

RAPPORT ANNUEL



2023-2024

## Table des matières

<b>MOT DE LA PRÉSIDENTE</b> .....	<b>3</b>
MOT DE LA DIRECTRICE GÉNÉRALE .....	3
<b>HISTORIQUE-MISSION-VALEURS</b> .....	<b>4</b>
NOTRE MISSION .....	4
<b>LA MAISON COUP DE POUCE, C'EST :</b> .....	<b>5</b>
LE CONSEIL D'ADMINISTRATION .....	6
L'ÉQUIPE DE TRAVAIL .....	7
LES BÉNÉVOLES .....	8
NOS MEMBRES .....	9
STATISTIQUES DE FRÉQUENTATION ET BÉNÉVOLAT .....	9
<b>PUBLICITÉS ET PROMOTION</b> .....	<b>9</b>
REPRÉSENTATIONS ET ÉVÉNEMENTS GRAND PUBLIC .....	11
<b>ACTIVITÉS ET SERVICES</b> .....	<b>13</b>
<b>VOLET ENFANT</b> .....	<b>14</b>
AIDE AUX DEVOIRS ET AUX LEÇONS .....	14
ACTIVITÉS POUR LA PERSÉVÉRANCE SCOLAIRE .....	16
VACANCES D'ÉTÉ, ANIMATIONS JOURNÉES PÉDAGOGIQUES ET SEMAINE DE RELÂCHE .....	19
HALTE-GARDERIE MINI POUCE .....	22
<b>VOLET ADULTE</b> .....	<b>26</b>
ACTIVITÉS D'ACCUEIL ET D'INTÉGRATION .....	26
ACTIVITÉS D'ENRICHISSEMENT .....	27
ACTIVITÉS DE MISE EN FORME .....	33
FÊTES ET ACTIVITÉS SPÉCIALES .....	34
<b>AUTRES SERVICES</b> .....	<b>36</b>
DISTRIBUTION ALIMENTAIRE .....	36
INTERVENTIONS ET SUIVIS PSYCHOSOCIAUX .....	39
<b>VIE ASSOCIATIVE</b> .....	<b>40</b>
L'ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE .....	40
COMITÉ VIVRE EN PAIX .....	41
CUISINE CIRCULAIRE .....	42
MOMENTS D'ÉCHANGE ET DE CONSULTATION .....	42
<b>COLLABORATIONS</b> .....	<b>43</b>
<b>LIEUX DE CONCERTATION</b> .....	<b>45</b>
<b>SOURCES DE FINANCEMENT</b> .....	<b>47</b>
<b>PERSPECTIVES 2024-2025</b> .....	<b>48</b>
PROJETS 2024-2025 .....	48
CONCLUSION .....	50
<b>MERCI À NOS FIDÈLES PARTENAIRES</b> .....	<b>51</b>



## MOT DE LA PRÉSIDENTE



C'est un réel plaisir pour moi de faire partie du Conseil d'administration de la Maison Coup de Pouce. Administratrice depuis environ 4 ans et nouvellement présidente, je suis privilégiée de faire partie de cette belle organisation.

Je me présente, Jacinthe Bussières. Je baigne dans le communautaire depuis plusieurs années. Il y a de cela plusieurs années, lorsque j'étais intervenante de milieu à TRAS, j'avais un bureau dans la Maison de quartier ce qui m'a permis de découvrir la Maison Coup de pouce. Aujourd'hui, je travaille également dans le secteur avec plusieurs partenaires, y compris la Maison Coup de pouce.

Tout d'abord, une année riche en changements pour la Maison coup de Pouce, qui a refait sa planification stratégique avec les citoyens et les partenaires afin de répondre aux besoins actuels et futurs de la population.

J'aimerais remercier toute l'équipe pour leur travail acharné sans qui la Maison Coup de Pouce ne serait rien sans elles. Je peux vous dire qu'elles sont proactives et passionnées. Elles ont su vous confectionner une programmation variée offrant des cours de danse, d'art, de cuisine, des ateliers de yoga et de bien-être, des séances de zoothérapie et du soutien à l'aide aux devoirs, à la halte-garderie, à la cuisine circulaire, à la distribution alimentaire et au camp d'été tout en offrant des services de qualité. Sans oublier, la direction Karine et l'adjointe de direction Chantale qui font un beau duo afin que la gestion administrative soit assurée.

Merci à tous les bénévoles et citoyens qui participent activement à faire fleurir l'organisme.

Pour terminer, un gros merci aussi à mes collègues du conseil d'administration pour votre engagement et votre support.

Bonne AGA!

Jacinthe Bussières, Présidente



## MOT DE LA DIRECTRICE GÉNÉRALE

Après plus de 30 ans d'existence, une mission qui en prend large, une pandémie, une inflation qui continue toujours d'augmenter une grande réflexion s'imposait. Plusieurs travaux ont été entrepris afin de s'assurer de toujours répondre aux besoins de la population. Notre tout nouveau plan stratégique 2024-2027 nous a permis de mettre en place un plan d'action collé à notre mission et aux préoccupations de nos bailleurs de fonds. Vous pourrez apprécier tout le travail encouru en parcourant le rapport d'activité.

Cette année fut une année charnière qui marque le début d'un nouveau souffle sur la Maison Coup de Pouce. Une année qui nous permettra de nous rapprocher de notre monde. Notre monde, c'est vous chers membres, partenaires, bénévoles et employés.

Je dois dire un énorme merci aux membres du conseil d'administration qui ont été fortement sollicités tout au long de l'année. Ils n'ont pas ménagé les heures afin de soutenir l'organisme. Je suis choyée de vous avoir pour me soutenir. Cette année, mon coup de cœur, il va à vous. MERCI mille fois pour votre précieuse collaboration !

*Prendre note : dû au changement de fin d'année financière, nous comptons 9 mois à notre année ce qui explique les variations à la baisse.*

## HISTORIQUE-MISSION-VALEURS



La Maison Coup de Pouce est un milieu de vie pour les enfants et les adultes en HLM du secteur Adélarde-Dugré à Trois-Rivières.

Le 23 février 1992, Sœur Yvonne, Filles de Jésus, ouvre une maison pour accueillir des jeunes du primaire dans un projet d'aide aux devoirs et leçons. Quelques parents du quartier fréquentent également la maison pour parfaire leurs connaissances académiques. Sœur Yvonne profite de l'occasion pour leur offrir des notions de formation humaine actualisées dans le vécu quotidien.

Depuis, plusieurs ateliers et services ont été créés pour bien répondre aux besoins de la clientèle afin de toujours mieux réaliser notre mission.

En 2008, offre du service de distribution alimentaire en collaboration avec Moisson Mauricie.

En 2016, la MCP s'est affiliée BGC Canada, pour son volet jeunesse.

En 2019, inauguration de la bibliothèque de quartier Marie-Paule Désaulniers.

Le 12 octobre 2022, ouverture de la halte-garderie Mini pouce.

Août 2023 La Maison Coup de Pouce devient un plateau de travail pour les personnes éloignées du marché du travail.

### NOS VALEURS

ACCUEIL

RESPECT

ADAPTABILITÉ

PLAISIR

### NOTRE MISSION

Venir en aide aux enfants et aux adultes en situation de vulnérabilité et démunis sur les plans humains, financiers, sociaux, intellectuels et pédagogiques. Défendre et promouvoir les intérêts de ces personnes. Impliquer ces personnes et favoriser leur intégration dans un processus de prise en charge tout en leur redonnant du pouvoir sur leur vie.

**« Contribuer à améliorer les conditions de vie en favorisant l'autonomie »**

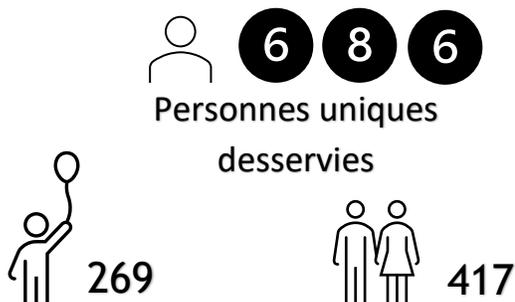
**Être un tremplin pour les personnes en situation de vulnérabilité.**

**Encourager le pouvoir d'agir et l'autonomie**

**Augmenter la qualité de vie des individus**

**Lutter contre la pauvreté et l'exclusion sociale**

# LA MAISON COUP DE POUCE, C'EST



49 bénévoles qui ont donné  
**2 469,5 heures**



**254 familles** ont reçu de  
l'aide alimentaire



**24 enfants** ont bénéficié de  
**80 journées** d'aide aux devoirs.



**32 enfants** ont participé aux activités  
estivales pendant **36 jours**.



Nous avons offert **65 activités**  
différentes et variées



**2341 interventions** ont été  
réalisées par notre équipe.



**4150 personnes** ont été  
rejointes par nos activités  
grand public



Nous avons agi en collaboration et en  
concertation avec pas moins de **37**  
organismes et écoles

## HEURES D'OUVERTURE

Du lundi au jeudi de 9h à 17h et vendredi de 9h à 16h  
L'équipe est en action entre 38.5h et 40.5h/semaine lors des soupers-répit.  
Dès 8h30 le mardi, mercredi et jeudi pour la halte-garderie.  
Dès 7h30 le mercredi pour la distribution alimentaire.  
Activité souper-répit en soirée le lundi jusqu'à 19h d'octobre à mai.

## PÉRIODE ESTIVALE

Du lundi au jeudi de 9h à 17h  
Vendredi de 9h à 14h  
L'équipe est en action 35h

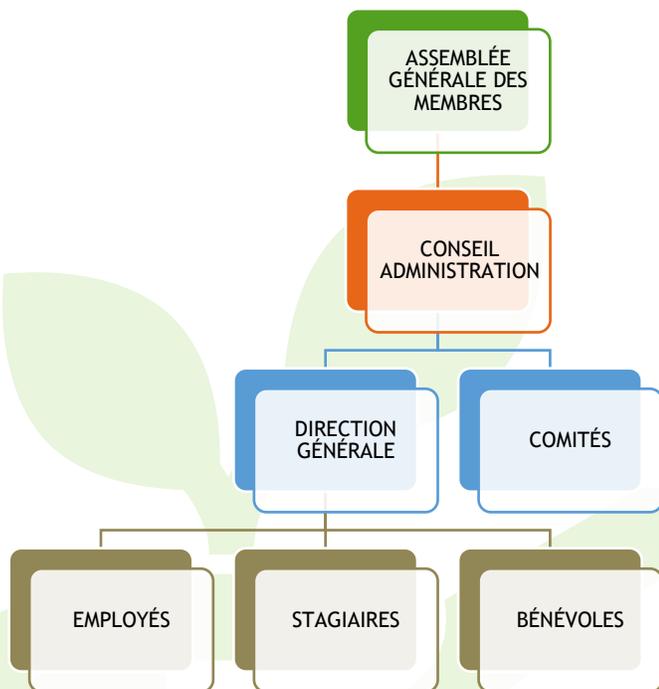
## LE CONSEIL D'ADMINISTRATION

La Maison Coup de Pouce est un milieu de vie animé et stimulant grâce à l'implication, à l'ouverture et au dévouement des membres du conseil d'administration. Tous les membres siégeant au conseil s'y impliquent dans les intérêts de la Maison Coup de Pouce et contribuent à son rayonnement.

Cette équipe est composée des gens des milieux suivants : résidents du quartier, travailleurs de secteur privé, du communautaire et de retraités.

### LES MEMBRES DU C.A. 2023-2024

Jacinthe Bussières, présidente  
 Cécile Duval, vice-présidente  
 Chantale Croisetière, trésorière  
 Josée Létourneau, secrétaire  
 Patricia Hélie, administratrice  
 Cindy Gilbert, administratrice  
 Steve Abran, administrateur



### LES TRAVAUX DU C.A.

Dû à la modification de la fin d'année financière, nous comptons 9 mois d'opération pour l'année 2023-2024.

Il y a eu cinq (5) réunions des membres du conseil d'administration et deux (2) réunions extraordinaires pendant l'année. Dix (10) rencontres en comité ont eu lieu, **totalisant environ 35h**.

Les comités sont :

Comité d'évaluation de la direction : formé de 2 membres du c.a. 1 rencontre a permis d'apprécier le travail de la direction qui se situe toujours au-dessus des attentes.

Comité plan stratégique : 2 rencontres ont eu lieu. La première en grand groupe avec l'ensemble du c.a. et l'équipe de travail pour le remue-méninge et une rencontre avec 2 membres du c.a., 3 employés et la direction générale pour l'établissement des échéanciers et des tâches.

Comité de gouvernance : formé de 2 membres du c.a. et de la direction générale. Révision et réécriture des règlements généraux et des objets de la charte afin de rendre le membership plus attractif. Mise en place d'un guide de l'administrateur afin de faciliter la compréhension des rôles de chacun. Le comité s'est réuni à 3 reprises.

Comité des ressources humaines : formé de 2 membres du c.a. et de la direction générale. Révision des postes et des échelons salariaux, conception d'un guide de rémunération et de rétention en emploi et conception de contrat de travail adapté aux postes-cadres. Une journée d'entrevue pour le poste en halte-garderie. Le comité s'est réuni à 4 reprises.

Prendre note : dû au changement de fin d'année financière, nous comptons 9 mois à notre année ce qui explique les variations à la baisse.

## L'ÉQUIPE DE TRAVAIL

Nous espérons avoir trouvé une stabilité avec notre équipe qui démontre une grande passion pour le milieu. Les spécialisations d'étude et la complémentarité des personnalités formant l'équipe sont des atouts pour offrir un service de qualité et venir en aide aux membres de la Maison Coup de Pouce.

Nous sommes heureux de vous les présenter :

- ⇒ **Karine Cinq-Mars**, Directrice générale  
Administration marketing, soutien pédagogique dans les services de garde et techniques d'éducation à l'enfance
- ⇒ **Chantale Pelletier**, adjointe de direction
- ⇒ **Claudia Beaudry-Tremblay**, intervenante communautaire  
Techniques en travail social et zoothérapeute
- ⇒ **Karine Grimard**, intervenante communautaire  
Techniques en éducation spécialisée
- ⇒ **Malaury Poulaert**, intervenante communautaire  
Techniques en travail social
- ⇒ **Jessie Dallaire**, responsable de la halte-garderie  
Techniques d'éducation à l'enfance



Prendre note : dû au changement de fin d'année financière, nous comptons 9 mois à notre année ce qui explique les variations à la baisse.

## FORMATIONS ET INFORMATIONS

Notre équipe se fait un devoir d'actualiser ses connaissances et de se tenir à jour dans les différents domaines d'intervention et d'administration. Voici les formations suivies au cours des 9 derniers mois :

**Karine CM** : Les risques psychosociaux au travail.  
Agir en sentinelle pour la prévention du suicide.  
Communication, civilité et harcèlement.  
Ergonomie au travail.  
Les différences culturelles dans les équipes de travail.

**Claudia** : Explorons nos fatigues.

**Karine G** : Colloque « Je connais mon réseau » (information regroupement d'organismes qui s'unissent pour le développement des enfants COSMOSS, le coordonnateur de RADAR, santé mentale et la gestion des émotions chez les enfants).  
Formation zéro déchet.

**Malaury** : Colloque « Je connais mon réseau » (information regroupement d'organismes qui s'unissent pour le développement des enfants COSMOSS, le coordonnateur de RADAR, santé mentale et la gestion des émotions chez les enfants).  
Projet Biblio-famille.  
Le lexique de l'EDI.

**Équipe** : Visite de l'organisme Anna et la mer.  
Formation sur les droits sociaux et information sur les services offerts par GDDS.  
Formation présentation des services de CALACS.  
3 formations de soutien au développement.

## LES BÉNÉVOLES

Pour mener à bien tous les volets d'activité, nous avons reçu l'aide de **49 bénévoles** dont 16 utilisateurs des services, 7 stagiaires, et 26 personnes hors secteur qui ont donné de leur temps pour un total **2 469,5 heures**.

Notre collaboration avec l'UQTR nous permet d'accueillir 5 stagiaires-bénévoles :

- 2 stagiaires bénévoles en médecine, de septembre à mars qui ont soutenu la halte-garderie et l'aide aux devoirs totalisant 16.5h.
- 2 stagiaires bénévoles en psychoéducation, à raison de 1 jour par semaine du 30 janvier au 29 mars pour 9 semaines totalisant 126h qui ont soutenu l'ensemble de nos activités.
- 1 stagiaire bénévole en sécurité publique est venu soutenir la distribution alimentaire 2 fois totalisant 12h.

Notre collaboration avec le Collège Lafèche nous permet d'accueillir un stagiaire en techniques d'éducation spécialisée de septembre à décembre, totalisant 315 heures.

Notre collaboration avec le Cégep de Trois-Rivières nous permet d'accueillir un stagiaire en techniques de travail social de septembre à avril, totalisant 651 heures.

## RECONNAISSANCE DES BÉNÉVOLES

### Dîners des bénévoles

Nous avons organisé **deux dîners** pour nos bénévoles, ces moments permettent de les remercier et de créer des liens avec eux. Ils sont essentiels au bon fonctionnement de notre organisme.

Nous discutons des difficultés rencontrées, des améliorations à apporter, des préoccupations et nous répondons aux questionnements. En septembre, nous en profitons pour rappeler les règles de fonctionnement. En décembre, c'est le moment de se féliciter des bons coups, de rire et de lâcher notre fou. En juin, nous les remercions pour leur implication et remercions les bénévoles qui terminent à l'aide aux devoirs.

### Hommage aux citoyens engagés

Nous avons reçu 30 billets de la ville de TR pour le spectacle *Les Trifluviennes arrivent en ville* à l'Amphithéâtre COGÉCO qui a eu lieu le 26 septembre.



2469  
X  
Merci



## NOS MEMBRES

L'adhésion est ouverte et gratuite pour toutes les personnes utilisatrices de nos services et personnes ou organismes appuyant notre cause, le tout, dans le respect de notre mission.

La Maison Coup de Pouce compte **24 membres actifs** dont 11 membres sont résidents du quartier: 21 femmes et 3 hommes. 10 membres siègent à divers comités : Groupe de locataires Vivre en paix, Conseil d'administration et comité de travail. 8 membres, utilisateurs des services de l'organisme, ont redonné du temps de bénévolat à la MCP selon leurs talents et intérêts.

En 2023-2024 nous avons révisé nos règlements généraux. Nous avons modifié la définition des membres et du quorum nécessaire pour la tenue de l'Assemblée générale, ce qui nous permettra d'augmenter le nombre d'adhésions de membres et reflètera mieux notre réalité. En date de la rédaction de ce rapport, nous en sommes déjà à **91 membres pour l'année 2024-2025**.

STATISTIQUES DE FRÉQUENTATION ET BÉNÉVOLAT							
Année	Membres	Bénévoles	Étudiants	Stagiaires	Heures bénévolat	Employés	Pers. desservies
<b>2023-2024*</b>	<b>24</b>	<b>49</b>	<b>0</b>	<b>7</b>	<b>2 469,5</b>	<b>6</b>	<b>686</b>
2022-2023	33	43	11	9	2267.5	3 à 5	602
2021-2022	26	31	24	3	2713	4 à 5	439
2020-2021	34	22	8	2	1403	3 à 6	312
2019-2020	38	53	19	6	2696	4 à 6	330

\*Prendre note : dû au changement de fin d'année financière nous comptons 9 mois d'activités.

## PUBLICITÉS ET PROMOTION



Les activités et services sont publicisés via :

Notre site Internet <https://maisoncoupdepouce.org>

Selon les statistiques d'achalandage de Google en moyenne 140 personnes par mois consultent notre site Internet

Nos pages Facebook de l'organisme **1 446 abonnés** <https://www.facebook.com/MaisoncoupdepouceTR>

De la distribution alimentaire **457 abonnés** <https://www.facebook.com/profile.php?id=100010160731463>

Notre page Instagram <https://www.instagram.com/maison.coupdepouce/?hl=fr>

Des dépliants informatifs et des encarts publicitaires sont distribués dans le quartier aux 140 portes, à la distribution alimentaire et à la halte-garderie en début de session soit septembre et janvier pour informer notre clientèle sur nos activités; ce sont environ **800 personnes** qui sont rejointes.

- Juin-juillet-août 2023 lors de notre étude de marché auprès de nos utilisateurs, **une cinquantaine de dépliants** ont été distribués, accompagnés d'explications sur nos activités.

Prendre note : dû au changement de fin d'année financière, nous comptons 9 mois à notre année ce qui explique les variations à la baisse.

Les réseaux sociaux de la Ville de Trois-Rivières, l'Office municipal d'habitation de Trois-Rivières, la CDEC de Trois-Rivières, la CDC de Trois-Rivières, et BGC Canada partagent nos informations.

Également, sur le site Internet de la ville de Trois-Rivières, de la CDC et de BGC Canada, nous retrouvons notre organisme dans leur répertoire.

Répertoire des organismes de la ville de Trois-Rivières

[organismesv3r.net/listedesorganismesDetail.aspx?id=1793](https://organismesv3r.net/listedesorganismesDetail.aspx?id=1793)

Bottin des organismes communautaires membres CDC

[https://cdc3r.org/trouvez-un-organisme-2/?w2dc\\_action=search&controller=listings\\_controller&include\\_categories\\_children=1&what\\_search=maison+coup+pouce&use\\_advanced=&field\\_contact=&submit=](https://cdc3r.org/trouvez-un-organisme-2/?w2dc_action=search&controller=listings_controller&include_categories_children=1&what_search=maison+coup+pouce&use_advanced=&field_contact=&submit=)

Trouver un club BGC Canada

<https://www.bgccan.com/fr/find-your-club/>

Bottin des membres Famille point Québec

<https://www.famillepointquebec.com/fr/membre/fiche?m=209>



Nous partageons également beaucoup d'informations via nos plateformes pour informer nos membres.

**INVITATION À UNE PIÈCE DE THÉÂTRE**  
En collaboration avec le théâtre **PASSIONS**

**PASSÉE DATE?**  
Une réflexion théâtrale et incontournable sur la réalité du temps qui file. Le tout présenté avec tact et humour!

Quand : Samedi, le 21 octobre 2023  
Heure : 19h  
Où : Centre Loisirs Multi-plus  
3730 Jacques de Labadie, Trois-Rivières (Gymnase)

Pour inscription (préférable) contactez :  
Lucie Goy : 819-878-5438 poste 2127  
Centre parsonnel.OMH@CJSSQ.ROQ  
Ouvert à tous!  
Gratuit!

**Service Citoyen**

Periode de renouvellement du Supplément de revenu garanti

Vous ne recevez pas le SRG? Vous ne recevez pas le SRG? **RENOUVEAU**

Vous avez droit au SRG? Vous ne recevez pas le SRG? **RENOUVEAU**

Plus d'informations sur le SRG, consultez nos ressources de leur site Web ou contactez-nous au 1-877-382-3826

Canaciti

**Ensemble pour vaincre**

les troubles alimentaires

10 ANS

10 ANS

chab.ca

**PROGRAMME PRÉPARATOIRE À L'EMPLOI (PPE)**

1 DURÉE DE 2 SEMAINES

2 ATELIERS EN GROUPE

3 POSSIBILITÉ D'ALLOCATION D'AIDE À L'EMPLOI

4 FORMATIONS, JOURNÉE D'OBSERVATION ET STAGE FINAL

Tu as déjà connu une problématique de dépendance?

Tu n'as pas travaillé depuis un moment et tu ne sais pas par où commencer pour te trouver un emploi?

Nous offrons gratuitement le PPE.

PROCHAIN DÉPART PRÉVU LE 11 DÉCEMBRE 2023

CONTACTEZ-NOUS AU 819 893-8777 OU MESSAGERIE FACEBOOK

**DATE IMPORTANTE!**  
INSCRIPTION À LA MATIÈRE 1 POUR A RINTE 2024.

**LA RENTRÉE DE VOS TOUT-PETITS**

VOUS POUVEZ ÉGALEMENT CONSULTER NOS FORMS POUR LES INSCRIPTIONS ET INSCRIPTIONS

La violence faite aux enfants : Comment la prévenir.

**ATELIER-CONFÉRENCE**

13 mars 2024  
19h00 à 21h00

Par Zoom  
Gratuit

ESPACE Mauricie

**Retour en classe**

Encourager la motivation et l'engagement scolaire

1 CÉLER UN ENVIRONNEMENT SOUTIENANT

2 ÉTABLIR DES OBJECTIFS RÉALISABLES

3 ENCOURAGER LA CURIOSITÉ AU QUOTIDIEN

4 VALORISER L'APPRENTISSAGE AUTONOME

5 LES EFFORTS

6 ENCOURAGER LA COLLABORATION

7 DÉCOUVRIR LES LIENSONS

8 ÉQUILIBRER LES ACTIVITÉS

9 ÊTRE UN MODÈLE

10 COMMUNICATION COUVERTE

11 DÉCOUVRIR LES LIENSONS

12 DÉCOUVRIR LES LIENSONS

**PROGRAMME DE RENFORCEMENT DES FAMILLES**

UN PROGRAMME PARENTS ET ADOS DE 12 À 16 ANS

UN SOIR PAR SEMAINE PENDANT 11 SEMAINES

DE 17H15 À 19H15

UN PROGRAMME POUR AMÉLIORER LA RELATION ET LE BIEN-ÊTRE FAMILIAL.

UN REPAS FAMILIAL INCLUS EST SUIVI D'UNE SÉANCE POUR LES PARENTS ET D'UNE POUR LES ADOS AINSI QU'UNE SÉANCE EN FAMILLE.

PARLES-EN À UN ORGANISME PARTENAIRE À TROIS-RIVIÈRES

**RENDEZ-VOUS DES ARTS INTERCULTURELS**

Journées de la culture

LES 10 OCTOBRE 2023

10h à 12h

12h à 14h

14h à 16h

16h à 18h

18h à 20h

20h à 22h

22h à 24h

24h à 26h

26h à 28h

28h à 30h

30h à 32h

32h à 34h

34h à 36h

36h à 38h

38h à 40h

40h à 42h

42h à 44h

44h à 46h

46h à 48h

48h à 50h

50h à 52h

52h à 54h

54h à 56h

56h à 58h

58h à 60h

60h à 62h

62h à 64h

64h à 66h

66h à 68h

68h à 70h

70h à 72h

72h à 74h

74h à 76h

76h à 78h

78h à 80h

80h à 82h

82h à 84h

84h à 86h

86h à 88h

88h à 90h

90h à 92h

92h à 94h

94h à 96h

96h à 98h

98h à 100h

Prendre note : dû au changement de fin d'année financière, nous comptons 9 mois à notre année ce qui explique les variations à la baisse.

## REPRÉSENTATIONS ET ÉVÉNEMENTS GRAND PUBLIC

Les représentations sont faites soit par la direction générale ou les intervenantes selon les disponibilités de la direction et les activités.

- Moisson Mauricie : AGA et AGE
- CDEC : AGA
- Équijustice : AGA
- Maison des jeunes Action Jeunesse : AGA
- TREM : Activité de lancement Ensemble pour nos tout-petits
- CDC TR : 3 rencontres des membres entre 20 et 30 organismes présents
- Centraide Mauricie : Rencontre des membres, environ 40 organismes présents
- Parution d'un article dans la revue Famille point Québec, moyenne 6 800 personnes rejointes

<https://www.famillepointquebec.com/images/file/2023/Familleduc/04%20d%C3%A9cembre%202023/Famill%C3%A9duc-D%C3%A9cembre%202023-45321-v6-web.pdf>

- Parution d'un article dans le Bulletin HLM [https://omhtr.ca/app/uploads/2023/12/bulletin-info-hlm\\_decembre-2023.pdf](https://omhtr.ca/app/uploads/2023/12/bulletin-info-hlm_decembre-2023.pdf)

Nous avons tenu un **kiosque d'information** dans trois événements, soit :

- Le 21 septembre – kiosque à la fête de la rentrée de l'école Ste-Thérèse pour présenter nos services. Notre présence a permis de renforcer les liens avec les enfants de l'école qui participent à nos activités, de démontrer notre collaboration avec l'école et rencontrer le personnel de l'école.
- 17 novembre - kiosque au colloque « Je connais mon réseau », une dizaine de personnes sont venues prendre de l'information en tout il y avait une trentaine d'organismes et une centaine de personnes présentes.
- Le 17 février - kiosque au CÉGEP de TR, présenter emplois et offres complètes de stage, environ 100 personnes ont visité l'événement tenu par les stagiaires en techniques de travail social dont une quarantaine ont pris des informations à notre kiosque.

Nous avons rejoint environ 550 personnes lors de la tenue de kiosque et d'événement et nous rejoignons environ 3 600 personnes avec notre site Internet et nos réseaux sociaux **totalisant environ 4 150 personnes grand public rejointes.**

### FÊTE DES RÉCOLTES ET DE LA DIVERSITÉ CULTURELLE

La fête de quartier qui s'est déroulée le 16 septembre a été réalisée grâce à la collaboration et le soutien de plusieurs partenaires tel que la ville de Trois-Rivières, Développement Mauricie, les députés Monsieur Jean Boulet et Monsieur René Villemure et le conseiller municipal Monsieur René Martin.

Nous remercions les **16 bénévoles** qui ont soutenu l'événement et qui ont permis à environ **250 personnes** de profiter d'une variété d'activités diversifiées. Cette implication totalise **113 heures de bénévoles.**



*Prendre note : dû au changement de fin d'année financière, nous comptons 9 mois à notre année ce qui explique les variations à la baisse.*

La fête de quartier, en plus de son volet axé sur les récoltes, a mis en lumière la richesse des cultures présentes dans notre communauté à travers une variété d'activités captivantes.

Des spectacles sur la diversité culturelle ont été présentés par des artistes locaux, tels que les talentueux Tam-Tam du Saint-Maurice. Nous avons programmé un spectacle de danse africaine malheureusement, à notre grande déception, Elvire ne s'est pas présentée.

Des activités récréatives telles que jeux gonflables, karts à pédale, ateliers de cirque, bingo et de l'animation ambulante de magie et la mascotte Pikachu ont été au rendez-vous.

La présence d'un camion de pompiers et d'une voiture de police ont attiré plusieurs curieux pour créer des moments de joie partagés par tous les groupes d'âge.

Des ateliers interactifs ont permis aux visiteurs de découvrir les traditions et les coutumes de différentes cultures, notamment à travers la cuisine et la dégustation de spécialités préparées par des résidents du quartier issus de l'immigration. Aux kiosques de dégustation, les visiteurs ont goûté au Fritail (riz légumes et agneau), à du porc avec salade de chou épicé et bananes plantains et du Foufou, des plats à saveur arabe et africaine. Nous remercions nos 3 cuisinières d'avoir donné de leur temps et partagé leur culture avec nous.

Agro-Passion nous a présenté les courges et les légumes racines ainsi que les fleurs comestibles. Une dégustation de tarte à la citrouille et de fleurs comestibles ont été offertes. Ce fut de très belles découvertes!

**Huit organismes communautaires** ont présenté leurs services à la population l'Arche Mauricie, Anna et la mer, Maison des jeunes Action Jeunesse, Atelier Action Jeunesse, Espace Mauricie, Maison de connivence et Équijustice. De plus l'organisme 1,2,3, Limoilou est venue offrir, gratuitement, du divertissement aux familles 0-5 ans.

Notre priorité fut de créer un environnement inclusif où chaque individu se sente accueilli et apprécié, peu importe son origine, sa culture ou son statut. Nous croyons fermement qu'en encourageant la diversité culturelle, nous pourrions récolter de précieuses retombées positives, telles que le renforcement des liens sociaux et la promotion de l'inclusion. Cette expérience mémorable de partage, d'échange et de célébration fut un véritable catalyseur pour la compréhension mutuelle et le respect entre les différentes communautés.

## Fête de quartier



*Prendre note : dû au changement de fin d'année financière, nous comptons 9 mois à notre année ce qui explique les variations à la baisse.*

## ACTIVITÉS ET SERVICES

### VOLET ENFANT

- Halte-garderie (0-5 ans)
- Aide aux devoirs et aux leçons (6-12 ans)
- Animation de jeux de société
- Ateliers de danse
- Activités sportives
- Ateliers de cuisine, d'art et de science
- Animations aux journées pédagogiques et semaine de relâche
- Animation activités d'été pour contrer la perte d'acquis scolaire
- Bibliothèque (prêt de livres)
- Jeunes entrepreneurs
- Repas-répit
- Zoo pédagogique

### VOLET ADULTE

- Accueil, écoute, soutien et référence
- Ateliers d'art et de cuisine
- Atelier de développement de soi (nouveau)
- Ateliers de mise en forme : Yoga, marche
- Café et jeux de société
- Cuisine collective
- Déjeuners-causeries
- Dîners parents d'enfants aux besoins particuliers (nouveau)
- Formations scolaires pour adultes
- Soutien psychosocial
- Soutien socioprofessionnel

### AUTRES SERVICES

- Bibliothèque
- Cuisine circulaire
- Club culture et Club loisirs
- Distribution alimentaire et dépannage d'urgence
- Escouade du bonheur
- Jardin collectif
- Accès à des ordinateurs

### VIE ASSOCIATIVE

- Implication bénévole
- Conseil d'administration
- Comité Vivre en paix
- Événements et fêtes
- Portes ouvertes
- Sorties de groupe
- Sondages formels et informels



## VOLET ENFANT



### ACTIVITÉS APRÈS L'ÉCOLE

Objectifs :

- Prévenir le décrochage scolaire.
- Soutenir la motivation pour l'école.
- Valoriser les talents personnels.
- Augmenter les chances de réussite en créant une ouverture sur les perspectives.

### AIDE AUX DEVOIRS ET AUX LEÇONS

Objectif :

- Valoriser la réussite scolaire
- Prévenir le décrochage
- Développer l'estime, la confiance et le respect de soi et des autres
- Faire le pont entre l'école et le suivi à la maison
- Être un système de protection
- Détecter des situations de négligence et soutenir les parents dans le développement de leur enfant

Cette activité se tient du lundi au jeudi de 15h à 17h.

Le service d'aide aux devoirs se déroule du 11 septembre 2023 au 6 juin 2024 avec une petite pause pour la période des fêtes et la relâche scolaire. Les **24 enfants uniques** ont bénéficié de **80 journées** d'aide aux devoirs au 31 mars 2024.

Le 31 août, une **journée porte ouverte** est organisée pour les **inscriptions des enfants** à l'aide aux devoirs. Malgré le fait que nous ayons distribué des encarts dans les boîtes aux lettres et nos publications, Facebook, seulement 13 enfants ont été inscrits. Par contre, nous savons que d'autres enfants se présenteront lors de la première semaine pour avoir du soutien.

Nous pouvons compter sur **9 bénévoles**, dont 4 bénévoles assidus, tout au long de l'année. 1 bénévole est présent 4 jours par semaine et les 3 autres bénévoles se partagent les journées, ce qui permet d'avoir 2 bénévoles présents presque en tout temps.

Nous avons accueilli 2 stagiaires bénévoles en psychoéducation de la fin janvier à la fin mars qui ont offert du temps les mardis et mercredis et 1 stagiaire bénévole en médecine qui s'est impliquée 3 fois. Nous avons également accueilli 1 stagiaire en éducation spécialisée de septembre à décembre et une stagiaire en travail social de la fin août à la fin avril. Pour un total de **478,5 heures de bénévolats** à l'aide aux devoirs



*Prendre note : dû au changement de fin d'année financière, nous comptons 9 mois à notre année ce qui explique les variations à la baisse.*

Puisque nous avons tous nos effectifs, des bénévoles et des stagiaires en nombre suffisant, nous offrons les activités complémentaires pour la persévérance scolaire telles que les jeux intérieurs et extérieurs, la bibliothèque et les cours de danse.



Des collations santé sont offertes tous les soirs. Grâce à notre partenaire, Fondation pour les enfants PC, nous pouvons offrir des collations variées qui peuvent être un peu plus dispendieuses. Cela nous permet d'offrir une alimentation riche en nutriments et vitamines favorisant un meilleur développement chez les enfants. Nous éduquons les enfants sur l'importance de bien s'alimenter et les effets positifs que ça apporte à leur corps. La Fondation pour les enfants PC nous a permis de faire découvrir de nouvelles collations aux enfants, comme des tortillas rôties avec du houmous ou du yogourt avec des petits fruits, des fruits séchés avec des céréales granolas, par exemple. En général, les enfants aiment ces nouvelles découvertes.

### GRÈVE DES ENSEIGNANTS

Le 21 novembre, en raison de la période de grève, nous organisons une journée spéciale avec nos jeunes de l'aide aux devoirs. **10 enfants** ont participé à cette journée spéciale à la bibliothèque de Trois-Rivières. Plusieurs enfants qui fréquentent notre organisme présentent des difficultés académiques. Les activités organisées pendant la grève avaient pour but de minimiser l'impact négatif sur les enfants.

En matinée, nous avons un atelier de lecture et bricolage. Tous les jeunes participent avec plaisir à l'atelier et chacun ajoute une touche personnalisée à leur requin en papier. Cette période a permis de développer les habiletés motrices ainsi que la créativité du groupe. Nous terminons la journée par un moment dans la grande salle à jouer à des jeux et lire des livres.



### BIBLIOTHÈQUE ET CROQUE-LIVRES

Objectifs :

- Développer chez le participant des compétences pédagogiques, intellectuelles, culturelles
- Stimuler le goût de la lecture.



Activités entourant la promotion de la lecture.

Pendant l'été, les enfants ont accès au croque-livres que nous installons sur la galerie avant de l'organisme. Un croque-livres pour les adultes est également installé sur la cour avant près de la rue.

La bibliothèque est accessible en tout temps. Elle est utilisée par les enfants de la halte-garderie et du camp d'été, mais sa vocation principale est d'offrir un service de proximité aux enfants du quartier et de l'aide aux devoirs.

Les enfants de l'aide aux devoirs ont accès à la bibliothèque de septembre à juin tous les mercredis pour emprunter des livres et faire des jeux calmes.

Les enfants de la halte-garderie y font des activités 1x par semaine afin de développer l'intérêt pour la lecture.

Les enfants du camp d'été y font des activités et peuvent emprunter des livres 2 fois pendant l'été.

Afin de maintenir l'intérêt, nous achetons régulièrement de nouveaux livres et réaménageons cette espace afin qu'il demeure attrayant.



Prendre note : dû au changement de fin d'année financière, nous comptons 9 mois à notre année ce qui explique les variations à la baisse.



Plusieurs activités complémentaires viennent se greffer à l'aide aux devoirs afin de stimuler les enfants à poursuivre leurs efforts tout au long de l'année tels que le tableau d'émulation, les jeux libres, les soupers-répit, les cours de danse et la cohorte de jeunes entrepreneurs.

Ces activités ont également pour but le développement global et académique des enfants.



## FÊTE DE NOËL EN TEMPS DE GRÈVE

En raison de la période de grève, nous organisons deux journées spéciales pour la Fête de Noël. Habituellement nous organisons une petite fête après l'école. Cette année, ce fut tout une journée complète ce qui nous a permis d'ajouter le diner et plusieurs jeux et activités tels que la décoration de biscuits en pain d'épices, jeux de mimes, trouve l'objet manquant, bonhomme pendu, chaise musicale en plus de l'habituel dépouillement de l'arbre de Noël. La fête de Noël s'est déroulée sur deux jours le 11 et 12 décembre afin de faire deux groupes puisque ça nous permet d'adapter les activités selon les âges. **13 enfants** ont participé à ces activités.

## ACTIVITÉS POUR LA PERSÉVÉRANCE SCOLAIRE

### TABLEAU D'ÉMULATION

Le tableau d'émulation permet aux enfants d'avancer leur pion selon leur assiduité et leur comportement lors des périodes d'aide aux devoirs. L'enfant se choisit une récompense lorsqu'il franchit le fil d'arrivée de son tableau.

### JEUX LIBRES SUPERVISÉS

Objectif :

- Développer chez l'enfant des compétences au niveau socioaffectif, pédagogique, intellectuel, culturel, professionnel et sportif
- Briser l'isolement en favorisant des activités dans un milieu inclusif et sécuritaire
- Développer des intérêts personnels en favorisant des découvertes par des activités ludiques
- Augmenter l'estime de soi
- Donner le goût d'apprendre, éveiller la curiosité
- Élargir leurs connaissances

Moments privilégiés avec les intervenants où les enfants ont accès à des jeux de société, des ballons, le carré de sable, des jouets, des crayons à colorier et du papier à dessin en attendant leur tour à l'aide aux devoirs. Ces activités en plus d'amuser les enfants permettent le développement de la littératie, de la numératie et le contrôle de l'impulsivité.

## SOUPER-RÉPIT

Objectifs :

- Développer chez l'enfant des compétences au niveau socio affectif, culturel et des saines habitudes de vie
- Briser l'isolement en favorisant des activités dans un milieu inclusif et sécuritaire
- Favoriser les discussions et les réflexions personnelles
- Prendre sa place positivement dans un groupe
- Développer l'autonomie et la coopération
- Augmenter l'estime de soi
- Créer des liens significatifs avec les enfants



Les soupers-répit se déroulent de septembre à juin. C'est l'activité attendue de tous. C'est un moment privilégié pour les enfants puisque seuls les enfants de l'aide aux devoirs peuvent participer à cette activité qui contribue à stimuler la persévérance scolaire.

Les enfants sont divisés en 3 groupes âgés de 6-7 ans, 8-9 ans et 10-12 ans. Chaque groupe de 5 à 7 enfants participe à 8 repas de type familial ; ce qui totalise 24 repas par année. Dû au changement de fin d'année financière, nous comptons 9 mois à notre année ce qui explique les baisses puisque le 3<sup>e</sup> groupe débute en avril, il n'est donc pas comptabilisé. Ce sont **13 enfants** qui ont bénéficié des soupers-répit.

Une intervenante anime des ateliers et discussions sur différents sujets. Les sujets sont proposés par les enfants au jour 1 de l'activité. Ils sont notés sur un bout de papier et un sujet est pioché à chacun des soupers. En plus de développer des compétences émotionnelles et sociales, les enfants apprennent à participer aux tâches familiales tels que mettre la table, faire la vaisselle et passer le balai.

Une bénévole ou une stagiaire assiste l'intervenante pour faciliter le déroulement des activités. Ce qui totalise **32 heures de bénévolat pour 16 soupers.**

Les enfants apprécient énormément ces soupers qui permettent à ceux-ci d'avoir de belles discussions sur des sujets qui les préoccupent et participent à des activités et ateliers spéciaux. Ces moments sont toujours très enrichissants et permettent de développer un sentiment d'appartenance fort chez les participants. Les enfants se sentent écoutés et compris.

## COURS DE DANSE

Objectifs : La danse est une activité physique qui mobilise les fonctions motrices (coordination, endurance cardiovasculaire, etc.), cognitives (mémorisation et visualisation), ainsi que la créativité (improvisation et expression de soi) en plus d'augmenter l'estime de soi et l'autonomie des participants.



*Prendre note : dû au changement de fin d'année financière, nous comptons 9 mois à notre année ce qui explique les variations à la baisse.*

Nous avons la chance d'avoir une intervenante qui possède des formations en danse, elle partage donc sa passion aux enfants du quartier. Une stagiaire assiste notre intervenante afin de faciliter la gestion de crise lorsque nécessaire. Ce qui représente **11 heures de bénévolat**.

Les cours de danse permettent au groupe d'avoir des moments rassembleurs dans le respect, de créer des liens et d'apprendre à aimer bouger dans le plaisir. Les enfants nous mentionnent se pratiquer chez eux ce qui est très positif pour l'acquisition de saines habitudes de vie.

**10 enfants** participent à la troupe de danse. Ils se sont familiarisés avec des techniques de ballet, hip-hop, jazz, contemporain en plus de faire du style libre. Seulement **11 cours** ont eu lieu puisque notre intervenante est en congé de maladie depuis le 12 mars.

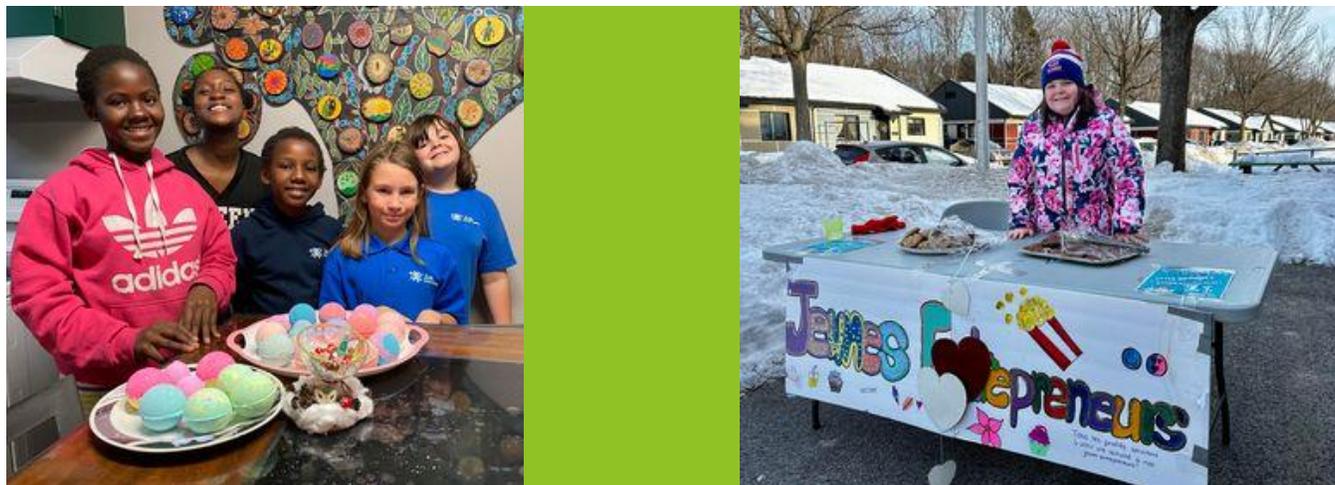
### JEUNES ENTREPRENEURS

Objectif :

- Développer chez l'enfant des compétences pédagogiques, culturelles et entrepreneuriales
- Briser l'isolement en favorisant des activités dans un milieu inclusif et sécuritaire
- Favoriser les discussions et les réflexions en groupe
- Prendre sa place positivement dans un groupe
- Augmenter l'estime de soi
- Développer l'autonomie et la coopération
- Créer des liens significatifs avec les enfants

Cette activité s'adresse aux enfants âgés de 8 à 12 ans. Les enfants participent à chacune des étapes pour monter les projets. Ils doivent participer à toutes les activités pour avoir droit à la sortie-récompense qu'ils se sont fixée au départ.

Les enfants de la première cohorte ont fait leur activité-récompense le 22 septembre. Les enfants ont tiré une leçon puisqu'ils n'ont pas réussi à amasser suffisamment d'argent pour réaliser l'activité convoitée. Ils voulaient aller au parc aquatique, une activité qui était beaucoup trop dispendieuse. Ils étaient quand même très heureux de manger au restaurant et d'aller jouer aux arcades.



Comme premier mandat de notre 2<sup>e</sup> cohorte de jeunes entrepreneurs, nos jeunes ont tenu un kiosque de nourriture lors de notre traditionnelle fête de quartier qui s'est déroulée le 16 septembre. C'est sans contredit l'activité la plus rentable. Les enfants se sont relayés, accompagnés des intervenantes, pour servir les quelque 200 participants qui sont venus acheter des hot-dogs, liqueurs, jus, popcorn et chips.

Cette année, nous voulons faire participer nos jeunes à la Grande journée des petits entrepreneurs. Notre 2<sup>e</sup> cohorte se lance donc dans la confection de bombes de bain. **Les 5 enfants** se sont réunis 2 fois pour confectionner des bombes de bain. C'est une très belle expérience! Les enfants adorent cette activité. Ils vont déterminer le prix de vente selon le nombre de bombes produites en considérant le coût d'achat des matières premières. C'est un rendez-vous au Centre Les Rivières le 1<sup>er</sup> juin 2024.

Le 25 janvier nos jeunes entrepreneurs ont confectionné des galettes qui ont été vendues lors du carnaval d'hiver du quartier qui s'est tenu le 15 février. Les 55 biscuits ont tous trouvé preneur au grand plaisir de notre relève entrepreneuriale.

Au total ce sont **5 activités** qui se sont déroulées entre septembre et avril.

## VACANCES D'ÉTÉ, ANIMATIONS JOURNÉES PÉDAGOGIQUES ET SEMAINE DE RELÂCHE

### ACTIVITÉS D'ÉTÉ

Objectifs :

- Minimiser la perte des acquis scolaires lors de la période estivale
- Développer chez l'enfant des compétences au niveau socioaffectif, pédagogique, intellectuel, culturel, professionnel, de saines habitudes de vie et des sports.
- Développer des intérêts personnels en favorisant des découvertes par des activités ludiques
- Augmenter l'estime de soi
- Donner le goût d'apprendre, éveiller la curiosité
- Élargir leur connaissance
- Sensibiliser sur l'environnement
- Briser l'isolement en favorisant des activités dans un milieu inclusif et sécuritaire ;
- Renforcer les liens entre les enfants et les intervenantes



**36 journées d'activités** plus enrichissantes et stimulantes les unes que les autres se sont déroulées du 26 juin au 24 août. Elles ont diverti **32 enfants uniques**, pour une moyenne de participation de 12 enfants/activité. Les gardes partagés et les vacances font varier le taux de participation entre 6 et 15 enfants par jour. 3 enfants issus de l'immigration se sont joints à nous pendant quelques jours. Il a été difficile de faire comprendre les consignes puisqu'ils parlaient seulement espagnol.

*Prendre note : dû au changement de fin d'année financière, nous comptons 9 mois à notre année ce qui explique les variations à la baisse.*

Une **bénévole accompagnatrice** nous permet d'amener plus d'enfants avec nous lors des sorties. Un bénévole de plus nous a accompagné lors de notre sortie à l'Expo ce qui a permis au groupe de se diviser en sous-groupes selon les âges ce qui a permis aux enfants de passer plus de temps dans les activités conçues pour eux. Nos bénévoles sont d'une aide très appréciée lors des sorties, cela représente **112 heures de bénévolat**.

Encore cette année, nous dédions une journée à la visite d'un parc de la ville de Trois-Rivières. Cette activité est très appréciée des enfants puisqu'ils partent toute la journée avec les intervenantes. Les enfants ont exploré 8 parcs où ils ont participé à des activités sportives, découvert les stations d'exercices, ont lu des histoires, ont joué dans les modules, dans le sable, dans les jeux d'eau et dans les piscines ou pataugeoires. Cela nous permet de donner un repas de plus par semaine aux enfants. Plusieurs parcs sont munis de BBQ au charbon, ce qui a permis aux enfants de manger des repas chauds à plusieurs reprises. Petites gâteries très appréciées.

Les enfants sont également allés marcher sur le sentier de la rivière Millette. C'est le moment idéal pour leur enseigner le respect de la nature. Les enfants s'intéressent à la biodiversité, ils sont curieux et posent des questions sur les éléments qui les entourent.

Les enfants ont participé à plusieurs activités de camp (chansons, tag, jeux d'eau, soccer, baseball, kick Ball, frisbee, jeux de ballons, cachette, course à relais, rallye photo, parcours, maquillage, jeux d'énigmes, jeu musical, parachute, chasses aux énigmes, jeux de société, jeux de mots, film, Cranium, loto bingo, course aux numéros, jeux du téléphone, bibliothèque, mimes, cache-cache, impro, etc.). Les activités extérieures sont toujours.



Il y a aussi les sorties ludiques et éducatives.

Les enfants ont eu le plaisir de visiter :

- ✓ Expo de TR
- ✓ Équitation et découverte du monde équestre
- ✓ Récréofun
- ✓ Vallée Rocanigan (piste d'hébertisme, plage, tyrolienne et pédalo)
- ✓ Ile Saint-Quentin (sentier, module de jeux, baignade, plage)
- ✓ Minigolf
- ✓ Cinéma
- ✓ Camping de la Péninsule (plage et glissade d'eau)
- ✓ Parc Ville Joie (baignade et plage)
- ✓ H2O (activité récompense)



Outre les activités de camp, les enfants ont également réalisé des activités d'art :

- ✓ Pixel art
- ✓ Pâte Fimo
- ✓ Papillons
- ✓ Toile – peinture avec des objets insolites
- ✓ Argile et peinture
- ✓ Dessin à la craie



Et des activités culinaires et scientifiques :

- ✓ Dentifrice d'éléphant,
- ✓ Pâte à modeler au Jell-O
- ✓ Bonbons cristallisés
- ✓ Biscuit pour chien, fête de Sonic



favorisées, mais lorsqu'il pleut nous changeons pour des activités intérieures.

En plus de prôner l'importance de l'activité physique et des saines habitudes de vie, nous accordons une attention particulière pour ajouter des notions de littératie et de numératie dans les activités. Les enfants participent à des ateliers de cuisine, des activités scientifiques et des énigmes où ils doivent trouver des mots cachés et résoudre des problèmes mathématiques pour trouver des codes secrets.

Nous avons la chance d'avoir une intervenante qui a une formation en zoothérapie. Les enfants ont appris comment approcher un animal en toute sécurité, ont développé leur travail d'équipe et ont célébré la fête de Sonic.

Pour une 3<sup>e</sup> année, nous participons au défi tchin-tchin qui incite les enfants à boire plus d'eau. Nous avons préparé de l'eau à la lime et de l'eau à la menthe ce qui a permis aux enfants d'apprécier encore plus les moments de rafraîchissements.

### JOURNÉES PÉDAGOGIQUES

L'animation de journées pédagogiques permet aux enfants de développer des compétences complémentaires en participant à des activités culinaires, sportives, artistiques et de découvertes selon les saisons et leurs intérêts.

La participation des enfants est très variable puisqu'elle est sur une base volontaire. **14 enfants uniques** participent aux journées pédagogiques. En moyenne nous avons eu 6 enfants par activité. Il y a eu **7 journées pédagogiques du 1er septembre au 31 mars**.

Les enfants ont participé à 2 ateliers de zoothérapie; une sur l'intimidation et l'autre sur l'estime de l'autre. Ils ont cuisiné des muffins aux bananes, peinturer sur de la vaisselle, confectionner des cartes de Noël et décorer la Maison Coup de Pouce. L'activité la plus populaire fut la maison hantée de l'Halloween avec 14 participants.

Pour développer les compétences parentales et créer des liens positifs, nous profitons de journées pédagogiques pour intégrer des activités où toute la famille est invitée. L'activité de cabane à sucre est toujours très populaire, **39 personnes** (27 adultes et 12 enfants) utilisateurs de nos services y ont participé.

### SEMAINE DE RELÂCHE

**9 enfants uniques** sont venus nous rejoindre pour les quatre journées de la semaine de relâche scolaire à la Maison Coup de Pouce.

Beaucoup de diversité dans les jeux et activités programmés tels que mimes, bingo, cachette, énigmes et chasse de cocos. Les 3 sorties ont permis de libérer notre énergie au Récréofun, aux activités *spécial relâche* du Centre Les Rivières et au parc Pie XII dans les modules pour profiter de la belle saison qui se pointe déjà le bout du nez.

## HALTE-GARDERIE MINI POUCE

### Objectifs de la halte-garderie

La halte-garderie permet de créer un lien avec les jeunes familles, de les intégrer dans nos activités pour briser l'isolement, de développer leurs compétences parentales et leur redonner du pouvoir sur leur vie.

Le service de halte-garderie permet également de stimuler le développement global des enfants, de détecter des problématiques et de soutenir et diriger les parents vers une ressource complémentaire au besoin.

### Heures d'ouverture

Les heures d'ouverture sont établies en fonction des autres services de notre organisme, ce qui permet aux parents de pouvoir s'inscrire aux cours aux adultes, de participer aux activités de développement parental, de causeries, de mise en forme et d'avoir du soutien des intervenants sur place si besoin.

Nous sondons régulièrement les parents pour connaître leur besoin (avant la relâche scolaire et avant l'été) et nous nous ajustons également aux services permettant le développement et la mise en action des utilisateurs.

Le service est ouvert de septembre à juin.  
Depuis septembre 2023, notre horaire est :  
Lundi de 13h à 16h  
Mardi et le mercredi de 8h30 à 16h



Jeudi de 8h30 à 12h

Totalisant 21.5 heures par semaine.

### Fonctionnement

Nos locaux sont petits, nous accueillons donc seulement 6 enfants par jour afin d'offrir assez d'espace de vie aux enfants et nous respectons également le ratio enfants-éducatrice.

Ayant plusieurs enfants qui demandent une attention soutenue, nous avons une aide-éducatrice qui se joint à l'éducatrice lors des routines. Plus particulièrement, lors des changements de couches, des sorties extérieures, des collations et des repas. Cette aide permet également d'offrir aux plus vieux, des activités adaptées à leur âge et de leur offrir du temps de qualité afin de favoriser leur développement global. Cela permet à l'intervenante de s'assurer que notre milieu reste sécuritaire et que les enfants bénéficient des soins appropriés.

Nous pouvons compter sur le soutien de **4 bénévoles** de la Maison des Grands-Parents qui viennent bercer les bébés une à deux fois par semaine. Cette collaboration a débuté en février, ce qui totalise **36 heures** de bénévolat.

### Fréquentation

Les demandes ne cessent de grandir tout comme l'état précaire de plusieurs familles. Afin de répondre adéquatement au plus grand nombre possible de demandes, nous avons instauré un système de priorisation. Ce système nous permet de déterminer la fréquentation des enfants selon leurs besoins et ceux des familles.

Toutes les demandes sont évaluées selon le besoin du parent, mais prioritairement selon le besoin de l'enfant et toujours en lien avec notre mission. L'objectif consiste à dépister, à accompagner, à intervenir et à offrir des interventions structurées et bénéfiques à l'enfant et son parent. Il est d'ailleurs essentiel d'avoir une bonne communication avec le parent et de l'amener à s'engager auprès du développement de son enfant.

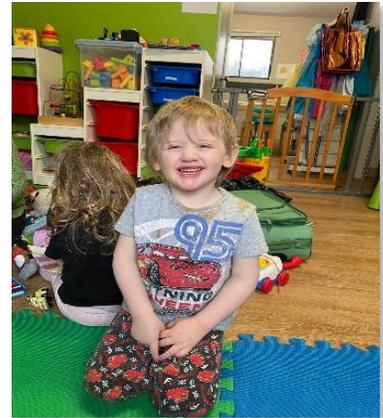


Prendre note : dû au changement de fin d'année financière, nous comptons 9 mois à notre année ce qui explique les variations à la baisse.

Lors de l'inscription ou de la fréquentation, il nous arrive de détecter des situations précaires vécues par les enfants. Comme nous sommes un filet de sécurité et que nous veillons au bien-être des jeunes enfants, nous observons et analysons les symptômes et signaux qui pourraient indiquer que la sécurité et le développement de l'enfant seraient compromis. En amont, nous travaillons avec le parent pour développer ses compétences parentales afin d'éviter de nous rendre à un signalement. Au besoin, nous le référons vers d'autres ressources telles que le CIUSSS pour l'accompagner.



Au courant de l'année, nous avons accueilli **13 enfants uniques** totalisant **760 fréquentations**. La halte-garderie a permis de soutenir **12 familles** soit pour **participer aux activités de causerie pour le développement parental (1 papa monoparental)**, pour les ateliers de cuisine (1 papa monoparental), pour la distribution alimentaire (11 familles), pour les cours aux adultes (1 parent), ainsi que des rencontres en individuel avec une intervenante (2 parents), francisation (2 enfants) et pour des activités hors organisme tel que des formations universitaires (1 parent) et le travail (2 familles).



De nouveaux enfants se sont joints au groupe en septembre, octobre, janvier et novembre. Au mois d'octobre nous avons 5 poupons inscrits, nous devons donc offrir des plages horaires réduites afin d'accommoder le plus de parents possibles puisque les besoins sont tous importants.

### Fermeture du service

Fermeture du service du 23 juin au 11 septembre 2023. Nous avons sondé les parents, il ne semblait pas y avoir de besoin pour cette période et nous manquons d'effectifs pour l'été. Fermeture de l'organisme du 24 décembre 2023 au 9 janvier 2024 pour la période des fêtes.



### Frais d'utilisation

La halte-garderie est gratuite pour les familles à faible revenu et pour les parents qui désirent utiliser nos services. Une contribution volontaire peut être faite. Cependant, pour les gens hors secteur qui ne rencontrent pas notre mission, une charge d'environ un dollar de l'heure est demandée. L'argent permet d'acheter du matériel pour la halte-garderie.

### Activités

La routine permet aux enfants de développer leur autonomie fonctionnelle et d'acquérir un plus grand nombre de compétences, ce qui favorise leur estime de soi. Nous mettons de l'avant le renforcement et la discipline positive.

La routine établie permet de travailler les éléments suivants :

- Motricité globale et fine



*Prendre note : dû au changement de fin d'année financière, nous comptons 9 mois à notre année ce qui explique les variations à la baisse.*

- Schéma corporel : l'espace qui l'entoure, les distances à respecter avec les autres.
- Organisation spatio-temporelle : les notions dessus, dessous, côtés ...
- Latéralité : Quel côté du corps est dominant
- L'autonomie fonctionnelle : s'habiller seul, se laver les mains, manger avec sa fourchette, ramasser ses jouets...
- Le développement du langage
- Aspect cognitif : concentration, la mémoire, la créativité, capacité d'attention, capacités à résoudre un problème
- Expression des émotions : contrôle, gestion de conflits, réaction face au succès ou à l'échec, réaction face à la nouveauté, capacité à supporter la frustration et la tentation.
- Concept de soi : estime de soi, initiative, sens des responsabilités,
- Relation interpersonnelle : Réaction face à l'autorité, dépendance/indépendance
- Le développement socioaffectif: les relations avec les pairs, relation avec l'adulte, la manière de rentrer en relation avec l'autre, comportement face à un groupe, respect des règles collectives, respect des autres, politesse, capacité à coopérer et partager avec l'autre.

Encore cette année, nous avons eu la chance d'accueillir Didi, **une personne-ressource de la bibliothèque de Trois-Rivières** qui vient animer des activités d'éveil à la lecture, des chansons et de la danse. Elle se présente une fois par mois et c'est la fête lorsque les enfants la voient arriver. Notre organisme possède également sa propre bibliothèque. Nous essayons d'y amener les enfants 1 fois par semaine pour qu'ils puissent développer leur intérêt pour les livres et la lecture. Cela permet aux enfants d'améliorer leur vocabulaire et tout ce qui touche à leur développement langagier.

Nous disposons d'une salle communautaire située dans la maison de quartier, contigüe à l'organisme, qui nous permet de mettre en place des activités psychomotrices et sportives les jours de pluie ou par temps froid. Sinon, nous priorisons le parc qui est adjacent à notre cour arrière pour stimuler leur développement moteur.

Nous avons des thématiques selon les fêtes (Pâques, Noël, Saint-Valentin, fête des Mères, etc.) et des bricolages et activités sur des thèmes variés tels que les animaux, la température, les saisons, les fleurs, etc. Nous consultons également la plate-forme de l'Association des haltes-garderies communautaires du Québec et Éducatout pour du soutien, des formations et des idées supplémentaires qui nous permet d'optimiser nos activités.

Nous organisons plusieurs fois par année des événements où les parents sont invités à participer avec leur enfant : fête estivale avant la fermeture des services pour l'été, fête de Noël avec Père-Noël et repas, cabane à sucre et fêtes de quartier.



### Activités spéciales enfants et parents

21 décembre 2023 – Fête de Noël halte-garderie avec les parents et le Père-Noël.

28 mars 2024 - Cabane à sucre invitation ouverte à tous

### Alimentation

Étant dans un secteur défavorisé, nous accordons une grande importance à l'alimentation des enfants. Il est important de leur offrir des collations santé et diversifiées afin de leur apporter les nutriments et vitamines essentiels à leur développement. Lors des collations et des diners, l'enfant est invité à goûter tout ce qui se trouve dans son assiette afin de lui permettre d'élargir ses connaissances gustatives et olfactives.

En terminant, la halte permet aux enfants d'acquérir l'éducation nécessaire au bon fonctionnement en groupe en passant par l'estime de soi. On leur enseigne à exprimer leurs émotions de manières adéquates et à développer des outils pour la gestion de conflits. Ils sont amenés à être fiers d'eux et à se dépasser en suivant un code de vie qui leur permet d'évoluer de manière adéquate et de répondre à leurs besoins tout en étant dans un cadre aimant et structuré.

La halte-garderie est un milieu sécuritaire et stimulant pour les enfants qui la fréquentent. Nous sommes très fiers de contribuer de manière positive et significative au parcours de chacun d'entre eux.

## VOLET ADULTE



Le 21 septembre une journée d'inscription pour les activités adultes a été organisée permettant également de rencontrer nos membres, connaître leurs intérêts et prendre de leurs nouvelles avant le début de la saison.

## ACTIVITÉS D'ACCUEIL ET D'INTÉGRATION

### ESCOUADE DU BONHEUR

Objectif :

- Informer les gens sur nos activités et les inviter à participer
- Briser l'isolement des résidents du quartier
- Développer le membership



**2 tournées** du quartier ont été effectuées les 3 et 15 juillet par nos intervenantes. L'été est le moment idéal pour aller à la rencontre des gens puisqu'ils sont assis à l'extérieur ou travaillent sur leur terrain. Cela nous permet de parler et créer des liens avec des personnes qui ne viendraient pas nous voir à l'organisme. C'est également une bonne façon de prendre le pouls du quartier. Lors de ses tournées, nous avons discuté avec **une vingtaine de personnes**.

Nous aimerions aller à la rencontre des gens plus souvent, mais le temps nous manque.

### DÎNER POUR PARENTS D'ENFANTS AUX BESOINS PARTICULIERS (NOUVEAU)

Objectif :

*Prendre note : dû au changement de fin d'année financière, nous comptons 9 mois à notre année ce qui explique les variations à la baisse.*

- Intégrer les parents pour briser l'isolement, les mettre en action et leur redonner du pouvoir sur leur vie
- Développer leurs compétences parentales et leur donner de l'assurance
- Permettre de comprendre que tous les parents sont parfois dépassés et que c'est normal
- Détecter des situations d'épuisement parental et soutenir les parents
- Les référer aux bonnes ressources si nécessaire

Le 20 juin 2023 s'est tenu un dîner pour les parents vivant avec des enfants aux besoins particuliers ce qui marque le retour de ces dîners qui permet aux parents vivant un même contexte familial de se retrouver et discuter de sujets communs.

3 dîners ont permis à 3 familles du secteur d'échanger sur leur vécu, les problèmes rencontrés, les réussites et aussi partager des solutions et des contacts. La création des liens entre les familles se forme au fil des dîners et une belle complicité s'installe.

Les dîners nous permettent également de mieux cerner les problématiques rencontrées par ces familles et de comprendre leurs besoins et préoccupations. Nous sommes très heureux de partager ces moments avec eux. Nous sentons qu'il s'installe une réelle différence dans les liens que nous avons avec les usagers.

## JEUX DE SOCIÉTÉ

Objectif :

- Briser l'isolement en favorisant la socialisation
- Redonner du pouvoir sur leur vie
- Stimuler les compétences intellectuelles
- Donner le goût de rester dans l'action

Les jeux de société sont un bon vecteur pour créer des discussions, éliminer la gêne et semer du bonheur. Considérant la réalité de la clientèle adulte (personnes seules), elle offre aussi la possibilité de tisser des liens et de parler avec nos intervenantes.

Pour la saison hivernale, nous proposons aux usagers de venir nous rejoindre pour jouer à des jeux de table. L'activité a rejoint **6 personnes** uniques. Il y a en moyenne 3 personnes qui ont participé aux **2 journées**.

## ACTIVITÉS D'ENRICHISSEMENT

### COURS AUX ADULTES

Objectif :

- Raccrocher les adultes vers la scolarisation
- Leur permettre de reprendre du pouvoir sur leur vie
- Développer leur autonomie dans une perspective durable



*Prendre note : dû au changement de fin d'année financière, nous comptons 9 mois à notre année ce qui explique les variations à la baisse.*

- Permettre la réussite scolaire des jeunes adultes

Le Centre d'éducation des adultes du Chemin du Roy a offert les services de formation en alphabétisation, de formation présecondaire et de formation secondaire du 15 septembre jusqu'au 9 juin pour une durée de 36 semaines à raison de trois demi-journées par semaine.

Ce sont **4 participants** qui ont bénéficié de **108 cours** comprenant l'anglais, le français et les mathématiques dispensés par 3 enseignants du centre d'éducation des adultes.

### ATELIERS D'ARTS

Objectif :

- Briser l'isolement en favorisant la socialisation
- Redonner du pouvoir sur leur vie
- Développer de saines habitudes de vie
- Stimuler les compétences intellectuelles
- Donner le goût de rester dans l'action

Les ateliers d'art constituent un excellent médium pour augmenter l'estime des participants, briser l'isolement et intégrer la vie artistique dans la culture populaire.

Les **26 ateliers** d'art qui se sont déroulés de septembre à mars sont des moments privilégiés où les usagers peuvent venir créer et utiliser leur créativité pour s'exprimer tout en discutant avec nous.

Lors de la première rencontre, l'intervenante a discuté avec les participants autour d'un bon café et des biscuits afin de connaître leurs intérêts et leurs idées pour la saison qui s'amorce. Les femmes aiment faire des projets qui pourraient être utiles à la maison. En moyenne, il y a entre **3 et 5 personnes aux activités**. Deux personnes nouvellement arrivées de l'Ukraine ont participé aux ateliers à quelques reprises afin de s'intégrer à leur terre d'accueil.

Les trois ateliers les plus appréciés sont :

*Prendre note : dû au changement de fin d'année financière, nous comptons 9 mois à notre année ce qui explique les variations à la baisse.*

### DÉJEUNERS-CAUSERIES



Objectif :

- Intégrer les parents pour briser l'isolement, les mettre en action et leur redonner du pouvoir sur leur vie
- Développer leurs compétences parentales et leur donner de l'assurance
- Permettre de comprendre que tous les parents sont parfois dépassés et que c'est normal
- Détecter des situations d'épuisement parental et soutenir les parents
- Les référer aux bonnes ressources si nécessaire
- Développer un réflexe de saine alimentation

Pour une troisième année, nous poursuivons avec cette activité qui nous permet de créer des liens et de discuter des inquiétudes autour d'un bon déjeuner.

En moyenne, **6 personnes** ont participé à **5 déjeuners-causeries**. L'activité est de plus en plus populaire, passant de 2-3 personnes à 7-8 personnes par déjeuner.

Les participants échangent de façon conviviale avec nos intervenantes autour d'un bon déjeuner. Ce moment de partage permet également d'aborder des sujets d'actualités tout comme de faire la promotion de saines habitudes alimentaires.

1. Le visionboard qui permet de visualiser la prochaine année en mettant de l'avant des objectifs et ce qui est souhaité pour les 365 prochains jours. Certains membres ont mentionné qu'ils l'afficheraient bien en vue afin de ne pas oublier leurs objectifs.
2. La peinture sur vaisselle, les femmes nous ont dit ne l'avoir jamais expérimenté. Elles ont laissé aller leur créativité et elles étaient très heureuses de repartir avec une tasse, un bol ou une assiette personnalisée.
3. Broderie sur sac réutilisable, organisé par notre stagiaire Marylou. Cette activité a permis de travailler la dextérité fine, ce qui fut plus difficile pour certains, mais tous étaient ravis du résultat.

En plus des nombreuses discussions, les ateliers permettent de développer chez les participants de belles complicités et de beaux moments d'entraide. Les ateliers d'art sont très appréciés, on le remarque par la participation soutenue. Ce sont toujours de beaux moments d'échanges et de discussions dans un contexte détendu et amical. Les participants nous font part du bien-être que leur apporte cette activité.



## ATELIERS D'AQUARELLE DE DÉCOUVERTE DE SOI

### Objectif

- Apprivoiser le lâcher-prise
- Développer l'acceptation de soi

14 ateliers entre septembre et mars furent animés par une ressource externe. Cette année, les femmes voulaient avoir plus de cours sur les techniques de l'aquarelle. La thérapeute a donc alterné entre les deux types de formation. Elle commence toujours les ateliers par un moment de méditation et de pleine conscience et termine en effectuant un retour sur le vécu lors de l'atelier.

Un des ateliers demandait aux participantes de dessiner différentes formes de couleurs sans savoir à quoi elles serviraient. Cette activité a permis de travailler le lâcher-prise pour se permettre d'accepter le passé, ne rien y changer et continuer vers l'avant en terminant le projet. Très belle activité qui fut fort appréciée de tous.

Les participantes apprécient ce moment où leur esprit est focalisé seulement sur la tâche à réaliser et non sur ce qui les préoccupe au quotidien. Elles nous partagent que les ateliers leur font beaucoup de bien, qu'elles en ressortent plus calmes et bien dans leur tête.

*Prendre note : dû au changement de fin d'année financière, nous comptons 9 mois à notre année ce qui explique les variations à la baisse.*

## ATELIERS DE CUISINE

Objectif :

- Briser l'isolement de la communauté, les mettre en action et leur redonner du pouvoir sur leur vie
- Intégrer les nouveaux résidents
- Développer la collaboration et l'entraide
- Développer un sentiment d'appartenance fort et positif
- Développer l'estime de soi et la fierté
- Conscientiser la population à son impact sur l'environnement
- Redonner au suivant
- Développer la vie associative

Les ateliers de cuisine sont toujours aussi populaires. Trois hommes y participent encore cette année. Cela change la dynamique et amène d'autres discussions, ce qui est très riche pour le groupe.

Lors de la première rencontre en septembre et en janvier, l'intervenante a discuté avec les participants autour d'un bon café et des biscuits afin de connaître leurs intérêts et leurs goûts pour la saison qui s'amorce.

Au total, ce sont **16 ateliers de cuisine** qui ont regroupé en moyenne 5 participants. Nous devons alterner les personnes qui veulent y participer pour en faire profiter le plus de personnes possibles. Notre cuisine n'est pas capable de supporter de grands groupes. Par contre, le fait d'être en petits groupes permet aux participants de créer plus facilement des liens. Ce sont **8 personnes uniques** qui ont profité de ces ateliers.

**BON COUP** : Un participant avait apporté une recette de riz frit qu'il voulait partager avec le groupe. Nous lui avons donc laissé diriger l'activité en supervisant les ingrédients, l'ordre de la recette et le temps de cuisson. Tout le monde a adoré la recette, ce qui fut très valorisant. Il a beaucoup aimé son expérience de leader.

**ANECDOTE** : Le dessert au tofu et fruits congelés fut tellement facile à faire et délicieux que nous réutilisons la recette pour les enfants de l'aide aux devoirs et de la halte-garderie. Un vrai délice, soutenant et savoureux!

De septembre à avril, les participants ont appris à cuisiner :

- Bœuf au brocoli
- Tarte à la courge et fromage ricotta
- Pâte à pizza
- Sauce de base la Béchamel et ses dérivés (Alfredo, au fromage, rosé, Carbonara, vol au vent, etc.)
- Riz frit au poulet et cari (recette apportée par un utilisateur)
- Tarte aux pommes et oignons caramélisés
- Cannellonis
- Poivrons et tomates farcis
- Burger au poisson
- Côtelettes de porc à l'ail, patates douces et salade d'épinard
- Gâteau fondant poire et chocolat
- Meringue
- Chillidog
- Poisson-cari à la coco
- Dessert tofu et fruits congelés
- Soupe aux légumes
- Renversés aux petits fruits



## CUISINE INTERCULTURELLE

Objectif :

- Briser l'isolement de la communauté issue de l'immigration, les mettre en action et leur redonner du pouvoir sur leur vie
- Intégrer les nouveaux résidents et permettre un partage des cultures
- Développer la vie associative
- Développer la collaboration et l'entraide
- Développer un sentiment d'appartenance fort et positif
- Initier la population à la participation citoyenne
- Conscientiser la population à son impact sur l'environnement

Nous avons eu le plaisir d'avoir 3 participantes qui nous ont partager les recettes de leur pays tel que des beignets de plantain (claclo) et sauce épicée provenance de la Côte d'Ivoire, du riz et viande avec sauce de haricot et plusieurs recettes et idées pour réduire nos déchets.

Cette activité nous a permis d'en apprendre plus sur les différentes cultures, sur le parcours migratoire des participantes et leur vécu.

## CUISINE COLLECTIVE

Objectif :

- Briser l'isolement de la communauté, les mettre en action et leur redonner du pouvoir sur leur vie
- Intégrer les nouveaux résidents et permettre un partage des cultures
- Développer la vie associative
- Développer la collaboration et l'entraide
- Développer un sentiment d'appartenance fort et positif
- Initier la population à la participation citoyenne
- Conscientiser la population à leur impact sur l'environnement
- Enseigner différentes utilisations des aliments, des restants et développer des réflexes pour économiser
- Développer de saines habitudes alimentaires

**BON COUP** : développement de liens avec nos bénéficiaires de la distribution alimentaire issus de l'immigration.

Ce beau projet qui nous permet de nous rapprocher des nouveaux arrivants voit le jour grâce à deux partenaires soit le Centre loisir Multiplus qui ont mis leur cuisine à notre disposition gratuitement et la SANA qui ont partagé l'information à leurs membres.



Prendre note : dû au changement de fin d'année financière, nous comptons 9 mois à notre année ce qui explique les variations à la baisse.

La cuisine collective permet d'offrir plus de soutien alimentaire aux membres et d'économiser en cuisinant des plats collectivement. Nous demandons une contribution monétaire aux participants variant entre 5\$ et 10\$. Le coût est déterminé selon le mets qui est cuisiné.

Nous sondons notre clientèle via les réseaux sociaux et lors des autres activités pour connaître leurs intérêts sur les plats à cuisiner. Nous priorisons des mets qui sont plus difficiles à faire pour les personnes seules ou les petites familles.

Cette année, **5 ateliers** de cuisine collective ont permis à **9 participants** de repartir avec des pots de sauce spaghetti, de ketchup aux fruits, de mijoté de bœuf et des pâtés à la viande.

**Bon coup** : la confection de vinaigrettes et sauces. Plusieurs plans de travail avaient été montés afin que les participants aient la chance d'exécuter au moins 2 recettes. À la fin les participants ont goûté à toutes les recettes et sont repartis avec des pots de sauces et de vinaigrettes. Les participants ont constaté qu'il était facile de faire plusieurs vinaigrettes et mayonnaises avec seulement quelques ingrédients. Ce fut un énorme succès!



CUISINE COLLECTIVE

## LE JEUDI 14 MARS À 9H30

LA CUISINE COLLECTIVE EST  
AU COÛT DE 5\$

AU MENU:  
KETCHUP AUX FRUITS

S'INSCRIRE LE VENDREDI 8 MARS

### Cubes de boeuf

<p><b>PORTIONS</b> 8 portions</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 2 c. à soupe (30 ml) huile d'olive ou végétale</li> <li>• 2 lbs(s) (1 kg) cubes de boeuf à ragoût</li> <li>• ¼ tasse(s) (50 ml) farine tout usage</li> <li>• 2 gousses d'ail émincées</li> <li>• 1 gros oignon séparé en huit sur la longueur</li> <li>• 1 tasse(s) (250 ml) bouillon de boeuf</li> <li>• 28 oz (796 ml) tomates en dés</li> <li>• 2 c. à soupe (30 ml) CHACUN - de sauce Worcestershire et de vinaigre balsamique</li> <li>• 1 c. à thé (5 ml) thym séché (ou 4 à 5 branches)</li> <li>• 1 feuille de laurier</li> <li>• ½ c. à thé (2 ml) EACH salt and pepper</li> <li>• 2 carottes coupées en morceaux de 1 po (2,5 cm)</li> <li>• ½ lb(s) (250 g) petites pommes de terre grattées, en quartiers</li> <li>• persil frais haché</li> </ul>	<p><b>PRÉPARATION</b> 25 min</p> 
---	---

**Chauffer** l'huile dans un faitout à feu moyen fort jusqu'à ce qu'elle soit très chaude. Faire brunir le boeuf en 4 fois. Réserver le boeuf et le saupoudrer de farine.

**Ajouter** l'ail et les oignons au faitout et cuire de 3 à 4 minutes jusqu'à ce que les oignons soient tendres, ajouter de l'huile au besoin. Ajouter le bouillon, et déglacer. Ajouter le boeuf réservé, les tomates, la sauce Worcestershire, le vinaigre, le thym, le sel et le poivre et la feuille de laurier.

**Mijoter**, à couvert sur la cuisinière ou au four à 325 °F (160 °C) pendant une heure jusqu'à ce que le boeuf soit tendre. Ajouter les légumes et cuire de 30 à 40 minutes de plus, jusqu'à ce que les légumes soient cuits. Garnir chaque assiette de persil haché.

## CINÉMA-CAUSERIE

Objectif :

- Briser l'isolement en favorisant la socialisation
- Redonner du pouvoir sur leur vie
- Stimuler les compétences intellectuelles
- Donner le goût de rester dans l'action
- Développer la vie associative

Un cinéma-causerie s'est déroulé le 6 février ayant pour sujet la succession. Un film qui a soulevé beaucoup d'interrogation et qui a mélangé les avis. **5 personnes** ont participé à cette activité qui demande une contribution financière puisque nous sommes allés voir le film au cinéma.

*Prendre note : dû au changement de fin d'année financière, nous comptons 9 mois à notre année ce qui explique les variations à la baisse.*

## ACTIVITÉS DE MISE EN FORME

Objectif :

- Briser l'isolement en favorisant la socialisation
- Redonner du pouvoir sur leur vie
- Développer de saines habitudes de vie
- Stimuler les compétences intellectuelles
- Donner le goût de rester dans l'action
- Apprendre à gérer leur anxiété
- Améliorer leur condition physique

### CLUB DE MARCHÉ

Le retour du club de marché a été demandé par des résidents du quartier. Nous reprenons donc la marche lorsque la température le permet.

Ce sont 4 sorties qui ont été fait en septembre et octobre avec 2 participants. Le froid et la neige ont raison de nos marcheurs et marquent la fin de la marche.



**Notre petit sondage maison** nous a permis de constater les bienfaits de cette activité sur les participants. Ils ont nommé l'importance de la respiration pour reprendre le contrôle de leurs pensées et l'apprentissage de certaines postures qui soulagent des douleurs persistantes.



### YOGA

À la demande générale, nous reprenons les ateliers de yoga en octobre. 14 ateliers ont regroupé en moyenne 5 participantes qui bénéficient des bienfaits que le yoga apporte.

Nous accueillons de nouvelles participantes, l'enseignante prend le temps d'expliquer aux nouveaux le fonctionnement et explique que chacun y va à son rythme et selon ses propres défis, que personne n'est dans le jugement.

Les participantes apprennent à se relaxer en contrôlant leur respiration et en dirigeant leur pensée vers des idées positives. L'enseignante de Yoga adapte les positions lorsqu'une personne a de la difficulté avec une posture. Nous avons une professeure de yoga qui est à l'écoute des besoins et les gens l'apprécient. Elle apporte des discussions telles que l'impact de l'énergie que nous dégageons au quotidien, notre force intérieure, la confiance en soi, notre rapport avec les autres, etc. Les gens apprécient ces échanges et posent de nombreuses questions reliées à leur vie personnelle.

L'activité se termine autour d'une collation santé et d'un retour sur les ateliers. Les participantes apprécient grandement les cours qui leur apportent beaucoup de bienfaits physiques, mais aussi psychologiques.

Les cours ont cessé à la fin mars puisque notre enseignante de Yoga s'est blessée à un pied et attend d'être opérée.

## FÊTES ET ACTIVITÉS SPÉCIALES

Objectifs :

- Briser l'isolement de la communauté, les mettre en action et leur redonner du pouvoir sur leur vie
- Intégrer les nouveaux résidents et permettre un partage des cultures
- Informer les gens sur nos activités et les inviter à participer
- Développer la vie associative
- Développer le membership
- Développer la collaboration et l'entraide
- Développer un sentiment d'appartenance fort et positif
- Initier la population à la participation citoyenne

### ACTIVITÉS D'ÉTÉ – LES VENDREDIS POUR ADULTE

Objectif :

- Briser l'isolement en favorisant la socialisation
- Redonner du pouvoir sur leur vie
- Développer de saines habitudes de vie
- Stimuler les compétences intellectuelles
- Donner le goût de rester dans l'action

À la demande de nos membres qui disent s'ennuyer de nous l'été, nous proposons des activités diversifiées pour les adultes les vendredis. Plusieurs n'ont pas de véhicule, ce qui rend leurs déplacements difficiles. Nous offrons donc le covoiturage avec nos intervenantes pour les sorties.



Malgré plusieurs demandes, les adultes ont été peu nombreux cette année à participer aux activités. Nous avons dû annuler certaines activités par manque d'inscription. Les activités qui ont été réalisées sont le minigolf (4 personnes) et la Vallée Rocanigan (4 personnes). Nous avons 6 personnes d'inscrites pour le Maïkan, mais nous avons dû annuler à cause de la température.

#### BINGO

Objectif :

- Briser l'isolement en favorisant la socialisation
- Donner le goût de rester dans l'action

Le 30 janvier nous organisons un BINGO afin de faire sortir les gens de chez eux. Nous savons que par temps froid les personnes seules sont plus sujettes à s'isoler. **8 personnes** ont participé à cette activité.

#### CAFÉ-CAUSERIE

Objectif :

- Briser l'isolement en favorisant la socialisation
- Donner le goût de rester dans l'action

Le 13 février, **5 personnes** se sont jointes à nous pour parler de tout et de rien autour d'un bon café. Nous savons que par temps froid les personnes seules sont plus sujettes à s'isoler.



## FÊTE DE NOËL - ADULTES

### Objectif :

- Briser l'isolement en favorisant la socialisation
- Donner le goût de rester dans l'action
- Développer un sentiment d'appartenance fort et positif

19 décembre, une journée de Noël a été organisée pour les adultes qui participent à nos activités. Il y avait 14 participants, dont 1 homme et 13 femmes. Pour cette journée spéciale, des petites bouchées ont été servies et des jeux de Noël ont été organisés. Quelques chanceux ont gagné des cadeaux de participation.



## CABANE À SUCRE

Le vendredi 22 mars, **39 personnes** (27 adultes et 12 enfants) utilisateurs de nos services nous ont rejoints pour un dîner à la cabane du Boisée. Une petite contribution fut demandée pour participer à cette activité.

C'est une activité très populaire qui permet aux intervenantes de renforcer les liens avec nos membres, d'intégrer de nouvelles personnes et de briser leur isolement. Nous avons intégré les deux participantes du plateau de travail afin de développer leur sentiment d'appartenance. Plusieurs familles en profitent pour passer un bon moment ensemble. Cela nous permet également de voir l'interaction entre eux.

Les liens entre les membres, les discussions et les échanges étaient riches. La sortie fut appréciée de tous malgré le froid.



## AUTRES SERVICES



### DISTRIBUTION ALIMENTAIRE

Objectif :

- Combler les besoins de base en alimentation
- Développer la vie associative
- Développer la collaboration et l'entraide
- Initier la population à la participation citoyenne
- Conscientiser la population à leur impact sur l'environnement
- Acquérir des expériences de travail
- Détecter des problématiques et des besoins,
- Offrir un service d'écoute, d'aide, de soutien, d'accompagnement et de référencement

Cette activité réalisée en collaboration avec Moisson Mauricie permet d'offrir un soutien hebdomadaire pour combler les besoins alimentaires de base des personnes en situation de pauvreté. Nous effectuons également des dépannages alimentaires selon les besoins et demandes des familles. Nous soutenons les gens du quartier Adéland-Dugré et du secteur nord de la ville de Trois-Rivières ou plus selon les demandes de Moisson.

La distribution alimentaire nous permet de garder contact avec les gens, de les référer vers divers organismes pour répondre à d'autres besoins, de prévenir les problématiques d'isolement et de désorganisation ainsi que les risques liés à l'itinérance. Nous profitons de cette vitrine pour inviter les usagers dans nos différents volets d'activités selon leurs besoins.

La distribution a lieu tous les mercredis matin sauf les deux semaines de la construction en été et deux semaines en hiver, soit pendant le temps des fêtes. Totalisant **48 distributions** alimentaires par année.

Toujours en constante augmentation depuis le début de la pandémie, le nombre de participants est en augmentation passant de 204 familles inscrites actives en juin 2023 à **254 familles au 31 mars 2024**. Ce qui représente **406 adultes et 257 enfants** totalisant **663 personnes uniques desservies\*** par notre distribution alimentaire ; une augmentation de 107 personnes.



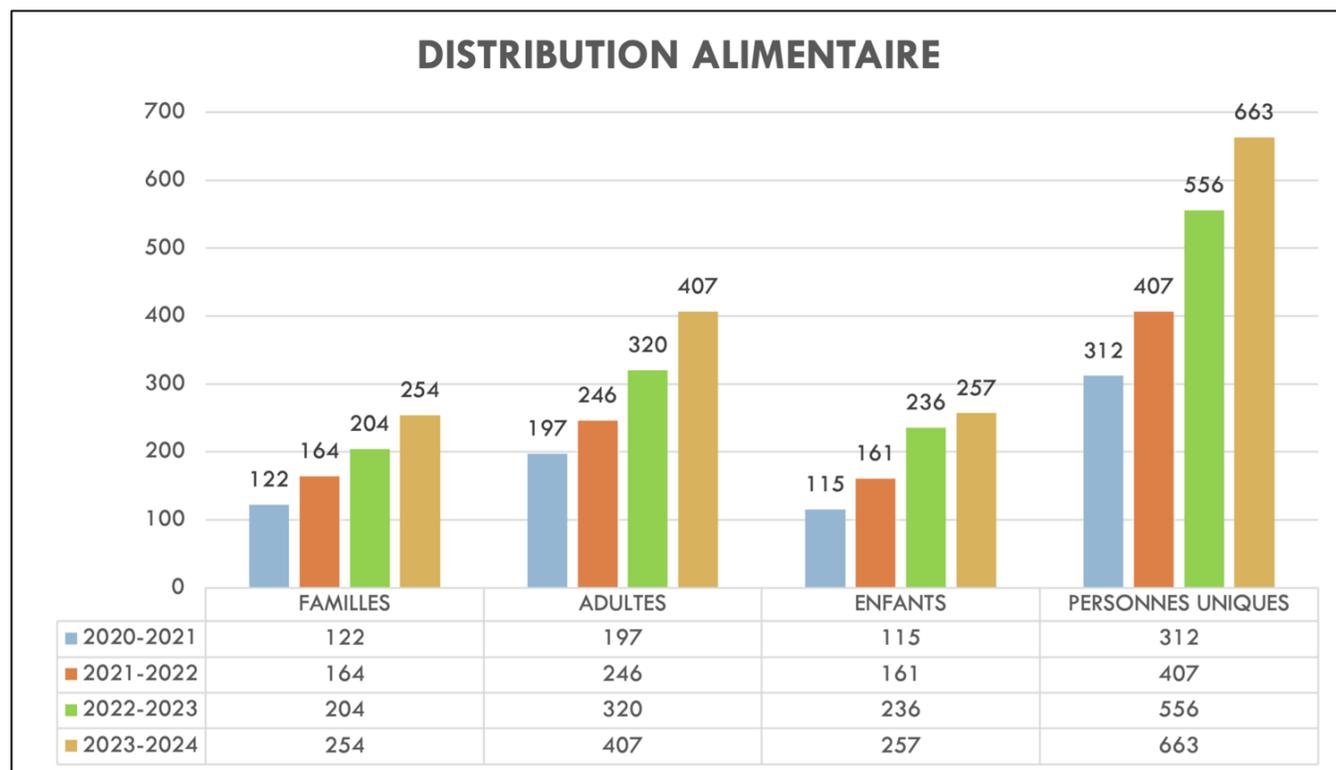
Au 31 mars, nous soutenons en moyenne 85 familles par semaine, totalisant jusqu'à 214 bouches nourries par semaine. Nous accommodons une dizaine de familles qui sont dans l'impossibilité de se présenter sur nos heures de service dû à leur travail ou parce qu'ils sont à l'école, ce sont 5 familles de plus que l'an passé.



**\* Ces chiffres sont très inquiétants**

Nous observons des augmentations, oscillant entre 95 et 149 personnes par année, depuis 4 ans ce qui est très inquiétant.

Les demandes de dépannage alimentaire sont également en augmentation, variant de 8 à 14 par mois. Ce qui est le double des dépannages donnée l'an passé.



**EFFETS PANDÉMIE ET INFLATION** : Du 1<sup>er</sup> juillet 2020 au 31 mars 2024, ce sont 132 nouvelles familles actives qui se sont inscrites totalisant 351 bouches supplémentaires à nourrir. Les répercussions postpandémiques se font encore ressentir avec les hausses du coût de la vie qui se maintiennent à un niveau très élevé.

### **FAITS SAILLANTS**

En septembre, nous devons encore ajouter un groupe dû à l'augmentation constante des inscriptions. Nous avons maintenant 7 groupes. Le premier groupe débute à 9h et le dernier groupe est planifié à 13h. Il nous était impossible de débiter le groupe du matin plus tôt puisque nos bénévoles arrivent déjà à 7h30 pour vider le camion de denrées, trier et placer les denrées et les comptabiliser avant l'arrivée des premiers bénéficiaires. Nous offrons le diner aux bénévoles pour les garder jusqu'en après-midi.

Octobre, pour une première année, nous procédons à l'**inscription des paniers de Noël qui sont offerts en collaboration avec Les Artisans de la paix**. Comme les participants doivent obligatoirement fournir leurs preuves de revenus et informations personnelles pour recevoir les paniers, cela nous permet de mettre à jour nos fiches des participants à la distribution. Nous avons distribué 96 paniers de Noël et 63 cadeaux pour les enfants en décembre. Cette distribution nous a demandé beaucoup de mobilisation de la part de notre équipe et la charge de travail fut énorme.

En décembre, nous accueillons un jeune qui doit faire 30 heures de **travaux communautaires**. Nous offrons la possibilité à **Équijustice** d'envoyer des jeunes à notre organisme pour faire des travaux ou des actions réparatrices.

Janvier, février, nous remarquons une baisse importante depuis le retour des fêtes, environ 20 familles. Nous croyons que cette baisse est due en partie à l'engouement pour les paniers de Noël qui a incité des personnes à s'inscrire, aux nouveaux arrivants qui ne comprennent pas bien le fonctionnement des distributions alimentaires et à la vérification de l'admissibilité des bénéficiaires dont certains dépassaient le revenu familial accepté. Cette baisse fut temporaire, en mars, nous accueillons jusqu'à 85 familles dues aux nouvelles inscriptions.

## PARTENAIRES

Grâce au soutien de partenaires, nous pouvons assumer les nombreux dépannages d'urgence tout au long de l'année. Une partie des denrées est également redistribuée à la distribution alimentaire.

 Cette année, le Centre loisir Multiplus a fait 2 événements pour récolter des denrées, soit en avril et en décembre. Ils sont venus nous porter l'équivalent de 225 sacs d'épicerie. Nous remercions Cindy et les bénévoles pour ce soutien.



<https://www.facebook.com/photo?fbid=972847960935807&set=pcb.972847777602492>



Février est toujours une période de l'année très difficile à la distribution, nous remercions les élèves de l'école Kéranna pour avoir amassé des denrées. Le 24 février, nous sommes allés chercher une trentaine de boîtes.



Merci à l'Office municipal d'habitation de Trois-Rivières pour le prêt du local permettant l'accessibilité à une distribution alimentaire dans le quartier.

## MERCI AUX BÉNÉVOLES

**Dix (10) bénévoles** constitués de membres, d'usagers et de stagiaires contribuent au bon fonctionnement de la distribution alimentaire totalisant environ **1 680 heures** annuellement. Parmi eux, 6 bénévoles sont assidues dont 3 personnes non-utilisatrice des services. Nous voulons dire un merci spécial à nos bénévoles qui ont su s'adapter aux nombreux changements vécus encore cette année et qui nous ont soutenus par leur présence constante.



## INTERVENTIONS ET SUIVIS PSYCHOSOCIAUX

Objectif :

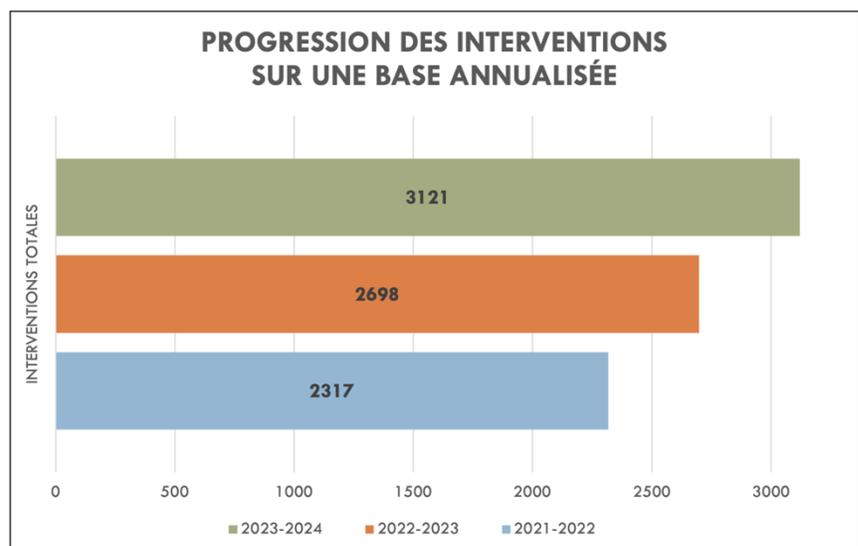
- Détecter des problématiques et des besoins, offrir un service d'écoute, d'aide, de soutien, d'accompagnement et de référencement
- Amener la personne à trouver des solutions à ses problèmes et l'accompagner dans le processus de mise en action
- Aider au maintien de la santé mentale des usagers
- Aider la personne à reprendre du pouvoir sur sa vie

Nos intervenantes sont sollicitées quotidiennement, que ce soit dans la cour, sur le pas de la porte, lors de promenades dans le quartier, lors des activités (aide aux devoirs, distribution alimentaire, halte-garderie, ateliers, etc.) par les enfants ou les adultes. Chicanes, anxiété, problèmes de socialisation, gestion des émotions, demandes d'aide, de soutien et d'information.

Les demandes de soutien et de suivi en privé continuent de se multiplier. Toxicomanie, contraintes familiales, violence conjugale, maladies mentales, chicanes de voisinage, isolement, anxiété, pathophobie, hospitalisation et insécurité financière grandissante font partie des besoins de soutien que nos intervenantes rencontrent de plus en plus souvent.

Les intervenantes soutiennent également les usagers (enfants et adultes) avec le suivi de leur plan d'intervention en les aidant à trouver des solutions et en les assistant au besoin. Nous avons également commencé à offrir du soutien à domicile pour les personnes seules et les familles. Les intervenantes se sont déplacées dans **2 familles à 14 reprises** afin de les soutenir dans le développement de leurs compétences parentales, au soutien des routines et des comportements difficiles. Les intervenantes ont également soutenu **3 personnes seules en se déplaçant à 12 reprises** dans leur résidence afin de les aider à s'organiser et à se mettre en action.

Au total, ce sont **2 341 interventions** qui ont été comptabilisées sur 9 mois, dont 316 sont non programmées, ce qui veut dire qu'elles se sont produites en dehors des activités et des rendez-vous et **69 se sont déroulées en collaboration avec des intervenants de l'école Ste-Thérèse, de Moisson Mauricie, du CIUSSS, du SANA, du DPJ, de l'OMHTR, d'Équijustice, de la police de Trois-Rivières, SEMO Mauricie, et autres organismes.** Nous avons soutenu **686 personnes uniques.**



*Prendre note : dû au changement de fin d'année financière, nous comptons 9 mois à notre année ce qui explique les variations à la baisse.*

## FRIPERIE

Objectif :

- Comblent les besoins de base
- Développer la vie associative
- Développer la collaboration et l'entraide
- Initier la population à la participation citoyenne
- Conscientiser la population à leur impact environnemental
- Fournir des expériences de travail

En 2023, nous avons commencé l'installation de notre friperie *D'un support à l'autre*. Malheureusement, nous avons dû mettre le service sur pause sans avoir pu inaugurer ce projet **en collaboration** avec la Maison des jeunes Action Jeunesse et l'Office municipal d'habitation en raison d'un problème d'infiltration d'eau qui perdure dans les sous-sols.

## TRANSPORT SOLIDAIRE ET TARIFICATION SOCIALE

Nous mettons à la disponibilité des gens du quartier une carte d'autobus. Le financement n'ayant pas été reconduit, les usagers ne pourront plus bénéficier de ce programme qui se termine fin juillet 2023.

Deux personnes sont venues faire leur inscription pour la tarification sociale du STTR. C'est un très beau projet qui permet de donner de l'autonomie à des personnes qui vivent en situation de précarité pour 35\$ par mois.

## VIE ASSOCIATIVE



Comme décrit précédemment dans ce rapport, l'apport des bénévoles est essentiel à la tenue des activités de l'organisme. Outre toutes les informations précédemment soulignées, la vie associative permet à la communauté de faire vivre l'organisme par leurs idées et leurs implications.

## L'ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE

Le 25 septembre, 16 personnes étaient présentes à notre assemblée générale annuelle. 15 personnes sont des membres de la Maison Coup de Pouce. La levée de l'assemblée a été constatée à 18h14.

Hebdo journal <https://www.lhebdojournal.com/archives/6-septembre-2023/>

Publication Facebook

<https://www.facebook.com/photo.php?fbid=635922585354103&set=pb.100068091025339.-2207520000&type=3>

**AVIS DE CONVOCATION  
MAISON COUP DE POUCE T.-R.**

**Assemblée générale annuelle**  
Lundi 25 septembre 2023 à 17 h  
au 5593, rue Jean-Paul-Lavergne,  
Trois-Rivières

Par la suite, un léger goûter vous sera servi  
durant lequel vous pourrez visiter nos locaux  
et rencontrer les membres de notre équipe.

**L'ordre du jour et le procès-verbal  
vous seront envoyés par courriel**

**Réservation obligatoire**  
**819 693-7036**

 Fière membre de  


## COMITÉ VIVRE EN PAIX



Les membres autour de la table sont les organismes du quartier soit Maison Coup de Pouce, Maison des jeunes Action jeunesse, Office municipal d'habitation de Trois-Rivières, Ville de Trois-Rivières, Équijustice et 2 à 4 résidents du quartier. Tous les résidents du quartier sont les bienvenus.

Les 5 rencontres qui se sont déroulées à la maison de quartier nous ont permis de prendre le pouls de la communauté, de connaître leurs inquiétudes et les problématiques rencontrées. Le comité s'occupe également d'organiser quelques événements de quartier.



### Suivi des dossiers en cours :

Préparation de l'activité hivernale (15 février 2024)

Préparation de la journée d'embellissement (10 mai 2024)

Conception d'un dépliant promotionnel

Conception d'un tableur Excel permettant la tenue de renseignements sur les bénévoles du quartier

### CARNAVAL D'HIVER

Le 15 février a eu lieu une fête hivernale sous le thème de la Saint-Valentin. Environ **35 personnes** du quartier sont venues profiter de la journée. Dans le but de faire bouger les gens, plusieurs activités étaient offertes à l'extérieur telles que jeux de Balles et Échelles et jeux de poche et à l'intérieur des jeux de table étaient à la disposition des gens. Du Chocolat chaud et de la soupe (offerte par les Artisans de la Paix) étaient servis pour réchauffer les participants. Nos jeunes entrepreneurs ont vendu des galettes. **3 bénévoles** ont donné de leur temps pour l'organisation totalisant **16 heures**.

### JARDIN COLLECTIF

Implication citoyenne des gens du quartier. Développer l'autosuffisance et la fierté de récolter le fruit des efforts fournis collectivement. Le Jardin collectif est en collaboration avec le Maison des Jeunes Action Jeunesse et le comité Vivre en paix. Cette année, un effort supplémentaire a été fait afin d'augmenter la participation des membres. Des affiches furent créées pour informer et inviter les gens. Elles ont été et installées sur les clôtures de la cour arrière des organismes. Nous avons également aménagé plus de jardins. Il est difficile de comptabiliser le nombre de personnes qui le cultive puisque souvent elles viennent en dehors de nos heures d'ouverture.



## CUISINE CIRCULAIRE

### Objectif

- Briser l'isolement de la communauté, les mettre en action et leur redonner du pouvoir sur leur vie
- Intégrer les nouveaux résidents
- Développer la collaboration et l'entraide
- Développer un sentiment d'appartenance fort et positif
- Développer l'estime de soi et la fierté
- Initier la population à la participation citoyenne
- Conscientiser la population à leur impact sur l'environnement
- Redonner au suivant
- Développer la vie associative

Au départ, le but était d'éliminer le gaspillage alimentaire en cuisinant les aliments restants de la distribution alimentaire et de redistribuer les mets préparés aux usagers. Avec le temps, nous avons ajouté d'autres objectifs d'éducation, de valorisation, d'écoute et de soutien à cette activité.

En général, nous cuisinons 1 à 2 vendredis par mois selon les surplus. Cette année, dû au manque de denrées, nous avons fait seulement **3 cuisines**. Les quatre recettes furent réalisées avec des aliments que nous avons en grande quantité et qui sont peu aimés des bénéficiaires soit des pommes, citrouille, des oignons, des patates douces et du yogourt. Des personnes utilisatrices des services de la distribution alimentaire sont invitées à venir cuisiner avec les intervenants. Cela permet de développer le sentiment d'accomplissement et d'appartenance chez les participants. De plus, ils apprennent à cuisiner et à transformer des aliments qu'ils reçoivent à la distribution alimentaire. C'est un moment privilégié de partage, ce qui mène souvent aux confidences. Les gens sont très contents de participer à cette activité et de repartir avec une portion du fruit de leur travail.

Les plats préparés sont remis à la distribution alimentaire suivante. Nous donnons également la recette aux gens pour qu'ils puissent la refaire à la maison.

## MOMENTS D'ÉCHANGE ET DE CONSULTATION



### PLANIFICATION STRATÉGIQUE

Dans un monde en évolution, comme nous le connaissons présentement et avec l'augmentation constante des demandes de soutien, avec une mission aussi large que la nôtre, nous nous devons d'être prudents dans notre évaluation des besoins afin de bien répondre à cette clientèle changeante et en respect avec notre mission.

Une bonne planification stratégique se doit d'impliquer les parties prenantes (clientèle, partenaires, ressources humaines, bénévoles et membres du conseil d'administration) dès le début du processus. Nous avons donc été de l'avant, le 16 juin, dans la consultation d'un premier groupe de discussion avec nos partenaires. Ensuite, nous avons

**78% des utilisateurs se disent très satisfait de nos services**

élaboré un questionnaire qui a été soumis à notre clientèle lors des distributions alimentaires du 14 juin au 23 août. Comme nous devons assister plusieurs personnes pour répondre au sondage, cela demande une grande implication de la direction générale et des intervenantes. **55 personnes (familles) ont répondu au sondage**, considérant que nous avons en moyenne 92 familles qui utilisent hebdomadairement les services de la distribution alimentaire, cela représente donc **un taux de participation de 60%**. Par la suite, un **groupe de discussion s'est tenu le 29 août avec les 9 personnes** qui s'étaient portées volontaires.

Nous sondons également, comme partie prenante, les membres du conseil d'administration et les ressources humaines, un questionnaire a été envoyé à 14 personnes. Le 7 septembre 2023 s'en est suivi un groupe de discussion permettant de tirer les grands axes qui serviront à mettre la table pour notre prochain plan stratégique 2023-2027.

Le 1er décembre nous finalisons notre plan stratégique en déterminant les grands enjeux, les personnes-ressources et les priorités. Ce long travail a mis la table à un plan d'action qui a été remanié afin d'y inclure les ressources humaines et bénévoles et le formuler en respect avec notre mission, nos capacités et nos principaux bailleurs de fonds.

## COLLABORATIONS



### ÉTABLISSEMENTS SCOLAIRES

#### ÉCOLE STE-THÉRÈSE

Rencontre équipe-école

Nos intervenantes ont collaboré à 2 plans d'intervention et au suivi de ceux-ci concernant des enfants du quartier. Il s'agit d'enfants que nous connaissons bien puisqu'ils participent à nos activités et à l'aide aux devoirs.

Nous avons une très bonne communication entre nos intervenantes et les intervenantes de l'école. Les communications se font au besoin, ce qui permet d'assurer les suivis nécessaires sans attendre.

#### UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À TROIS-RIVIÈRES

Nous avons reçu, de septembre à la fin mars, 5 stagiaires bénévoles qui ont offert du temps selon leur disponibilité, ce qui totalise 154.5 heures de bénévolat.

Notre collaboration avec l'UQTR nous permet d'accueillir 5 stagiaires-bénévoles :

- 2 stagiaires bénévoles en médecine, de septembre à mars qui ont soutenu la halte-garderie et l'aide aux devoirs totalisant 16.5h
- 2 stagiaires bénévoles en psychoéducation, à raison de 1 jour par semaine du 30 janvier au 29 mars pour 9 semaines totalisant 126h qui ont soutenu l'ensemble de nos activités.

- 1 stagiaire bénévole en sécurité publique s'est impliqué à la distribution alimentaire 2 fois totalisant 12h.

En novembre, une rencontre d'information nous présente la possibilité de développer un nouveau partenariat avec le département de psychoéducation pour les étudiants à la maîtrise. Une nouvelle collaboration voit le jour. En septembre 2024 nous accueillerons notre première stagiaire à la maîtrise. Ce sera un plus pour notre organisme qui ne peut pas se permettre de payer le salaire d'une psychoéducatrice.

### COLLÈGE LAFLÈCHE

Notre collaboration avec le Collège Lafèche nous permet d'accueillir 1 stagiaire, techniques en éducation spécialisée de septembre à décembre, totalisant 315 heures.

### CEGEP T.R.

Notre collaboration avec le Cégep de Trois-Rivières nous permet d'accueillir 1 stagiaire, techniques en travail social de septembre à avril, totalisant 651 heures.

Deux élèves sont venus nous rencontrer pour prendre des informations dans le cadre d'un travail qui demande de mieux connaître les organismes communautaires. Une étudiante en techniques de travail social et une étudiante en éducation à l'enfance.

### COLLÈGE SHAWINIGAN

Une élève en éducation à l'enfance a appelé pour prendre des informations dans le cadre d'un travail qui demande de mieux connaître ce que font les haltes-garderies communautaires.

## INTERORGANISMES

### CLUB CULTURE, CLUB LOISIRS DE CULTURE 3R

Objectif :

- Briser l'isolement en favorisant la socialisation
- Stimuler les compétences intellectuelles
- Donner le goût de rester dans l'action



En collaboration avec Culture 3R, **12 personnes** ont reçu une paire de billets pour assister à des spectacles ou visiter des musées gratuitement. Voici quelques exemples de spectacles et d'activités qui ont été distribuées par Culture Trois-Rivières : Jo Cormier, Pierre-Luc Pomerleau boxe et humour, gala de lutte.

### PROGRAMME DE RENFORCEMENT DES FAMILLES (PRF)

Organisée par l'organisme Équijustice, l'activité se déroule à la Maison de Quartier. Comme la situation des infiltrations d'eau dans les sous-sols n'est toujours pas réglée, nous continuons de **prêter nos locaux** à l'organisme qui chapeaute ce beau projet.

### SOCIÉTÉ SAINT-VINCENT DE PAUL

Distribution des coupons *bonne mine* et des coupons pour l'achat de bottes et souliers.

### LE NOËL DU PAUVRE

Collaboration pour l'inscription des participants et la remise des chèques

### LES ARTISANS DE LA PAIX

Collaboration pour les inscriptions et la distribution des paniers de Noël et des paniers de la rentrée.

### MAISON DES GRANDS PARENTS

Nous avons rencontré la personne-ressource pour qu'elle nous parle du projet, *les savoirs oubliés*, que nous trouvons très intéressants. Des ateliers sur le partage intergénérationnel verront le jour bientôt. Nous en avons profité pour lui parler de notre organisme et de nos besoins de bénévoles. Cet échange a développé une **nouvelle collaboration avec leurs membres** qui viennent bercer les bébés à la halte-garderie.

### MEMBRE DE CONSEIL D'ADMINISTRATION D'ORGANISME

CDECTR depuis 2022

CDCTR depuis 2023

### TABLE D'INFORMATION À LA DISTRIBUTION ALIMENTAIRE

Nous offrons la possibilité à des organismes d'utiliser comme vitrine la distribution alimentaire. Nous installons une table à l'extérieur et les organismes ont la possibilité de promouvoir leur projet. Ce sont **3 organismes** qui ont profité de cette tribune, le Groupement pour la Défense des Droits Sociaux est venu à 2 reprises, Éconologis et se Nourrir, Agir et se Développer sont venue 1 fois.

## MINISTÈRES

### MINISTÈRE DE L'EMPLOI ET DE LA SOLIDARITÉ SOCIALE

En juillet, une rencontre avec une représentante du programme d'aide et d'accompagnement social a permis de développer une entente pour offrir un service de plateau de travail.

La création de deux postes permet depuis septembre le développement de compétences en aide en garderie, en entretien ménager et en soutien à l'aide aux devoirs et au camp d'été. **3 participantes** ont profité de ce soutien dont 2 sont toujours actives.

## LIEUX DE CONCERTATION



### MEMBRE DE REGROUPEMENTS

Nous sommes membres de plusieurs regroupements et d'organismes, cela facilite l'échange d'information et permet de soutenir nos actions communes.

- BGC Canada (National)
- AHGCQ (Association des haltes-garderies communautaires du Québec)
- TROC-CMQ (Table régionale des organismes communautaires Mauricie Centre-du-Québec)
- MOISSON MAURICIE CENTRE-DU-QUÉBEC
- CDC (Corporation de développement communautaire de Trois-Rivières)
- CDEC (Corporation de développement économique communautaire de Trois-Rivières)
- Équijustice
- Développement durable de la Ville de Trois-Rivières
- Ateliers Action jeunesse de Trois-Rivières
- Maison des jeunes Action jeunesse



### **BGC CANADA – COLLOQUE PROVINCIAL**

Du 8 au 10 novembre, colloque provincial pour le Québec. 6 organismes participent aux séances d'informations et partagent sur leur vécu.

Le 15 mars, visite de Antoine Huot, représentant pour le Québec, afin de créer des liens et expliquer le mouvement BGC aux membres du conseil d'administration.

### **TABLE DE CONCERTATION ADÉLARD-DUGRÉ/JEAN-NICOLET**

Cette table animée par la CDECTR permet de faire le lien entre deux quartiers de HLM très défavorisés de la ville, qui sont à proximité et vivent des défis semblables.

Cette table regroupe des organismes et des résidents des secteurs (OMH, CDECTR, MDJ, MCP, Équijustice, une résidente de HLM). Dans le passé il y avait plus de résidents représentant les quartiers. Un travail en ce sens est fait pour recruter de nouveaux membres.

**1 rencontre** s'est tenue cette année.

### **TABLE DE SÉCURITÉ ALIMENTAIRE**

Une douzaine d'organismes participent à cette table afin de trouver des solutions pour combattre l'insécurité alimentaire. **4 rencontres** ont eu lieu cette année.

Sujets abordés : demande de collaboration pour l'inscription et la distribution des paniers de Noël, partage d'informations sur les organismes, post mortem pour les paniers de Noël, suivi des différents comités, l'augmentation constante des usagers aux banques alimentaires, programme TOUCAN.

### **TABLE LUTTE À LA PAUVRETÉ ET À L'EXCLUSION SOCIALE**

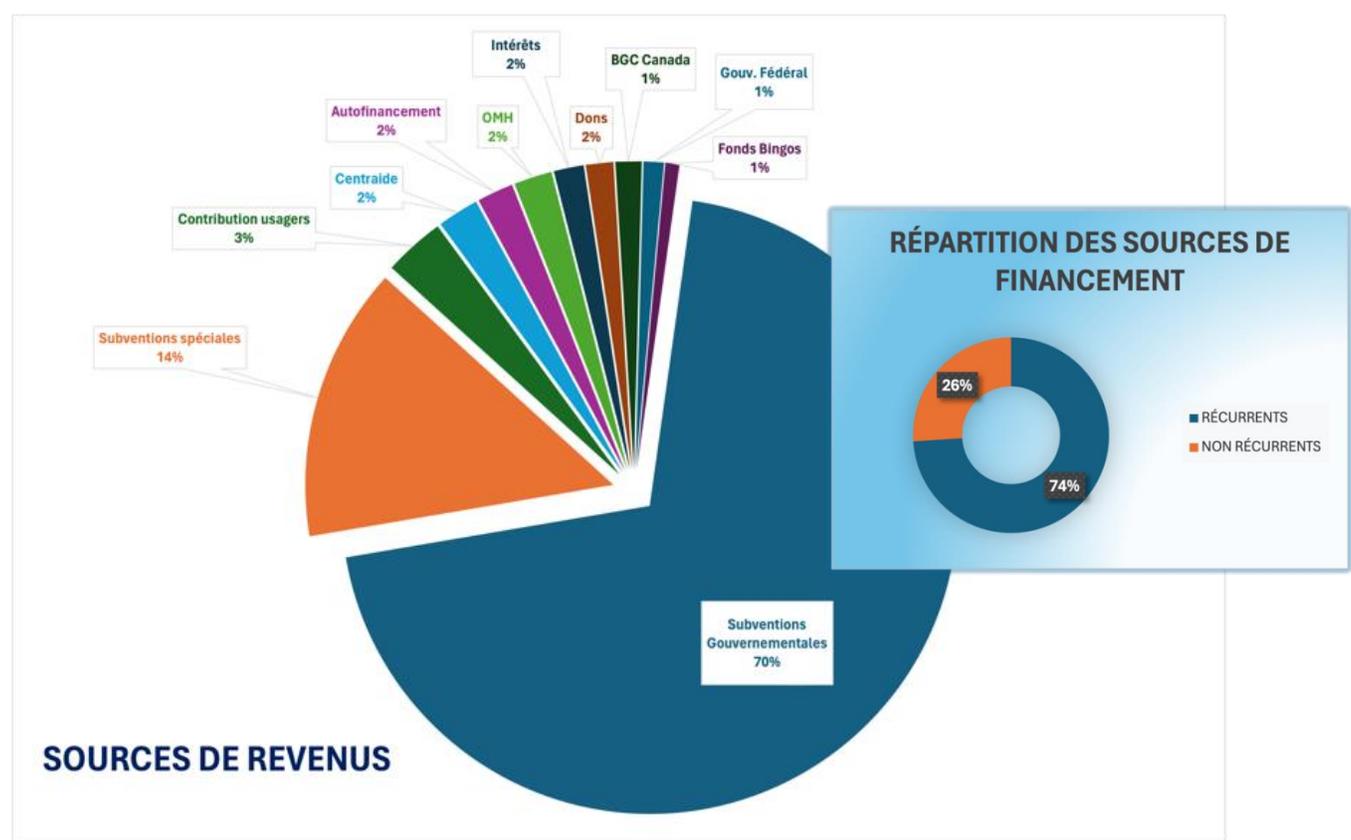
Les objectifs de la table sont de concerter, dans chaque territoire, l'action des organismes communautaires qui œuvrent dans la lutte contre la pauvreté et l'exclusion sociale ; d'être un catalyseur de projets issus du milieu communautaire en matière de lutte contre la pauvreté ; de mener diverses actions en concertation avec des partenaires de différents milieux en vue de lutter contre la pauvreté et l'exclusion sociale

Regroupement de 12 à 18 organismes concernés par les objectifs de la table. 1 rencontre a traité des sujets suivants : Projet Pivot de moisson MCQ, Actions du collectif pour un Québec sans pauvreté, développement de l'instance stratégique pour TR.

### RENCONTRES OFFICE MUNICIPAL D'HABITATION

Ce comité, qui comprenait trois organismes de notre secteur (OMH, MCP, MDJ) et passé à 7 organismes, permet de discuter de plusieurs sujets concernant les quartiers Adélaré Dugré et Jean-Nicolet et les communautés y vivant afin de leur venir en aide et d'orienter nos interventions dans le même sens. Il y a également des invités pour parler de certains sujets qui sont préoccupants. **4 rencontres** ont eu lieu cette année.

## SOURCES DE FINANCEMENT \$



## ACTIVITÉS D'AUTOFINANCEMENT

### GUIGNOLÉE DES MÉDIAS - MOISSON MAURICIE

Le 7er décembre, nous participons à la Guignolée des médias organisée pour Moisson Mauricie. **5 bénévoles** se sont présentés, ce qui représente **10h de bénévolat**. Les intervenantes et la direction vont à tour de rôle assurer une présence pour supporter les bénévoles. 25% des recettes sont remises à l'organisme. La somme amassée (400\$) permet d'acheter des denrées pour les dépannages d'urgence en plus des 19 kg de denrées qui nous seront remis.

*Prendre note : dû au changement de fin d'année financière, nous comptons 9 mois à notre année ce qui explique les variations à la baisse.*

## **COUPES DE CHEVEUX**

Une de nos intervenantes possède une formation en coiffure. Elle offre donc de faire des coupes de cheveux pour amasser des fonds qui permettront d'acheter des denrées pour la distribution alimentaire.

Nous avons déterminé **2 moments** de l'année pour mettre sur pied cette campagne soit en août juste avant la rentrée scolaire et en décembre pour la période des fêtes.

## **DONS DE MATÉRIELS**

Centre des congrès Delta de Trois-Rivières – fournitures scolaires remises aux parents

2 utilisatrices de nos services ont donné des livres pour notre bibliothèque

Donateur anonyme – dons de cartes cadeaux d'essence remises aux familles

Donateur anonyme – jeux et jouets remis aux utilisateurs

Trois-Rivières récolte et le plan solidaire - fruits et légumes redistribués à la distribution alimentaire

## PERSPECTIVES 2024-2025



Plusieurs travaux ont été faits en 2023-2024. Notre plan stratégique datant de 2015-2018, une grande réflexion s'imposait par notre organisme sur sa mission, ses valeurs et les services offerts à la population. Nous avons également revu de fond en comble nos règlements généraux, ce qui nous a permis de modifier la définition de nos membres et les règlements entourant le quorum lors de nos assemblées générales.

Toutes ces réflexions mettent la table aux projets suivants qui sont directement liés à notre plan d'action 2024-2025 qui découle de notre plan stratégique 2024-2027.

## **PROJETS 2024-2025**

### **OPTIMISER NOTRE SOUTIEN AUX ENFANTS ET AUX ADULTES EN SITUATION DE VULNÉRABILITÉ**

#### **Diversification des ressources**

Un gros travail est déjà enclenché pour la recherche de ressources financières et humaines. Nous désirons diversifier les spécialités de nos ressources humaines afin de pouvoir offrir un meilleur soutien aux enfants et aux adultes.

*Prendre note : dû au changement de fin d'année financière, nous comptons 9 mois à notre année ce qui explique les variations à la baisse.*

### **Projet pilote PASS-ACTION – projet d'affectation se terminant 2025**

En 2023, nous avons affecté un montant pour ce projet pilote d'une durée de 2 ans, soit du 1er septembre 2023 au 30 juin 2025. Ce projet visait à nous permettre de devenir un milieu de travail stimulant pour les personnes éloignées du marché de travail. Nous avons rallongé la durée du projet-pilote de 11 semaines en 2025-2026 étant donné le changement d'exercice de la première année.

### **Implantation salle multifonctionnelle – projet d'affectation se terminant 2026**

Nos locaux sont exigus et utilisés au maximum de leur capacité. Il devient impératif pour nous de procéder à l'implantation d'une salle multifonctionnelle, au sous-sol, pour le bien-être et le développement des enfants. Ce projet a été mis sur pause en raison de problèmes d'infiltration d'eau; notre propriétaire procède à des travaux d'analyse et de résolution de ce problème, ce qui nous laisse présager que le projet pourra voir le jour d'ici 2026. Cet espace deviendra un espace privilégié pour les jeunes qui pourront s'y retrouver pour "chiller", "gamer" et se divertir sous la supervision de nos éducateurs. Cette salle sera également utilisée par les adultes.

### **AUGMENTATION DU NOMBRE DE MEMBRES ET DE LEUR PARTICIPATION**

Suite aux modifications apportées à nos règlements généraux et aux statuts des membres, nous pouvons maintenant intégrer tous les utilisateurs de la distribution alimentaire comme membre actif de l'organisme. Nous désirons que 50% de nos utilisateurs deviennent membres en 2024-2025.

### **Site Internet – projet d'affectation se terminant 2024**

En 2023, nous avons entrepris une refonte complète de notre site web afin de mieux représenter notre organisme et répondre aux besoins de la communauté. Nous souhaitons faire de notre site une vitrine attrayante et conviviale qui valorise nos services et nos activités. Notre site Web sera facile à consulter et à utiliser pour tous les visiteurs, quelle que soit leur situation et il sera multilingue pour rejoindre notre clientèle non francophone. Il sera par le fait même un outil de travail soutenant pour nos intervenantes.

### **Plan de communication et relation publiques – projet d'affectation se terminant en 2026**

Des sommes sont affectées pour renforcer la visibilité et la présence de l'organisme au sein de la communauté et auprès de notre clientèle cible afin d'accroître la participation à nos activités et une plus grande utilisation de nos services.

Nous souhaitons aussi sensibiliser la population sur les enjeux de santé et de services sociaux auxquels nous faisons face quotidiennement. Nous croyons fermement que l'éducation et la sensibilisation sont les premiers pas vers un changement positif et l'amélioration des conditions de vie de nos communautés.

Notre budget d'opération ne nous permet pas de mener une campagne de cette envergure, c'est pourquoi nous utilisons nos surplus en les affectant à ce projet. En plus de la création d'un plan de communication, nous aurons la production de vidéos promotionnelles et une couverture médiatique.

### **ASSURER LA RÉTENTION DE NOTRE PERSONNEL**

La rétention de nos ressources humaines étant primordiale pour entretenir des liens de confiance avec nos utilisateurs, nous croyons qu'en augmentant notre marque employeur nous pourrions garder notre personnel plus longtemps.

## Politique de rétention en emploi – projet d'affectation se terminant 2027

Un gros travail de recherche a été mené par la direction et le conseil afin de s'assurer d'offrir des conditions de travail concurrentiel et équitable pour tous les corps de métier. Notre réalité ayant changé avec l'ajout d'un poste d'intervenante et un poste d'adjoindé de direction, nous avons revu notre politique de rétention en emploi.

## CONCLUSION

Depuis 3 ans, plusieurs nouveaux services ont vu le jour tel que notre cohorte de jeunes entrepreneurs, la troupe de danse, la halte-garderie, la cuisine collective, les diners pour parents d'enfants à besoins particuliers, du yoga adapté, des ateliers d'art thérapeutique et des ateliers de développement de soi. Il y a également notre nouveau projet de plateau de travail qui nous a permis d'engager une ressource supplémentaire et 2 participantes évoluent au sein de notre organisme. Beaucoup de développement a été fait et plusieurs belles activités sont venues meubler les journées à la Maison Coup de Pouce. La création de nouvelles activités et d'offres de services est possible grâce à un travail sans relâche dans la recherche et le développement de nouveaux partenariats.

Pour la prochaine année, nous désirons solidifier nos liens avec nos partenaires et nos ressources humaines (salariés et bénévoles) afin d'assurer la continuité de nos collaborations. Solidifier nos relations avec nos ressources nous permettra de répondre aux besoins de notre clientèle toujours grandissante.

Encore cette année, mon inquiétude est présente face aux chiffres compilés tout au long de l'écriture du rapport annuel. Les demandes de soutien alimentaire et psychosocial sont en constante augmentation passant de 556 à 663 personnes uniques pour la distribution alimentaire et de 2698 à 3121 interventions en soutien social.

Les perspectives pour l'année 2024-2025 sont teintées d'inquiétude due à l'augmentation constante des demandes en soutien alimentaire et psychosocial. Heureusement, nous avons le plaisir d'avoir une équipe complète qui détient des expertises complémentaires, des bénévoles bienveillants sur qui nous pouvons compter et des stagiaires qui viennent parfaire leur connaissance tout en soulageant notre charge de travail.

La motivation de l'équipe de travail, du conseil d'administration, des bénévoles et la collaboration avec les différents acteurs, organismes, bailleurs de fonds et partenaires nous permettent de nous renouveler et d'offrir chaque année, et ce depuis plus de 30 ans des activités variées à l'écoute des besoins de nos membres.

Nous vous remercions, membres, partenaires, collaborateurs et amis d'être avec nous dans cette belle aventure et de nous appuyer dans la réalisation de notre mission.



# MERCI À NOS FIDÈLES PARTENAIRES

Nous tenons à remercier tous nos partenaires qui soutiennent, de près ou de loin, les projets de la Maison Coup de Pouce T-R... Ensemble nous faisons une différence !

Santé  
et Services sociaux

Québec



Éducation  
et Enseignement  
supérieur

Québec



Famille

Québec



Centre intégré  
universitaire de santé  
et de services sociaux  
de la Mauricie-et-  
du-Centre-du-Québec

Québec



Centraide  
Régions centre-ouest  
du Québec



 Government  
of Canada

Gouvernement  
du Canada

Canada



Office municipal  
d'habitation de Trois-Rivières

*Vous loger, nous habitons !*



MOISSON  
Mauricie / Centre-du-Québec

Fière membre de

bgc  
Canada

 **fondation pour  
les enfants**

nourrir leur soif d'apprendre



Corporation de  
Développement  
Communautaire  
de Trois-Rivières

Commission scolaire  
du Chemin-du-Roy

Centre loisir  
Multi-Plus

CDIÉC  
de Trois-Rivières

UQTR



Université du Québec  
à Trois-Rivières

CÉGEP  
TROIS-  
RIVIÈRES

  
à vie.

équi  
justice

TROC CQM

Table régionale des organismes communautaires  
en santé et services sociaux Centre-du-Québec / Mauricie

artisans  
DE LA PAIX

INSTITUT SECONDAIRE  
KERANNA



roulons VERT  
Centre de gestion des déplacements



SOCIÉTÉ DE  
SAINT-VINCENT DE PAUL

## PARTENAIRES

- ★ BGC Canada : soutien financier, soutien et collaboration
- ★ CDEC : retour à l'emploi, animation de la Table, partage de ressources humaines
- ★ CDCTR Corporation de développement communautaire, échange d'information
- ★ CÉGEP de Trois-Rivières, département de Travail social (bénévolat)
- ★ Centraide soutien financier
- ★ Centre loisirs Multi-plus : offre gratuite de cours, partage de RH et collecte de denrées
- ★ CIUSSS MCQ : collaboration et ressources d'aide à la communauté
- ★ Collège Laflèche : bénévolat et projets étudiants T.E.S.
- ★ Commission scolaire Chemin-du-Roy : éducations aux adultes
- ★ Communauté religieuse CRCQ : dons en argent
- ★ École Sainte-Thérèse : aide aux devoirs, référence et accompagnement.
- ★ Équijustice : animation groupe de locataires Vivre en paix, PRF (programme de renforcement des familles) et collaboration
- ★ Fondation Choix du président : financement alimentation pour les enfants
- ★ Gouvernement fédéral : Emploi d'été Canada
- ★ Institut secondaire Keranna : dons denrées et bénévoles
- ★ Les Artisans de la Paix : programme Des sous pour un bout'chou, les paniers de Noël et de la rentrée, implication
- ★ Le Noël du pauvre : programme de soutien aux familles à faible revenu
- ★ Maison des jeunes Action-Jeunesse : coanimation d'activités, prêt de matériel, concertation et projet commun
- ★ Ministère de la Santé et des Services sociaux PSOC : soutien financier
- ★ Ministère de l'Éducation PACTE : soutien financier
- ★ Ministère de la famille : soutien financier halte-garderie
- ★ Moisson Mauricie : distribution alimentaire, projet d'achat de viande, collaboration et entraide.
- ★ Office Municipal d'Habitation de Trois-Rivières : logement, soutien matériel, référence, concertation et collaboration
- ★ Roulons Vert : achat carte d'autobus pour le projet de transport solidaire
- ★ Société St-Vincent de Paul : aide, référence, projet Bonne Mine, nous prêtons nos locaux pour accès au secteur
- ★ TROC Mauricie Table régionale organisme communautaire : formation gratuite, soutien
- ★ Université du Québec à Trois-Rivières : PICOM, Département Éducation, Ergothérapie, Psychologie, Psychoéducation : bénévoles, stagiaires, projets étudiants
- ★ Ville de Trois-Rivières : culture, loisirs, services communautaires, soutien, prêt d'équipement, programme de médiation culturelle, accès au club culture et club loisirs

