

CENTRE
D'ACTION BÉNÉVOLE
VALLÉE DE LA MATAPÉDIA

*Une Action
pour faire la différence!*

41ième Rapport d'Activités



2022-2023

Portrait du CAB

Notre mission



Le Centre d'Action Bénévole Vallée de La Matapédia est un organisme communautaire sans but lucratif. Il a pour mandat de promouvoir l'action bénévole dans les différents secteurs de l'activité humaine et de susciter une réponse à des besoins du milieu. Le CAB de la Vallée de La Matapédia a été fondé en février 1982. Il compte plusieurs années de loyaux services à la communauté. L'organisme est enregistré sous la Partie III de la loi sur les compagnies (L.R.Q., Chap. C-38).

Nous sommes ouverts tout au long de l'année. Une petite pause de deux semaines est prise durant le temps des fêtes. Nos heures d'ouvertures sont de 8:00 à 16:30 du lundi au jeudi, et de 8:00 à 12:30 le vendredi. Cela nous donne la couverture nécessaire pour bien répondre aux besoins de la population.

Développement de l'action bénévole et communautaire

Soutien à la communauté

Gouvernance et vie associative



Territoire

Le centre offre ses services sur le territoire de la MRC de la Vallée de La Matapédia qui comprend dix-huit (18) municipalités, pour une population de 17 904 habitants. Source: <https://www.mamh.gouv.qc.ca/repertoire-des-municipalites/fiche/mrc/070/>

Ressources humaines

Le Centre se compose de 7 employés: 3 temps pleins, 2 temps partiel, 2 pour projet Équipe volante répit au proche aidant, soit 1 temps plein et 1 temps partiel. Durant l'été 2022 nous avons accueilli 2 emplois étudiants pour une durée de 8 semaines chacun. Pour compléter l'équipe il y a 7 administrateurs du CA et une centaine de bénévoles inscrits.



Nos Bénévoles

Nouveaux bénévoles	15
Bénévoles réguliers	59
Occasionnels	68
Total	142



Les membres du conseil d'Administration

Présidente : Patricia Charest, bénévole

Vice présidente : Céline Raymond, directrice COSMOSS

Trésorière : Josée Roussel, travailleuse autonome

Secrétaire : Céline Lévesque, retraitée

Administratrice : Marie Élément, retraitée

Administrateur : Éric Langlois, bénévole

Administrateur : Jean-Guy Lévesque, bénévole



Développement de l'Action Bénévole et Communautaire



Sous le thème «Bénévoler change la vie !», la semaine de l'Action Bénévole, s'est tenue du 24 au 30 avril 2022. Nous avons remis un sac écologique à chaque bénévole qui a œuvré au cours de la dernière année. Ils ont également pu participer à une sortie à la cabane à sucre, pour souligner le 40ième anniversaire du CAB. À cette occasion nous avons eu la visite de M. Pascal Bérubé, député provincial, Mme Kristina Michaud, députée fédérale, Mme Chantale Lavoie, préfet de la MRC et Mme Sylvie Blanchette, mairesse d'Amqui. Plusieurs activités ont eu lieu sur le territoire de la MRC, l'équipe du centre y a participé activement.



Invitation aux municipalités

Durant l'année, la directrice du centre s'est déplacée à une réunion du Conseil des Maires pour les sensibiliser à l'importance de reconnaître leurs bénévoles. Le Comité PIB (Partenaire Impliqué en Bénévolat) communique avec les 18 municipalités de la MRC de La Matapédia pour les inviter à remercier leurs bénévoles. Il y a trois activités de reconnaissance parmi lesquelles ils peuvent collaborer:

- Le Prix Bénévolat Québec;
- La journée des bénévoles, le 5 décembre;
- La Semaine de l'Action bénévole en avril.



Soutien aux bénévoles

Tout au long de l'année nous accompagnons les bénévoles dans leurs activités. Nous sommes toujours disponibles pour leur donner de l'information. Le 20 septembre a eu lieu dans nos locaux une formation «Éclaireurs». Le but de la formation était d'outiller les bénévoles pour savoir repérer des gens en situation de vulnérabilité. Au total 16 personnes ont pu assister à cette formation. Le 9 septembre dernier se déroulait notre activité de la Rentrée, les bénévoles ont pu assister à un brunch festif. Pour les remercier de leur implication et souligner La journée Internationale du bénévolat, nous avons offert un souper de Noël aux bénévoles qui ont œuvré au courant de la dernière année.

Page Facebook

Nous avons été actifs sur la plateforme Facebook. Environ 75 publications ont été réalisées. Sous la supervision de Josée notre adjointe administrative c'est mission accomplie.



Promotion dans les médias

Pascale, notre directrice, s'est rendue à plusieurs reprises à la TVC pour des entrevues. Autant pour promouvoir le bénévolat que les différents services offerts par le centre. Durant ces entrevues il a été question de: La Semaine de l'Action Bénévole, la semaine de La Popote roulante qui s'est déroulée en mars, la recherche de bénévoles, la journée des Bénévoles du 5 décembre, le réseau des Éclaireurs avec David Caissy. Pour le Bye bye de la TVC nous avons réalisé des capsules qui seront présentées au Cinéma Figaro comme publicité avant les films. La Radio Rouge FM a parlé de la Semaine de l'Action Bénévole et a accordé une entrevue pour le journée du 5 décembre.



Appui du Milieu

Le Centre d'Action Bénévole Vallée de La Matapédia a besoin de nombreux collaborateurs pour réaliser sa mission et tous participent au succès des activités du centre. Nous tenons à les remercier personnellement pour leur appui qui nous permet d'être présents dans notre milieu.

Partenaires : PSOC
L'Appui
Centraide
FCABQ
Regroupement CAB BSL
RABQ
Regroupement Popotes Roulantes
Moisson Vallée
La Caravelle
Table Concertation des Aînés BSL
CDC
MRC de La Matapédia
Tremplin Travail
Maison des Familles
Table vieillir en Santé
Alliance pour la solidarité et inclusion sociale
COSMOSS de La Matapédia
Ville d'Amqui
Héma Québec
Autisme BSL
Fondation Mirella et Lina Saputo
CISSS BSL
Service Québec
Curateur Public

Dons : Kristina Michaud, Députée
Pascal Bérubé, Député
Citoyens anonymes

Merci

Collaboration au développement de l'Action Bénévole



Concertation sur le développement de l'action bénévole	Nombre de rencontre
Le regroupement des CAB du Bas-St-Laurent	9
Projet Éclaireurs	9
Fédération Centre D'Action Bénévole Québec (FCABQ)	15
Table Regroupement Organisme Communautaire (TROC)	3
Corporation Développement Communautaire Vallée Matapédia (CDC)	7
Centre d'intégration Santé Services Sociaux Bas -St-Laurent (CISSS)	1
Moisson Vallée (Entente de partenariat)	8
Centraide Bas-St-Laurent	6
Alliance pour la solidarité du BSL (chantier Transport, chantier Épanouissement, chantier Bien Manger pour tous)	11
PSOC (Programme soutien organisme communautaire)	2
Appui National, Équipe Volante	6
TCABSL (Table de concertation des personnes aînées)	2

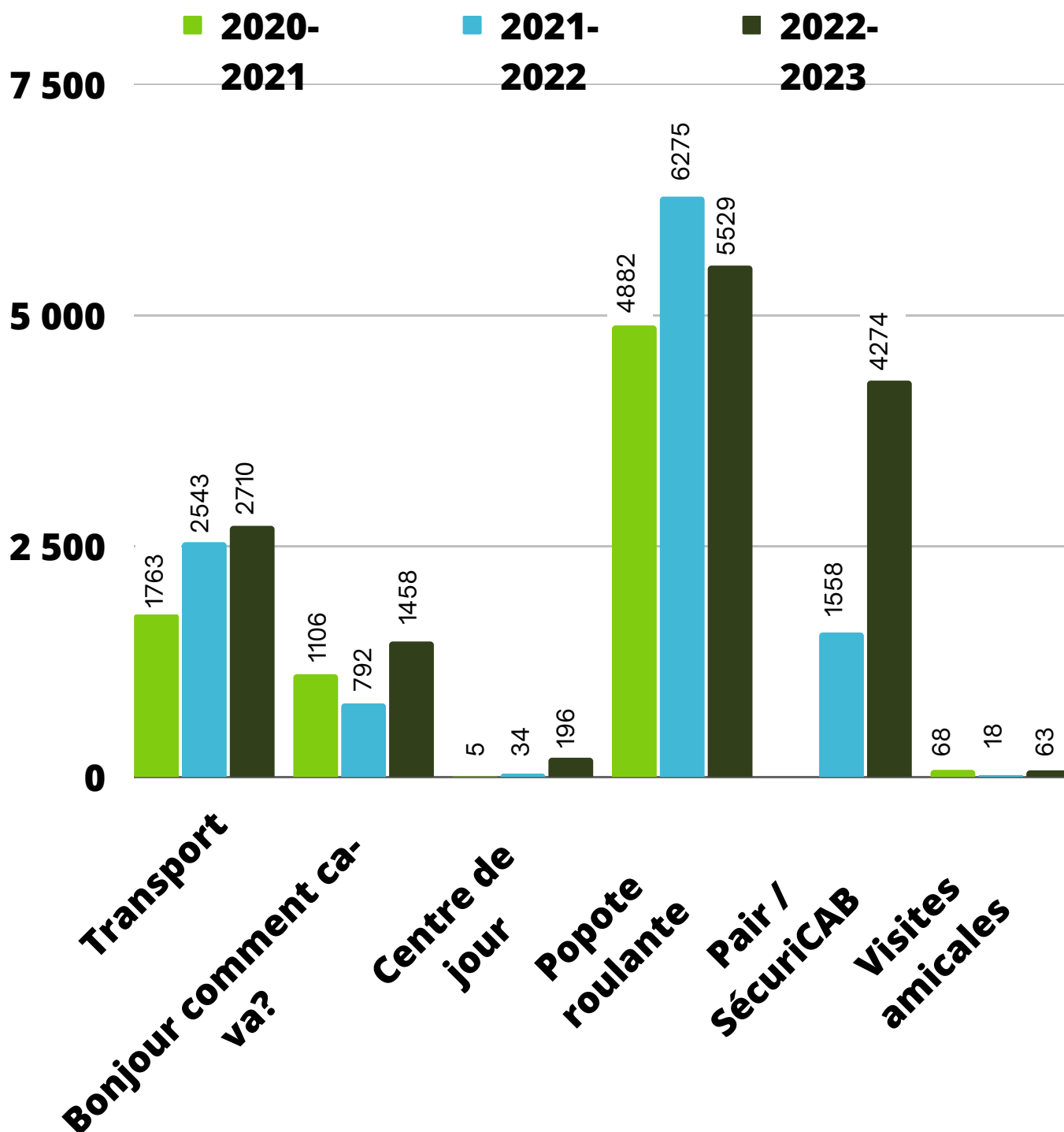
Suite ...

Concertation sur le développement de l'action bénévole	Nombre de rencontre
TVS Table vieillir en santé	5
ITMAV montage projet	1
Comité Partenaires Impliqués en Bénévolat	25
Programme transports soins de santé	8
Programme PAIR / SécuriCAB	5
Héma Québec	2
Journée COSMOSS	1
Fête des Moissons / MRC	5
Secrétariat aux Aînés	3
Gériatrie sociale	6

Soutien à la communauté

Services aux individus

Ces services favorisent la participation à des activités ou à des actions permettant de se concerter et de connaître les besoins existants dans la communauté. Ils s'adressent aux personnes malades ou en perte d'autonomie afin de favoriser le maintien à domicile. Chaque demande est évaluée individuellement.



Nombre de services offerts dans la Vallée de La Matapédia au cours de la dernière année

Services	Nb effectués	KM parcourus	Nb Heures	Nb bénévoles	Nb bénéficiaires
Transport	2 710	322 742	13 828	28	302
Popote roulante	5 529	19 123	576	20	101
Bonjour comment ca va?	1 458		365	7	27
Visites amicales	63	176	315	5	5
Centre de jour	196		141		10

Soutien aux organismes

Prêt de locaux	Nombre d'activités
CAB	22
Soin des pieds	25

Référence de bénévoles	Nombre d'activités	Nb de bénévoles	Heures de bénévolat
TVC	3	3	
Héma Québec	1	14	90
Moisson Vallée	4	5	
Maison des Familles	2	3	8
Centraide	1	1	3
Les Grands Amis	2	4	7
COSMOSS	1	2	2

Accompagnement transport de la clientèle des organismes

Organismes	2022-2023	2021-2022
Caisse Desjardins	22	22
Centre de Femme de la Vallée	1	2
Moisson Vallée	35	
Centre de jour	135	34
Centre Jeunesse BSL	187	394
Les Grands Amis	4	
La Caravelle	112	107
Service Québec	658	711
CISSS BSL (THPH, L'EnTrain)	425	242
CRDI	11	2
Curateur Public	99	71
FCABQ	5	45
IVAC		13
Programme transport soins de santé	97	42
La Maison des Familles	15	
Bibliothèque Madeleine Gagnon	4	
Autres	900	849
Total	2710	2534

Clientèle visée

Personnes âgées	Ainés vulnérables	CISSS
santé mentale	Familles défavorisées	Organismes
Personnes en convalescence	Enfants CJ et CLSC	Adultes avec besoins particuliers

Services offerts

Accompagnement transport médical	Équipe volante : répit aux proches aidants	Accompagnement transport social
Référencement aux organismes	Information à la population	Accompagnement transport commissions
Aide à la marche	Bonjour comment ça va?	Visites amicales
Popote roulante	SécuriCAB	Centre de jour

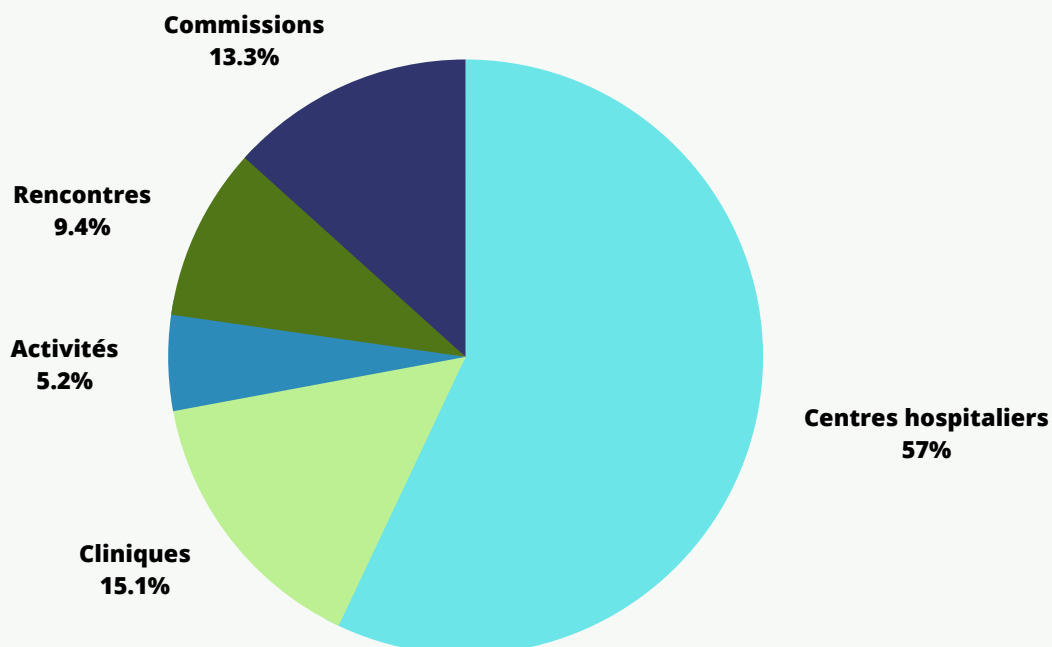
Le centre d'Action Bénévole Vallée de La Matapédia réalise la majorité de ses interventions pour le maintien à domicile des personnes âgées. Nous offrons de l'information de façon ponctuelle aux familles et individus qui en font la demande ou qui sont référés par le CISSS.

L'équipe Volante

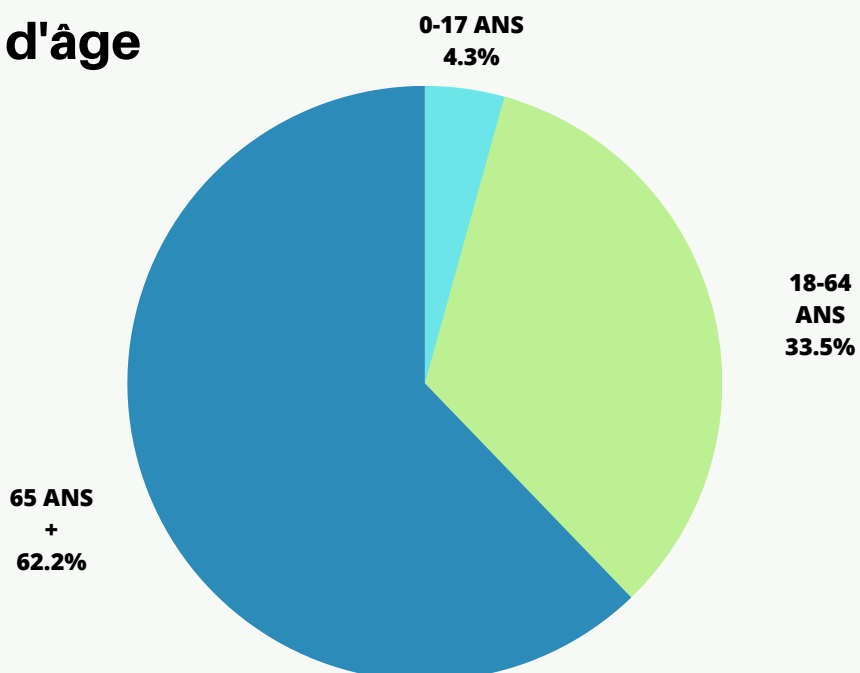
Nous offrons du répit, du soutien psychosocial et de l'information aux proches aidants tout au long de l'année pour un total de **2010 heures**. L'équipe volante est vraiment appréciée par les clients ainsi que par les intervenants du CISSS, avec qui nous avons une belle collaboration. La clientèle est en grande partie référée par le CISSS. à la suite d'un sondage téléphonique nous avons reçu une réponse et un taux de **satisfaction de 100%**. Les employés effectuent un travail remarquable. Ils s'adaptent aux besoins de la clientèle et à l'évolution de la maladie. Dans la dernière année l'équipe a donné du répit à **33 proches aidants**, dont 7 hommes et 26 femmes. L'accompagnement s'est donné avec une clientèle touchée par la maladie d'Alzheimer ou maladies apparentées, ainsi que par des maladies engendrant des incapacités.

Profil de la clientèle desservie selon les transports effectués 2022-2023

Lieux de rendez-vous



Tranches d'âge



Centre de jour

Les activités du centre de jour ont repris en mars 2022. La clientèle est composée d'homme et de femme qui sont tous référés par le CISSS . Les rencontres ont lieu une fois par semaine pour une durée de 3 heures. Des exercices physiques se font en premier lieu, le programme est monté par une kinésiologue. Ensuite il y a des exercices cognitifs pour stimuler la réflexion, ils se font seul ou en groupe. La rencontre se termine avec différents jeux comme les fléchettes, ou bien le jeu de poches. Durant chaque rencontre il y a une pause santé d'environ 20 minutes pour permettre aux participants de se reposer et de socialiser.

Durant la dernière année il y a eu **47 rencontres** avec un taux de **participation de 77%**. Les participants ont eu la chance de participer a diverses activités spéciales. En avril 2022 il y a eu une partie de sucre au local du centre, En septembre ils ont eu droit a une pause crème glacée offerte par le centre. Pour la période des fêtes en décembre le centre leur a offert un dîner de Noël.

La MRC de la Matapédia, dans le cadre de son entente avec **Le Développement Culturel du Ministère de la Culture et des Communication du Québec**, a offert gratuitement aux participants du centre de jour deux belles activités. En février dernier ils ont pu peindre sur céramique avec Mme Maude Blais, qu'ils ont par la suite conservé. Début mars, Sonia Imbeault, joaillière est venue donner un atelier sur la confection de bijoux, les participants ont alors pu réaliser un porte clé en argent. Vers la fin mars, un groupe d'élève de l'école secondaire Armand St-Onge est venu au centre le temps d'un jeu cognitif. L'expérience a été très appréciée de toutes les parties.

En février Linda Lévesque, animatrice du centre de jour, a suivi une formation pour prévenir et contrer l'intimidation auprès des aînés.



Collaboration avec d'autres organismes

Durant la dernière année Josée Landry, adjointe administrative, a collaboré avec la Maison des Jeunes d'Amqui, La Jeunathèque, et la Corporation de Développement Communautaire pour faire la comptabilité.



Dans le temps des fêtes, le Centre d'Action Bénévole a contribué aux paniers de Noël avec Moisson Vallée pour offrir des cartes cadeaux à 50 aînés répartis sur le territoire de la MRC de la Matapédia. Pour ce faire la Fondation Mirella et Lino Saputo a fait un don de 2025.00\$. Cela nous a permis de donner des cartes de 25.00\$ et 40.00\$ chez L'épicier Métro.

Emploi étudiant

Pour la période estivale 2022 nous avons accueilli deux emplois étudiants:

Un premier basé à Amqui au Centre d'action bénévole. La personne a eu pour tâches des visites amicales, de l'aide à la marche, de la livraison de popote roulante, une aide précieuse au Centre de jour, l'élaboration de documents et activités pour l'équipe volante.



Ensuite, pour le second, il a été basé à Causapsal en partenariat avec le Centre Éclosion. Diverses activités ont été réalisées au cours de l'été:

5-8 juillet: confection de cartes par les jeunes du camps de jour pour les aînés de la résidence Les Perles de La Sagesse

7 juillet: activité sociale avec les aînés du Centre Éclosion

8 juillet: jardinage avec les aînés au centre Éclosion

13 juillet: fabrication des étiquettes pour le jardin communautaire de la table MADA de Causapsal par les jeunes du camp de jour

14 juillet: diner pour les aînés au Centre Éclosion

21 juillet: vente d'artisanat avec les Fermières au Centre Éclosion

3 août: confection de portes clés en bois et cartes par les jeunes du c de jour pour les résidents de la Seigneurie Mon Toit

4-9-15 août: Entretien du jardin communautaire avec les jeunes

12 août: confection de dessins par les jeunes du camp de jour pour les aînés qui fréquentent la bibliothèque libre-service de Causapsal

16 août: distribution de collations glacés aux usagers du Centre Éclosion

22 août: activité sociale pause gâteau avec les usagers du Centre Éclosion

23 août: don de nourriture aux aînés à faible revenu de Centre Éclosion

26 août: diner hot-dog et maïs au Centre Éclosion



Centre Éclosion

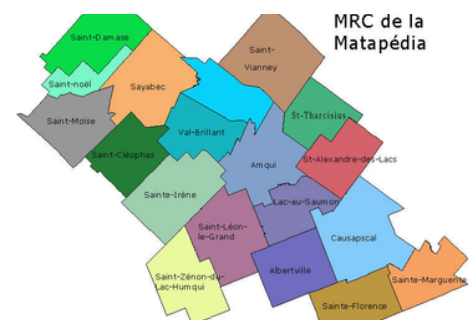
Programme Pair / SécuriCAB

Il s'agit d'un service téléphonique pour le rappel de la prise de médicament ainsi qu'une surveillance de présence. L'automne dernier nous avons changé de fournisseur de programme. Le nouveau logiciel, SécuriCAB de modélium, est plus facile d'utilisation et permet d'autres fonctions comme l'envoi de groupe de messages téléphoniques en cas d'interruption de services. Une belle amélioration dans la gestion des contacts.



Programme transport et soins de santé

De retour cette année, en collaboration avec l'Alliance pour la solidarité (PAGIEPS), un budget de 9000\$ a été alloué pour permettre au CAB d'offrir des transports médicaux aux gens de la Vallée dans le besoin. Ce projet est venu d'une demande de la consultation auprès des citoyens et professionnels de la santé, qui nommaient bien que les gens refusaient des traitements faute de moyen de transport. Depuis le début du programme cela a permis à 28 personnes réparties dans 10 municipalités différentes de bénéficier de soins de santé nécessaire, et à rejoint indirectement 21 autres personnes.



Semaine québécoise de la popote roulante

Elle s'est tenue du 19 au 25 mars, avec Marie Tifo comme porte-parole. Durant cette période, la promotion a été réalisée sur la plateforme Facebook. La directrice du centre a réalisé une entrevue à la TVC.



Campagne de la vente de La Galette Centraide

Pour une 22e année consécutive, le CAB organise la vente de la galette pour soutenir la mission de Centraide Bas-St-Laurent. L'équipe du CAB en collaboration avec Rayon de Partage en santé mentale a fait des appels téléphoniques auprès des entreprises de la Vallée pour effectuer la prévente de la Galette. La vente nous a permis de remettre 2618,00\$ à Centraide Bas-St-Laurent. Le Réseau d'éclaireurs a participé en offrant à divers organisme des Galettes, pour redonner le sourire à quelqu'un!

	2022-2023	2021-2022
Bénévoles préparation, téléphones, comptabiliser et commander les galettes	5	7
Bénévoles pour livraison de galette	14	16
Bénévoles pour assembler les boîtes et emballer les galettes	35	27
Bénévoles pour glacer les galettes	10	
Nombre heures de bénévolat	156 h	130 h



Centraide
Bas-Saint-Laurent



De retour comme l'an passé, les élèves du Comité l'Envol et du groupe de FPT de l'école secondaire Armand St-Onge ont contribué. Certains enseignants et des membres du personnel de l'école ont aussi prêté main forte. Ils se sont affairés pour l'emballage, l'étiquetage et la mise en boîte des galettes.

Rencontres et formations

Durant la dernière année la direction et le personnel ont pu participer à diverses formations, rencontres et réunions dans le but de mieux répondre aux besoins notre clientèle:

Colloque de la Fédération des Centre d'Action Bénévole du Québec

Formation RCR (2 employés)

Évaluation CA / Espace OBNL 1h

Formation Intergénérationnelle Cegep Drummondville

Transition numérique 1h

Loi 25 / FCABQ 3h

Comment donner formation «Repérer la maltraitance» (suivi par Pascale et M-Hélène)

Formation Éclaireurs 3h

Formation OBNL 6h

Formation UQAR 18h

MRC conseil des Maires 2h

Planification stratégique

Autisme BSL / L'Appui 3h

CA FCABQ 13h



Fédération des
centres d'action bénévole
du Québec



Projets en développement

Bacs d'activités (cognitif et stimulation) pour aînés

Les Ptits Givrés en collaboration avec Moisson Vallée

Paniers de Noël en collaboration avec la Fondation Saputo

Partenariat avec la Bibliothèque Madeleine Gagnon



Gouvernance et vie associative



Le Centre d'Action Bénévole Vallée de La Matapédia doit être un modèle de comportement éthique pour son milieu et doit contribuer au soutien des organisations. Il doit aussi avoir une gestion démocratique issue des meilleures pratiques qui démontrent le dynamisme et la vitalité de sa vie associative. De plus, il doit favoriser la bonne gestion de ses bénévoles internes.

À ce titre, le CAB procède à une Assemblée Générale Annuelle des membres , une fois par année, avec une participation moyenne de 20 personnes.

Réunions du Conseil d'Administration et comités

Conseil d'Administration (7 membres)
6 rencontres au cours de la dernière année



Gestion administrative

- Entrevues, sélection, supervision et gestion du personnel et bénévole;
- Demande de subvention : CISSS du BSL, Centraide, l'Appui , Projet étudiant Canada et FTQ;
- Préparation et contrôle du budget, tenue de livres;
- Élaboration de politique et suivi;
- Réunions du Conseil d'Administration (préparation, participation et suivi);
- Compilation des statistiques :
- Préparation du rapport annuel et de l'Assemblée générale Annuelle
- Facturation pour le service d'accompagnement bénévole et de la popote roulante;
- Évaluation des bénévoles et bénéficiaires;
- Gestion des Ressources humaines;
- Projet PAAQ
- Nouveaux Horizons

Gestion des plaintes

Au cours de l'année, le comité de gestion des plaintes n'a reçu aucune plainte formelle. Certains commentaires ont toutefois été recueillis et des suivis ont été effectués.

Activités administratives

Comptabilité, compilation des statistiques, entretien de l'immeuble, planification et orientation des services.

Objectifs 2023-2024

Pour l'année à venir plusieurs projets sont au programme.

Le site internet des Centres d'Actions Bénévoles du Bas St-Laurent sera mis au gout du jour. Ce sera donc plus accessible et plus facile de naviguer.

Une planification stratégique sera mise de l'avant pour évaluer les besoins et ressources du centre.

Grâce à un nouvel intranet la gestion des bénéficiaires, des bénévoles et des services sera plus efficace.

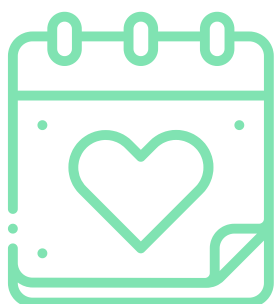
Continuer d'offrir des services de qualité en répondant aux besoins de notre communauté.

Participer aux différentes Tables de concertation et aux rencontres des comités de développement.

Accueillir les services ITMAV, initiatives de travail de milieu auprès des aînés vulnérables.

Promouvoir les services de l'Équipe Volante.

Voir à développer de nouvelles formules pour favoriser le recrutement de nouveaux bénévoles.





MERCI
à nos partenaires

Santé
et Services sociaux

Québec 

fcabq
FÉDÉRATION DES CENTRES
D'ACTION BÉNÉVOLE DU QUÉBEC



Centraide
Bas-Saint-Laurent
Nous tous, ici

L'APPU POUR LES
PROCHES AIDANTS

Vous êtes là pour **eux**,
nous sommes là pour **vous**.

Regroupement des
popotes
roulantes 



RÉSEAU DE
L'ACTION BÉNÉVOLE
DU QUÉBEC

