pour diminuer le gaspillage alimentaire au CHSLD Laflèche au profit du Comptoir alimentaire de Grand-Mère. Une remise de denrées est faite aux 3 semaines et aide le comptoir alimentaire depuis juin 2024.

total 11 cueillettes



**La Tablée
des Chefs**

Comité Municipalité Amie des aînés de la Ville de Shawinigan (MADA)

La directrice du CABGM siège sur le comité MADA pour faire le suivi de l'application de la nouvelle politique des aînés de la Ville de Shawinigan en présence de plusieurs partenaires en lien avec les aînés.

rencontre: 1

De ce comité, une vaste consultation a eu lieu cette année afin de connaître le besoin des aînés actifs de notre communauté par des focus groupes sur différentes thématiques à laquelle le CABGM a participé. Le résultat de cette consultation fut présenté lors d'un atelier sur la marche chez les personnes aînées, au Digihub de Shawinigan. le 3 juin 2025.

Les objectifs étaient :

- Prendre connaissance du portrait diagnostique réalisé par Piétons Québec à partir de la cueillette d'informations et des activités consultatives
- Discuter entre chaque bloc de présentation afin de recueillir les commentaires et observations
- Recevoir des recommandations préliminaires, d'une simulation d'une intervention favorisant la marche et d'un outil d'aide à la décision

Cet accompagnement a permis d'avoir des informations et des outils très pertinents pour prendre des décisions dans une perspective MADA, mais qui peut être bénéfique pour l'ensemble de la population qui pratique la marche comme mode de déplacement ou pour le loisir.

rencontre : 1

PROMOTION DE L'ACTION BÉNÉVOLE

Identification et analyse des besoins sociocommunautaires (suite)

Complice de Shawinigan (Conseil d'Orientation et de Mobilisation des Partenaires Locaux pour l'Intervention des Communautés de l'Énergie)

Présence de la directrice générale du CABGM à ce comité qui vise à mobiliser la communauté de Shawinigan pour changer le visage socioéconomique de la Ville en travaillant des enjeux transversaux de manière concertée. Le CABGM participe à l'identification des besoins dans les comités suivants:

- **Comité Habitation**

Pour prêter assistance aux personnes et familles en situation de pauvreté afin de rendre l'accessibilité au logement. *rencontre: 1*

- **Comité se connaître, se faire connaître et rejoindre**

Pour mieux connaître les ressources de Shawinigan, se faire connaître et faciliter l'accès pour nous rejoindre. *rencontre: 1*

- **Comité Opération Sac à dos:**

Pour rendre accessible les articles scolaires auprès des familles en situation de pauvreté. Une action concertée des organismes sur le territoire de la Ville de Shawinigan. La première édition a eu lieu le 19 août 2025, au centre communautaire Bruno-Rivard de Shawinigan.

rencontres: 4



PROMOTION DE L'ACTION BÉNÉVOLE

Identification et analyse des besoins sociocommunautaires (suite)

Guignolée des médias

4 décembre 2025

Annuellement, le CABGM s'associe à l'organisation régionale de la Guignolée des Médias pour planifier la collecte et amasser des fonds pour préparer des paniers de Noël aux familles et individus en situation de pauvreté sur tout notre territoire. Une cinquantaine de bénévoles s'impliquent dans les rues et à nos 2 points de collectes et les supermarchés IGA et Maxi, du secteur Grand-Mère, pour recueillir les dons de la population. Ces bénévoles, de toutes générations, proviennent de différentes organisations et du CABGM. Le CABGM est reconnu par ses partenaires et Moisson Mauricie pour être l'organisme responsable des paniers de Noël sur son territoire.

rencontre: 1

Enjeu

Dans un contexte où le coût de la vie est élevé, les gens sont limités dans la capacité d'offrir leur don. Malgré tout, ils demeurent généreux. Également, le recrutement de bénévoles pour tenir l'activité demeure un enjeu.

Merci aux bénévoles impliqués.



52 bénévoles



450 hres
bénévoles

PROMOTION DE L'ACTION BÉNÉVOLE

Identification et analyse des besoins sociocommunautaires (suite)

Grève « Le communautaire à boutte ! »

Le CABGM apporte son soutien au mouvement de grève du milieu communautaire « Le communautaire à boutte! » du 19 au 25 octobre 2025 à Shawinigan et à celui du 23 mars au 2 avril 2026. Le sous-financement de nos organismes est criant devant l'augmentation des besoins et la difficulté d'offrir des salaires compétitifs pour la rétention de nos équipes de travail, c'est pour ces raisons que ce mouvement est essentiel. Notre soutien à ce mouvement s'est traduit par notre présence à la séance d'information du 3 juin 2025 aux organismes de Shawinigan et aux activités de mobilisation telles que la marche solidaire du 22 octobre à Shawinigan et l'activité de mobilisation devant les bureaux de la députée le 23 mars 2026. Également, l'offre d'un support financier puisque notre organisme ne pouvait interrompre durant ces deux périodes de grève ses services essentiels sans préjudices à ses clientèles vulnérables.

bénévoles : 3

heures bénévoles : 9
permanence : 1



Analyse des besoins des organismes qui offrent des services dans les centres communautaires de la Ville de Shawinigan.

16 février 2025

Rencontre entre le responsable des loisirs à la Ville de Shawinigan et 3 organismes du secteur Grand-Mère, dont le CABGM, pour exprimer le besoin des organismes qui utilisent des locaux dans des centres communautaires de la Ville de Shawinigan. Un comité d'analyse est mis sur pied par la Ville en vue d'élaborer une nouvelle politique de reconnaissance des organismes communautaires. Il y sera discuté entre autre de l'utilisation des locaux dans les centres communautaires par les organismes. Le CABGM fait partie des organismes présents sur ce comité d'analyse.

bénévoles : 10

heures bénévoles : 20

PROMOTION DE L'ACTION BÉNÉVOLE

Collaboration, soutien, concertation

Objectif : Initier ou participer, de concert avec les partenaires du milieu, à des projets communs visant l'atteinte d'objectifs et de résultats collectifs favorisant le mieux-être de la communauté dans le respect de la mission et de l'autonomie de chacun.

Regroupement des Centres d'action bénévole Mauricie et Centre-du-Québec

Avril 2025 à mars 2026

Participation de la directrice à ce regroupement. Elle occupe la fonction de trésorière.

rencontres: 5

Comité de gestion de la Maison du Citoyen de St-Georges

Participation de Monsieur Denis Mongrain, administrateur au CABGM, et bénévole à la Friperie communautaire du CAB, pour représenter le CABGM au comité de gestion de la Maison du Citoyen de St-Georges, lieu qui abrite notre service. Ce comité permet aux organismes locataires de l'endroit d'échanger sur leur besoin respectif et veiller à l'entretien de la bâtisse. Aucune rencontre a eu lieu cette année.

Collaboration avec la Coopérative Solidarité Santé Le Rocher

Cours de kinésiologie pour les bénévoles aînés du CABGM projet QADA

Poursuite de notre collaboration avec la Coopérative Solidarité Santé Le Rocher grâce au programme Québec Amis des Aînés (QADA) intitulé « Maintien et amélioration de l'autonomie fonctionnelle des bénévoles aînés du CABGM par la kinésiologie » dont le CABGM est porteur. Ce projet a permis à plusieurs bénévoles (50 ans et +) du CABGM de bénéficier gratuitement de services de kinésiologies, en choisissant un forfait découverte ou une session de cours de groupe. Le projet a débuté en mai 2024 et a pris fin en décembre 2025. Les bénévoles aînés du CABGM ont apprécié cette reconnaissance. Le rôle du CABGM était de prendre les inscriptions des bénévoles intéressés et à faire le suivi auprès des membres.

rencontres : 2

Société Saint-Vincent de Paul de Shawinigan

Belle collaboration avec la Société Saint-Vincent de Paul de Shawinigan grâce au programme Opération Bonne Mine. Par l'entremise de ce programme, le CABGM a pu remettre 50 coupons de 50\$ chacun à des familles de nos deux comptoirs alimentaires lors de la Fête de la famille des Chevaliers de Colomb de Grand-Mère conseil 1209, le 16 août dernier. Avec l'arrivée du nouveau programme Opération sac à dos, la Société Saint-Vincent de Paul de Shawinigan n'offrira plus de coupons Opération Bonne Mine les années à venir puisqu'elle se joindra comme partenaire.

Incorporation du Noël des Nôtres

Le CABGM est membre du comité responsable de l'incorporation du Noël des Nôtres. La directrice a participé à plusieurs rencontres à cet effet. L'objectif est de rendre officiel cette organisation comme organisme sans but lucratif.

rencontres: 9

PROMOTION DE L'ACTION BÉNÉVOLE

Collaboration, soutien, concertation (suite)

Autres organisations avec qui nous avons des collaborations :

- AFÉAS St-Jean-Baptiste
- Artisanat St-Paul
- Centraide Mauricie 
- Centre d'entraide aux Rayons de Soleil
- Chevaliers de Colomb de Grand-Mère conseil 1209
- Communautés chrétiennes de notre territoire
- Députée de Laviolette/Saint-Maurice, Marie-Louise Tardif
- Député fédéral de Saint-Maurice-Champlain, François-Philippe Champagne
- École secondaire Du Rocher 
- Héma Québec 
- La Tablée des chefs
- Maison Coude-à-Coude  
- Maison des Jeunes de St-Georges 
- Moisson Mauricie 
- Noël des Nôtres
- Regroupement des gens d'affaires - secteur Grand-Mère
- Service de sécurité incendie de la Ville Shawinigan
- Société Saint-Vincent de Paul de Shawinigan 
- Ville de Shawinigan 

36
collaborations



PROMOTION DE L'ACTION BÉNÉVOLE

Représentation

Objectif : Être le porte-parole de l'organisme, faire valoir ses points de vue, assurer une visibilité et défendre les intérêts liés à l'action bénévole auprès des instances appropriées.

Événements où notre organisme était représenté

- 02 avril 2025 **Ville de Shawinigan** (présence à l'activité L'Érosion de l'innovation sociale à Shawinigan!) au Digihub
- 04 mai 2025 **Moisson Mauricie** (Brunch bénéfice)
- 22 mai 2025 **Regroupement des Centres d'action bénévole Mauricie/Centre-du-Québec** (Assemblée générale annuelle au CAB la Moraine)
- 09 au 11 juin 2025 **FCABQ** (Colloque annuel et Assemblée générale annuelle des membres)
- 12 juin 2025 **CDC Shawinigan** (Assemblée générale annuelle de l'organisme suivi d'un 5 à 7)
- 25 juin 2025 **Députée provinciale Marie-Louise Tardif** (Remise des dons aux organismes)
- 24 octobre 2025 **Appartenance Mauricie** (Lancement du calendrier 2026 à Espace Shawinigan avec 24 bénévoles)
- 25 octobre 2025 **Fête de l'Halloween de Ste-Flore** (Distribution de bonbons par notre équipe)
- 28 octobre 2025 **Noël des Nôtres** (1ere conférence de presse pour annoncer le lancement de la 57e édition.)
- 31 octobre 2025 **Association des gens d'affaire du secteur Grand-Mère** (Participation à la distribution de bonbons à l'halloween)
- 10 novembre 2025 **Noël des Nôtres** (2e conférence de presse pour annoncer les activités bénéfiques de la 57e édition)
- 11 novembre 2025 **Guignolée des médias** (Rencontre des organismes bénéficiaires de la Guignolée de la région Mauricie et Centre-du-Québec.
- 11 novembre 2025 **Noël des Nôtres** (Souper spaghetti bénéfice du Noël des Nôtres au restaurant le St-Antoine de Ste-Flore)
- 21 novembre 2025 **Noël des Nôtres** (Journée de cueillette de denrées et d'argent dans les communautés chrétiennes de notre territoire pour la 57e édition du Noël des Nôtres.)
- 15 décembre 2025 **Noël des Nôtres** (Conférence de presse pour annoncer le montant amassé et les gagnants des prix.)
- 19 février 2026 **CDC Shawinigan** (Rencontre des membres à la Fatrie 701)



SOUTIEN AUX BÉNÉVOLES

Suivi et soutien dans l'action

Objectif : Offrir à la personne bénévole de façon continue, formelle et informelle, un support dans ses actions, une écoute à ses besoins et l'opportunité d'échanger sur ses expériences vécues.



Rencontre avec les comités bénévoles

Rencontres des comités bénévoles par la direction du Centre et la coordonnatrice de chacun des services du CABGM minimalement une fois par année pour échanger avec eux sur le service pour lequel ils sont impliqués. Ces rencontres ont lieu dans notre salle communautaire.

Voici les comités bénévoles rencontrés:

- Ateliers de cuisine
- Atelier des Farfadets
- Accompagnement/transport
- Comité du journal « Le Caboulot »
- Comptoir alimentaire de Lac-à-la-Tortue et St-Georges
- Comptoir alimentaire de Grand-Mère
- Courrier des jeunes
- Friperie communautaire du CAB
- Mamies tendresses
- Service de Popote
- Service d'épicerie
- Service des impôts
- Visites d'amitié et Appels de bienveillance

13 rencontres

Soutien technique

Fait auprès des bénévoles de façon continue tout au long de l'année par la permanence du Centre. Les bénévoles peuvent toujours compter sur notre soutien pour le secrétariat, la publication de communiqués dans les médias et l'accès à nos équipements de bureau au CABGM.



SOUTIEN AUX BÉNÉVOLES

Accueil et orientation vers les services du CABGM ou vers les organismes du milieu

Objectif : Rencontrer les personnes désirant s'impliquer bénévolement dans la communauté et les orienter vers les services du CABGM ou vers d'autres organismes selon leurs intérêts, leurs compétences, leurs aptitudes et leurs disponibilités.

- **Entrevue individuelle sur rendez-vous**

Les personnes qui désirent devenir bénévole au CABGM ou dans un autre organisme sont accueillies individuellement afin qu'elles puissent exprimer leurs intérêts, leurs disponibilités et en apprendre davantage sur le fonctionnement de notre organisme et nos services.



- **Procédure d'intégration et de jumelage**

Les bénévoles rencontrés qui désirent s'impliquer au CABGM visitent le service choisi et sont jumelés à un autre bénévole, s'il y a lieu, pour faciliter leur intégration.

- **Orientation**

Nous orientons des bénévoles vers d'autres organismes tout au long de l'année selon leur intérêt.

22 bénévoles
rencontrés

6 bénévoles
référés

SOUTIEN AUX BÉNÉVOLES

Formation et ressourcement

Objectif : Offrir des activités visant le développement des connaissances et des habiletés du savoir-être et savoir-faire des bénévoles en lien avec leur implication bénévole.

Pour nos membres bénévoles

Que ce soit à l'accompagnement transport, au service Visite d'amitié et autre services maintien à domicile, les bénévoles sont bien formés par l'équipe de travail pour développer des connaissances et des habiletés dans les services pour lesquels ils sont impliqués.

Service des impôts (Formation des bénévoles)

25 février 2026

Formation donnée aux nouveaux bénévoles qui souhaitent faire une mise à jour pour la production des déclarations. Cette formation est donnée par Madame Ginette Champagne, bénévole du service.

bénévoles: 8

heures bénévoles: 16

Activités d'informations aux clients de nos comptoirs alimentaires

Objectif : Offrir des activités de formation et d'information visant le développement des connaissances et des habiletés des utilisateurs de nos services en sécurité alimentaire afin de leur donner les moyens de tirer profit au maximum des denrées mis à leur disposition pour aller vers une plus grande autonomie.

Plusieurs activités d'information sont offertes aux clients présents lors des distributions alimentaires du Comptoir alimentaire du secteur Grand-Mère et du Comptoir alimentaire de Lac-à-la-Tortue et St-Georges. Différents thèmes sont abordés selon le mois de l'année. Des feuillets d'information et des recettes sont remis à chaque participant en lien avec le thème pour faire découvrir des aliments peu connus. Aussi, plusieurs façons d'utiliser les produits que nous recevons en grande quantité de Moisson Mauricie sous forme de dégustation.

SOUTIEN AUX BÉNÉVOLES

Suite...

Les thèmes abordés sont:

1. Sécurité alimentaire (conservation, dégel, transport de la viande en sécurité et au frais;
2. Quoi faire avec les nombreuses légumineuses reçues de Moisson Mauricie;
3. Distribution de recettes en lien avec les aliments reçus en grande quantité ainsi que des petites recettes simples et rapides;
4. Distribution d'encarts provenant du gouvernement;

Les clients ont accès à la bibliothèque de livres de recettes du Comptoir alimentaire de Grand-Mère.

Ateliers de cuisine pour les clients de nos deux comptoirs alimentaires

Grâce au projet « Une sécurité alimentaire accrue grâce à l'action bénévole », financé par le Fonds des régions et ruralité Volet-4- soutien à la vitalisation de la Ville de Shawinigan, nous offrons depuis décembre 2024, des ateliers de cuisine pour cette clientèle, 2 fois par mois, à la cuisine de notre salle communautaire. Les ateliers, d'une durée de 2 heures, sont gratuits. Ils visent à utiliser les aliments moins populaire ou reçu en grande quantité de Moisson Mauricie lors de nos distributions alimentaires et de Cultive le partage, afin d'éviter le gaspillage alimentaire et maximiser l'utilisation de ces aliments pour se nourrir à peu de frais. Au total, 5 participants ont profité de ces ateliers animés par un groupe de bénévoles du CABGM. Les commentaires sont positifs. Nous avons même une cliente qui est devenue bénévole au sein de notre organisme pour ce service. Une grande fierté pour nous.

5 participants



Les participants en action accompagnés de notre équipe bénévole. Ils repartiront avec les recettes pour les reproduire et une portion qui été cuisinée.



SOUTIEN AUX BÉNÉVOLES

Activités de reconnaissance et sociales

Objectif: Considérer, encourager et stimuler l'engagement de même que l'appartenance des bénévoles par des gestes significatifs et par des actions publiques de reconnaissance.

Outre les activités de reconnaissance présentées lors de la SAB mentionnées précédemment, le CABGM présente les activités de reconnaissances et sociales suivantes:

Message d'anniversaire aux membres

À leur anniversaire, un message personnalisé est envoyé aux membres par courriel pour leur souhaiter bonne fête. Pour les personnes qui n'ont pas d'adresse courriel, un message téléphonique personnalisé est fait par Madame Pauline Lapointe, bénévole. Ce message chaleureux comble de joie les membres à l'occasion de leur anniversaire. Merci Pauline pour cette belle attention.

bénévole: 1

heures bénévoles: 20

membres rejoints par téléphone: 200

Cabane à sucre

04 avril 2025

Les membres du CABGM sont invités à un dîner à la cabane à sucre à la Sucrierie Boisvert de St-Stanislas. Plusieurs bénévoles y participent et apprécient cette activité sociale puisqu'elle favorise le sentiment d'appartenance des membres. Un rabais de 15\$ sur le coût du billet est offert aux membres en guise de reconnaissance pour leur implication. Un autobus scolaire est également mis à la disposition des bénévoles intéressés pour favoriser leur participation. Les membres peuvent être accompagné d'un invité pour faire découvrir le CABGM à d'autres personnes.



SOUTIEN AUX BÉNÉVOLES

Activités de reconnaissance et sociales (suite)

Cours de kinésiologie gratuit pour nos bénévoles de 50 ans et plus avril 2025 à décembre 2025

Poursuite de ce projet financé grâce au programme Québec ami des aînés (QADA) qui vise à maintenir et améliorer l'autonomie fonctionnelle des bénévoles de 50 ans et plus, actifs au CABGM par la kinésiologie. Ce projet est offert en collaboration avec le service de kinésiologie de la Coopérative Solidarité Santé Le Rocher du secteur Grand-Mère. 2 forfaits gratuits sont offerts aux membres. Le Forfait personnalisé « Découverte » de 3 mois, et le forfait de groupe de 12 semaines. Chaque semaine, les bénévoles participent à ces cours avec reconnaissance. Ce projet a été mis en place en mai 2024 pour remercier nos précieux bénévoles aînés et, par le fait même, favoriser leur santé. Le projet a pris fin le 31 décembre 2025. Le témoignage de 2 bénévoles exprime bien les bienfaits de ce projet sur leur qualité de vie.

Forfait "Découverte": 50 bénévoles

Forfait de groupe: 90 bénévoles



FORFAIT DÉCOUVERTE

Ce forfait inclut :

- Consultation initiale
- Évaluation de la condition physique
- Programme d'entraînement personnalisé
- 2 entraînements privés
- Accès à la salle d'entraînement (3 mois)

Le tout est encadré par un(e) kinésologue.

Lieu : Coopérative Solidarité Santé le Rocher
1050 8e rue, Grand-Mère, G9T 4L4, porte #4

Valeur de \$905 + tax

COOPÉRATIVE
SOLIDARITÉ SANTÉ
LE ROCHER



L'impact du projet dans la vie des bénévoles :

Au nom des usagers du forfait individuel, chapeauté par le CAB de Grand-Mère, MERCI.

Grâce à la subvention, très appréciée, nous avons eu l'opportunité d'obtenir le service de kinésiologie ouvert aux bénévoles de 50 ans et plus. Nos objectifs personnels sont variés. Remise en forme, préparation à une opération, travailler l'équilibre pour éviter des chutes et des hospitalisations. Certains ont travaillé les articulations, pour d'autres, la musculation ou des exercices cardiovasculaires.

Grâce à la compétence de notre kinésologue, nous avons reçu un service adapté à nos besoins. Avec sa grande disponibilité, son accueil, son écoute, il nous prépare un programme d'exercices taillé à nos attentes, selon notre condition physique qu'il a évalué au préalable. Après trois ou quatre semaines, nous remarquons déjà un progrès. C'est motivant.

L'espace, le matériel, la grande plage horaire font que nous pouvons nous entraîner au moment opportun, à une fréquence qui nous convient. C'est toujours avec plaisir que nous retournons au gymnase pour faire nos exercices et pour rencontrer des bénévoles des autres services. Tout cela permet de garder plus longtemps les bénévoles fonctionnels, en forme et en santé.

Encore merci!

Michel Daigne Bénévole

SOUTIEN AUX BÉNÉVOLES

Activités de reconnaissance et sociales (suite)

SESSION DE COURS DE GROUPE

Cette session vous permettra de découvrir différents types de cours, tel que le Pilates, le Tabata, les circuits d'entraînement et plus encore.

Durée : 12 semaines à partir du 1er mai 2024

Horaires : de 10h45 à 11h45

Gr A – exercices debout et sur chaise – les mercredis

Gr B – exercices debout et au sol – les jeudis

10 places disponibles par groupe

Lieu : Coopérative Solidarité Santé le Rocher
1050 8e rue, Grand-Mère, G9T 4L4, porte #4



Municipalité
amie des aînés

L'impact du projet

dans la vie des bénévoles :

Le forfait « activité de groupe », est motivant, car ensemble nous pouvons nous encourager. Il n'y a ni compétition, ni comparaison possible. C'est un défi personnel que nous cherchons à atteindre. De plus, c'est ce qui nous rend persévérant, c'est plaisant de rencontrer des gens qui ont une même passion, le bénévolat.

Notre entraîneur, un kinésologue qualifié nous propose des exercices de mise en forme. Il présente aussi différentes façons de faire selon nos capacités. Ces ajustements sont très appréciés du groupe. Tout se fait dans un climat agréable, de détente mais aussi d'efforts dirigés par notre entraîneur compétent et professionnel. Ses explications sont claires et les activités (ateliers) conviennent à chacun.

Au bout de la session, nous réalisons avoir progressé vers notre objectif de mise en forme globale. Ce qui alimente notre intention de poursuivre d'autres activités de groupe semblable. En plus, cela nous permet d'agrandir notre réseau social tout évitant l'isolement. Le programme « activité de groupe » a pour effet de nous maintenir à la maison plus longtemps et plus en forme. Cela évite aussi des accidents et des hospitalisations.

Un tel programme serait bénéfique pour la société de plus en plus vieillissante. Le ministère de la santé aurait avantage à l'offrir à la population en prévention des accidents et des coûts élevés d'hospitalisation et pour assurer le maintien à domicile.

Merci à ceux et celles qui ont fait que se réalise un tel programme

Danielle Tellier (bénévole)

10e anniversaire du Comptoir alimentaire de Grand-Mère

8 avril 2025

Pour souligner le 10e anniversaire du service, les bénévoles ont choisi de visiter les nouvelles installations du Centre Roland Bertrand de Shawinigan. Un organisme qui offre aussi de l'aide alimentaire. Suite à cette visite, un dîner leur a été offert à la Pizzeria 67.

bénévoles présents : 15

permanence : 3



Visite du Centre Roland-Bertrand



Dîner avec les bénévoles

SOUTIEN AUX BÉNÉVOLES

Activités de reconnaissance et sociales (suite)

Diner du 30^e anniversaire de l'Atelier des Farfadets 28 mai 2025

Un diner reconnaissance est organisé pour souligner le 30^e anniversaire de l'Atelier des Farfadets en présence des bénévoles de ce service, au restaurant Ô Quai des Brasseurs de Grand-Mère. Un hommage a été rendu à la co-fondatrice du service et responsable du département des vêtements, Madame Louise T. Gervais, de même qu'à Madame Gertrude Trottier, bénévole de la première heure et responsable durant 20 ans du département des jouets de ce service. Un 30^e anniversaire apprécié de tous.

bénévoles présents : 20

permanence : 2



Gertrude Trottier et Louise Gervais



L'équipe bénévole (1ere partie)



L'équipe bénévole (2e partie)



Lucie Lacombe, Louise Fugère,
France Trottier

SOUTIEN AUX BÉNÉVOLES

Activités de reconnaissance et sociales (suite)

6 juin 2025

Activité de reconnaissance pour les jeunes impliqués dans nos ateliers de cuisine

Cette activité avait pour objectif de réunir les 24 jeunes de l'école Laflèche, impliqués dans nos ateliers de cuisine, autour d'un gâteau pour souligner leurs réalisations, avant les vacances estivales.



5 à 7 pour les membres du c.a., du personnel et des responsables bénévoles de nos services

26 juin 2025

Activité dédiée aux membres du conseil d'administration, à l'équipe de travail et aux bénévoles responsables des services dans la cour arrière du CABGM pour les remercier du support apporté tout au long de l'année. Il est important pour nous de créer des moments de rencontre entre les membres du CABGM.

permanence: 5

bénévoles présents: 20

Pique-Nique de la rentrée des bénévoles du CABGM

25 août 2025

Activité de reconnaissance qui marque la rentrée des bénévoles du CABGM au retour des vacances. L'activité s'est tenue au 2 800 du Parc de 10h00 à 16h00. Nous avons profité de l'événement pour prendre une photo des membres à l'aide d'un drone pour la page couverture du calendrier spécial du 50^e du CABGM. Les membres sont placés en forme de cœur et démontre tout l'amour et la fraternité qui existent entre eux.

permanence: 5

bénévoles présents: 90



SOUTIEN AUX BÉNÉVOLES

Activités de reconnaissance et sociales (suite)

Fête de Noël des bénévoles du CABGM pour souligner la journée internationale des bénévoles du 5 décembre

28 novembre 2025

Activité de reconnaissance, sous le thème « Depuis 50 ans, le CABGM...Un arbre de vie dans la communauté ! », tenue à la salle sérénité en présence des bénévoles de notre organisme. Au programme, un dîner suivi des hommages aux bénévoles impliqués au CABGM depuis 5 ans, 10 ans, 15 ans...jusqu'à 45 ans, puis d'une partie musicale et de la remise de cadeaux à tous et à toutes. À l'animation musicale, Madame Suzy Darling fait danser et chanter les membres. Merci aux membres du conseil d'administration qui se sont impliqués dans la planification et l'organisation de cette activité. Une activité de reconnaissance très appréciée des bénévoles pour leur dire Merci dans le cadre de la journée internationale des bénévoles.

bénévoles honorés : 44

bénévoles présents : 107

permanence : 6

heures bénévoles : 49

bénévoles impliqués dans l'organisation : 7



SOUTIEN AUX BÉNÉVOLES

Activités de reconnaissance et sociales (suite)

Fête de Noël des bénévoles (suite)



Souper de Noël de L'Atelier des Farfadets 9 décembre 2025

Souper avec les bénévoles du service après la livraison des cadeaux aux enfants des familles démunies de notre territoire dans la salle communautaire du CABGM. Une belle façon de remercier tous ces bénévoles pour le magnifique travail accompli et de partager l'expérience vécue.

bénévoles présents : 22

permanence : 2



Souper de Noël des membres du Conseil d'administration et du personnel 12 décembre 2025

Activité de reconnaissance pour les membres du conseil d'administration et du personnel, accompagnés de leurs conjoints, à la Crémierie de Flore pour souligner la Fête de Noël autour d'un repas. Un cadeau est remis à tous les membres du conseil d'administration et du personnel en signe de reconnaissance pour le travail accompli.

bénévoles: 7

permanence: 5

Reconnaissance sur les lieux d'action de nos membres

Il est important pour nous de reconnaître nos bénévoles en plein action dans nos services par l'offre de dîner et/ou souper lors des activités de distribution de paniers de Noël, Bazar solidaire, Fête famille, Noël des Nôtres et la journée portes-ouvertes du CAB.

Champ d'action 2:

SOUTIEN À LA COMMUNAUTÉ

LE SOUTIEN À LA COMMUNAUTÉ ENGLOBE TOUTES LES ACTIONS QUI VISENT À OFFRIR LES SERVICES AUX INDIVIDUS ET DU SOUTIEN AUX ORGANISMES.

Dans cette section:

- **Soutien aux individus**

- Accompagnement transport
- Service de popote
- Service d'épicerie
- Comptoir alimentaire Lac-à-la-Tortue / St-Georges
- Comptoir alimentaire Grand-Mère
- Ateliers de cuisine
- Service des impôts
- Visites d'amitiés
- Mamies tendresses
- Courrier des jeunes
- Programme P.A.I.R.
- Atelier des Farfadets
- Friperie communautaire du CABGM

- **Soutien aux organismes**

- Support professionnel
- Support technique



SERVICES AUX INDIVIDUS

Par l'entremise de ses activités de services aux individus, le CABGM participe activement à l'amélioration de la qualité de vie individuelle et collective, en favorisant l'autonomie des individus et leur maintien en milieu naturel. Ainsi, il est amené à intervenir auprès d'une clientèle multiple.

Les services aux individus visent, entre autres à :

- maintenir et améliorer l'autonomie des personnes vivant à domicile;
- supporter le réseau naturel d'un individu;
- offrir conseil et support aux individus isolés face à une problématique;
- favoriser la qualité de vie.

Ces services sont répartis comme suit:

Accompagnement

Accompagnement transport

Activités d'intégration sociale

Support alimentaire

Ateliers de cuisine
Service de Popote
Service d'épicerie
Comptoir alimentaire Lac-à-la-Tortue/St-Georges
Comptoir alimentaire de Grand-Mère

Dépannages

Paniers de Noël
Dépannages alimentaires

Soutien civique et technique

Service des impôts
Aide aux formulaires

Support psychosocial (individuel ou collectif)

Visites d'amitié et appels d'amitié
Courrier des jeunes
Programme P.A.I.R
L'Atelier des Farfadets
Mamies Tendresses
Friperie communautaire du CAB



SERVICES AUX INDIVIDUS

Accompagnement

Objectif: Offrir un service bénévole répondant prioritairement à un besoin d'accompagnement qui ne peut être comblé par l'entourage.

ACCOMPAGNEMENT TRANSPORT

Ce service bénévole vise à aider les personnes en perte d'autonomie principalement lors de leur visite médicale. Ce service est très en demande en raison du vieillissement de la population. Ce sont **78 nouveaux clients** qui ont fait une demande cette année, comme quoi il répond à un réel besoin. Être bénévole pour le service Accompagnement/Transport du Centre exige une grande disponibilité pour répondre aux demandes sans cesse grandissantes.

Un fonds d'aide, mis en place par le CABGM, vient en soutien aux personnes de 65 ans et plus qui ont des accompagnements médicaux. Cette contribution du CABGM est pour nous une façon de rendre accessible ce service aux aînés lorsqu'ils ont des rendez-vous médicaux, surtout dans le contexte de l'augmentation du coût de l'essence et du coût de la vie élevée, **99 clients** sont aidés par ce fonds.

L'impact du service Accompagnement transport dans la vie des gens :

« Je suis bénévole pour accompagnement-transport depuis 19 ans. Je suis patiente et j'ai une bonne écoute, ce qui m'apporte beaucoup de rencontre agréable et l'historique de certain endroit. Je rencontre des personnes au grand cœur. Le CAB pour moi c'est une famille, exemple : dès que je vais au CAB, je me sens comme chez moi. Je suis bien reçu de tous avec le sourire. Je trouve cela agréable de travailler dans un cadre comme celui-là. Pour moi, cela me donne une raison de sortir de la maison. »

Pierrette, bénévole

SERVICES AUX INDIVIDUS

Accompagnement (suite)

L'impact du service Accompagnement transport dans la vie des gens :

« J'ai toujours été bien servi par mes accompagnateurs. C'est rassurant de les savoir avec nous. Mes fils ne sont pas toujours disponibles pour venir avec moi, je sais que je vais avoir quelqu'un de confiance pour me conduire à bon port. On se crée de nouvelles connaissances que nous sommes toujours contents de revoir durant d'autres rendez-vous. Merci au Centre d'action bénévole de Grand-Mère pour l'aide qu'il nous apporte. »

Ginette, cliente



Enjeu

L'augmentation importante des demandes, le manque de bénévoles et le coût élevé de l'essence sont nos principaux enjeux.

Statistiques globales Accompagnement transport



15 bénévoles



1427 hres
bénévoles



146 clients
différents



744
accompagnements

SERVICES AUX INDIVIDUS

Activités d'intégration sociale

Objectif: Activité de groupe visant à briser l'isolement des personnes et favoriser le développement de contacts sociaux.

Par le bénévolat dans nos services nous participons à l'intégration sociale des bénévoles en situation d'isolement. De plus, par nos services maintien à domicile et service aux individus,, nous contribuons directement à l'intégration sociale de notre communauté.

L'impact du bénévolat dans la vie des gens pour une meilleure intégration sociale.

"J'ai été retirée de mon milieu de travail avec effet immédiat le 15 décembre 2023. J'étais à l'emploi de cette entreprise depuis avril 2006, donc non seulement la première en ancienneté mais aussi la référence dans tous les dossiers. J'étais partout! La surcharge de travail a eu raison de ma santé. Mais passer de 50 h semaine à rien a eu un effet négatif majeur sur mon moral. j'ai donc frappé à la porte du CAB pour offrir mon temps. Et on m'a accueillie. J'ai déjà dit à Sylvie que le CAB m'avait sauvé la vie et c'est à peine exagéré. Merci à chacun pour tout ce qu'ils ont apporté à ma vie."

Lorraine, bénévole



SERVICES AUX INDIVIDUS

Support alimentaire

Objectif: Activité permettant d'offrir un soutien au niveau de l'alimentation.

SERVICE DE POPOTE

La Popote fête ses 50 ans cette année.

Sa mission consiste à avoir une équipe bénévole qui cuisine et livre des repas équilibrés aux personnes en perte d'autonomie. Qu'elles agissent à titre de cuisinières, de baladeurs ou chauffeurs, ou par le don de desserts toutes ces personnes bénévoles ont leur importance pour assurer le bon fonctionnement du service. En plus d'offrir un repas sain et équilibré, la Popote, par l'entremise des bénévoles, assure une vigie. Plusieurs personnes desservies souffrent de solitude et les bénévoles qui livrent les repas sont bien souvent la seule visite qu'elles ont de la journée. Le service de Popote du CAB dessert les secteurs Grand-Mère, St-Georges, Lac-à-la-Tortue et St-Jean-des-Piles.

Le service de Popote est toujours aussi populaire auprès des personnes en perte d'autonomie. Grâce aux installations de notre cuisine, nous pouvons produire un plus grand nombre de repas et ainsi répondre aux nombreuses demandes. Au total, **99 clients** (102 clients l'an dernier) en perte d'autonomie, principalement des aînés, ont été desservies cette année par ce service essentiel pour assurer leur sécurité alimentaire dont **31 nouveaux clients**, comme quoi ce service répond à un réel besoin.

La Popote Congelée... une formule toujours gagnante !

La Popote Congelée vient répondre aux besoins des personnes en perte d'autonomie pour avoir un soutien alimentaire accessible durant toute l'année et avoir la possibilité de recevoir des repas additionnels. Les commentaires des clients sont positifs et témoignent de la pertinence de maintenir ce service. Depuis 1 an, nous mettons les repas congelés sous-vides pour une meilleure conservation des aliments. Un changement fort apprécié de notre clientèle. La popote congelée est une façon pour nous de rejoindre plus de personnes et de leur donner accès à plusieurs repas pour assurer leur sécurité alimentaire.

Les desserts sont cuisinés au CABGM

Tous les desserts sont cuisinés sur place par des équipes bénévoles. Ces desserts accompagnent les repas chauds. Puisque nos besoins sont grands, et qu'il nous faut plusieurs portions sucrées, plusieurs bénévoles choisissent de nous faire don de desserts. Nous tenons à remercier sincèrement toutes ces personnes pour leur générosité.

Repas gratuits

Au total, **115 repas chauds gratuits** cuisinés par les bénévoles ont été offerts à nos clients pour souligner les événements suivants:

- Noël
- Semaine québécoise des Popotes Roulantes
- Jour d'anniversaire du client

SERVICES AUX INDIVIDUS

Support alimentaire (suite) Service de popote

L'impact du Service de popote dans la vie des gens:

"Merci énormément pour vos services. Vos bénévoles sont toujours bienveillants et ont offert bien plus qu'un soutien alimentaire à ma mère."

Nathalie, fille d'une cliente



Une partie de l'équipe bénévole du service de Popote

Nous sommes fiers que le Service de Popote est réalisé entièrement par des bénévoles en collaboration avec la coordonnatrice de ce service, Madame Tina Leblanc

Enjeux Le recrutement de bénévoles, la coordination des horaires et la formation des bénévoles demandent beaucoup de temps et d'énergie à la coordonnatrice du service.

Statistiques globales Service de popote



95 bénévoles



6 178 hres
bénévoles



99 clients
différents



6 178 repas
2709 portions
desserts



88 livraisons

SERVICES AUX INDIVIDUS

Support alimentaire (suite)

SERVICE D'ÉPICERIE

Le CABGM est heureux de répondre à un besoin du milieu. Ce service s'adresse aux personnes en perte d'autonomie ou à mobilité réduite. Le rôle du bénévole est de prendre la commande du client par téléphone et de se rendre à l'épicerie ciblée faire l'achat des produits demandés. L'intérêt des bénévoles à offrir un tel service est positif. Plusieurs bénévoles se manifestent pour aider de cette façon. Une action valorisante qui leur permet de donner accès à la sécurité alimentaire aux personnes vulnérables et à briser leur isolement. La livraison est faite par l'épicier. Nous offrons ce service gratuitement sur notre territoire avec une approche personnalisée. Le bénévole est toujours attiré au même client ce qui permet d'établir un lien de confiance entre ces deux personnes.

Enjeu

Nous avons toujours le même enjeu. Tant que nos 2 supermarchés avec qui nous travaillons feront la livraison à domicile, nous pourrons offrir ce service. Ce service est très apprécié des personnes qui peuvent cuisiner mais qui ne peuvent pas se déplacer à l'épicerie pour faire leurs emplettes.

L'impact du Service d'épicerie dans la vie des gens:

« Je trouve que votre association est vitale pour moi. Comme le coût de la vie augmente toujours, ma bénévole prend le temps de me choisir les bons et les beaux aliments. Elle porte une attention particulière au prix. Elle prend le temps de m'appeler pour valider mes articles avec moi. Même si je ne peux plus aller sur place avec elle, c'est comme si j'y étais. Je me suis aussi liée d'amitié avec ma bénévole. Nous rions beaucoup ensemble et elle m'amène même parfois déjeuner au restaurant. J'avais prié le bon Dieu pour qu'il m'envoie la bonne personne pour moi et j'ai été exaucée. »

Suzanne, 73 ans



Des bénévoles en action.



Statistiques globales Service d'épicerie



4 bénévoles



102 hres
bénévoles



7 clients
différents



94 services
rendus

SERVICES AUX INDIVIDUS

Support alimentaire (suite)

COMPTOIRS ALIMENTAIRES

(comprend le comptoir alimentaire Lac-à-la-Tortue/St-Georges
et le comptoir alimentaire de Grand-Mère)

Les Comptoirs alimentaires du CABGM sont des services de dépannage alimentaire rendus possible grâce à une équipe bénévole soucieuse d'aider les personnes en situation de pauvreté des secteurs de Lac-à-la-Tortue, St-Georges et Grand-Mère..

Distribution des denrées alimentaires

Accrédité à Moisson Mauricie, nos deux comptoirs alimentaires offrent 2 distributions par mois aux clients inscrits. À chaque journée de distribution, tôt le matin, une équipe bénévole se rend à Moisson Mauricie situé à Trois-Rivières pour récupérer les denrées. À son retour au local, les denrées sont triées par les bénévoles sur place et répartis dans des boîtes équitablement selon la composition de la famille. Les familles se présentent en fin d'avant-midi pour recevoir l'aide alimentaire à l'heure que la coordonnatrice leur a assignée au moment de leur inscription téléphonique. Lors de quelques distributions, des recettes et des informations sont remises aux clients dans le but de bien les outiller.

Une contribution de 5\$ est demandée aux familles de moins de 4 personnes et une contribution de 7\$ aux familles de 4 personnes et plus pour nous aider à payer les frais de gestion du service. La communauté continue toujours d'être extrêmement généreuse et nous fait plusieurs dons (argent et denrées) pour palier à la demande.

Nos comptoirs alimentaires sont le fruit d'une action concertée entre Moisson Mauricie, la Ville de Shawinigan, plusieurs partenaires locaux et le CABGM. Grâce à l'implication d'une équipe bénévole soucieuse d'aider les personnes en situation de pauvreté, ce service comble un réel besoin notamment dans un contexte où le coût des aliments et du logement est élevé.

Enjeux

Le fait que le Comptoir alimentaire de Grand-Mère est l'organisme reconnu par Moisson Mauricie pour desservir l'ensemble du secteur Grand-Mère amène son lot de défis puisque 2 jeudis par mois nous devons avoir un point de service additionnel à notre distribution régulière. Ce qui rend le travail des bénévoles plus laborieux. L'enjeu du recrutement de bénévoles est toujours très important surtout pour le transport des denrées. Ça s'est amélioré mais ça demeure fragile. Il nous faut user de créativité pour tenter de rejoindre ces bénévoles masculins essentiels pour faire ce travail physique. Également, l'enjeu d'être l'organisme officiel pour faire les paniers de Noël sur notre territoire amène un fonctionnement rigoureux en décembre pour être efficace sans épuiser nos bénévoles. L'enjeu de l'analyse de site de distributions fait par la ville prochainement rend nos services précaires pour la prochaine année.

SERVICES AUX INDIVIDUS

Support alimentaire Comptoirs alimentaires (suite)

L'impact du Comptoir alimentaire dans la vie des gens:

“Merci aux bénévoles, car ils me donnent des repas déjà préparés que j’ai juste à faire réchauffer. Plein de bons aliments aussi comme le lait, des légumes ou le yogourt, grâce à vous je peux mieux m’alimenter. Ça m’aide beaucoup.”
Jacques, client comptoir alimentaire Lac-à-la-Tortue

Nos réalisations:

- **Distribution de denrées alimentaires**

Le Comptoir alimentaire de Lac-à-la-Tortue et St-Georges :

Ce comptoir a aidé **58 nouvelles personnes**, une stabilité avec l'an dernier (57 en 2025)

Le Comptoir alimentaire du secteur Grand-Mère:

Pour sa part, ce comptoir alimentaire a connu une forte hausse des demandes. Beaucoup de pauvreté est observé dans le quartier St-Paul avec des problématiques de santé mentale, de dépendance et d'itinérance. Notre service demeure en grande demande pour aider ces personnes et familles en situation de pauvreté. Cette année, nous avons rejoints **1368 clients différents** (1306 en 2024); aidés **785 familles différentes**. Ce service répond à un réel besoin dans notre milieu grâce à la mobilisation de la communauté. Le nombre élevé de demandes nous amène à analyser la situation sur une base régulière. L'ajout du point de service en 2024, permet à 40 familles de recevoir le service car il est plus accessible.

- **Dépannages alimentaires**

Nous offrons un dépannage alimentaire à des familles qui ne peuvent attendre les journées de distributions pour recevoir de l'aide en raison de leur difficulté financière. Cette année, **107 ménages à Grand-Mère et 6 ménages à Lac-à-la-Tortue/St-Georges** ont reçu un dépannage alimentaire. Un résultat similaire à l'an dernier.

- **Bibliothèque de livres de recettes à partager**

Une bibliothèque de livres de recettes à partager est disponible au Comptoir alimentaire de Grand-Mère pour que les familles puissent s'en servir. L'objectif est de rendre accessible ces trésors précieux que sont les livres de recettes afin de bien outiller les familles qui désirent apprendre ou découvrir de nouvelles recettes. La réponse de la population est bonne et les clients du comptoir sont heureux de les utiliser.

SERVICES AUX INDIVIDUS

Support alimentaire Comptoirs alimentaires (suite)

- **Actions parallèles aux distributions alimentaires**

Outre les journées de distributions alimentaires, plusieurs actions se font parallèlement pour assurer le bon fonctionnement de nos comptoirs alimentaires. Citons entre autres, d'aller chercher des aliments et produits donnés par des partenaires; classer les denrées reçues; vente de sacs «la Guignolée» au Marché Tradition au profit du comptoir alimentaire de Lac-à-la-Tortue et St-Georges; l'installation et la désinstallation des abris extérieurs, l'entretien des locaux. Des actions réalisées par les bénévoles en collaboration avec les coordonnatrices du service. Merci de tout cœur aux bénévoles impliqués dans ces réalisations.

Comptoir alimentaire Lac-à-la-Tortue / St-Georges

bénévoles: 8

heures bénévoles: 985

Comptoir alimentaire Grand-Mère

bénévoles: 8 Grand-Mère

heures bénévoles: 1008

- **Distribution de 240 plants de tomate gratuits aux clients de nos deux comptoirs alimentaires**

Juin 2025

Notre objectif est de sensibiliser les utilisateurs du service à l'importance de participer à leur saine alimentation et à apprendre comment utiliser ces plants afin de devenir plus autosuffisant.

- **Distribution alimentaire estivale commune pour nos 2 comptoirs alimentaires**

17 juillet 2025

Considérant que nous sommes reconnus comme la seule ressource de distribution alimentaire sur notre territoire, considérant que notre organisme fait relâche en juillet, depuis 2 ans, nous offrons une distribution alimentaire commune pour nos deux comptoirs alimentaires en juillet. Cette décision a demandé la collaboration de l'équipe de travail et des bénévoles qui ont fait une pause de leur vacances pour offrir ce service.

- **Collecte de denrées au profit de nos 2 comptoirs alimentaires et Portes ouvertes du Comptoir alimentaire de Grand-Mère**

30 octobre 2025

Activité réalisée par le CABGM afin de recueillir les dons de denrées de la population pour garnir les tablettes vides de nos 2 comptoirs alimentaires et faire connaître nos installations au Comptoir alimentaire de Grand-Mère par une visite des lieux. Les demandes sont tellement grandes et l'apport de Moisson Mauricie en baisse, nous n'avons pas le choix de faire appel à la population. Tous les ans, cette activité se tient de 8h00 à 15h30 sous un chapiteau extérieur au local du Comptoir alimentaire de Grand-Mère.

bénévoles: 9

heures bénévoles: 67

SERVICES AUX INDIVIDUS

Support alimentaire *Comptoirs alimentaires (suite)*



Collecte de denrées
30 octobre 2025



Collecte de denrées
30 octobre 2025



Portes ouvertes du
Comptoir alimentaire
Grand-Mère
(30 octobre 2025)



Implication bénévole
Grand-Mère



Distribution de plants
de tomate
(été 2025)



Implication bénévole
Lac-à-la-Tortue

SERVICES AUX INDIVIDUS

Support alimentaire Comptoirs alimentaires (suite)

L'impact du Comptoir alimentaire dans la vie des gens:

"Je suis bénévole au comptoir alimentaire de Grand-Mère depuis près d'un an. J'aime aller aider les autres, je me sens utile. Ça me permet de sortir de mon quotidien. J'aime voir les sourires sur les visages des gens qui reçoivent leur panier. J'aime donner du bonheur dans ma communauté. À la fin de mon comptoir, je ressens un bien être fou, j'adore ça."

France, bénévole

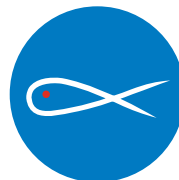
Merci aux partenaires et donateurs de nos deux comptoirs alimentaires

- La Friperie communautaire du CABGM qui nous partage ses profits;
- Ville de Shawinigan pour le prêt des locaux
- Tigre Géant de Grand-Mère pour le don de vêtements
- Société St-Vincent de Paul de Shawinigan

(pour son projet « Opération bonne mine » qui offre un bon de 50\$ aux clients de nos 2 comptoirs alimentaires pour l'achat de matériel scolaire pour une dernière année. Dorénavant, les familles devront s'inscrire à l'Opération Sac à dos. Aussi, poursuite de notre partenariat avec eux durant l'année pour la bonification des paniers de distribution des 2 comptoirs alimentaires du CABGM, une valeur totale de 10 000\$.)

Bref, tous ces partenaires sont important pour faire la différence dans la vie des gens que nous aidons. Merci aussi pour leur aide financière importante.

Également merci aux commerces, entreprises et la communauté pour le don de denrées, de produits et d'argent tout au long de l'année.



**Société de
Saint-Vincent de Paul**



Tigre géant
Grand-Mère

• LES MARCHÉS •
Tradition



Centre d'action bénévole
de Grand-Mère

Friperie 

COMMUNAUTAIRE DU CAB

Heures d'ouverture
Mardi et jeudi: 13h à 16h
Premier mardi du mois:
18h30 à 20h00

Aux profits
des deux comptoirs
alimentaires du CAB



Friperie familiale
505, 205e Avenue, Shawinigan (secteur St-Georges) 2e étage
819-247-5359 (Laissez un message)

SERVICES AUX INDIVIDUS

Support alimentaire Comptoirs alimentaires (suite)

Statistiques

Le Comptoir alimentaire Lac-à-la-Tortue/ St-Georges



16 bénévoles



1 685 hres
bénévoles



143 clients
différents



21 distributions



6
dépannages



85 familles
différentes

Statistiques

Le Comptoir alimentaire Grand-Mère



37 bénévoles



7 049 hres
bénévoles



1 368 clients
différents



42
distributions



107
dépannages



785 familles
différentes

Statistiques globale de toutes les actions de nos 2 comptoirs alimentaires



53 bénévoles



8 729 hres
bénévoles



1 511 clients
différents



63
distributions



113
dépannages



*870 familles
différentes

*une erreur s'est
glissée l'an dernier
dans le calcul ce
qui explique l'écart
entre 2024 et 2025

Statistiques

distribution commune 17 juillet 2025



19 bénévoles



133 hres
bénévoles



336 clients
différents



1 distribution



168 familles
différentes

SERVICES AUX INDIVIDUS

Support alimentaire Comptoirs alimentaires (suite)

PANIER DE NOËL RÉALISÉS PAR NOS DEUX COMPTOIRS ALIMENTAIRES POUR TOUT NOTRE TERRITOIRE

Annuellement, nos deux comptoirs alimentaire se réunissent au local du Comptoir alimentaire de Grand-Mère pour préparer et distribuer conjointement les paniers de Noël de tout notre territoire. Une grande organisation qui demande beaucoup de logistique pour faire les achats de denrées, mobiliser et clarifier les tâches des bénévoles nécessaires. Ces paniers on été fait grâce à l'argent et aux denrées récoltés lors de la Guignolée des médias de notre territoire, les collectes de denrées de Maxi, organisées par Moisson Mauricie, et les denrées recueillies dans les épicerie lors du Noël des Nôtres. Nous pouvons également compter sur le soutien financier de diverses fondations ainsi que du Noël des Nôtres. Nous sommes satisfaits du résultat final. Une grande mobilisation des bénévoles sur plusieurs jours a rendu possible ce grand défi. Par ces paniers, nous avons rejoints **635 individus** issus de **351 ménages aidés**. Il est a noté que nous avons pu bonifier les paniers des clients des comptoirs alimentaires en janvier avec les denrées non distribuées, car les commandes pour les paniers de Noël ont été faite en prévision de faire 500 paniers. Merci aux épiciers, commerces locaux qui réduisent leur prix ou donnent des denrées pour offrir des paniers diversifiés et de grande valeur nutritive aux familles. Nous tenons aussi à remercier les bénévoles et les partenaires.

- **15-17 Décembre 2025**- Préparation des paniers de Noël
- **16-18 Décembre 2025**- Distribution des paniers de Noël



SERVICES AUX INDIVIDUS

Support alimentaire (suite)

Ateliers de cuisine

Ce service a débuté à l'hiver 2025 pour développer l'autonomie alimentaire des gens vulnérables. L'objectif est de devenir un lieu de proximité pour offrir des ateliers culinaires à ces personnes, pour développer leurs connaissances, leur estime de soi et transformer des aliments afin d'éviter le gaspillage alimentaire. Le CABGM est fier d'avoir mis en place ces ateliers de cuisine grâce au projet « Une sécurité alimentaire accrue grâce à l'action bénévole », financé par le Fonds des régions et ruralité (FRR) VOLET 4- Soutien à la vitalisation de la Ville de Shawinigan

Ce nouveau service vise deux clientèles vulnérables:

1. Les clients de nos deux comptoirs alimentaires

L'objectif est de cuisiner avec les denrées qu'ils reçoivent lors de nos distributions alimentaires et pour lesquelles ils ne savent pas comment maximiser leur utilisation. Souvent, ces personnes refusent le don d'un aliment alors qu'il est très nutritif. Les bénévoles choisissent des recettes faciles à faire avec ces aliments peu populaires. Exemple : Les pois chiches, un aliment nutritif et peu dispendieux. Les ateliers de cuisine sont présentés le jeudi après-midi, aux 2 semaines, de 13h00 à 15h30 à la station culinaire de notre salle communautaire pour un groupe maximal de 8 personnes.

Cette année en raison des préparatifs de la Fête du 50^e du CABGM, les ateliers se sont tenus d'avril à juin 2025 et ont repris en mai 2026.

Nombre d'ateliers de cuisine: 4

Nombre de participants: 4

bénévoles: 3

heures bénévoles: 16

2. Les jeunes de classes spécialisées en développement de langage ou encore ont un diagnostic T.S.A.(trouble spectre de l'autisme) de l'école Laflèche.

Poursuite du partenariat avec l'école Laflèche pour intégrer 3 groupes de jeunes, de 8 élèves chacun, de 7 à 12 ans, afin de les initier à la cuisine. Ces ateliers leur apportent la confiance en eux-mêmes et développent leurs habiletés pour assurer leur autonomie alimentaire. Ils sont assistés de leurs enseignants pour un meilleur encadrement. Les ateliers se tiennent le vendredi, le 9h00 à 10h30, et les groupes viennent en alternance. Cette année, en raison des Fêtes du 50^e du CABGM, les ateliers se sont tenus d'avril à juin et en décembre 2025.

Nombre d'ateliers de cuisine: 5

Nombre de jeunes: 24+7 enseignants

bénévoles: 4

heures bénévoles: 60



SERVICES AUX INDIVIDUS

Support alimentaire Ateliers de cuisine (suite)

Bénévoles impliqués pour la préparation et l'animation des ateliers de cuisine

Le fonctionnement avec une équipe bénévole pour animer les ateliers est gage de succès. Plusieurs bénévoles sont intéressés par cette forme de bénévolat. La transmission du savoir est valorisante pour les bénévoles. Cette équipe de 5 bénévoles prépare les ateliers et les anime. Les menus sont variés et permettent à tous de repartir à la maison avec le plat cuisiné gratuitement et la recette pour la reproduire. À notre grand plaisir, une cliente du comptoir alimentaire de Grand-Mère est devenue bénévole dans ce service.
bénévoles : 5

Dégustation de croustade aux pommes 2 octobre 2025

Les clients de nos 2 comptoirs alimentaires ont pu goûter à la croustade aux pommes cuisinée par l'équipe bénévole des ateliers de cuisine et les participants afin de leur faire découvrir cette recette. Tous sont repartis avec la recette.

Transformation alimentaire

Notre partenariat avec l'organisme Cultive Le Partage et Moisson Mauricie nous permet d'avoir accès à des fruits et légumes en grande quantité pour aider notre clientèle. Cette année nous avons reçu en grande quantité, des pommes, des épis de maïs, des bleuets et des citrouilles.

La transformation est faite par l'équipe bénévole des ateliers de cuisine. Les produits transformés sont par la suite utilisés lors de nos ateliers de cuisine avec les participants pour faire des recettes.

Transformation des pommes- 8 septembre 2025

Transformation des épis de maïs- 15 septembre 2025

Transformation des bleuets- septembre 2025

Transformation des citrouilles- octobre 2025

bénévoles : 6

heures bénévoles : 72

Merci à ces bénévoles impliqués
pour éviter le gaspillage alimentaire
et en faire bénéficier nos clients.



SERVICES AUX INDIVIDUS

Support alimentaire Ateliers de cuisine (suite)

L'impact des ateliers de cuisine dans la vie des gens:

"Faire du bénévolat, c'est participer à une activité d'entraide qui apporte du positif à tous ceux qui en font partie. À l'atelier culinaire pour les jeunes, à partir de recettes simples, on cuisine ensemble. Chacun a des tâches à accomplir et les jeunes mettent la main à la pâte avec enthousiasme. Le rôle des bénévoles est de mettre en place le déroulement de l'activité, donner les consignes et assister les jeunes pour accomplir leurs tâches. À la fin de l'activité lorsque les jeunes repartent avec leurs muffins ou biscuits qu'ils ont cuisinés, ils ont le sourire aux lèvres et nous aussi. C'est une activité qui doit être maintenue et les bienfaits sont visibles. »
Gemma, bénévole

Projet spécial pour annoncer ce nouveau service lors d'une conférence de presse avec les jeunes de l'école Laflèche, impliqués dans nos ateliers de cuisine.

26 septembre 2025

Une équipe de 7 jeunes de l'école Laflèche a cuisiné et décoré des mini muffins avec nos bénévoles des ateliers de cuisine afin de les offrir aux invités de la conférence de presse, tenue à notre salle communautaire, le 26 septembre 2025, pour annoncer notre nouveau service des ateliers de cuisine. Pour l'occasion, ces mini chefs cuisiniers portaient fièrement le tablier et la coiffe « des petits chefs de Laflèche », accompagné des bénévoles, des enseignants, du directeur de l'école et de la directrice du CABGM. Quelle fierté pour eux de distribuer aux invités ce qu'ils avaient cuisiné avec amour. Un dévoilement hors du commun.



**Statistiques globales
Ateliers de cuisine**



6 bénévoles



180 hres



28



9 ateliers

bénévoles participants

SERVICES AUX INDIVIDUS

Formation, information, référence

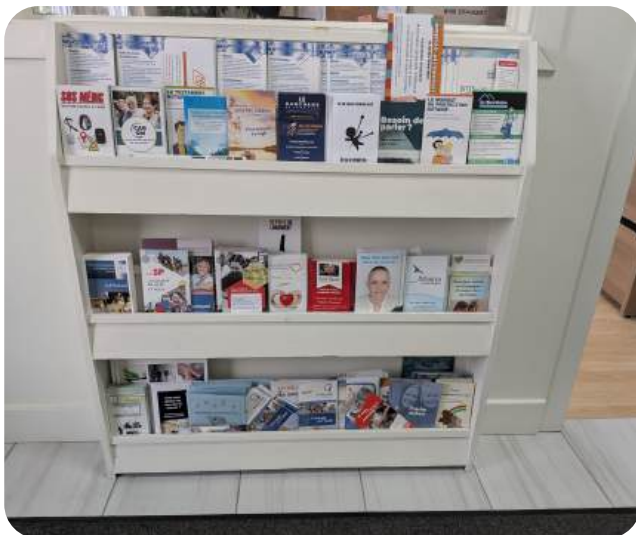
Objectif: Réaliser des activités éducatives pour la population, informer et référer les individus aux ressources du milieu..

Information et référence

Beaucoup de références et d'informations sont transmises par la permanence du Centre et par les bénévoles actifs de nos comités concernant nos services ou pour orienter les gens vers les ressources du milieu.

Nous recevons de plus en plus d'appels téléphoniques au bureau administratif reliés directement à la référence et à l'information des ressources de notre milieu. Cette année nous avons comptabilisé **9 780 appels téléphoniques**. Et ce, c'est sans compter toutes les personnes qui se présentent au Centre tout au long de l'année. Il est difficile pour nous de comptabiliser toutes ces personnes qui viennent au bureau pour de la recherche d'information.

À l'accueil de notre bureau administratif, un présentoir comprenant différents dépliants des ressources du milieu est mis à la disposition des personnes qui y passent.



SERVICES AUX INDIVIDUS

Soutien civique et technique

Objectif: Offrir une aide aux individus ayant besoin d'informations et/ou de support, relative à la responsabilité citoyenne.

Service des Impôts

Le service des impôts consiste à produire les déclarations fédérales et provinciales des personnes qui ont un faible revenu et ce durant tout le mois de mars grâce à l'implication d'une équipe bénévole dynamique. Ce service répond à un réel besoin pour les individus et familles en situation de pauvreté.

Les bénévoles de ce service, en collaboration avec la coordonnatrice du service, ont fait un travail remarquable tout le mois de mars. Ce service était en opération du 1er au 31 mars 2025 sur rendez-vous. La remise des copies aux clients s'est faite au fur et à mesure directement à notre salle communautaire. Nos efforts de promotion du service ont porté fruit puisque nous avons rejoints **606 personnes**. Grâce au bouche à oreille, nous avons plusieurs nouveaux bénévoles qui se sont joints à l'équipe.

Enjeu

L'arrivée des nouveaux arrivants et des immigrants apporte son lot de défis pour les bénévoles du service. Tout d'abord il y a la barrière de la langue, puis les gens n'ont pas tous les papiers fiscaux requis pour faire les déclarations. Ces personnes ont de la difficulté à comprendre les informations transmises par les bénévoles. Heureusement, l'arrivée d'une nouvelle bénévole ayant les connaissances pour aider cette clientèle, a facilité notre travail.



Une partie de l'équipe bénévole responsable du Service des impôts.



SERVICES AUX INDIVIDUS

Soutien civique et technique Service des impôts (suite)

- Période des impôts

1er au 31 mars 2026

L'équipe bénévole accueille les clients sur rendez-vous du lundi au jeudi en après-midi. Les bénévoles complètent les déclarations à domicile. Pour aider à couvrir les frais reliés à la gestion du service, les clients sont invités à donner une contribution volontaire de 5\$, une décision que les clients accueillent avec compréhension. La transmission électronique des déclarations aux gouvernements permet un remboursement plus rapide aux clients et les bénévoles voient leur travail plus facile à réaliser.

Visite de 3 résidences pour aînés

Une bénévole se rend dans 3 résidences pour aînés de notre territoire afin de recueillir les déclarations et ainsi favorise l'accessibilité au service. En plus de cette démarche, elle remplit également les déclarations. Nous avons aidés **62 clients** de cette façon.

L'impact du Service des impôts dans la vie des gens:

"Les bénévoles sont rassurants, à l'écoute et très accueillants. Ils font un très beau travail. Merci de m'aider avec mes impôts car je serais mal prise si le service n'existerait pas."

Ginette, cliente 58 ans



19 bénévoles



**909 hres
bénévoles**



**606 clients
différents**



**1 212
déclarations**

Aide aux formulaires

La permanence du Centre offre un support aux personnes pour les aider à remplir les formulaires gouvernementaux tels que le supplément de revenu garanti, la pension de vieillesse, l'allocation de logement, certificat de naissance ou de décès, un changement d'adresse ou autres.

personnes aidées: 10

SERVICES AUX INDIVIDUS

Support psychosocial (individuel et collectif)

Objectif: Réaliser des activités visant à favoriser le bien-être psychologique et social des individus.

VISITES D'AMITIÉ

Accompagner quelqu'un, c'est être présent à la personne, avoir une attitude aidante et lui permettre de briser sa solitude. Ce service, consiste à former des liens sociaux et à offrir des relations chaleureuses à une personne âgée qui vit seule. Ce service apporte des bienfaits importants pour les aînés et pour les bénévoles. Une confiance s'établit entre ces personnes, qui se voient sur une base régulière.

L'impact du Service Visites d'amitié dans la vie des gens:

« J'ai toujours beaucoup de plaisir à recevoir ma bénévole des visites d'amitié. On jase, on joue aux cartes, on a ben du fun. Je suis contente quand je sais qu'elle s'en vient. Elle met de la joie dans ma journée. Nous passons de beaux moments et j'attends ces moments avec impatience.»
Isabelle, cliente



4 bénévoles



**187 hres
bénévoles**



**5 clients
différents**

- **Appels d'amitié et petits gâteaux d'anniversaire pour les clients de la Popote**

Une bénévole profite de la remise d'un petit gâteau d'anniversaire qu'elle offre aux clients de la Popote pour faire un appel d'amitié à ces personnes. Ce service permet d'échanger avec le client et de vérifier s'il a d'autres besoins.



1 bénévole



**6 hres
bénévoles**



**24 clients
différents**

SERVICES AUX INDIVIDUS

Support psychosocial (individuel et collectif) (suite)

MAMIES TENDRESSES

Ce service permet d'apporter un soutien aux mamans ayant un enfant de moins d'un an grâce à la visite d'une bénévole. Actuellement, 4 familles sont jumelées à une bénévole et reçoivent ce service si apprécié pour donner du répit à la maman dans la première année de vie de leur enfant.

L'impact du Service des Mamies Tendresses dans la vie des gens:

"J'aime faire mamie tendresse car dans un premier temps, j'adore les enfants. Cela m'apporte une grande satisfaction personnelle et ça me permet d'aider les familles qui ont besoin de support. Cela me permet également de faire de nouvelles connaissances et de passer de bon moments avec ces personnes".
Pierrette, bénévole



3 bénévoles



252 hres
bénévoles



4 familles



63
visites

SERVICES AUX INDIVIDUS

Support psychosocial (individuel et collectif) (suite)

LE COURRIER DES JEUNES

Ce service bénévole a pour mission de permettre aux jeunes des écoles primaires de la 3e à la 6e année, d'exprimer ce qu'ils vivent au moyen de l'écriture. Une boîte aux lettres est installée à l'école et les jeunes partagent leurs joies, leurs peines, leurs déceptions, leurs rêves, leurs ambitions et leurs difficultés relationnelles en écrivant aux bénévoles. Le courrier répond aussi à leurs nombreuses questions si souvent restées sans réponse. Le Courrier des Jeunes est présent dans les 7 écoles primaires des secteurs de Lac-à-la-Tortue, St-Georges et Grand-Mère de la Ville de Shawinigan. Une équipe bénévole formidable répond toutes les semaines avec amour et générosité à ces jeunes.

Le Courrier des jeunes est dynamique et prend de l'ampleur dans toutes les écoles impliquées. Un grand merci aux bénévoles pour l'intérêt qu'ils portent aux jeunes par l'écriture. Cette implication permet aux jeunes de découvrir l'écriture et l'importance de communiquer pour briser l'isolement.

- **Préparation d'un bricolage et d'un message aux jeunes**

Pour garder contact avec les jeunes, l'équipe bénévole du Courrier des Jeunes aime leur offrir des bricolages, qu'ils font eux-mêmes, incluant un message à différents moments de l'année.

10 décembre 2025 (Boule de Noël)

Confection d'une boule de Noël en carton incluant un message pour leur souhaiter de Joyeuses Fêtes et leur rappeler que nous serons de retour en janvier. Un bricolage par classes est distribué par une équipe bénévole.

bénévoles: 3

heures bénévoles: 12

nombre de classe visitées: 20

17 mars 2026 (Carte de Pâques)

Confection d'une carte de Pâques adressée aux jeunes qui ont écrit une lettre durant cette période. Une façon d'encourager les jeunes à écrire.

bénévoles: 3

heures bénévoles: 9

nombre de carte de Pâques: 14

Enjeu

Le roulement de personnel à ce poste à temps partiel, depuis plusieurs années, rend difficile le fonctionnement du service. Heureusement, nous avons trouvé en janvier 2026, une nouvelle ressource, qui nous l'espérons, apportera une stabilité.



15 bénévoles



**302 hres
bénévoles**



**151 enfants
différents**



**151 lettres
répondues**

SERVICES AUX INDIVIDUS

Support psychosocial (individuel et collectif) (suite)

PROGRAMME P.A.I.R.

Service du CABGM offert en partenariat avec le Service de sécurité incendie de Shawinigan et la Sûreté du Québec. Le programme d'assistance individuelle aux personnes retraitées (P.A.I.R.) est un système d'appels téléphoniques informatisés qui a pour but d'établir un contact avec les bénéficiaires tous les jours de l'année, sans exception. L'objectif de ce programme est de permettre aux personnes seules ou avec une personne malade, en convalescence ou handicapée de se sentir en sécurité tout en gardant son autonomie. Ce service gratuit se fait par la permanence du CABGM. Le programme P.A.I.R. gagne à être connu pour la sécurité des aînés qui vivent seuls sur notre territoire.

clients rejoints: 11

BRICOLAGES

Les clients du service de Popote reçoivent un bricolage fait par deux bénévoles pour souligner les fêtes de l'année (Noël, St-Valentin, Pâques, Fête des Mères, Fête des Pères). Une attention très appréciée des clients de ce service.



2 bénévoles



120 hres
bénévoles



60 clients



300 bricolages

SERVICES AUX INDIVIDUS

Support psychosocial (individuel et collectif) (suite)

L'Atelier des Farfadets

L'Atelier des Farfadets est un service bénévole de récupération de jouets et de vêtements chauds destiné à offrir des cadeaux aux enfants démunis de notre territoire à l'occasion de Noël. Les pompiers de la Ville de Shawinigan parrainent le service par une collaboration à la livraison des cadeaux. Le service apporte aussi son aide aux enfants en difficulté de développement et à ceux qui ont besoin de réconfort. Remplis d'idées, les Farfadets se dévouent toute l'année pour illuminer les yeux des enfants à Noël. Habituellement, 1 fois par semaine, les bénévoles lavent, réparent, peignent, et classent tous les jouets reçus de la population. Il en est de même pour les vêtements reçus qui sont lavés, reprisés s'il y a lieu, et classés. Plusieurs bénévoles œuvrent à domicile pour tricoter des vêtements chauds et des carreaux de laines pour faire des couvertures et faire des casse-têtes. Et que dire de la livraison des cadeaux aux enfants, l'ultime récompense.

L'Atelier des Farfadets a présenté sa 31^e édition, voici les 4 co-responsables



Lucie Lacombe
Louise Fugère
(département
des jouets)



Louise Gervais
(département
des vêtements)



Roger Lanouette
(département de
la réparation)



16 bénévoles



6 336 hres
bénévoles

Récupération des jouets et
vêtements durant l'année



10 bénévoles



250 hres
bénévoles

Confection de tricot et
assemblage de casse-têtes

SERVICES AUX INDIVIDUS

Support psychosocial (individuel et collectif) *L'atelier des Farfadets (suite)*

Don de peluches aux événements suivants:

- **CIUSSS MCQ- Centre hospitalier du Centre-de-la-Mauricie**

Don de peluches pour apporter du réconfort aux enfants hospitalisés ou qui ont des traitements médicaux par l'intermédiaire du personnel infirmier du Centre hospitalier du Centre-de-la-Mauricie.

enfants réconfortés: 60

- **Fête de la famille des Chevaliers de Colomb de Grand-Mère Conseil 1209**

16 août 2025

enfants rejoints: 350



- **Club social CHSLD Laflèche**

Décembre 2025

Don de poupées de collection aux résidents du CHSLD Laflèche pour combler leurs besoins affectifs.

100 aînés rejoints

SERVICES AUX INDIVIDUS

Support psychosocial (individuel et collectif) *L'atelier des Farfadets (suite)*

Don de jouets remis aux partenaires suivants:

- **Maison citoyenne des familles de Shawinigan**

Don de jouets pour leur fête de Noël

138 enfants aidés

- **Aux mamans de “Ma Place au soleil” du Centre d'éducation des adultes**

Don de jouets pour leur fête de Noël

33 enfants aidés

- **Intervenants sociaux du CIUSSS MCQ**

Le service vient en aide aussi aux différents intervenants sociaux du CIUSSS MCQ qui œuvrent auprès des enfants en difficultés de développement. Les intervenants contactent la coordonnatrice du service et reçoivent des jouets capables de stimuler et favoriser le développement des enfants en difficulté.

45 enfants aidés

Autres dons faits à la communauté

- **Boîte à livre de la Maison Coude à Coude**

Par le don de livres

- **Parc de St-Tite et St-Georges**

Par le don de jouets pour jouer dans le sable



SERVICES AUX INDIVIDUS

Support psychosocial (individuel et collectif) *L'atelier des Farfadets (suite)*

- **Préparation et emballage des cadeaux**

Les bénévoles préparent et emballent tous les cadeaux dans notre salle communautaire la première semaine de décembre.



À l'intérieur de chaque cadeau, l'enfant découvre outre les jouets :

Des vêtements chauds grâce au don de la population et des valeureuses bénévoles qui tricotent avec amour des gilets, des bas, des cache-cous, et des couvertures (courtepointe) pour les enfants.

Don spécial de camions miniatures en bois et tuques tricotées à la main

À nouveau, nous avons reçu un don de M. Pierre Dupont, artisan de St-Georges, qui nous a remis 40 petits camions en bois qu'il a fabriqué lui-même pour les enfants. Également des tuques confectionnées par son épouse Sylvie Gélinas. Nous étions heureux d'inclure dans les cadeaux, ces objets artisanaux de collection. Merci pour ce don spécial.



Le couple Sylvie Gélinas et Pierre Dupont offre fièrement leurs réalisations.

SERVICES AUX INDIVIDUS

Support psychosocial (individuel et collectif) L'atelier des Farfadets (suite)

Dons reçus de la communauté:

Cataractes de Shawinigan (Collecte de jouets)

18 décembre 2025

Présence de bénévoles à la collecte de jouets organisée par les Cataractes de Shawinigan, à l'amphithéâtre Gervais Auto, auprès des partisans lors d'une joute de hockey.

bénévoles: 3

heures bénévoles: 6

Don de jouets de l'École de danse Bobby Houle

Cette école de danse est sensible à la cause des enfants et organise une collecte de jouets dont la majorité sont neufs, pour aider l'Atelier des Farfadets.

Plaza de la Mauricie

1er au 31 décembre 2025

Collecte de jouets organisée par le centre commercial La Plaza de la Mauricie au profit de l'Atelier des Farfadets tout le mois de décembre.

bénévoles: 2

heures bénévoles: 4



Don Chevaliers de Colomb de Grand-Mère conseil 1209

décembre 2025

Un don de 2000\$ est remis à l'Atelier des Farfadets par cette association.

Dons en biens et services

Ces soutiens financiers ou en biens sont important et essentiels pour poursuivre notre mission auprès des enfants en situation de pauvreté. Sans ces partenaires, il serait difficile pour nous d'opérer. Nous tenions à les remercier chaleureusement du fond du coeur. Plusieurs organismes sont partenaires de l'Atelier des Farfadets par l'offre de tricot dont l'AFÉAS St-Jean-Baptiste, l'Artisanat St-Paul, le Cercle de Fermières Le Rocher et Le Club des Tricoteuses de la Résidence Grand-Mère. Nous pouvons compter aussi sur le soutien de dons des citoyens. À ces gens, nous disons un grand MERCI!

SERVICES AUX INDIVIDUS

Support psychosocial (individuel et collectif) *L'atelier des Farfadets (suite)*

Implication des pompiers de la Ville de Shawinigan

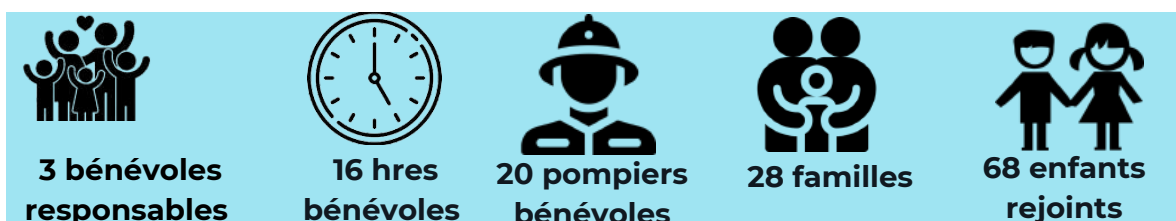
Les pompiers sont les parrains de l'Atelier des Farfadets et ils sont un soutien important pour l'équipe bénévole. Que ce soit pour monter les boîtes de cadeaux au rez-de-chaussée de la salle communautaire pour procéder à l'emballage et à la livraison des cadeaux pour les familles qui les ont choisis, ils sont très appréciés.
novembre 2025



Livraison des cadeaux aux enfants par les pompiers du service d'incendie de Shawinigan.

8 décembre 2025

Une équipe de 20 pompiers livrent les cadeaux de 16 h 00 à 20 h 00 avec fierté. Merci au pompier responsable de la distribution, Monsieur Félix Champagne du Service de sécurité incendie de la Ville de Shawinigan et à toute son équipe pour cette excellente collaboration. C'est toujours spectaculaire de voir la livraison des cadeaux par les pompiers.



SERVICES AUX INDIVIDUS

Support psychosocial (individuel et collectif) L'atelier des Farfadets (suite)

Livraison des cadeaux par les bénévoles de l'Atelier des Farfadets

9 décembre 2025

C'est toujours un plaisir pour les bénévoles de livrer à domicile les cadeaux aux familles qui ont choisi de les recevoir de cette façon.



20 bénévoles



40 hres
bénévoles



37 enfants
rejoins



18 familles

L'impact du service de l'Atelier des Farfadets dans la vie des gens:

"Les enfants sont tellement heureux de voir tous ces cadeaux, c'est difficile de les faire attendre jusqu'à Noël. Un énorme MERCI à tous les gens qui rendent possible ce beau moment."

Famille Villemure

Statistiques globales de toutes les actions de l'Atelier des Farfadets



26 bénévoles



6 742 hres
bénévoles



1565 enfants
rejoins



1 244 peluches



321
cadeaux

SERVICES AUX INDIVIDUS

Support psychosocial (individuel et collectif)

Friperie communautaire du CABGM

La Friperie communautaire du CABGM répond à un réel besoin et apporte surtout un soutien financier important à nos deux comptoirs alimentaires.

Mission de la Friperie communautaire du CABGM

Notre friperie est un service en grande demande de la part des personnes et familles. Elle a pour mission de recueillir les dons de vêtements et de chaussures de tous âges de la communauté. Les profits réalisés sont répartis entre les deux Comptoirs alimentaires du CABGM pour répondre aux besoins grandissants.

La Friperie est un levier important pour apporter une source de financement appréciable au Comptoir alimentaire du secteur Grand-Mère et au Comptoir alimentaire de Lac-à-la-Tortue et St-Georges qui desservent ensemble plus de **870 familles démunies**.

Un partenariat avec la Société St-Vincent de Paul de Shawinigan, nous permet d'assurer une saine gestion des vêtements et de la lingerie reçus. Les vêtements inutilisés sont remis à cet organisme. Les idées de récupération sont multiples par l'équipe lorsqu'un vêtement est trop détérioré. Tout est fait de façon éco-responsable.

Merci à l'équipe bénévole





Centre d'action bénévole
de Grand-Mère

Friperie



COMMUNAUTAIRE DU CAB



Heures d'ouverture
Mardi et jeudi: 13h à 16h
Premier mardi du mois:
18h30 à 20h00

Aux profits
des deux comptoirs
alimentaires du CAB

Friperie familiale
505, 205e Avenue, Shawinigan (secteur St-Georges) 2e étage
819-247-5359 (Laissez un message)



SERVICES AUX INDIVIDUS

Support psychosocial (individuel et collectif) (suite) Friperie communautaire CABGM

À la Friperie, les tâches suivantes sont faites:

- **Triage, lavage, entreposage et vente des vêtements**

Un travail colossal effectué par une petite équipe bénévole.

- **Entretien et aménagement des lieux au besoin**

Préparation de sacs de vêtements offerts gratuitement à des clients référés par le CLSC et TRASH (travailleur de rue).

11 ménages aidés

Ouverture du local exceptionnellement aux familles démunies

2 personnes aidées



L'impact du service de la Friperie dans la vie des gens:

"Pour moi la Friperie c'est comme un coffre au trésor, je déniche toujours de belles aubaines. Les bénévoles sont accueillants, c'est agréable de les voir."

Linda, cliente

L'arrivée du terminal (Interact) l'an dernier, a permis d'augmenter les ventes, la clientèle apprécie ce mode de paiement. Le coût de la vie, associé à la réputation du service a fait beaucoup augmenter la clientèle... **1868 clients en 2025** comparé à 1281 en 2024.

Merci aux deux co-responsables du service, Mesdames Louise V. Paquin et Nicole Lehoux, ainsi qu' à leur équipe bénévole pour ces belle réalisations. Un merci spécial à Monsieur Denis Mongrain, bénévole, pour le transport des sacs de vêtements reçus en don au local de la Friperie située au 2e étage de la Maison du Citoyen. Un travail colossal pour cet homme tant dévoué. Vraiment une équipe extraordinaire à qui nous disons MERCI!

Statistiques globales de toutes les actions de la Friperie communautaire du CABGM



13 bénévoles



**1 588 hrs
bénévoles**



**1 868 clients
rejoints
(estimé)**



**96 périodes
d'ouverture**



SOUTIEN AUX ORGANISMES

Le support aux organismes se fait dans une perspective communautaire. Il s'agit de toute démarche qui laisse aux groupes visés l'entière responsabilité et tout le leadership concernant leur devenir.

Ce support peut être **professionnel** (animation, consultation, formation, référence de bénévoles, etc.) ou **technique** (services de photocopies, secrétariat, etc.).

Le support aux organismes vise, entre autres, à :

- analyser les besoins des organismes ;
- organiser et coordonner des réponses à ces besoins;



SOUTIEN AUX ORGANISMES

Support professionnel

Objectif: Apporter un soutien aux organismes et aux associations bénévoles afin de faciliter la réalisation de leur mission. La majorité du support apporté aux organismes est réalisé par l'équipe de la permanence.

Soutien à Centraide Mauricie

- **Aide en cas de sinistre**

Le CABGM apporte son soutien professionnel à Centraide Mauricie à titre d'organisme partenaire en cas de sinistre sur son territoire. Centraide Mauricie offre une aide financière aux personnes sinistrées et demande le soutien d'un organisme communautaire par territoire pour mesurer l'ampleur du sinistre et agir à titre d'intermédiaire pour remettre l'aide financière rapidement aux personnes sinistrées. Le CABGM remercie Centraide Mauricie de sa confiance et est heureux de l'aider de cette façon. Aucun sinistre n'est survenu cette année.

- **57e édition du Noël des Nôtres**

28 octobre au 5 décembre 2025

Notre organisme apporte un support professionnel important à la campagne du Noël des Nôtres. La directrice du CABGM est co-responsable du comité organisateur de la 57^e édition avec Monsieur Claude Villemure. Ensemble, ils coordonnent les activités médiatiques notamment la campagne Gofundme et la collecte d'argent et de denrées du 21 novembre 2025, en collaboration avec les 7 communautés chrétiennes de notre territoire. Également, la tenue d'un barrage routier à 3 points de collectes.

Nous sommes heureux du montant impressionnant amassé de 147 148\$. Rappelons que chaque don fait en ligne sur Gofundme ou en présence au Noël des Nôtres donnait droit à une participation pour gagner une magnifique toile d'une valeur de 1 400\$ de l'artiste peintre de Ste-Flore, Madame Lynn Garceau.

Considérant la situation financière précaire des ménages dans le contexte où le coût de la vie est très élevé à tous les niveaux, plusieurs personnes vivent de très grandes détresses financières et plusieurs d'entre elles demanderont assurément de l'aide pour une toute première fois. Le Noël des Nôtres prend alors toute son importance. Plusieurs autres actions sont faites par le CABGM pour soutenir le Noël des Nôtres dans ses tâches cléricales tout au long de l'année.

75 services rendus

SOUTIEN AUX ORGANISMES

Support professionnel

Objectif: Apporter un soutien aux organismes et aux associations bénévoles afin de faciliter la réalisation de leur mission. La majorité du support apporté aux organismes est réalisé par l'équipe de la permanence.

- **Collecte d'Héma Québec**

19 février 2026

À titre de parrain de cette collecte, il nous fait plaisir d'aider à l'organisation de la collecte annuelle du mois de février. Cette année, en plus du support technique pour afficher les panneaux d'information et la signalisation à des endroits stratégiques dans le secteur Grand-Mère, le CABGM a apporté son soutien en fournissant des bénévoles pour accueillir et assister les donateurs tout long de la collecte, de 14h30 à 20h00. Malheureusement, suite à un bri d'équipement d'Héma Québec, la collecte a été annulée à 16h00.

7 bénévoles

3 services rendus

9 heures bénévoles



- **Opération Sac à dos**

Soutien à l'inscription des familles admissibles à cette activité sur notre territoire.

service rendu :1

- **Équijustice**

Accueil d'un jeune pour travaux communautaires

Le CABGM a accueilli un jeune, référé par l'organisme Équijustice Centre-de-la-Mauricie/Mékinac, pour des travaux communautaires au Comptoir alimentaire de Grand-Mère. Une façon pour nous de participer à la réhabilitation de cette personne. Par sa rigueur, ce jeune a grandement aidé notre équipe bénévole.

Permanence: 1

service rendu :1

SOUTIEN AUX ORGANISMES

Support technique

Objectif: Offrir aux organismes communautaires et associations bénévoles différents moyens facilitant la réalisation de leurs activités.

Prêt de locaux

- **Salle communautaire du CABGM**

Le CABGM met à la disposition de la communauté sa salle communautaire pour la tenue de réunions, de rencontres d'information ou pour donner accès à un espace de rangement à une association qui utilise régulièrement ce lieu. Le montage de la salle communautaire du CABGM s'avère souvent nécessaire pour accueillir les groupes. Les groupes à qui nous avons fait le prêt de notre salle sont le Noël des Nôtres et L'AFÉAS St-Jean-Baptiste. Également, une exposition sur l'histoire de Grand-Mère par Jean-François Bourrassa a eu lieu dans notre salle.

services rendus: 10

Le Marchand de lunettes

Voyez clair sans vous ruiner!

Le CABGM prête sa salle communautaire à l'entreprise d'économie sociale « Le Marchand de lunettes », le 1er jeudi du mois, de 9h30 à 11h30, afin de permettre à la population de notre territoire d'avoir accès à des lunettes à des prix accessibles peu importe le revenu des gens. Très populaire à Montréal, Québec et à Trois-Rivières, cette entreprise a deux points de services au Centre-de-la-Mauricie soit le Centre Roland Bertrand et le CABGM.

services rendus: 7



Secrétariat

Secrétariat

Ce service est offert par la permanence du CABGM et apporte un soutien technique aux individus à faible revenu qui ont besoin de services de télécopie, de photocopies ou de traitement de texte.

service rendu: 1

SOUTIEN AUX ORGANISMES

Support technique (suite)

Référence de bénévoles

Plusieurs organisations demandent au CABGM de leur référer des bénévoles pour la tenue de leur événement. Nous approchons alors les bénévoles de notre organisme qui manifestent un intérêt pour le bénévolat recherché et diffusons l'annonce sur notre page Facebook.

10 bénévoles du CABGM ont été référés pour les Biscuits Sourires du Noël des Nôtres.

9 bénévoles du CABGM ont été référés pour l'Opération sac à dos

Répertoire des ressources

Annuellement, la permanence du CABGM procède à la mise à jour de ce répertoire. Il est un outil de références et d'informations pour quiconque désire connaître les différentes ressources communautaires du milieu ou pour communiquer avec elles. Le répertoire des ressources communautaires sur le territoire du CABGM est disponible en version électronique sur notre site [web](#). Nous y avons également inclus un lien vers le site de la [CDC de Shawinigan](#) afin de permettre à l'internaute d'avoir accès aux coordonnées des organismes communautaires membres.



Champ d'action 3:

GOVERNANCE ET VIE ASSOCIATIVE

LE CABGM 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 MEILLEURS PRATIQUES QUI DÉMONTRENT LE DYNAMISME ET LA VITALITÉ DE SA VIE ASSOCIATIVE :

Dans cette section:

- Vie associative et démocratique
- Gestion administrative
- Gestion des ressources humaine et formation du personnel
- Gestion financière
- Support bénévole à la permanence
- Contribution de la communauté
- Remerciements
- Tableaux synthèses



GOVERNANCE ET VIE ASSOCIATIVE

Vie associative et démocratique

Membres actifs du CABGM

Le CABGM a une seule catégorie de membre, soit les bénévoles. Au 31 mars 2025, notre organisme compte **233 membres bénévoles actifs**.

Réunions du conseil d'administration

Notre conseil d'administration est formé de 7 membres bénévoles actifs dans nos services et de la directrice qui y siège d'office.



Assemblée générale annuelle

16 juin 2025

Notre assemblée générale annuelle s'est tenue à notre salle communautaire en présence de **54 bénévoles** (excluant les membres du c.a.)



GOVERNANCE ET VIE ASSOCIATIVE

Vie associative et démocratique (suite)

Conseil d'administration 2025-2026

Présidente, Annie Vaugeois, retraitée du CABGM

Vice-Présidente, Diane Villemure, retraitée du Centre Fiscal

Trésorier, Michel Ouimet, retraité du secteur de l'éducation

Secrétaire, Diane Hould, retraitée du réseau de la santé

Administrateur, Manon Roy, retraitée

Administrateur, Denis Mongrain, retraité du secteur privé

Administrateur, Marc Dumont, retraité du secteur privé

Équipe de travail

Directrice générale

Sylvie Gervais

Coordonnatrice du Service de Popote,

Tina Leblanc

**Adjointe administrative et
Coordonnatrice Services aux individus**

Julie Boisvert

**Coordonnatrice Comptoir alimentaire
Grand-Mère**

Isabelle Gendron

**Coordonnatrice clientèle
Maintien à domicile**

France Ross jusqu'au 5 septembre 2025

Patricia Jean depuis le 25 août 2025

Coordonnatrice Courrier des jeunes

Lise Lambert du 25 août 2025 au 31 décembre 2025

Anne Fréchette depuis le 29 janvier 2026

Julie Caron (départ 31 mars 2026)



De gauche à droite:
Diane Hould, Michel Ouimet, Manon Roy,
Marc Dumont, Diane Villemure, Denis
Mongrain, Annie Vaugois et Sylvie Gervais.



De gauche à droite:
Tina Leblanc, Julie Boisvert, Isabelle
Gendron, Patricia Jean et Sylvie Gervais.

GOUVERNANCE ET VIE ASSOCIATIVE

Vie associative et démocratique (suite)

Comités des services bénévoles

Août 2025 à mars 2026

Rencontres avec nos différents comités de services bénévoles durant l'année pour un partage d'information et assurer leur participation à la vie démocratique des comités pour lesquels ils sont impliqués. Nous avons profité de ces rencontres pour prendre en photo les bénévoles de chacun de ces services pour le calendrier du 50^e du CABGM.

bénévoles: 105

rencontres: 15

heures bénévoles: 315

13 comités de service

Lac-à-la-l'épaule des membres du c.a., des bénévoles responsables des services et de l'équipe de travail.

6 octobre 2025

Annuellement, les membres du Conseil d'administration, le personnel et les bénévoles responsables des services du Centre se réunissent pour discuter du plan d'action de l'année qui vient et recevoir de l'information. Cette activité s'est tenue à notre salle communautaire de 9h00 à 16h00. Également, nous aimons profiter de cette journée pour faire découvrir à nos membres un organisme de notre territoire. Cette année nous avons visité l'Association des proches aidants de l'Énergie. Une conférence sur la fraude a aussi été présentée par Desjardins. Outre ces activités, les priorités d'action discutées durant cette journée furent la promotion de l'action bénévole, le recrutement des bénévoles et le brunch du 50^e anniversaire du CABGM prévu pour le 13 février 2026.



Comité des Fêtes du 50e anniversaire du CAB

avril 2025 à février 2026

Rencontre du comité des Fêtes du 50e anniversaire du CABGM pour élaborer le matériel promotionnel, et l'activité « Brunch du 50^e du CABGM ». Ce comité est formé des membres du conseil d'administration.

bénévoles: 7

rencontres: 4

heures bénévoles: 28

Réunions de l'équipe de travail

Avril 2025 à mars 2026

Des rencontres régulières se tiennent avec l'équipe de travail pour une meilleure coordination des services du CABGM et pour s'assurer de l'application du plan d'action.

11 rencontres

employées: 6

GOUVERNANCE ET VIE ASSOCIATIVE

Gestion administrative

Programme Québec Ami des Aînés (QADA)

Avril 2025 à décembre 2025

Gestion du projet: “Maintien et amélioration fonctionnelle des bénévoles, de 50 ans et plus actifs au CAB par la kinésiologie”

Poursuite de la gestion de notre projet pour offrir des cours de kinésiologie gratuits à nos bénévoles de 50 ans et plus, grâce au programme Québec ami des aînés (QADA). Ce projet est offert en collaboration avec le service de kinésiologie de la Coopérative Solidarité Santé Le Rocher du secteur Grand-Mère. 2 forfaits gratuits sont offerts aux membres. Le forfait personnalité « découverte » de 3 mois, et le forfait de groupe, de 12 semaines. Ce projet a pris fin le 31 décembre 2025.

Fin de la gestion du projet: “Une sécurité alimentaire accrue grâce à l'action bénévole” avril 2025

Fin de la gestion du projet financé grâce aux Fonds des régions et ruralité (FRR) volet 4- soutien à la vitalisation de la Ville de Shawinigan et à la participation de plusieurs partenaires. Le dévoilement des réalisations de ce projet a eu lieu le 26 septembre 2025 lors d'une conférence de presse en présence des partenaires.

Fondation du Grand Montréal- Fonds Famille June Hébert

Octobre 2025

La Fondation du Grand Montréal- fonds Famille June Hébert octroi la somme de 12 500\$ pour l'achat d'équipement pour nos services de sécurité alimentaire. Un soutien financier important pour nous.

Soutien de la Fondation Jacques Francoeur

Décembre 2025

La Fondation Jacques Francoeur octroi au CABGM la somme de 27 756,13\$ en soutien à la préparation des paniers de Noël pour l'achat de denrées.

Soutien du Noël des Nôtres

Décembre 2025

Le Noël des Nôtres, par la communauté St-Jean-Baptiste, octroi au CABGM la somme de 13 090\$ pour offrir des bons aux familles démunies de cette communauté qui reçoivent des paniers de Noël. Également, le Noël des Nôtres a fait don de 25 000\$ au CABGM pour la préparation des paniers de Noël. Un soutien fort apprécié.

FCABQ (Fédération des Centres d'action bénévole du Québec)

Décembre 2025

Octroi par la FCABQ, d'une somme de 2644\$ grâce aux Fonds FQIS (Fonds Québécois d'initiatives sociales) pour soutenir nos cliniques d'impôts.

Fondation Mirella et Lino Saputo

Mars 2026

La Fondation Mirella et Lino Saputo octroi au CABGM la somme de 40 000\$ dans le cadre du 50^e anniversaire de notre organisme en guise de reconnaissance pour les services rendus à la communauté durant toutes ces années. Un soutien fort apprécié pour continuer notre mission.

GOUVERNANCE ET VIE ASSOCIATIVE

Gestion administrative (suite)

Poursuite de l'élaboration d'une nouvelle base de données

Avril 2025 à mars 2026

Poursuite de l'élaboration d'une nouvelle base de données pour le CABGM. Ce processus facilitera grandement la compilation des statistiques et le registre de nos membres.

Renouvellement de nos équipements informatiques

11 novembre 2025

Renouvellement de trois ordinateurs pour optimiser notre rendement.

Fédération des Centres d'action bénévole du Québec (FCABQ)

À la suite d'un financement obtenu par la Fédération des Centres d'action bénévole du Québec, une plateforme est disponible afin de faire la vérification des antécédents judiciaires de tous les bénévoles et du personnel, et ce, gratuitement.

FORMATION DU PERSONNEL

Titre et thème	Nombre d'heure	Membre personnel
RCAB 04-17 (Regroupement des Centres d'action bénévole Mauricie/ Centre-du-Québec) Ressourcement de l'équipe de travail <i>Formation "Communauté de pratique" avec Virginie Rainville du CFCM</i> 14 mai 2025	7	4
Colloque annuel de la FCABQ ateliers, conférence de Benoît Roberge et Jean-Michel Dufault, atelier sur la capacité de communiquer par Jacques Hébert 11 juin 2025	6	1
Journées de ressourcement organisées par le RCAB 04-17 <i>Formation "Intelligence émotionnelle au travail" par Jocelyne LeBel, conseillère en carrière et Ressources humaines.</i> <i>Formation "mieux-être" par Amélie Turcotte de OM Studio/Gestion PLH</i> 15 octobre 2025	7	1

GOVERNANCE ET VIE ASSOCIATIVE

GESTION DES RESSOURCES HUMAINES

Embauches

Embauche au poste de coordonnatrice Maintien à domicile

24 août 2025

Suite au départ de Madame France Ross, le 5 septembre 2025, le CABGM a procédé à l'embauche de Madame Patricia Jean, à titre de coordonnatrice Maintien à domicile.

Un dîner de reconnaissance suivi d'un dessert glacé sont organisés pour souligner le travail de Madame France Ross lors de son départ.



Tina Leblanc / Sylvie Gervais



France Ross / Julie Boisvert



Lise Lambert / Patricia Jean

Embauche au poste de Courrier des Jeunes

24 août 2025

En remplacement du congé de maladie de Madame Julie Caron, embauche de Madame Lise Lambert au poste de Courrier des Jeunes. Elle mettra fin à son emploi le 31 décembre 2025.

Embauche au poste de Courrier des Jeunes

29 janvier 2026

Embauche de Madame Anne Fréchette au poste de Courrier des Jeunes.

31 mars 2026

Départ de Madame Julie Caron au poste de Courrier des Jeunes suite à son congé de maladie.

GOVERNANCE ET VIE ASSOCIATIVE

GESTION FINANCIÈRE

Gestion des paiements des fournisseurs par ACCES-D

avril 2025 à mars 2026

La gestion des paiements de nos fournisseurs est fait par ACCES-D. Merci à notre trésorier, Monsieur Michel Ouimet, pour sa présence toutes les semaines pour faire le paiement des factures sur place au bureau. Merci également à Diane Hould, secrétaire, pour le remplacement au besoin.

bénévoles: 2 permanence: 1 rencontres: 31 heures bénévoles: 31

Partenariat exceptionnel avec la Société Saint-Vincent de Paul de Shawinigan

Avril 2025 à mars 2026

Poursuite d'un soutien financier de 10 000\$ octroyés au CABGM par la Société Saint-Vincent-de-Paul de Shawinigan pour bonifier les paniers de provision offerts à nos deux comptoirs alimentaires et aider à la mise en place des ateliers de cuisine. Un soutien fort apprécié en cette période où le coût des aliments est très élevé. Merci du fond du coeur.

Opération Bonne Mine

La Société Saint-Vincent de Paul de Shawinigan octroi au CABGM, pour la dernière année, 50 coupons, de 50\$ chacun, pour aider les familles à faibles revenus à acheter des fournitures scolaires et à payer des activités parascolaires. Un partenariat fort apprécié. À partir de l'an prochain, les familles devront s'inscrire à l'Opération sac à dos .

Recherche de financement continue

Nous sommes à la recherche de financement continue. Bien que plusieurs partenaires soient sensibilisés à notre situation, nous sommes constamment aux aguets pour trouver du financement.

GOVERNANCE ET VIE ASSOCIATIVE

GESTION FINANCIÈRE (suite)

ACTIONS RÉALISÉES POUR NOS AÎNÉS

Application du Fonds réservé “Soutien aux aînés de 65 ans et plus” pour le service Accompagnement-Transport avril 2025 à mars 2026

Le CABGM a mis en place un fonds spécial réservé pour soutenir les aînés de 65 ans et plus qui utilisent notre service accompagnement-transport pour des rendez-vous médicaux situés à plus de 20 kilomètres de notre organisme, sans égard à leur revenu. Devant les coûts élevés de l'essence, ce fonds vient réduire les frais par un rabais sur les frais d'utilisation de la voiture pour favoriser leur maintien à domicile. Pour sa part, le CABGM verse à la personne bénévole qui a réalisé l'accompagnement, la contribution manquante grâce à ce fonds spécial. Ce Fonds réservé est en vigueur depuis le 1er novembre 2016.

personnes différentes aidées par ce fonds: 99

Enjeu

L'augmentation du coût de l'essence sur la population vulnérable affecte la capacité financière des aînés, qui souvent sont à faible revenu, pour assurer leur déplacement à des rendez-vous médicaux. Ces gens ont besoin d'aide et il faudra que les gouvernements se penchent sur la question. Un rehaussement de notre financement de base pourrait être une solution afin que nous puissions les aider davantage.

Recrutement de bénévoles pour nos services avril 2025 à mars 2026

Nos actions pour le recrutement des bénévoles sont continues afin de répondre aux demandes grandissantes et permettre le développement de nos services. La plateforme “Je bénévole.ca” est un des moyens utilisés pour recruter.

Je bénévole



GOUVERNANCE ET VIE ASSOCIATIVE

Support bénévole à la permanence

Entretien extérieur, menus travaux, commissions, prises de photos et secrétariat

Plusieurs services sont rendus annuellement par des bénévoles pour assurer le bon fonctionnement du CABGM. Ces services sont : l'entretien des locaux, l'installation des abris pour l'hiver aux entrées extérieures du bureau, menus travaux, les commissions, le transport de matériel, la prise de photos lors de nos activités et le soutien téléphonique au bureau. Merci à ces bénévoles précieux.

8 bénévoles

Nombre d'actions : 157

383 heures bénévoles



Merci à:

Richard Boisvert,

Denis Mongrain, Jacques Bisson,

Luc Dumaine, Gaston Bouffard, Denis Belley, Denis Gervais, Danielle Tellier et Julie Beaudin.

Support bénévole pour réaliser le calendrier du 50e anniversaire du CABGM

Support de Madame Lorraine Cyr, bénévole du CABGM et aussi photographe professionnel, qui s'est joint à nous pour la réalisation du calendrier de notre 50e anniversaire. Très disponible, elle a photographié avec professionnalisme les équipes bénévoles de tous nos services du mois d'avril 2025 à janvier 2026. Une implication bénévole appréciée.

bénévole: 1

heures bénévoles: 100

Jardin fleuri du CABGM

Avril 2025 à novembre 2025

Ce jardin est la fierté du CABGM. Toujours aussi passionné pour les fleurs, le couple Gaston et Lise Bouffard poursuit ses actions pour entretenir le jardin à l'arrière cour du CABGM de mai à novembre. La contribution des bénévoles par le don de boutures, de plantes et d'ornements décoratifs réhausse ce jardin qui fait du CABGM un milieu de vie attrayant et coloré.

2 bénévoles

78 actions posées

270 heures bénévoles



Merci Gaston et Lise pour toute l'énergie et l'amour mis dans l'entretien de ce jardin si apprécié des membres.



GOVERNANCE ET VIE ASSOCIATIVE

Contribution de la communauté

Nous ne remercierons jamais assez nos précieux donateurs et partenaires si indispensables pour nous permettre d'aider la communauté.

Merci à nos bailleurs de fonds ainsi qu'aux particuliers, entreprises, commerces, institutions et partenaires pour leur soutien financier tout au long de l'année, afin de nous aider dans la réalisation de notre mission.

Voyez la liste de tous ces donateurs ci-après:

- Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux Mauricie-et-Centre-du-Québec (CIUSSS MCQ)
- Monsieur François-Philippe Champagne, député Saint-Maurice/Champlain et Ministre des Finances et du revenu national
- Madame Marie-Louise Tardif, députée Laviolette/Saint-Maurice, adjointe parlementaire du ministre des ressources naturelles et des forêts
- Ville de Shawinigan
- Caisse Desjardins du Centre-de-la-Mauricie
- Centraide Mauricie
- Chevaliers de Colomb de Grand-Mère conseil 1209
- Fondation Jacques Francoeur
- Fondation Mirella et Lino Saputo
- Fondation du Grand Montréal (Fonds Famille June Hébert)
- Noël des Nôtres
- Société Saint-Vincent de Paul de Shawinigan
- FCABQ
- Assemblée Richard Gauthier 3506
- Plusieurs donateurs anonymes



Merci de tout coeur
À nos partenaires pour leur commandite ou services rendus
tout au long de l'année 2025-2026:

- Âge d'or Le Rocher
- Âge d'or Ste-Flore
- Aménagement Fleur-Alys
- Boulangerie La mie de Grand-Mère
- Cité de l'Énergie
- Communauté chrétienne St-Théophile du Lac
- Culture Shawinigan
- École de danse Bobby Houle
- Écoles primaires des secteurs Grand-Mère, St-Georges et Lac-à-la-Tortue
- Fleuriste A la Claire Fontaine
- Garage Gilbert
- IGA Gauthier et Frères
- Le 2800 du Parc
- Marché Tradition de St-Georges
- Marché Valmont
- Maxi de Grand-Mère
- Moisson Mauricie / Centre-du-Québec
- Métal Corbert
- Paul Dubuc, Fruits et légumes Inc.
- Pharmacie Jean Coutu Grand-Mère
- Pierre Chenard, artiste peintre
- Plaza de la Mauricie
- Restaurant Pizzeria 67
- Revenu Québec (succursale Shawinigan)
- Rona Grand-Mère
- Service de Sécurité incendie de Shawinigan
- Tigre Géant de Grand-Mère
- Tissus Berthiaume
- Tissus Nathalex
- Uniprix Grand-Mère
- V.P. Alimentation
- Tim Hortons de Grand-Mère
- Plusieurs donateurs anonymes

Un grand merci !

Three red hearts of varying sizes, drawn in a simple, hand-drawn style, positioned below the text 'Un grand merci !'.

Synthèse

Champ 1: développement de l'action bénévole et communautaire

Promotion de l'action bénévole

	actions ou activités	personnes impliquées			heures bénévoles
		permanents	bénévoles	participants	
Promotion	43	5	36	2359	573
Publicité	15	5	---	la population	---
Identification et analyse des besoins	20	1	4	---	21
Collaboration, soutien, concertation	36	5	20	la population	112
Représentation	15	1	24	---	60
Total	129	5	84	2359	766

Soutien aux bénévoles

	actions	bénévoles	permanents	heures bénévoles
Suivi et soutien dans l'action	13 rencontres + actions continues	125	5	375
Accueil et orientation	22	22	5	22
Formation	1	8	1	16
Activités de reconnaissance et sociales	15	180	5	180
Total	51	180	5	593

Synthèse

Champ 2: Soutien à la communauté

Services aux individus

		Clients rejoints	NB bénévoles	Services rendus	heures bénévoles
Accompagnement	Accompagnement transport	146	15	744	1427
Activités d'intégration sociale	Activité d'intégration des bénévoles	incalculable	incalculable	--	--
Support alimentaire	Service de Popote Repas chauds et congelés	99	95	88 distributions + (6178 repas)	6178
	Service d'épicerie	7	4	94	102
	Ateliers de cuisine	28	6	14	180
	Comptoir alimentaire Lac-à-la-Tortue et St-Georges	143	16	21 distributions + 6 dépannages	1 685
	Comptoir alimentaire Grand-Mère	1368	37	42 distributions + 107 dépannages	7049
	Distribution juillet (commune)	336	19	1	133
	Paniers de Noël	635	18	351 paniers	540
Formation, information, références	Information et références	incalculable	--	9780	--
Soutien civique et technique	Service des impôts	606	19	1212	909
	Aide aux formulaires	10	--	10	--
Support psychosocial (individuel / collectif)	Visites et appels d'amitié	5	4	100	187
	Appels d'amitié (gâteaux fête)	24	1	24	24
	Courrier des Jeunes	151	15	151	302
	Programme P.A.I.R	11	--	11	--
	Bricolages	60	2	300	120
	L'Atelier des Farfadets	1565	26	1244 peluches 321 cadeaux	6742
	Les Mamies Tendresses	4	3	63	252
	Friperie communautaire	1868	13	96	1588
Total		7066	233	14666	27418

Synthèse

Champ 2: Soutien à la communauté

Soutien aux organismes

	NB d'activités ou d'actions	NB de clients ou de groupes	Permanence et bénévoles	Heures bénévoles
Support professionnel	77	4	1 permanence + 7 bénévoles	9
Support technique	20	4	1 permanence	---
	97	8	9	9

Synthèse

Champ 3: Gouvernance et vie associative

	NB d'activités	NB de permanentes	NB de bénévoles	Heures bénévoles
Vie associative et démocratique	44	5	180	850
Gestion administrative	45	1	10	80
Gestion des ressources humaines	2	1	7	7
Gestion financière	33	1	2	31
Formation du personnel	2	1	1	7
Support bénévole à la permanence	285	5	9	747
Contribution de la communauté	42 + donateurs anonymes	5	---	---
	453	5	209	1722

SYNTHÈSE

Au 31 mars 2026:

Les 3 champs d'action sont :

1er- Développement de l'action communautaire

2e- Soutien à la communauté

3e- Gouvernance et vie associative.

**7 066
clients
différents**

**233
bénévoles
actifs**

**27 418
heures
bénévoles**

Sources de financement

Subventions :

- **Ministère de la Santé et des Services sociaux**

Cette subvention est versée pour assurer une permanence, couvrir les frais de fonctionnement du bureau et aider à l'actualisation de la mission globale de l'organisme. Cette subvention est récurrente et représente 80% des revenus du CABGM.

- **Centraide Mauricie**

Le CABGM bénéficie annuellement d'une subvention très appréciée de Centraide Mauricie pour sa mission globale.

Autofinancement :

Annuellement, notre organisme doit s'assurer d'avoir des sources d'autofinancement puisque les subventions reçues ne représentent qu'un montant partiel du coût réel de fonctionnement du CABGM. Nos sources d'autofinancement sont : les frais compensatoires pour l'utilisation de locaux ou de la salle communautaire. Les dons de la population sont toujours les bienvenus et nécessaires pour permettre à notre organisme de continuer sa mission de promouvoir l'action bénévole et d'offrir des services de qualité adaptés aux besoins des personnes les plus vulnérables de notre milieu. Grâce à la générosité des clubs sociaux, des associations bénévoles, des gens d'affaires, Desjardins, des individus et des autorités municipales et politiques, le CABGM peut mieux accomplir sa mission dans le milieu.

MEMBERSHIP

Le CABGM est membre des organisations suivantes :



À TOUS NOS BÉNÉVOLES

Merci, **pour le temps et votre dévouement** que vous mettez dans vos actions pour aider les usagers des différents services du CABGM. Par les gestes posés, **vous aidez le CABGM dans sa mission.**

À TOUS NOS PARTENAIRES, BAILLEURS DE FONDS ET GÉNÉREUX DONNATEURS

Un sincère merci de **croire à la mission du CABGM.** Merci de nous aider à **poursuivre la réalisation de nos projets** pour le bien de la communauté. Vous êtes des alliés indispensables pour nous.

ENSEMBLE...

On va plus loin, et nous sommes **plus forts** pour réduire les iniquités sociales et apporter un soutien aux personnes vulnérables de notre communauté.

**Merci à tous de faire partie de la
grande famille du CABGM.**



REVUE DE PRESSE 2025-2026

CAB GM
Centre de Pratique Bénévoles de Grand-Mère

Secteurs: Grand-Mère, St-Georges, Lac-à-la-Tortue et St-Jean-des-Piles
819-538-7689
info@cabgm.org
www.cabgm.org

MAINTIEN À DOMICILE
Accompagnement transport, Popotes, Visites d'amitié, Service d'épicerie, P.A.I.R.
SERVICES AUX INDIVIDUS
Comploirs alimentaires, Service d'implants, Frigérie, Atelier des Farfadets, Courrier des Jeunes, Mammies tendresses, Référence et information

Pour devenir BÉNEVOLE ou RECEVOIR UN SERVICE
Vous sommes là pour vous!

CHIRURGI VISION
Votre vision, nous y voyons!

819-693-5757 CHIRURGI.VISION.COM

RE/MAX DE FRANCHVILLE INC.
AUTRE 100 116
819.537.5000

ÉQUIPE Halle-Laroche
VOS COURTIER DE CONFIANCE

Emilie Hallé
Serge Laroche

INDUSTRIELLE ALLIANCE
ASSURANCE ET FINANCEMENT 505-542
SAURANCE
Vie
Invalidité et salaire
Maladie grave
Accidents corporels - Fonds distincts
Hypothèque
UNE OFFRE ET SERVICE COMPLÈTE POUR RÉPONDRE À VOS BESOINS

Laurie Fortin
Laurie Fortin Inc.

IAAT
ACHETEZ vos billets en ligne

Maison enfant soleil
Tirage le 17 juillet 2025
Billets 12\$

MEURCIER 40.CA
MERCIER OUVERT AU PUBLIC
40\$ sur le 20\$

ACHAT VENTE ÉCHANGE
MECANIQUE GÉNÉRALE & DIAGNOSTIQUE
CONSULTATION & FORMATION TECHNIQUE
VENTE DE PLUSIEURS NEUFS
819-538-1899

9 RANGELINE
AUBERT

complément+
Assurance pour compléter votre couverture
Charles-Édouard Outeau
Agent
819-648-5722
charlesouteau@agocable.ca

TOUJOURS OUVERT!
VAPE JETABLE DISPONIBLE
Popa Vape
www.popavape.com
Joliette • Shawinigan • Terrebonne • Laval

1960 Avenue Saint-Marc
Popavape Super-Centre
Shawinigan
819-538-2737

Lundi au vendredi - 9h à 22h
Samedi / dimanche - 8h à 21h
Nous ferons tous les jours à 30% de réduction sur toutes les vapes

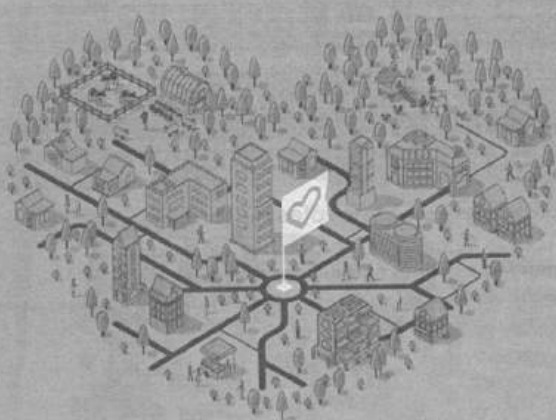
Alexandre Lachance
représentant
1000 Des Lacs
Sainte-Marie-Ste-Juste
418-325-3443
418-695-4393
418-325-3498
www.alexandre-lachance.com

LA FENÊTRE TRACTEURS

1863 Bolevert, Shawinigan
819-530-2221 • www.1863bolevert.com

AVRIL

En route vers le BÉNÉVOLAT!



51^e ÉDITION
**Semaine de l'action
bénévole**
27 avril au 3 mai 2025

**CAB
GM**
Centre d'action bénévole
de Grand-Mère

fca
Fédération des
Centres d'action bénévole
du Québec

Je bénévol

Déclaration de la FCABQ dans le cadre de la Semaine de l'action bénévole 2025

THÈME : En route vers le bénévolat!

Du 27 avril au 3 mai, on se met en route vers le bénévolat!

Au Québec, le bénévolat trace un grand chemin qui nous relie les uns aux autres, tissant une société solidaire et engagée. Peu importe où nous nous situons, nous sommes tous et toutes invités à se rejoindre sur la route du bénévolat. Plus nous sommes un grand nombre à cheminer ensemble, plus nous contribuons à rendre le voyage riche de nos expériences, solidifié par la force de la collectivité.

Bénévolat, c'est enrichir son parcours en prenant la route pour aller à la rencontre des autres. C'est mettre de l'avant ses forces et sortir des sentiers battus. On en ressort grandi, uni et on fait du chemin sans revenir en arrière. Comme dans chaque aventure, on y gagne autant que l'on donne.

« En route vers le bénévolat », c'est aussi s'assurer que cette route est sûre, inclusive et respectueuse pour tous et toutes. C'est pourquoi la Semaine de l'action bénévole est aussi un moment pour les organismes de veiller à assurer un cheminement bienveillant entre les bénévoles et les usagers. À cet effet, la FCABQ coordonne un programme des VAJ gratuit et rapide, accessible sur jebenevole.ca, pour les bénévoles des organismes communautaires du Québec. Les vérifications d'antécédents judiciaires, loin d'être un frein, sont une balise utile pour bâtir des relations de confiance et encourager un bénévolat responsable. Elles garantissent un environnement sain et sécuritaire, où chaque geste de solidarité peut s'épanouir pleinement.

Bénévoles, organismes ainsi que tous ceux et celles qui veulent contribuer à un grand voyage engagé : c'est maintenant qu'on se met en route!

EN ROUTE VERS LE BÉNÉVOLAT DES JEUNES ET EN FAMILLE!

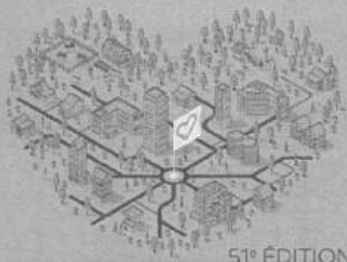


Faites comme Anne Godbout, bénévole au Comptoir alimentaire de Grand-Mère, qui profite de la semaine de relâche pour initier ses petit-enfants, Clémentine et Elouan, au bénévolat en famille.



Et le Noël des Nôtres initie les jeunes de l'école secondaire Du Rocher dans la fabrication des biscuits sourires pour amasser des fonds. Les jeunes aiment aider, accueillons-les.

Pour devenir bénévole : « jebenevole.ca » ou contactez le CAB de Grand-Mère au www.cabgm.org 819 538-7689



51^e ÉDITION

En route vers le BÉNÉVOLAT!

Semaine de l'action bénévole
27 avril au 3 mai 2025



Centre d'action bénévole
de Grand-Mère



Marcel Jr. Borgia
Chevaliers de Colomb
St. Georges conseil 2909



Julie Beaudin
Comptoir alimentaire Lac-à-la-Tortue et St-Georges



Marie Casabon
Shawi-Beach



Marielle Lamarre
Popote Volante
de Grand-Mère



Gilles Fafard
Communauté chrétienne
St-Georges



Gilles Benoit
Club Curling
de Grand-Mère



Henriette Bellemare
Le journal Le Caboulot
CAB Grand-Mère



**Michel Toupin
et Louise Martin**
Guignolée des Médias du
CAB Grand-Mère



Mélanie Thiffault
CALACS Entraid'Action



Céline Fortin
Communauté chrétienne
St-Jean-Baptiste



Diane Maurais
Auxiliaires bénévoles
CHSLD Lafleche



Joan Herbert
Coopérative Solidarité
Santé Le Rocher



Richard Isabelle
Les Messagers du bonheur



Hélène Laroche
Friterie communautaire
du CAB



Louise Paulin
Popote Roulante
de St-Georges



Martin Roy
J'ai mon Appart'



Danie Blais
Noël des Nôtre
comté Saint-Florent



Claire Beaulieu
Communauté chrétienne
Ste-Flore



Yvon Charette
Conseil d'administration
CAB de Grand-Mère



Sylvie Pratte
Communauté chrétienne
St-Paul



Lise Filteau
Association des proches
aidants de l'énergie



Lorraine Lemay
Le Périscope AFPPAMM



Louis Tremblay
Corporation du Parc de
la rivière Grand-Mère



Yolande Bordeleau
Communauté chrétienne
St-Théophile-du-lac

«GALA HOMMAGE AUX BÉNÉVOLES 2025»

Félicitations aux bénévoles honorés par les organismes

Secteurs Grand-Mère, St-Georges, Lac-à-la-Tortue et St-Jean-des-Piles



Claire Plante Verville
Regroupement des Artisans
du Centre-mauricie



Denise Huard
Duo Les Kocottes -
Résidence Grand-Mère



Monique Cloutier
Duo Les Kocottes -
Résidence Grand-Mère



Denis Trépanier
Assemblée Richard
Gauthier 3506 - 4^e degré



Suzanne Gagnon
Service d'accompagnement
transport-CAB Grand-Mère



**Françoise et
Yvon St-Hilaire**
Noël des Nôlles -
Comité organisateur



Jean-François Roy
Légion Royale Canadienne
filiale 101 de Grand-Mère



Ginette Champagne
Service des impôts CAB
de Grand-Mère



Johanne Bergeron
Coopérative Solidarité
Santé Le Rocher



Anne Godbout
Comptoir alimentaire
de Grand-Mère



Jean-Guy Laforme
Club Curling
de Grand-Mère



Jacques Bisson
Club des petits déjeuners -
École Lafleche



Isabelle Cloutier
Le Cercle de Fermières
Le Rocher



Jaques Jutras
Résidence Grand-Mère



Simone Émond
L'Atelier des Farfadets



Pauline Lapointe
L'Atelier des Farfadets



Marie-Louise Tardif
Députée de Lavoie-Saint-Maurice
Adjointe parlementaire à la ministre
responsable de la Solidarité sociale
et de l'Action communautaire
(volet Action communautaire)



« Chers/chères bénévoles, par ce petit mot, je tiens à vous remercier sincèrement d'être des gens de cœur à l'écoute des autres. Vous êtes merveilleuses et merveilleux. Cette semaine, c'est à votre tour de vous laisser parler d'amour, comme le dit la chanson! Vous êtes le fondement d'une société en santé et des exemples concrets de respect des personnes dans le besoin. Bienveillance et entraide sont vos alliés. En mon nom et aux noms des employés de mes bureaux, nous vous disons un GRAND merci. »



Michel Angers
Maire



« Au cours des dernières années, nos organismes communautaires et nos bénévoles ont fait preuve d'une grande résilience face à la pandémie grandissante dans le milieu communautaire. Malgré la pandémie, les bénévoles continuent de servir notre communauté avec le cœur sur la main, votre générosité, votre solidarité et votre partage font de Shawinigan un lieu où il fait bon vivre. Votre implication est importante car elle transmet cette tradition de partage qui est propre à notre communauté et fait la différence dans beaucoup de vies. Bonne semaine de l'action bénévole à tous et à toutes! »



Denis Guay
directeur général
Desjardins
Centre du Centre-du-Mauricie

« Le bénévolat est essentiel au développement de la communauté. Ses impacts positifs se font ressentir partout. C'est un atout précieux qui assure la vitalité et la pérennité d'un milieu. Cette semaine, Desjardins est fier de collaborer avec le CAB de Grand-Mère pour souligner l'apport de tous nos acteurs de changement. Merci de faire une différence dans la vie de centaines de personnes, vous êtes notre richesse. »



Marc Lemire
Directeur des ventes



Être bénévole, c'est tendre la main au suivant et contribuer à faire grandir notre communauté. L'entraide - l'écoute - le dévouement - le partage, sont les valeurs qui nous propulsent vers ce qu'il y a de meilleur! Soyons fiers... Soyons bénévoles!



Monette Simon
L'Éveil féminin
de Grand-Mère



Je bénévolo



LES RÉCIPENDIAIRES DES TROPHÉES DE LA 31^e ÉDITION DU GALA HOMMAGE AUX BÉNÉVOLES



Centre d'action bénévole
de Grand-Mère

En route vers le BÉNÉVOLAT!

Pour célébrer la semaine de l'action bénévole se tenant la 31^e édition du Gala Hommage aux bénévoles, présentée par le Centre d'action bénévole de Grand-Mère, le 3 mai dernier à la Salle Sérenité de Grand-Mère. Durant cette soirée, en présence de 311 invités, 5 trophées furent remis pour souligner l'implication bénévole exceptionnelle de 3 personnes et les réalisations d'une association et d'un événement dans notre communauté. Félicitations à ces récipiendaires que nous sommes fiers de vous présenter.



Légende de gauche à droite:

Madame Sylvie Gervais, directrice générale du Centre d'action bénévole de Grand-Mère.
Madame Marie Casbon, représentante de l'événement récipiendaire - *Shawi-Beach*.
Monsieur Pierre Lavergne, représentant du Trophée Frank Gauthier.
Le couple Françoise et Yvon St-Hilaire, récipiendaires du Trophée Micheline M. Villemure.
Nicholas Lafontaine de J'ai mon Appart, organisateur récipiendaire du Prix Reconnaissance.
Mlle Eloïse Elliott, représentante du Trophée Bénévolat Jeunesse.
Madame Annie Vaugeois, présidente du Centre d'action bénévole de Grand-Mère.



TROPHÉE ÉVÉNÈMENT DE L'ANNÉE

Événement récipiendaire - Shawi-Beach
À l'extrême droite, Marie-Hélène Trussart, conseillère en communication à la Caisse Desjardins du Centre-de-la-Mauricie, remet le trophée aux membres du comité organisateur de Shawi-Beach. Présents sur la photo: Philippe Ducharme, Cynthia Laroche, Louise-Jeanne Gauthier, Marie Casbon et Benoît Gauthier.



TROPHÉE BÉNÉVOLAT JEUNESSE

Jeune récipiendaire
Eloïse Elliott de l'école secondaire Du Rocher.
Légende de gauche à droite:
Annie Vaugeois, présidente du CAB de Grand-Mère.
Sylvie Gervais, directrice générale du CAB de Grand-Mère.
Eloïse Elliott de l'école secondaire Du Rocher, jeune récipiendaire du trophée Bénévolat Jeunesse.
Yvon Charette, vice-président du CAB de Grand-Mère.

TROPHÉES REMIS PAR LA CAISSE DESJARDINS DU CENTRE-DE-LA MAURICIE

* TROPHÉE ÉVÉNÈMENT DE L'ANNÉE - Événement récipiendaire 2025 : Shawi-Beach

Hommage à Shawi-Beach, un événement rassembleur qui met en valeur les sports de plage depuis 3 ans à la Plage Idéale de Lac-à-la-Tortue. Autour de 500 coureurs, 100 jours de Volley-Ball et près de 100 tournois de canot. Retenue participant. Organisé par une équipe de 20 bénévoles en collaboration avec plusieurs partenaires, ils visent à la programmation, la recherche de financement, le recrutement des sportifs, des bénévoles, les communications, superviser et exécuter l'événement au complet. Accessible à tous, cet événement présente aussi des spectacles, tour d'attractions, gonflables, jeux d'eau pour offrir un week-end festif et gai pour toute la famille. Cet événement vitalise vraiment le secteur de Lac-à-la-Tortue et grandit le cœur de la population. Félicitations!

* PRIX RECONNAISSANCE - Organisme récipiendaire 2025 : J'ai mon Appart!

Hommage à J'ai mon Appart, dont la mission est d'offrir des services relatifs à la vie en appartement aux adultes en situation chronique d'handicap intellectuel et autisme qui ont un potentiel de vivre seul, dans un logement. Des milliers d'heures bénévoles sont investies par le conseil d'administration composé majoritairement de parents des locataires, pour recruter du financement, superviser la construction d'un immeuble neuf avec des patentes, bâtir des partenariats et créer l'organisme. Actuellement, 11 adultes, de 25 à 60 ans, vivent et apprennent dans cet immeuble du secteur Grand-Mère. Une équipe de 6 salariés les accompagnent pour développer des apprentissages dans les activités domestiques et quotidiennes. Grâce à eux, ils ont acquis une autonomie dans le respect de leur rythme et de leurs capacités. Reconstruite au Québec, cette France pour soi est un modèle unique en habitat co. J'ai mon Appart, innove et est la fierté de Shawinigan. La Caisse Desjardins du Centre-de-la-Mauricie est fière de leur remettre ce Prix accompagné d'une bourse de 500\$. Félicitations!



PRIX RECONNAISSANCE

Organisme récipiendaire - J'ai mon Appart!
Madame Marie-Hélène Trussart, conseillère en communication à la Caisse Desjardins du Centre-de-la-Mauricie, remet le Prix Reconnaissance à une bourse de 500\$ à l'organisme J'ai mon Appart! représenté ici par sa présidente Michèle Lafontaine. Elle est entourée des membres et locataires de l'organisme.



TROPHÉE FRANK GAUTHIER

La personne récipiendaire
Monsieur Pierre Lavergne
Légende de gauche à droite:
Monsieur Michel Angers, maire de la ville de Shawinigan.
Monsieur Pierre Lavergne, récipiendaire du Trophée Frank Gauthier.
Monsieur Réjean Pagé, grand chasseur des Chevaliers de Colomb de Grand-Mère conseil 1209.

TROPHÉES REMIS PAR LE CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE DE GRAND-MÈRE

* TROPHÉE BÉNÉVOLAT JEUNESSE - Récipiendaire 2025 - Mlle Eloïse Elliott

Hommage à Mlle Eloïse Elliott, 17 ans, qui fait du bénévolat depuis 3 ans à l'école secondaire Du Rocher. Eloïse ne compte pas ses heures et s'implique dans différents postes dont: le conseil des élèves, le conseil d'établissement, le comité boîte à savoir, régisseur à son école, le comité d'accueil des élèves de secondaire dans la nuit, à l'unité ouverte de l'école. Cette jeune fille a aussi des implications multiples: heures bénévoles sur semaine au comité du bal qui lui sert de la haute. Son plan est déjà là, le travail est en marche et se concrétise en gymnastique artistique. Tout cela qu'elle réussit à atteindre sur objectif. Toujours prête à aider, elle est l'exemple d'une belle jeune personne. Une bourse de 100\$ l'accompagne au Trophée. Félicitations!

* TROPHÉE MICHELIN M. VILLEMURE - Pour souligner le bénévolat d'une vie dans des domaines autres que le sport. Récipiendaire 2025 - Le couple Françoise et Yvon St-Hilaire

Hommage au couple Françoise et Yvon St-Hilaire, du secteur Grand-Mère, pour souligner leurs 65 ans de bénévolat exceptionnel dans le domaine de la passion. Dans les années 80, elle s'implique chez les Guides et lui, est responsable de l'OTJ de Shawinigan et s'implique à l'Assemblée et au Corps de Chevaliers. Après leur union, ils choisissent le bénévolat de couple comme mode de vie dans le domaine de la passion. Ils s'impliquent comme couple à la paroisse de l'église St-Paul depuis 1969. Depuis 55 ans, ils sont impliqués au Mail des Nôtres. Ils font les parcours et deviennent rapidement responsables des équipes bénévoles grâce à leurs qualités de leaders et de tacticiens. Leur but est de venir en aide aux familles démunies et notamment aux enfants. Aussi, leur grande réalisation est celle d'avoir aidé, avec leur équipe, la somme de 75 000\$ pour aider à la réfection de l'église St-Paul. Sur le plan de l'engagement, ils ont été impliqués dans une campagne de financement, l'implémentation de leur projet, après 15 mois d'attente, en présence d'une foule de 400 personnes pour remettre à cette agisse patrimoniale. Félicitations à ce couple bénévole inspirant qui mérite toute notre reconnaissance pour cet engagement exceptionnel auprès de la communauté.

TROPHÉE REMIS PAR LES CHEVALIERS DE COLOMBE DE GRAND-MÈRE CONSEIL 1209 EN COLLABORATION AVEC LA VILLE DE SHAWINIGAN POUR LE BÉNÉVOLAT D'UNE VIE DANS LE DOMAINE DU SPORT.

* TROPHÉE FRANK GAUTHIER - Récipiendaire 2025 - Monsieur Pierre Lavergne

Hommage à Monsieur Pierre Lavergne, pour ses 45 ans de bénévolat dans le domaine sportif notamment au Soccer. Membre du Club Optimiste de Grand-Mère, il participe à l'organisation du Tournoi de Soccer Optimiste de Grand-Mère pour le 15^e anniversaire de la 20^e à la 4^e édition du tournoi durant 15 ans. Passionné de soccer, il est directeur des activités sportives du Club de Soccer de Grand-Mère pendant 10 ans. Il est membre actif du Club de Soccer AA. Lors de la 31^e édition du Gala, il accompagne l'équipe Energie AA à la finale provinciale de la coupe Sapote. Il est président du Club de Soccer Energie Centre-Mauricie qui regroupe tous les Clubs du Centre-Mauricie représentant 850 joueurs de toutes catégories. Il reçoit un partenariat de 50 000\$ sur cinq ans avec l'IGA Gauthier et l'IGA Burt pour soutenir de nouveaux champions et talents. En 2008, il reçoit le Prix du Bénévolat en Loisirs et Sport de la Mauricie à l'Assemblée nationale à titre de joueur régional Mauricie. Félicitations à ce bénévole exceptionnel pour ses réalisations dans le domaine sportif tout au long de sa vie.



TROPHÉE MICHELIN M. VILLEMURE

Les récipiendaires
Le couple Françoise et Yvon St-Hilaire
Légende de gauche à droite:
Madame Sylvie Gervais, directrice générale du CAB de Grand-Mère.
Monsieur Yvon St-Hilaire, récipiendaire.
Madame Annie Vaugeois, présidente du CAB de Grand-Mère.
Madame Françoise St-Hilaire, récipiendaire.

L'hebdo du St-Maurice, 17 septembre 2025

COMMUNAUTÉ

Journée portes ouvertes le 26 septembre pour découvrir la salle communautaire rénovée

Le CAB de Grand-Mère fêtera ses 50 ans en 2026

BERNARD LEPAGE

blepage@icimedias.ca

COMMUNAUTÉ. Le Centre d'action bénévole (CAB) de Grand-Mère soulignera en 2026 son 50^e anniversaire avec une série d'activités commémoratives sous le thème *Fier de notre passé... En route pour l'avenir!*

La programmation se mettra en branle dès le vendredi 26 septembre prochain avec une journée portes ouvertes afin de découvrir les rénovations majeures qui ont permis une remise à neuf de sa salle communautaire. Le CAB de Grand-Mère accueillera la population de 13h à 15h30 à ses locaux situés au 632, 13^e rue à Shawinigan.

Sur place, surprises et petites douceurs attendent les visiteurs qui pourront aussi discuter avec les représentants des 13 services assurés par le CAB de Grand-Mère. D'ailleurs, la directrice générale, Sylvie Gervais, a annoncé qu'un 14^e service, touchant la sécurité alimentaire, serait officiellement lancé ce 26 septembre.

Pour que cet important anniversaire soit bien mis en évidence, le CAB de Grand-Mère a créé un visuel avec un gros 50 en couleur dorée (le chiffre 50 est associé à l'or), surmonté de son logo et de cinq étoiles qui rappellent que les bénévoles sont des étoiles dans la communauté. Quant au slogan *Fier de notre passé... En route pour l'avenir!*, il fait référence souvenir des bâtisseurs, mais aussi de l'apport important des bénévoles en route pour bâtir l'avenir.

UN CAB GÉRÉ PAR... DES BÉNÉVOLES

Le CAB de Grand-Mère a vu le jour le 16 février 1976 grâce à quelques bénévoles, dont la fondatrice Cécile Lord. Depuis ce jour, le CAB n'a cessé de tenter de répondre à des besoins du milieu, notamment pour assurer le maintien à domicile des personnes en perte d'autonomie, mais aussi des personnes en situation d'isolement et de pauvreté. Au 31 mars dernier, le CAB comptait 228 bénévoles qui ont fait 24 594 heures de bénévolat pour rejoindre 7124 personnes vulnérables.

En 50 ans d'histoire, le CAB de Grand-Mère n'a connu que deux directrices générales. La première, Liette Rémillard, a occupé le poste de 1984 à 1996. Auparavant, le CAB ne disposait pas de permanence, son fonctionnement étant assuré par... des bénévoles.

C'est en 1996 que Sylvie Gervais a pris la direction générale du CAB, ce qui fait qu'elle soulignera ses 30 ans d'entrée en fonction en 2026. Parmi les moments forts de ces années, elle cite la création de l'Atelier des Farfadets en 1995 et le déménagement en 2003 dans les locaux de la 13^e rue dans ce que les Grand-Mérois appelaient communément la Salle Bastarache.



Sur la photo, on retrouve sur la première rangée en partant de la gauche : Sylvie Gervais, directrice générale; Diane Villemure, vice-présidente; Annie Vaugeois, présidente; Manon Roy, administratrice; et Diane Hoult, secrétaire. À l'arrière dans le même ordre : Denis Mongrain, administrateur; Tina Leblanc, coordonnatrice des Popotes; Michel Ouimet, trésorier; Patricia Jean; Julie Boisvert, adjointe administratrice et coordonnatrice Service aux individus; Marc Dumont, administrateur; et Isabelle Gendron, coordonnatrice Comptoir alimentaire de Grand-Mère. (Photo L'Hebdo - Bernard Lepage)

OCTOBRE



LE CAB DE GRAND-MÈRE
VOUS ATTEND AU RENDEZ-VOUS
100% ÂÎNÉS DE SHAWINIGAN



Nos services maintien à domicile comprennent:

- Popote chaude et congelée
- Visites et appels d'amitiés
- Programme P.A.I.R.
- Accompagnement-transport
- Soutien à l'épicerie

55917-1



Fier de notre passé...
En route vers l'avenir!

Le CAB... une ressource précieuse pour le maintien à domicile des aînés et une ressource de choix pour les aînés en action!

819 538-7689

info@cabgm.org  www.cabgm.org



L'hebdo du St-Maurice

irice.com - Le 1 octobre 2025

L'hebdo du St-Maurice
29 octobre 2025

L'Atelier des Farfadets de retour

COMMUNAUTÉ. L'Atelier des Farfadets reprend du service à l'approche du temps des Fêtes pour permettre à des enfants de 0 à 12 ans provenant d'une famille à faible ou modeste revenu de recevoir des jouets et des vêtements chauds à Noël.

Ce service d'entraide du Centre d'action bénévole de Grand-Mère dessert les secteurs de Grand-Mère, St-Georges-de-Champlain, St-Jean-des-Piles et Lac-à-la-Tortue.

Les familles ayant un faible ou modeste revenu familial sont invitées à inscrire leurs enfants âgés entre 0 et 12 ans du 10 novembre au 14 novembre 2025. L'inscription se fait sur rendez-vous seulement auprès de Julie Boisvert, du CAB de Grand-Mère, que l'on peut contacter au 819 538-7689 poste 4.

En décembre, ces cadeaux seront distribués par des bénévoles ou par les Pompiers de la Ville de Shawinigan.

OCTOBRE



Centre d'action bénévole
de Grand-Mère

Inscriptions Paniers de Noël

Pour les secteurs :

Grand-Mère:

(St-Paul / St-Jean-Baptiste / Ste-Flore

St-Jean-de-Piles

St-Georges

Lac-à-la-Tortue

**3 novembre au
5 décembre 2025**

Sur rendez-vous seulement :

Contactez Julie

819 538-7689 poste 4

Lundi au Vendredi 8h à midi et 13h à 16h

Preuve de revenus et de résidence obligatoires

L'HEBDO DU ST-LAURENT - www.lhebdo.stlaurice.com - Le 29 octobre 2025 - 5

1-58479-1

L'hebdo du St-Maurice 8 octobre 2025

Un nouveau service en sécurité alimentaire au CAB de Grand-Mère

Des enfants qui mettent la main à la pâte

PATRICK VAILLANCOURT

pvailancourt@cimedias.ca

GRAND-MÈRE. Le Centre d'action bénévole (CAB) de Grand-Mère a récemment dévoilé les grandes lignes de son nouveau projet « Une sécurité alimentaire accrue grâce à l'action bénévole » qui permet notamment à des jeunes vivant avec une différence d'apprendre les rudiments de la cuisine.

Le projet répond à un besoin important en sécurité alimentaire pour les communautés de Grand-Mère et de Lac-à-la-Tortue. « Notre organisme travaille depuis plusieurs années à assurer l'autonomie et la sécurité alimentaire des gens vulnérables et les actions de ce projet vont en ce sens », exprime la directrice du CAB de Grand-Mère, Sylvie Gervais.

Le projet se détermine en trois axes de vitalisation : une autonomie et une sécurité alimentaire améliorée pour les personnes en perte d'autonomie et du service de popote; l'inclusion et la participation de la communauté par l'accueil de bénévoles de tous âges et de tous milieux pour transformer les aliments reçus et par l'inclusion d'enfants vivant avec une différence dans les ateliers de cuisine; et la valorisation et la protection de l'environnement par une meilleure utilisation des ressources alimentaires.

On retrouve la station culinaire du CAB afin d'offrir des ateliers de cuisine gratuitement, pour transformer les aliments, et la mise sous vide des repas congelés pour le service de popote.

Aussi, une station numérique grâce à un écran interactif pour offrir du contenu pédagogique aux ateliers culinaires.

Ce sont des jeunes de l'école Lafleche qui ont



Ce sont des jeunes de l'école Lafleche qui ont participé au nouveau projet du CAB Grand-Mère. (Photo L'Hebdo - Patrick Vaillancourt)

vécu une première expérience. « Ces jeunes vivent avec une différence et ce projet leur permet de sépanouir. Quand ils reviennent de l'atelier de cuisine à l'école, c'est une fierté de voir qu'ils ont développé leur estime de soi. Il n'y aura jamais

assez de projets pour des enfants vivant avec une différence », exprime le directeur de l'école Lafleche et ruralité (FR) volet 4, d'une somme de 10 000 \$ de la Société Saint-Vincent-de-Paul, et de plus de 4600 \$ provenant de Desjardins grâce à une subvention gouvernementale.

Centre de la...

Jour du Souvenir

11 novembre

DES HÉROS
À NE PAS OUBLIER

Des sacrifices gravés dans notre mémoire à tout jamais

Chaque année, le 11 novembre, les Canadiens et Canadiennes prennent un instant pour souligner le jour du Souvenir. Cette date marque l'armistice de l'armistice de 1918, qui a mis fin à la Première Guerre mondiale. Depuis, elle est devenue un moment privilégié pour honorer toutes les personnes qui ont servi, et qui servent encore, dans les forces armées.

ÉMOTIONS

Partout au pays, plusieurs activités commémoratives empreintes d'émotion ont lieu lors de cette journée. À 11 h, par exemple, 2 minutes de silence sont observées. Celles-ci permettent de se recueillir pour se rappeler les sacrifices de ceux et celles qui ont perdu — ou risqué — leur vie pour défendre des valeurs universelles comme la paix, la liberté et la justice.

les vétérans. Tous les dons recueillis dans le cadre de la Campagne du coquelicot servent à les aider et à soutenir leurs familles.

RÉFLEXIONS

Le jour du Souvenir, ce n'est pas seulement une journée de cérémonies solennelles. C'est aussi un moment privilégié pour réfléchir à l'importance de la paix, et à ce que nous pouvons faire collectivement pour bâtir un meilleur avenir pour les prochaines générations.

Le 11 novembre, faisons une pause pour rendre hommage à ceux et celles qui ont servi notre pays avec courage et dévouement. Recherchez les activités liées au jour du Souvenir se déroulant près de chez vous en consultant votre journal local ou les réseaux sociaux de votre municipalité.

En ce jour du Souvenir, nous rendons hommage à tous ceux et celles qui ont servi le Canada.

FRANÇOIS-PHILIPPE
CHAMPAGNE

Député de Saint-Maurice - Champlain

819-538-5291

francois-philippe.champagne@parl.gc.ca

1-570, avenue de Grand-Mère, Shawinigan, G9T 2H2



Coopérative
Funéraire
de la Mauricie

Le Jour du Souvenir et le coquelicot nous rappellent le courage de nos vétérans et de nos militaires qui ont répondu à l'appel afin que nous puissions vivre dans la démocratie et la paix. Ayons une pensée pour ceux et celles qui ont combattu pour notre liberté!

L'HEBDO DU

L'hebdo du St-Haurice, 17 décembre 2025

Meilleurs voeux 2026

UNE GUTIGNOLÉE DES MÉDIAS GÉNÉREUSE POUR LE CAB DE GRAND-MÈRE

GÉNÉROSITÉ. Le Centre d'action bénévole de Grand-Mère a amassé la somme de 12 148\$ le 4 décembre dans le cadre de la Guignolée des Médias.

Il s'agit d'une amélioration par rapport à l'an dernier où 10 564\$ avaient été récoltés sur les territoires de Grand-Mère, Saint-Georges, Lac-à-la-Tortue et Saint-Jean-des-Piles. Ce montant est important puisqu'il aide le CAB à faire les paniers de Noël.

La même générosité s'est aussi matérialisée en dons de denrées. En effet, les bénévoles ont amassé 1965 kg en denrées comparativement à 1800 kg l'an dernier. Le CAB désire remercier les élèves, enseignants et directions des écoles primaires des secteurs Grand-Mère, Lac-à-la-Tortue et Saint-Georges qui ont amassé à eux seuls près de 50% des denrées reçues. Un merci également à la population qui a été très généreuse dans les supermarchés.

Ils étaient une quarantaine de bénévoles à solliciter la population dans les rues et les épiceries hier avec enthousiasme. Les argents et denrées recueillis seront utilisés par le comptoir alimentaire de Grand-Mère et celui de Lac-à-la-Tortue et Saint-Georges pour garnir les paniers de Noël. Les besoins sont grands et la demande de paniers de Noël est en augmentation.

Le CAB adresse aussi des remerciements à IGA Gauthier et Maxi de Grand-Mère pour l'accueil chaleureux des bénévoles; à Tim Hortons de Grand-Mère pour l'accueil et la collation de nos bénévoles et à la Pizzeria 67 de Grand-Mère pour le souper offert aux bénévoles.



Steve Renaud, coordonnateur de la Guignolée des médias, en compagnie de Sylvie Gervais, directrice générale du CAB de Grand-Mère, et une partie des bénévoles à l'œuvre. (Photo L'hebdo - Bernard LePage)

L'Hebdo du St-Maurice, 17 décembre 2025

NOËL 2026

LES CHEVALIERS DE COLOMB DE GRAND-MÈRE CONSEIL 1209 REMETTENT 6000\$

NOËL Comme à leur habitude, les Chevaliers de Colomb de Grand-Mère Conseil 1209 ont fait preuve de générosité à l'approche de Noël pour venir en aide aux plus démunis.

À l'occasion de la livraison des cadeaux de l'Atelier des Farfadets du Centre d'action bénévole (CAB) de Grand-Mère le 10 décembre dernier, le Grand Chevalier, Réjean Charlot Pagé est venu remettre trois chèques.

Un montant de 2000\$ a tout d'abord été remis pour l'Atelier des Farfadets. Ensuite, un don de 2000\$ a été remis au CAB de Grand-Mère.

Sur la photo, on retrouve le Grand Chevalier Réjean Charlot Pagé, en compagnie de Sylvie Gervais, directrice générale du CAB de Grand-Mère. (B.L.)



Don des Chevaliers de Colomb de Grand-Mère. (Photo L'Hebdo - Bernard Lepage)

L'hebdo du St-Maurice, 17 décembre 2025

Meilleurs vœux 2026

PLUS DE 100 ENFANTS CHOYÉS PAR L'ATELIER DES FARFADETS

BERNARD LEPAGE
blepage@lcmecdia.ca

NOËL. Cent trois enfants, provenant de 47 familles démunies, ont reçu dernièrement un cadeau de Noël préparé par les bons soins des bénévoles de l'Atelier des Farfadets. Il s'agit d'une augmentation notable par rapport à l'an dernier où 77 enfants de 31 familles avaient été choyés.

C'était la 31^e édition de ce service de récupération de jouets de vêtements chauds mis sur pied par le Centre d'action bénévole (CAB) de Grand-Mère. Comme par les années passées, les familles pouvaient se faire livrer les cadeaux par les pompiers de la Ville de Shawinigan, ce que plus de la moitié d'entre elles ont choisi.

Même si le point culminant de l'année demeure la livraison des cadeaux, l'Atelier des Farfadets est à l'œuvre douze mois durant. En tout, les bénévoles ont mis plus de 6200 heures cette année à trier, laver et réparer, quand il avait lieu, les jouets reçus. Les mêmes tâches étaient requises pour les vêtements chauds offerts par la population.

Chaque boîte de cadeaux comportait de nombreux items comme des jouets, mais aussi des bas, gilets, mitaines et couvertures tricotées par les habiles bénévoles de l'AFEAS Saint-Jean-Baptiste, l'Artisanat Saint-Paul et du Cercle des fermières Le Rocher. Avec sa conjointe Louise Gélinas, le talentueux ébéniste Pierre Dupont a remis pour chaque enfant une tuque et une petite voiture en bois, toutes deux faits à la main. Soulignons

également le don de 1750 piles pour les jouets d'une valeur totale de 1400 \$ offert par Groupe JSV de Trois-Rivières.

Bien visible au mois de décembre, l'Atelier des Farfadets n'en est pas moins actif tout au long de l'année. C'est ainsi que jouets et peluches ont été remis à différents organismes ayant à cœur auprès des enfants comme les intervenants sociaux du CIUSSS MCQ (45 enfants), la Maison citoyenne des familles de Shawinigan pour leur fête de Noël (138 enfants) et Ma Place au Soleil du Centre d'éducation aux adultes (33 enfants). Soixante peluches ont été aussi remises à la Clinique ambulatoire du Centre hospitalier du Centre-Mauricie pour qu'elles soient données à des enfants venant faire une prise de sang.

D'autres toulous ont été offerts pour différentes fêtes de Noël sur le territoire: Fête de la famille des Chevaliers de Colomb de Grand-Mère (350), Fête des Neiges de Mont-Carmel (500) et l'arbre de Noël illuminé de Sainte-Flore (100). Des jouets ont aussi été remis aux deux comptoirs alimentaires du CAB de Grand-Mère pour les enfants de familles démunies, au service de garde de l'école Lafleche et à la famille aidée via le service des mamies tendresses du CAB. Enfin, des livres ont été donnés pour remplir les boîtes à livres de la Maison Coudé à Coudé et à Lac-à-la-Tortue; et des jouets pour des carrés de sable ont été offerts pour un parc pour enfants à Saint-Tite.

Ces centaines de toulous et jouets nécessitent l'aide de partenaires. Cette année, l'école de danse Bobby Houle et le restaurant Le Saint-Antoine de Sainte-Flore avaient organisé une collecte tandis



À l'avant-plan, la directrice du CAB de Grand-Mère, Sylvie Gervais, en compagnie d'une partie des bénévoles de l'Atelier des Farfadets. (Photo: L'Hebdo - Bernard Lepage)

que Plaza de la Mauricie avait mis un bac durant tout le long du mois de décembre en invitant les clients à faire don d'un jouet ou une peluche.

Pour remplir sa mission, l'Atelier des Farfadets peut aussi compter sur la générosité de donateurs. Ainsi, les Chevaliers de Colomb de Grand-Mère Conseil 1209 y sont allés d'un généreux don de 2000 \$. Rappelons que les enfants qui bénéficient des cadeaux de l'Atelier sont âgés de 0 et 12 ans et proviennent des secteurs de Grand-Mère, Saint-Georges-de-Champlain, Lac-à-la-Tortue et Saint-Jean-des-Piles.

La remise des cadeaux signifie pour l'équipe du CAB de Grand-Mère l'arrivée d'un congé bien mérité. Le personnel fera relâche du 20 décembre au 4 janvier inclusivement. Et la population est dès maintenant invitée à apporter leurs jouets inutilisés en prévision du 32^e anniversaire de l'Atelier des Farfadets en 2026 en les déposant au sous-sol du 632, 13^e Rue à Shawinigan (secteur Grand-Mère).



Photo du groupe d'élèves venus cuisiner des biscuits de Noël le 12 décembre dernier dans la cuisine du CAB de Grand-Mère. (Photo L'Hebdo - Bernard Lepage)

Quand cuisiner devient une source d'apprentissage

BERNARD LEPAGE

blepage@icimedias.ca

ÉDUCATION Destinée au départ à développer l'autonomie alimentaire des personnes vulnérables, la nouvelle cuisine du Centre d'action bénévole (CAB) de Grand-Mère trouve aussi une résonance auprès d'une vingtaine d'élèves des classes d'adaptation scolaire de l'école primaire Lafleche.

Le 12 décembre dernier, six d'entre eux étaient de passage pour y cuisiner des biscuits de Noël, épaulés par trois bénévoles, leur enseignante et une technicienne en éducation spécialisée (TES). À raison d'une fois par semaine depuis septembre dernier, le CAB accueille ces jeunes de 8 à 11 ans

présentant pour certains des défis au niveau du langage et pour d'autres, un trouble du spectre de l'autisme (TSA).

« Les résultats sont spectaculaires », mentionne avec enthousiasme Mario Boulanger, directeur de l'école Lafleche, qui était présent lors de cet atelier d'une durée d'une heure. « Ça a l'air banal à la base, mais en cuisinant, ils apprennent à faire plein de matières scolaires et à travailler ensemble. Ils pensent à lire les recettes, à calculer les mesures. Par ces ateliers, ils vivent des réussites et à gagner de l'estime de soi. »

C'est le CAB de Grand-Mère qui a approché l'établissement scolaire pour développer un projet avec des élèves. « Avec l'équipe d'enseignantes et de TES, on a tout de suite pensé que c'était fait sur mesure

pour nos classes d'adaptation scolaire. On se questionnait au départ sur les enjeux de communication, la rigidité par exemple d'un élève avec un TSA, comment la relation allait s'installer avec les bénévoles ? Mais finalement, tout se passe à merveille », poursuit Mario Boulanger.

Directrice générale du CAB, Sylvie Gervais est tout aussi emballée par la dynamique qui se crée entre ses cuisinières et les jeunes élèves. « Tout ce qu'on demandait, c'est qu'il y ait quelqu'un présent pour les encadrer. S'il y a un jeune qui vit un stress, c'est eux qui gèrent ça car nous ne sommes pas habilités à le faire. Mais on voit une énorme différence depuis le début, il y a des élèves qui parlent mieux qu'avant. Ils repartent avec leur nourriture et les parents sont fiers d'eux. »

Ce sont quatre groupes qui reviennent hebdomadairement et à tour de rôle dans la cuisine du CAB fraîchement rénovée il y a quelques mois à la suite d'une aide financière de 100 000 \$ octroyée par la ville de Shawinigan.

« On regroupe les élèves en fonction de leur niveau d'apprentissage. On peut donc avoir un jeune de 8 ans avec un autre de 11 ans. Ça fait juste quelques mois que ça a commencé, mais on voit déjà les bénéfices. La dynamique de groupe a changé, le nombre de conflits diminue. Juste la capacité d'avoir confiance de réaliser une tâche, ça vient les renforcer quand ils sont confrontés à une tâche à leur retour à l'école », conclut Mario Boulanger très heureux de savoir que le projet se poursuit en janvier.



Les quatre bénévoles du CAB de Grand-Mère impliquées dans les ateliers de cuisine avec les élèves : Noëlla Gagnon, Diane Adam, Carole Bédard et Danielle Proteau. (Photo courtoisie)



Centre d'action bénévole
de Grand-Mère

SERVICE D'IMPÔT

Du 2 au 31 mars 2026

Sur rendez-vous seulement

Revenu admissible

- 40 000\$ personne seule
- 50 000\$ couple

Critères à respecter

- Aucun travail autonome
- Aucun décès
- Aucune faillite

Sur rendez-vous seulement

À partir du 23 février 2026.

Veuillez prendre rendez-vous
en téléphonant à

Julie Boisvert

819 538-7689, poste 4

Contribution volontaire de 5\$
par personne par année d'imposition

* Territoire desservi : Grand-Mère, Saint-Georges, Lac-à-la-Tortue et Saint-Jean-des-Piles

L'HEBDO DU ST-MAURICE - www.lhebdo.stmaurice.com - Le 18 février 2026 - 5

L'hebdo du St-Maurice, 25 février 2026

50 ans du CAB de Grand-Mère: deux bénévoles sont là depuis le début

Fondé le 16 février 1976, le Centre d'action bénévole de Grand-Mère a souligné ses 50 ans lors d'un brunch réunissant plus de 200 personnes et auquel prenaient part ses partenaires et bénévoles.

Deux d'entre eux cumulent 50 ans d'implication: Simone Émond et Gertrude Trottier sont des bénévoles exemplaires très impliquées dans différents services du CABGM depuis les 50 dernières années. Elles ont reçu un hommage bien senti lors de cette activité qu'animait le quatuor QWARTZ, ponctuant l'événement de prestations musicales époustouflantes et créant une ambiance festive.

Le Centre d'action bénévole a profité de

l'occasion pour dévoiler un calendrier spécial mettant en lumière les bénévoles et leurs actions offertes à des clientèles vulnérables comme aider au maintien à domicile des personnes en perte d'autonomie dont la majorité sont des aînés, briser l'isolement des adultes et des jeunes, offrir du soutien aux personnes en situation de pauvreté et contrer l'insécurité alimentaire.

Fier de son passé et en route vers l'avenir, le Centre d'action bénévole de Grand-Mère dessert les secteurs Grand-Mère, Saint-Georges-de-Champlain, Lac-à-la-Tortue et Saint-Jean-des-Piles de la Ville de Shawinigan. Au 31 mars 2025, 7124 clients avaient été rejoints et 24 594 heures de bénévolat réalisées. (S.L.)

Le CABGM...
UN ARBRE DE VIE AU CŒUR
DE LA COMMUNAUTÉ DEPUIS
50 ANS !
1976-2026



MERCI

**À LA BELLE
FAMILLE
DU CABGM**



660, 13e Rue CP 10 006
Shawinigan G9T 5K7
info@cabgm.org  www.cabgm.org