



## Rapport d'activités

**Au coeur de l'action bénévole depuis 1989**

# Table des matières

|  |     |
|--|-----|
| 1. Rapport du président et de la directrice générale                         | 2-3 |
| 2. Portrait du centre  | 4   |
| 2.1 Historique   | 4   |
| 2.2 Mission  | 4   |
| 2.3 Vision   | 4   |
| 2.4 Territoire   | 5   |
| 2.5 Heures d'ouverture   | 5   |
| 2.6 Conseil d'administration   | 6   |
| 2.7 L'équipe d'opération   | 7   |
| 2.8 Les Bénévoles  | 8   |
| 2.9 Promotion du bénévolat   | 9   |
| 3. Services  | 10  |
| 3.1 Services aux individus   | 10  |
| 3.2 Transport accompagnement médical   | 11  |
| 3.3 Popote roulante  | 12  |
| 3.3.1 Plats surgelés   | 12  |
| 3.4 Dépannages alimentaires  | 13  |
| 3.5 Paniers de Noël  | 14  |
| 3.5.1 Campagne de financement Guignolée                                      | 15  |
| 3.6 Cuisines collectives   | 16  |
| 3.7 Comptoir de vêtements la Garde-robe                                      | 17  |
| 3.8 Initiative de travail de milieu pour aînés en situation de vulnérabilité | 18  |
| 3.9 Soutien aux organismes   | 19  |
| 4. Autres projets CABAE  | 20  |
| 4.1 Coup de pouce scolaire   | 20  |
| 4.2 Brigade Bonne Action   | 21  |
| 4.3 Alimentation école   | 22  |
| 5 Concertation   | 23  |



**Au coeur de l'action bénévole depuis 1989**

**Rapport d'activités  
2025-2026**

# 1. Rapport du président et de la directrice générale



## 1.1 Rapport du président

Les bâtisseurs du Centre d'action bénévole nous ont offert un fabuleux outil collectif pour permettre à notre communauté de s'épanouir, de se soutenir collectivement. Chacun de nous, au conseil d'administration, arrive avec ses visions, ses compétences personnelles et croyez nous, le désir de bien s'y prendre est primordial.

Une année de réalisations importantes est passée, le plan stratégique est en instauration finale et les élèves de notre communauté pourront se nourrir de manière saine, sans frais, ce qui leur permettra de mieux se concentrer à leur éducation. De plus, cela donnera aussi un coup de pouce à leurs parents qui doivent composer avec les hausses du coût de la vie, sans précédent. Surtout, dans toute organisation telle le Centre d'action bénévole, de nombreuses personnes arrivent et repartent au fil du temps, selon leurs disponibilités et les possibilités dont elles et ils disposent.

À celles et ceux qui se consacrent et offrent de leur précieux temps au bénéfice de notre communauté, je tiens à vous dire un immense merci, tout autant celles et ceux qui ont contribué les dernières années, comme aux personnes qui sont toujours présentes avec nous.

À nos bénévoles, tout comme à notre équipe, je vous l'affirme : vous êtes formidables !

André Tremblay-Roy

## 1.2 Rapport de la directrice générale



Bonjour chers membres,

Vous avez devant vous le rapport d'activité d'un organisme en croissance, qui relève de nouveaux défis toujours plus complexes. Je suis très fière des réalisations du Centre cette année.

Il faut dire qu'il y a eu beaucoup de travail invisible qui assurera des avantages à l'avenir, notamment la planification stratégique. Cette réflexion nous a permis d'affirmer que le bénévolat est au cœur de notre mission, que les bénévoles rendent des services précieux, et qu'en tissant des liens par le bénévolat, nous aidons notre communauté à être plus accueillante et unie. Le plan d'action qui découle de cette réflexion tracera notre route pour les 3 prochaines années.

Nous avons aussi obtenu l'accréditation de notre banque alimentaire par Banques alimentaires Canada. Ce fut un processus long et ardu, puisqu'il a fallu se conformer à 82 critères et mettre en place une foule de politiques. Notre accréditation signifie que nous recevrons notre part du partage des gains des campagnes nationales. Je suis très fière de dire que notre service de dépannage alimentaire est aussi professionnel que ceux des grands centres.

Enfin, nous avons avancé dans le projet d'améliorer nos installations. Après consultations d'experts, il devient évident qu'une relocalisation est préférable à la rénovation de notre bâtiment. Nous poursuivons le travail en ce sens.

Je suis choyée d'être entourée d'une équipe de femmes engagées et entreprenantes pour mener les activités, et d'un conseil d'administration bienveillant.

Bonne lecture.

- Lisa Guérette

## 2. Portrait du Centre



### 2.1 Historique

Le Centre d'action bénévole Ascension-Escuminac (CAB) agit depuis 1989 au cœur de sa communauté pour soutenir les citoyens et renforcer la solidarité dans la région. Son action repose sur la mobilisation du bénévolat et sur la mise en place de services essentiels tels que l'accompagnement-transport, la popote roulante, la banque alimentaire, les cuisines collectives et la friperie. Par ces initiatives, le CAB contribue activement au bien-être des aînés, des familles et des personnes en situation de vulnérabilité, tout en favorisant la participation citoyenne.

### VALEURS

ENTRAIDE ET SOLIDARITÉ

COLLABORATION ET CONCERTATION

ENGAGEMENT COLLECTIF



### 2.2 Mission

Stimuler, promouvoir et soutenir l'action bénévole en rassemblant les forces multigénérationnelles pour répondre aux besoins prioritaires de la communauté, favoriser l'entraide et assurer la sécurité alimentaire.



### 2.3 Vision

Être le pôle et le générateur reconnu de l'action bénévole dans nos communautés, en assurant la concertation et le rayonnement du bénévolat sur l'ensemble du territoire.


## 2.4 Territoire

Les huit municipalités desservies relevant de la MRC Avignon, secteur ouest, sont :

|                                      |                            |
|--------------------------------------|----------------------------|
| Escuminac / Pointe-à-la-Garde        | L'Ascension-de-Patapédia   |
| Matapédia                            | Ristigouche Partie Sud-Est |
| Pointe-à-la-Croix/L'Alverne/Listuguj | Saint-Alexis-de-Matapédia  |
| Saint-André-de-Restigouche           | Saint-François d'Assise    |

## 2.5 Heures d'ouverture

Bureau d'accueil, de service et de coordination des activités bénévoles



| Heures d'ouverture |          |
|--------------------|----------|
| Lundi              | 8h à 16h |
| Mardi              | 8h à 16h |
| Mercredi           | 8h à 16h |
| Jeudi              | 8h à 16h |
| Vendredi           | 8h à 16h |
| Samedi             | Fermé    |
| Dimanche           | Fermé    |



**espace  
GARDE-ROBE**  
418-865-2740 #101  
accueil@cabmatapedia.com




| Heures d'ouverture |                       |
|--------------------|-----------------------|
| Lundi              | Fermé                 |
| Mardi              | 18h à 20h             |
| Mercredi           | 8h à 12h<br>13h à 15h |
| Jeudi              | 8h à 12h              |
| Vendredi           | Fermé                 |
| Samedi             | Fermé                 |
| Dimanche           | Fermé                 |



Dépannages alimentaires  
disponible sur rendez vous  
du lundi au jeudi

**BANQUE  
ALIMENTAIRE**



MARIE MORIN-PELLERIN  
☎ 418-865-2740 #102  
🌐 [alimentation@cabmatapedia.com](mailto:alimentation@cabmatapedia.com)

## 2.6 Conseil d'administration

Nous tenons à remercier les membres qui participent activement aux orientations du CABAE et contribuent à l'action bénévole de notre organisme.



André Tremblay-Roy  
Président bénévole



James Robson  
Administrateur bénévole



Ghislaine Gendron  
Administratrice bénévole



Véronique Pelletier  
Administratrice bénévole



Steeve McBrearty  
Administrateur bénévole



Marjolaine Beaudoin  
Administratrice bénévole



Louis-Philippe Beaulieu  
Administrateur bénévole

## 2.7 Équipe des opérations

Nous tenons à remercier les employés du CABAE. De par leur travail, les bénévoles et bénéficiaires du territoire reçoivent des services conviviaux et solidaire pour tous.



Lisa Guerette  
Directrice générale



Geneviève Labonté  
Adjointe à la direction



Mélanie Leblanc  
Technicienne comptable



Marie-Josée Gagné  
Réceptionniste/  
Responsable des bénévoles



Annik Gallant  
Travailleuse de milieu



Sonia Doucet  
Cuisinière



Marie Morin-Pellerin  
Alimentation d'urgence  
Banque alimentaire



Maryse Pelletier  
Cuisines collectives



Lorraine Couturier  
Triage et Garde-Robe



## 2.8 Les bénévoles

L'action bénévole, c'est cette mission commune qui nous unit et nous met en marche. Ensemble, nous faisons bouger les choses. Nous créons, nous soutenons, nous transformons chacun à sa manière, avec ses moyens, mais tous animés par une même volonté : agir pour le bien collectif.

Qu'on tende la main, qu'on partage un savoir, qu'on écoute ou qu'on bâtit, chaque geste devient un levier de changement, une force qui améliore la vie d'une personne, d'un quartier, et d'une communauté.

Parce que le bénévolat, c'est plus qu'un engagement individuel : c'est une mission partagée, une chaîne d'actions qui dessine et soutient un monde plus solidaire et plus lié.



**SEMAINE DE L'ACTION BÉNÉVOLE**

**MISSION BÉNÉVOLAT!**

**19 au 25 avril 2026**

**52<sup>e</sup> édition**

**fca@q Je bénévolé**

## 2.9 Promotion du bénévolat

Le bénévolat est une action signifiante résultant du don de son temps, de son savoir et de ses habiletés, sans attente de rémunération. On retrouve toujours au cœur du bénévolat les notions de gratuité, de liberté et d'engagement social. La notion d'engagement distingue l'action bénévole des gestes quotidiens d'entraide. Le bénévole s'engage selon ses goûts, ses aptitudes et sa disponibilité afin de combler des besoins du milieu. Le bénévolat, c'est avant tout une histoire d'amour pour soi et pour l'autre. Une histoire où on se fait du bien en faisant le bien. Une responsable des bénévoles dans notre équipe s'occupe de recevoir votre intérêt pour le bénévolat. Pour toute question, communiquer avec nous au 418-865-2740 poste 101

### Projets bénévoles:

DÉCOUPE DE GUENILLE, TRIAGE DE VÊTEMENTS, VENTES A L'ESPACE GARDE-ROBE  
 AIDE-CUISINE POUR LES PETITS PLATS GIVRÉS, LIVRAISON DE LA POPOTE ROULANTE  
 ACCOMPAGNEMENTS-TRANSPORTS MÉDICAUX, APPELS AMICAUX,  
 VISITES AMICALES, CAFÉS-RENCONTRE ITMAV

**CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE**  
Ascension-Escuminac

**On a besoin de toi!**  
**2026**

Vous souhaitez donner un peu de votre temps?  
 \*Accompagnements transports médicaux;  
 \*Aide à la cuisine popote roulante;  
 \*Brigade Bonnes Actions;  
 \*Bénévolats avec d'autres organismes partenaires;

Vient t'inscrire et faire partie d'une communauté forte, engagée, fière du réseau CAB Ascension-Escuminac!

**bénévoles**

Le BÉNÉVOLAT: plaisir PERSONNEL, mieux-être COLLECTIF

Inscription: 418-865-2740 #101 ou passe nous rendre visite tous les vendredis de 13h à 14h30, 3, rue Carillon, Matapédia

### BULLETIN L'ASNAC SPÉCIAL BÉNÉVOLES Avril 2026

Le bénévolat au cœur de la communauté chez les organismes partenaires



Fécilia Belzile  
St-François-D'Assise  
Maison des jeunes



Linda Pitre  
L'Ascension de Patapédia  
Fabrique

Fécilia est une adolescente engagée à la Maison des jeunes, toujours prête à contribuer à sa communauté. Elle participe aux activités et levées de fonds, aide à l'organisation de la soirée d'Halloween, soutient les ventes de produits aux marchés de Noël, assure la surveillance des enfants dans les jeux gonflables lors du Festival de la bonne humeur et contribue activement aux soirées d'animation, en particulier pour le troisième cycle du primaire. Toujours présente avec des idées nouvelles pour les jeux et les achats de la MDJ, elle fait preuve d'un grand sens du leadership, encourage ses pairs à s'impliquer et inspire toute l'équipe. En bref, Fécilia représente fièrement la MDJ et nous sommes reconnaissants de son engagement soutenu au fil des années.

Dès son enfance, on pouvait reconnaître les qualités de sa personnalité: enjouée, minutieuse et perfectionniste. Elle accorde une grande importance au bénévolat. Toujours partante pour aider dans diverses activités. Confiez-lui un projet, elle le mènera à bien avec rigueur, tout en respectant les suggestions de ses collègues. La loyauté, le respect, vivre et laisser vivre sont ses règles de vie. Elle a su conserver son cœur jeune tout au long des années, à travers son travail et son implication dans divers organismes. Elle a participé activement au conseil de la Fabrique de l'Ascension pendant de nombreuses années. Pour nous, elle constitue un avantage et une référence pour nos divers dossiers. «Passez au suivant», ses enfants et ses petits-enfants suivent déjà ses traces. Merci pour tout Linda!



Paulette et Pauline Boudreau  
Pointe-à-la-Croix  
Fabrique St-Hélène



Julie Levesque  
St-André-de-Restigouche  
Cercle des Fermières

Livraison de fleurs et souhaits d'anniversaire des 80 ans et +. L'idée est venue d'un projet pastoral. Paulette Boudreau a créé un service de livraison de fleurs à plus de 40 personnes dans la paroisse Ste-Hélène de Pointe-à-la-Croix. Ce projet a commencé il y a 30 ans environ. La sœur de Paulette, Pauline s'est jointe à elle pour partager la tâche et ce service à domicile le jour même de l'anniversaire. Leur engagement est très bien reçu. Voici deux grandes bénévoles dévouées et fières d'être messagères les jours d'anniversaire

Julie Levesque est la conjointe de Jacques Charest. Elle a 3 enfants et 4 petits-enfants dont elle est très fière. Elle est très impliquée dans notre Cercle de Fermières. Elle occupe le poste de vice-présidente et responsable de la communication de façon très efficace. Ses qualités : sa grande disponibilité, sa gentillesse, sa curiosité pour apprendre de nouvelles choses et les partager, font d'elle une personne spéciale que nous aimons côtoyer. Elle aime aussi voyager, se déguiser et monter des sketches. Merci Julie pour ton implication.

**CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE**  
Ascension-Escuminac

**Recrutement Bénévoles 18-45ans**  
samedi 20 décembre  
Viens livrer les paniers de la Guignolée avec nous!

418-865-2740 #101  
accueil@cabmatapédia.com

PSISST! Un bénévole c'est: Le sois, un ans, toi-moi, c'est celui qui décide de partager un peu de temps et contribue à rendre service, avant du plaisir, faire plaisir!

**LES VENDREDIS 13H À 14H30**  
**BRIGADE BONNE ACTION**  
Groupe d'activités bénévoles au 3, rue Carillon, Matapédia  
418-865-2740 #101

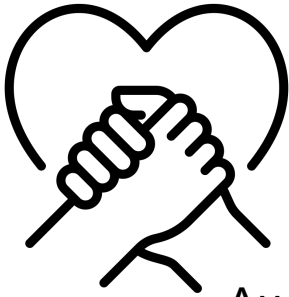
Les petits projets au grand cœur:  
 ♥ appels amicaux  
 ♥ cartes anniversaires  
 ♥ pliage de feuilles  
 ♥ confection & bricolage  
 ♥ ateliers astuces & apprentissages

La Brigade Bonne Action c'est:  
 -une équipe bénévoles qui se réunit régulièrement afin de faire des bonnes actions pour notre communauté;  
 -le plaisir de travailler avec d'autres bénévoles et de faire de belles rencontres conviviales avec une collaboration; l'opportunité de côtoyer des bénévoles de notre réseau et d'échanger sur leur réalité de contribution.

Merci de faire du bien dans la communauté!

### 3. Services

#### 3.1 Services aux individus



Au service de l'action bénévole depuis 1989!

3, rue du Carillon, Matapédia | 418-865-2740

Accompagnement  
transport  
médical

Poste  
101

Banque alimentaire  
de dernier recours

Poste 102

Cuisine collective

Poste 106 et 101

Petits plats givrés

Poste 101

Popote roulante

Poste 101

Travailleuse de  
milieu auprès des  
aînés - Itmav

Poste 105  
418-320-  
9552

Appels amicaux et  
visites à domicile

Poste 101

Comptoir de  
vêtements  
– La Garde-Robe

Poste 101

SécuriCAB

Poste 101

### 3.2 Transport accompagnement médical

Le service d'accompagnement-transport bénévole est un transport en automobile effectué par un conducteur bénévole. Il s'agit d'un service de dernier recours, afin d'offrir un transport avec soutien physique ainsi que du réconfort lors d'un rendez-vous médical pour les personnes ayant un besoin d'accompagnement (malade physiquement, handicapée, santé mentale menacée ou perte d'autonomie).



## Nombre total de transport en 2025: 958 accompagnements

Statistiques des bénéficiaires de 65 ans et plus

|  |        |
|--|--------|
| Nombre de bénéficiaires desservis pour des transports extérieurs | 122    |
| Nombre de bénéficiaires desservis pour des transports locaux     | 36     |
| Nombre de transports annulés                                     | 30     |
| Nombre d'heures de bénévolat                                     | 545    |
| Nombre de kilomètres parcourus                                   | 26 287 |

Statistiques des bénéficiaires de la Sécurité du revenu

|  |        |
|--|--------|
| Nombre de bénéficiaires desservis pour des transports extérieurs | 220    |
| Nombre de bénéficiaires desservis pour des transports locaux     | 31     |
| Nombre de transports annulés                                     | 50     |
| Nombre d'heures de bénévolat                                     | 1222.1 |
| Nombre de kilomètres parcourus                                   | 55 011 |

Adoption en mars  
d'une politique de tarification  
mensuelle afin de rendre plus  
abordable le coût du transport  
accompagnement pour les  
résidents du territoire  
Ascension-Escuminac.

**Plafond tarifaire  
de 100\$ par mois**



Adoption en mai 2026 du  
**remboursement  
des repas**

aux bénévoles lors de  
déplacement plus long que  
5h de bénévolat .

### 3.3 Popote roulante

Le CAB vous propose des plats frais afin de soutenir les 65ans et + ou les personnes vivant une perte d'autonomie temporaire ou permanente. Ces plats assurent une alimentation équilibrée et sécuritaire. Ils sont livrés deux fois semaine par un bénévole au domicile des personnes. Faites votre commande à la réception du CAB et complétez votre alimentation grâce à un bénévole qui visite les bénéficiaires.

**Statistiques période du :**  
**1er avril 2025 au 31 mars 2026**

**Popote roulante:**  
**Total livraison repas**  
**1552**

**Nombre de bénévoles:**  
**2**

**Heures bénévoles par année :**  
**352.8**

**Km parcourus:**  
**12500**

Bonjour et bon appétit!  
La livraison de la popote roulante se fait les mardis et les jeudis pour le dîner par nos bénévoles.



Sue la photo:  
Sonia Doucet,  
Manon Levesque,  
Claudette Couturier



#### 3.3.1 Plats surgelés

Les plats givrés sont des repas santé surgelés qui permettent aux bénéficiaires en perte d'autonomie temporaire ou permanente de compléter leur alimentation.

Les plats sont vendus à nos bureaux pendant nos heures d'ouverture ou en livraison les mêmes jours que la Popote roulante, les mardis et jeudis.

**Statistiques période du :**  
**1er avril 2025 au 31 mars 2026**

**Total des petits plats givrés**  
**durant l'année**  
**2143 repas**

**Nombre de bénévoles:**  
**6**

**Heures bénévoles par année :**  
**150 h**



### 3.4 Dépannages alimentaires

C'est une aide de dernier recours qui permet d'offrir des denrées alimentaires de première nécessité aux personnes en difficulté. Ces boîtes de denrées aident les ménages à traverser une période difficile en attendant de trouver une solution durable. Nous avons deux points de services accessibles, soit à Pointe-à-la-Croix et à Matapédia.

Nous offrons 3 types de denrées: des aliments non périssables, des aliments frais (légumes, lait, œuf et etc) ainsi que des aliments congelés. Grâce au programme de récupération en supermarché (PRS), nous recevons des denrées qui sont aussitôt redistribuées via nos dépannages.

Nous avons effectué 71 dépannages de plus en 2025-2026 que l'année précédente. Nous avons compté 30 nouveaux bénéficiaires depuis avril 2025.

**Pour la période du 01 avril 2025 au 31 mars 2026**

**Nombre total de dépannages alimentaire : 269 dépannages**

**Nombre de dépannages demandés par des hommes : 165**

**Nombre de dépannages demandés par des femmes : 98**

**Nombre d'adultes aidés dans les ménages : plus de 300 pers**

**Nombre d'enfants aidés dans les ménages : 50**

**Situation économique des prestataires des dépannages**

**Sécurité du revenus : 186**

**Assurance emploi : 4**

**Sécurité vieillesse : 15**

**Marché du travail : 10**

**Invalidité 38**

**Autre : 41**



#### La Tablée des Chefs

Des jeunes de l'école des Deux-rivières de Matapédia ont fait une activité parascolaire la 'brigade culinaire' où ils ont cuisiné de la soupe pour les dépannages alimentaires.

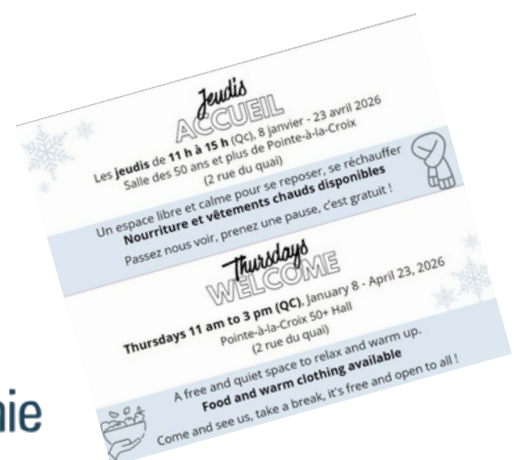


Sur la photo: Mélanie Francoeur, Michaël Fortin, Zack-Élie Vallières, Marie-Josée Gagné, Guillaume Falardeau

#### Jeudi Accueil :

La Banque alimentaire du CAB Ascension-Escuminac fourni aussi des denrées pour les Jeudis accueil à Pointe-à-la-Croix. Les personnes dans le besoin ou en situation d'itinérance sont invitées à venir se réchauffer et à prendre un repas en compagnie d'un.e intervenant.e.s. Ce projet est chapeauté par le Centre Accalmie.

partenaire de milieu:





**95 PANIERS DE NOËL  
120 ADULTES +  
46 ENFANTS  
DÉSERTIS**



**16 BÉNÉVOLES  
AU MONTAGE**



**22 BÉNÉVOLES  
À LA LIVRAISON**



### 3.5.1 Paniers de Noël

## Campagne de financement

### Guignolée :

**Total amassé: 23 659.89\$**

Merci aux donateurs;

Merci aux partenaires pour l'installation des tirelires dans leurs établissements;

Merci aux pompiers pour leurs activités de ponts payants

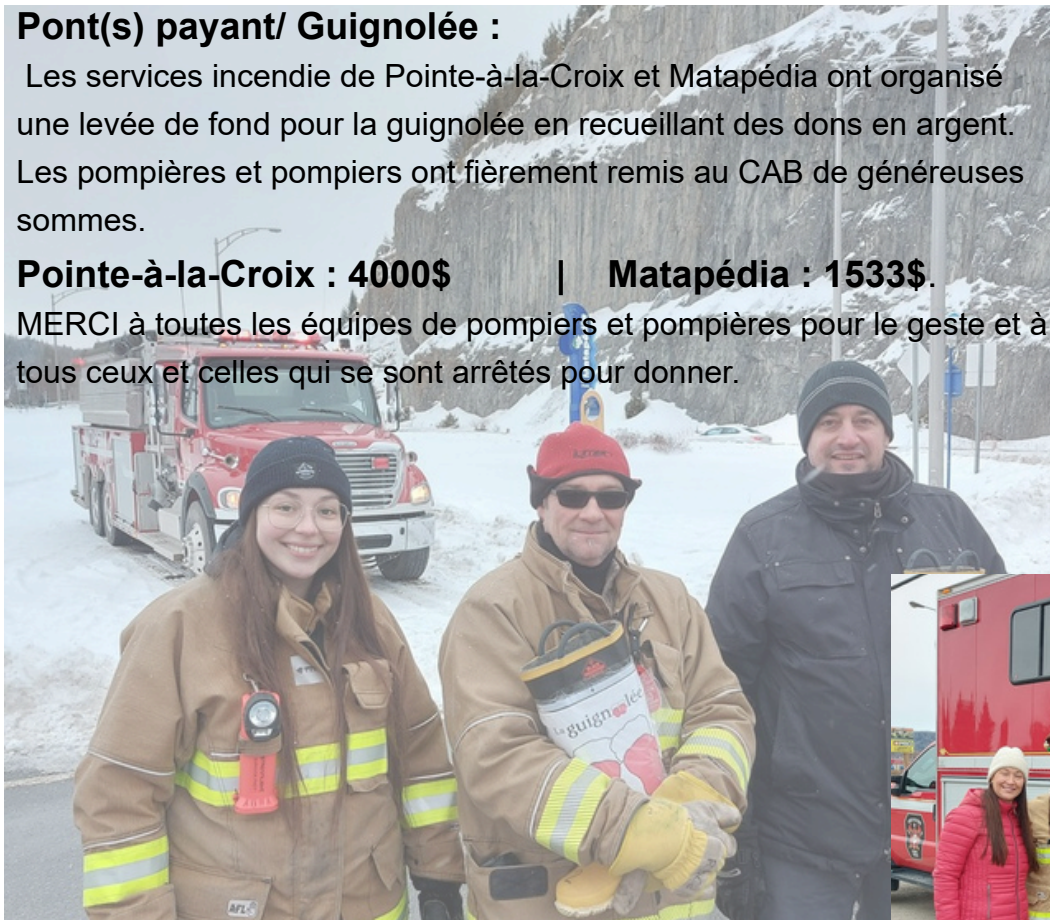


### Pont(s) payant/ Guignolée :

Les services incendie de Pointe-à-la-Croix et Matapédia ont organisé une levée de fond pour la guignolée en recueillant des dons en argent. Les pompières et pompiers ont fièrement remis au CAB de généreuses sommes.

**Pointe-à-la-Croix : 4000\$ | Matapédia : 1533\$.**

MERCI à toutes les équipes de pompiers et pompières pour le geste et à tous ceux et celles qui se sont arrêtés pour donner.



Rémi Gallant et Lisa Guerette



Pompiers de Matapédia: Laurie-Anne Litalien, René Bouchard, Kevin Mill

Pompiers de Pointe-à-la-Croix: Anik DesRochers, Erika DesRochers, Mathieu Ferguson Dufour, Marie-Christine Langlois, André Levesque, Louis Pitre, Martin Matte et plusieurs personnes manquantes sur la photo à cette belle journée

### 3.6 Cuisines collectives

Les cuisines collectives sont de petits groupes de 5 à 7 personnes, qui mettent en commun temps, argent et compétences pour confectionner des plats économiques, sains et appétissants qu'ils rapportent chez eux. Nos groupes s'adressent à toute personne qui a le souci de cuisiner pour une meilleure qualité de vie pour elle et pour sa famille. Une animatrice aide les groupes à s'organiser et à cuisiner ensemble.



**Nombre de portions cuisinées :**

**21 092**

**Nombre de participant.e.s :**

**41 personnes**

**Nombre d'installations utilisées :**

**6**

**Coût par portion :**

**0.28\$ à 1,45\$**

**Salle communautaire:**

**Saint-François-d' Assise;**

**St-Alexis-de-Matapédia;**

**St-André-de-Restigouche;**

**L'Ascension-de-Patapédia**

**et aussi :**

**Centre Polyvalent de Pointe-à-la-Croix**

**et**

**l'École des Deux-Rivières de**

**Matapédia**

**MERCI AUX PARTENAIRES**

Nos groupes se réunissent toutes les 2 semaines pour cuisiner ensemble. Dans certains villages, il y a plus d'un groupe par semaine, considérant la forte demande. À St-Alexis-de-Matapédia, nous avons trois groupes, dont un uniquement de type "végétarien". Au total, le CAB encadre 8 groupes de cuisines collectives deux fois par mois.



Sur la photo: Patricia Poirier, Maryse Pelletier animatrice, Denis Bouchard, Nicole Oullet, Étienne Gallant, Lise Roy, Lise Mill, Diane Dufour, Lisette Chabot

### 3.7 Comptoir de vêtements la Garde-robe

Donner au suivant et magasiner pour la cause, l'espace friperie au sous-sol propose un bénévolat dynamique. L'espace garde-robe offre des vêtements et autres articles utilitaires pour la maison. Nos bénévoles sont fiers de contribuer ce service. Différents projets émergent de ces dons: dépannage d'urgence, boîtes utilitaires pour étudiants, guenilles, cibles de tir à l'arc, projets artistiques, exportation au Guatemala, etc

#### Projet de recyclage des dons:

Brigade Bonne Action



**Centre de triage-recyclage**  
**PROJET "DONNER AU SUIVANT":**

Le Centre d'action bénévole Ascension-Escuminac favorise le recyclage et le reconditionnement des vêtements donnés au centre de triage.  
Plusieurs organismes ou individus bénéficient de ces opérations de triage pour redonner au suivant.



| Projet "DONner au suivant":  | Projets pour les bénévoles:  |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>guenilles de garage ou nettoyage;</li> <li>draperies et tissus pour le tissage;</li> <li>chandails neutres pour sérigraphie;</li> <li>cibles de tir à l'arc fait de vêtements irrécupérables;</li> <li>réparations des dons de vêtements sur demande;</li> <li>projets artistique;</li> <li>missions pays défavorisés.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>taille de guenilles;</li> <li>trilage au centre de tri;</li> <li>participation à des projets de recyclage;</li> <li>fabrication de cible de tir;</li> <li>couture et reprisage sur demande;</li> <li>participation à des projets artistique;</li> <li>réparation de petits équipements</li> </ul> |

Vous souhaitez contribuer aux projets du CABAE soit comme **bénéficiaire** ou **bénévole**?  
Contactez nous pour connaître les différentes façons de participer



## Espace Garde-Robe

Passage a la boutique:

# 1681 personnes

Fonds encaissés pour l'organisme

# 7705\$

Nombre d'heure bénévole

# 468.5h

Nombre de bénévoles

# 12



Coupon échange des dons

MERCI DE SOUTENIR LA COMMUNAUTÉ

5\$ VALEUR  
GARDE-ROBE

3, RUE CARILLON, MATAPÉDIA, PORTE ARRIÈRE

GARDER OU DONNER CE COUPON



sur la photo: Lorraine Couturier, Manon Levesque, Mireille Boilard, Anne-Marie Aubé, Louise Fournier, Claudette Couturier, Raymonde Gallant, Lisette Chabot

### 3.8 Initiative de travail de milieu pour aînés en situation de vulnérabilité (ITMAV)

Le programme ITMAV permet de repérer les personnes aînées en situation de vulnérabilité et de les accompagner vers les ressources et services répondant à leurs besoins. Grâce à une présence active dans la communauté et à une collaboration étroite avec les partenaires du milieu, il contribue à briser l'isolement, à favoriser l'autonomie et à soutenir le maintien des aînés dans leur communauté.

Cette année a été marquée par une augmentation importante du nombre de demandes reçues. De plus en plus d'aînés, de proches et de partenaires font appel au service lorsqu'ils ont besoin d'information, de soutien ou d'accompagnement dans leurs démarches. Cette confiance témoigne de l'ancrage grandissant du programme sur le territoire.

Les situations rencontrées demeurent très diversifiées :

- accès aux soins et services;
- démarches gouvernementales;
- maintien à domicile;
- transport;
- sécurité alimentaire;
- isolement social;
- enjeux financiers;
- recherche de ressources adaptées.



#### ITMAV Bénévoles de soutien



Pierrette Levesque, Annik Gallant, Sylvie Gallant, Léa Gallant et Izala Francoeur

Chaque intervention est unique et nécessite une approche personnalisée, centrée sur les besoins et sur le rythme de la personne.

#### Travail de proximité réalisé auprès des personnes aînées sur le territoire:

**497 accompagnements**

**536 références**

**vers des organismes et partenaires du milieu**

Derrière chaque intervention se trouve une personne qui cherche une réponse, une solution ou simplement quelqu'un pour l'écouter et l'orienter. C'est également un honneur de porter la voix des aînés auprès des différents partenaires et instances afin que les services évoluent, se bonifient et répondent toujours mieux aux réalités vécues sur le terrain.

C'est avec beaucoup de reconnaissance que je poursuis ce travail auprès des aînés de notre communauté, en collaboration avec les organismes, les institutions et les nombreux partenaires engagés à leur bien-être.

— Annik Gallant, ITMAV

| 50 À 74 ANS | 75 ANS ET + | HOMME | FEMME |
|-------------|-------------|-------|-------|
| 42.75%      | 57.25%      | 43%   | 57%   |

### 3.9 Soutien aux organismes

Nous pouvons aider les organismes de la façon suivante :

- Recrutement de bénévoles;
- Référencement de bénévoles;
- Organisation et coordination d'activités;
- Support technique (impression, mise en page, etc);
- Prêt de local ou de matériel;
- Projets spéciaux issus du centre de triage/recyclage.



Le **BÉNÉVOLAT** :  
plaisir **PERSONNEL**,  
mieux-être **COLLECTIF**

### Le saviez vous?



Services offerts par le Centre d'action bénévole Ascension-Escuminac pour les organismes et les bénévoles.

- 1 Vérification des antécédents judiciaires**  
Vérification gratuite et rapide des antécédents judiciaires et des absences d'empêchements
- 2 Sécuri CAB**  
Service d'Appels automatisés de sécurité destiné aux aînés, afin de veiller à leur bien-être dans le confort de leur domicile
- 3 Jebénévole**  
Trouvez des occasions de bénévolat correspondant à vos intérêts et compétences, et aidez les organismes à trouver des bénévoles
- 4 Soutien technique et informatique pour les organismes**  
Soutien à la recherche d'informations et de documents, pouvant aider les organismes et leurs bénévoles ( mise en pages, impressions, photocopies, outils de gestions



C.A.B.A.E.  
3, rue Carillon  
Matapédia, Qc, G0J 1V0  
418-865-2740 #101  
accueil@cabmatapedia.com

Service d'aide à l'emploi d'Avignon

Société Alzheimer

SPÉSIE / ÎLES-DE-LA-MADELEI



**SERVICES DE PROXIMITÉ AVIGNON-OUEST**

Je suis aîné.e et... j'ai besoin d'aide... j'ai besoin de conseils... je ne cuisine plus... etc...

Mon ami.e aîné.e a besoin...

3<sup>e</sup> partie spectacle: information sur les services de maintien à domicile et présentation des partenaires communautaires

Dans le cadre d'Excellis pour consulter les services de maintien à domicile pour personnes aînées, le Centre services de proximité Avignon-Ouest propose:

**Le bonheur même quand la vie nous surprend**

**Conférence**  
Jeudi 12 mars  
18 h 30

Billets en vente dans les bureaux municipaux:

- Proximité de la Côte
- Matapédia
- Saint-Ambroise-de-Restigouche
- Saint-Amand-de-Matapédia
- Saint-François-d'Assise

Également en vente au: Centre d'Action Bénévole Ascension-Escuminac, 3, rue de Carillon, Matapédia

Conférenciers: Josée Boudreau et Louis-Philippe Rivard

**1<sup>ère</sup> partie spectacle!**

- miser un 10\$ pour prédire quand les glaces emporteront le Bonhomme

Les coupons de mises sont disponibles aux endroits suivant:

Petit Chamonix  
Garage Restigouche  
CAB Ascension-Escuminac

Motifs 5\$ Motifs  
Gagnant(e)s 5\$

Fond Coup d pouce de la Station Familiale - Le Petit Chamonix

Merci à Pierre D'Amours, Lisa Guerrette et Aquila D'Amours pour cette initiative!



Fabrique des différentes municipalités Ascension-Escuminac



Centre intégré de santé et de services sociaux de la Gaspésie



## 4. autres projets CABAE

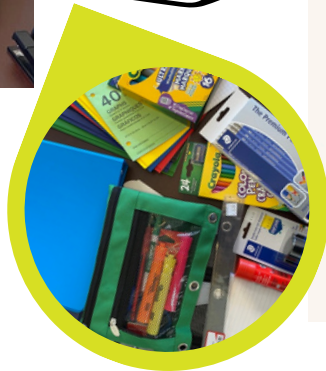
### 4.1 Coup de pouce scolaire


Notre bénévole dévoué fait de ce projet une mission afin de combler les besoins d'articles scolaires avec les listes fournies par les quatre écoles du territoire.

Chaque élève inscrit reçoit un sac rempli des effets scolaires requis à la rentrée.



sur la photo:  
Suzie Lepage,  
bénévole





## Besoin d'un coup de pouce pour la rentrée scolaire 2026-2027?

### 1 C'est quoi l'objectif ?

- Offrir du matériel scolaire correspondant à la liste fournie par l'école pour la rentrée [1]


[1] À l'exception : des vêtements, souliers, couverture, sac et boîte à lunch. Toutefois ces items peuvent être disponible usagés à l'espace Garde-Robe, de la friperie du C.A.B.A.E

### 2 Ce projet est pour vous si :

- Vous avez des enfants d'âge primaire,
- Vous auriez besoin d'un petit coup de pouce pour l'achat du matériel scolaire pour l'année scolaire à venir,
- Votre revenu est faible.

### 3 Ça coûte combien ?

- Une contribution volontaire de 5\$ par enfant sera demandée lors de la réception du matériel.




**CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE**  
Ascension-Escuminac

Centre intégré de santé et de services sociaux de la Gaspésie  
**Québec**

Centre de services scolaire René-Lévesque  
**Québec**

École des Deux-Rivières  
12, boul. Perron, CP130,  
Matapédia (QC) G0J 1V0  
418-865-2242, poste 4100

COMMISSION SCOLAIRE  
Eastern Shores  
SCHOOL BOARD

  
C.A.B.A.E.  
3, rue Carillon  
Matapédia, Qc, G0J 1V0  
418-865-2740 #101  
accueil@cabmatapedia.com



## TIRAGE CATALOGNE

Au profit du  
**Programme coup de pouce scolaire**  
du Centre d'action bénévole,  
le Club des +50 ans, Jeunes coeurs de Matapédia  
a confectionné une catalogne à tirer.

**2\$/billet**  
**5\$ pour 3 billets**

**Tirage le 14 janvier 2026**

**Billets disponible:**  
Membres Club de 50ans+: Jeunes coeur de Matapédia  
Centre d'action bénévole Ascension-Escuminac  
Coopérative St-Francois-D'Assise  
Garage Restigouche  
L'Intermarché Matapédia



\*\*Tirage de la catalogue: Gagnante Mme Hélène Dufour, de Matapédia. Cette initiative de levée de fonds pour le projet "Coup de pouce scolaire" a permis d'amasser 550\$ pour soutenir l'achat d'articles scolaires pour les familles dans le besoin pour la prochaine année scolaire de notre territoire Ascension-Escuminac. Merci au Club des 50 ans et plus, Les jeunes coeurs de Matapédia, pour ce tirage.

sur la photo:  
Mme Hélène  
Dufour, gagnante  
du tirage



## 4.2 Brigade bonne action

La Brigade Bonne Action c'est:

- une équipe de bénévoles qui se réunit régulièrement afin de faire des bonnes actions pour notre communauté;
- le plaisir de travailler avec d'autres bénévoles et de faire de belles rencontres conviviales avec une collation;
- l'occasion de cotoyer des bénévoles de notre réseau et d'échanger sur leur réalité de contribution.



Les activités visent à réunir les bénévoles en rendant accessible notre bâtiment de services et de favoriser les échanges entre bénévoles et bénéficiaires. Les rendez-vous ont lieu les vendredis entre 13h et 14h30 avec la coordonnatrice des bénévoles. Un moment pour partager une collation ensemble est aussi prévu tout en faisant des petits projets au grand coeur.

**BRIGADE BONNE ACTION**  
Les petits projets au grand coeur:

Vous connaissez un jeune finissant qui part étudier à l'extérieur cette année ?

La Friperie du CAB offre :  
BOÎTES UTILITAIRES POUR ÉTUDIANTS  
Articles de cuisine et salle à manger  
Articles ménagers Accessoires utilitaires

Formulaire disponible au CAB, au secrétariat de l'École des Deux-Rivières ou de Escuminac School

3, rue Carillon Matapédia  
418-865-2740 #101  
Marie-Josée Gagné

COMMISSION SCOLAIRE Eastern Shores SCHOOL BOARD  
Deux-Rivières

Un geste écoresponsable de la communauté qui soutient la réussite des jeunes.



sur la photo:  
Summer et Faith,  
étudiantes graduées à  
Escuminac

LES VENDREDIS 13H À 14H30  
**BRIGADE BONNE ACTION**  
Les petits projets au grand coeur:

**BÉNÉVOLES RECHERCHÉS POUR:  
VOLUNTEERS WANTED FOR:**

Vendredi 30 Janvier 2026, 13h et 14h30  
Friday, January 30, 2026, 1:00 PM and 2:30 PM  
CAB Ascension-Escuminac  
3, rue Carillon, Matapédia

**CARTE DE ST-VALENTIN  
VALENTINE'S DAY CARD**

CONTACTEZ-NOUS  
CALL US  
418-865-2740  
Marie-Josée Gagné #101  
Annik Gallant #105



Écriture de cartes pour la St-Valentin destinée à tous les résidents aînés des résidences du territoire



**PLIAGE DES FEUILLET PAROISSIALE**

## 4.3 Alimentation scolaire

Le Centre d'action bénévole Ascension-Escuminac déploie un nouveau programme permettant d'offrir gratuitement des repas et des aliments aux élèves du primaire tous les jours à l'école jusqu'à la fin de l'année scolaire et ce sur un projet de 2 ans.



Centre  
de services scolaire  
René-Lévesque

Québec 

### LES PROGRAMMES D'ALIMENTATION EN MILIEU SCOLAIRE CONTRIBUENT À :

- réduire la faim ;
- améliorer l'état de santé et les résultats d'apprentissage ;
- réduire le coût du panier d'épicerie des familles ;
- soutenir les économies locales ;
- promouvoir la durabilité.



Nos bénévoles assurent la livraison des repas et collations dans les institutions scolaires.



École du Plateaux, St-François-d'Assise

Les repas et les collations sont préparés par l'entreprise partenaire du projet école:

La Saveur du Plateau  
dirigé par Marylène Leblanc



École Père Pacifique, Pointe-à-la-Croix

## 5. Concertation et développement

Durant l'année, le conseil d'administration a débuté une démarche de consultation avec les Services conseils LESTAGE afin de présenter un PLAN STRATÉGIQUE pour 2026-2028.

Les orientations ci-dessous ont été retenues comme priorité dans les opérations du CAB

1. Développer et soutenir l'action bénévole
2. Répondre aux besoins prioritaires de la communauté
3. Renforcer la proximité et la présence dans nos communautés
4. Faire rayonner et concerter l'action bénévole avec les partenaires



Les 29 et 30 octobre derniers, les membres du ROCGIM-CDC se sont réunis à Fort-Prével pour la rencontre régionale et l'assemblée générale annuelle 2025. Deux journées riches en réflexions, discussions et décisions pour continuer à faire rayonner l'action communautaire autonome en Gaspésie et aux Îles-de-la-Madeleine.



Belle rencontre du Regroupement des centres d'action bénévole de la Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine (RCABGIM) les 19 et 20 novembre dernier à Chandler. Nous avons discuté des enjeux actuels de la région, toujours dans le but de faire rayonner l'action bénévole et d'offrir les services qui en découlent.



Le Centre d'Action Bénévole Ascension Escuminac a appuyé le mouvement de grève du 22 mars au 2 avril #communautaireaboutte qui réclame un financement adéquat pour les organismes communautaires. Même si nos services sont maintenus, nous prenons le temps de faire connaître les revendications aux personnes qui fréquentent notre organisme. Merci de votre soutien.





**Au coeur de l'action bénévole depuis 1989**

**MERCI DE VOTRE  
CONFIANCE À SOUTENIR  
L'ACTION BÉNÉVOLE**



**Au coeur de l'action bénévole depuis 1989**