

A photograph of an elderly couple in a field of wildflowers. The woman, with short blonde curly hair, is wearing a white lace-trimmed top and yellow pants, and is piggybacking on the man. The man, with grey hair, is wearing a light blue button-down shirt and orange pants, and is smiling broadly. They are both laughing and looking towards the camera. The background is a bright, sunny sky and a field of yellow and purple wildflowers.

# 2024 2025

## RAPPORT ANNUEL

**Centre d'action bénévole Laviolette**  
929, rue du Père-Daniel  
Trois-Rivières (Québec)  
G9A 2W9



Centre d'action bénévole  
**Laviolette**





# SOMMAIRE

02 Mot de la directrice

---

03 Mot de la présidente du CA

---

04 Le CAB Lavolette

---

**07 Champ d'action 1**

---

10 Volet bénévole

---

**17 Champ d'action 2**

---

18 Volet aîné

---

26 Volet social

---

35 Volet jeunesse

---

**41 Champ d'action 3**

---

48 Espace collaboratif

---

50 Conclusion

---

51 Liste des acronymes





*Quelle chance que des personnes  
telles que vous existent encore...*

*Votre soutien dans ma vie est essentiel  
et combien apprécié.*

*C'est tellement réconfortant d'être entourée  
de personnes sensibles à nos besoins  
et qui savent si bien les combler,  
de façon si généreuse.*

*À toute l'équipe du CAB et ses précieux  
bénévoles, simplement MERCI pour votre  
présence dans ma vie.*

*- Nicole B., bénéficiaire de services*



# MOT DE LA DIRECTRICE GÉNÉRALE

**LOUISE B. GERMAIN**



L'année qui s'achève a été à la fois riche et exigeante, ponctuée de nombreux défis stimulants. Grâce à l'engagement constant des membres du conseil d'administration et au travail remarquable d'une équipe dévouée, nous avons pu offrir des services de grande qualité à la population. J'en retire une immense fierté.

Alors que je m'apprête à quitter mes fonctions à la direction générale, je le fais avec le sentiment du devoir accompli. Cette étape se termine pour moi avec sérénité, portée par des milliers de souvenirs empreints de collaboration, de solidarité et de belles réussites collectives.

Je tiens à exprimer ma sincère reconnaissance à toutes les personnes qui ont cheminé à mes côtés : les membres du conseil d'administration, les partenaires, les collaborateurs et bien sûr, l'ensemble de l'équipe de travail. Je vous souhaite une belle continuité dans la poursuite de la mission, avec la même passion et le même engagement.

Au plaisir de vous recroiser dans d'autres contextes, toujours animée par la même volonté de faire une différence dans nos milieux,

*Louise B. Germain*  
*Directrice générale*

# MOT DE LA PRÉSIDENTE DU CONSEIL D'ADMINISTRATION

**JESSY BÉLANGER**

Voilà que le Centre d'action bénévole boucle sa 54<sup>e</sup> année d'existence !

Le conseil d'administration est fier de vous présenter ce rapport annuel confectionné par plusieurs employés du Centre. Il témoigne de l'engagement continu de notre organisme dans la communauté ainsi que de toutes les réalisations accomplies! Nous faisons l'heureux constat que le Centre demeure un organisme dynamique, et ce, grâce à l'implication des bénévoles, des employés et de la direction.



Nous ne pouvons passer sous silence le départ à la retraite de madame Louise B. Germain, directrice générale, le 31 mars dernier. Sa vision et sa présence ont contribué de façon remarquable à l'évolution du Centre d'action bénévole Laviolette. Nous lui souhaitons une retraite remplie de bonheur et de sérénité.

La prochaine année s'annonce riche en changements. C'est dans ces moments de réorganisation que nous constatons, une fois de plus, que nous pouvons compter sur la compétence, le dévouement et l'entraide de chacun des employés pour mener à bien la mission du Centre d'action bénévole Laviolette.

Finalement, je tiens à remercier chaleureusement les membres du conseil d'administration pour leur implication, leur expertise et leur soutien constant. Au nom du conseil d'administration, je remercie également les bénévoles pour leur travail essentiel et les donateurs pour leur générosité. Leur contribution est indispensable au succès de notre bel organisme.

*Jessy Bélanger*  
*Présidente du conseil d'administration*

# LE CAB LAVIOLETTE

## BREF HISTORIQUE

- **1971 à 1973** Développement des unités de « Popote volante » maintenant Popote roulante
- **1974** Tel-Écoute
- **1975** Centre d'information et de référence
- **1980** Point de services secteur Pointe-du-Lac, répertoire des ressources communautaires, Bonjour Ami(e), remplacé en 2010 par les Visites amicales
- **1984** Point de services situé à Cap-de-la-Madeleine, devenu depuis 2000 le Centre d'action bénévole du Rivage
- **1987** Accompagnement bénévole à la cour
- **1997** Dépannage épicerie
- **1998** Escale d'un jour
- **1999** Courrier des jeunes
- **2001** Année de changements : achat d'une propriété, déménagement, actualisation du logo et de la dénomination sociale
- **2008** Lire et faire lire
- **2017** Année de changements : vente de la propriété, déménagement dans de nouveaux locaux, implantation de 2 comptoirs alimentaires
- **2018** Centralisation des unités de Popote
- **2021** Escouade à l'écoute
- **2022** Ajout du Volet Bénévole et ouverture du CAB Café, lieu offert aux bénévoles
- **2023** Rencontres AmiCAB



# LE CAB LAVIOLETTE

## NOTRE IMAGE

### Profil d'organisme

Bien que nous soyons un organisme communautaire offrant des services à la collectivité à travers nos volets aîné, social, jeunesse et bénévole, notre mandat va bien au-delà. Nous jouons un rôle clé en tant que porte d'entrée de l'action bénévole, tout en contribuant activement à la création de liens durables et au renforcement du capital social. De ce fait, nous sommes un acteur de changement engagé auprès de notre communauté.

### Notre mission

Depuis 1970, notre mission est de promouvoir et de développer l'action bénévole dans les différents secteurs de l'activité humaine et ainsi répondre à des besoins spécifiques du milieu.

De concertation avec l'équipe de travail, les bénévoles assurent l'offre de services afin d'améliorer la qualité de vie et le mieux-être de la communauté. Leurs actions ont des répercussions significatives dans le quotidien de centaines de personnes vivant sur notre territoire.

#### Notre vision

Rayonner toujours davantage, innover et progresser. Demeurer en action, engagé à répondre aux besoins de la communauté avec créativité et détermination.

#### Nos valeurs

**Respect** de l'autre dans sa différence

**Bienveillance** au quotidien

**Entraide** ensemble pour la collectivité

**Engagement** des uns pour les autres

### Nos principes

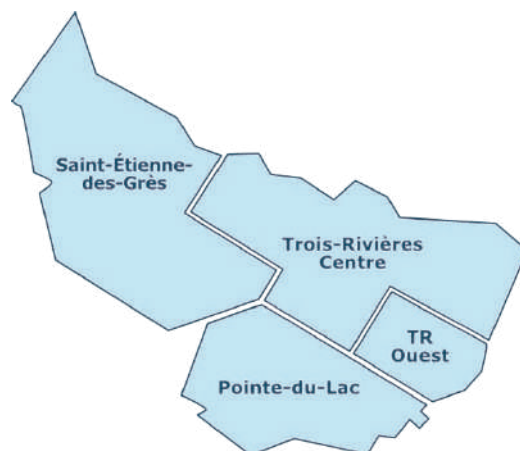
Nous croyons en l'importance de soutenir à la fois les personnes qui bénéficient de nos services et celles qui s'y engagent bénévolement. Qu'il s'agisse de répondre à des besoins découlant de diverses réalités ou de favoriser l'épanouissement des bénévoles dans une implication qui respecte leurs compétences et leurs intérêts, nous veillons à maintenir des liens humains porteurs de sens.

## Territoire

Trois-Rivières secteurs nord, ouest, centre, délimité par la rivière Saint-Maurice, Pointe-du-Lac et la municipalité de Saint-Étienne-des-Grès, tous regroupés sur un territoire étendu de 315 kilomètres carrés.

### POPULATION :

quelques 125 000 personnes résident sur le territoire décrit.



## Heures d'ouverture

Du lundi au jeudi : de 8 h 30 à 12 h et 13 h 30 à 16 h 30

Vendredi : de 8 h à 12 h et de 13 h à 16 h

Pour la période estivale, soit du 28 juin au 30 août 2024, l'horaire était du lundi au jeudi inclusivement.

Durant l'année 2024 – 2025, l'organisme a fermé ses portes à 2 reprises soit du 29 juillet au 9 août 2024 pour le congé estival et du 23 décembre 2024 au 3 janvier 2025 pour le congé des Fêtes.

### CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE LAVIOLETTE

929, rue du Père-Daniel

Trois-Rivières (Québec)

G9A 2W9



819 378-6050

819 378-2312 (télécopieur)



[info@cablaviolette.org](mailto:info@cablaviolette.org)



[www.cablaviolette.org](http://www.cablaviolette.org)



# CHAMP D'ACTION 1

## DÉVELOPPEMENT DE L'ACTION BÉNÉVOLE ET COMMUNAUTAIRE

Le développement de l'action bénévole comprend toutes les actions visant à faire la promotion du bénévolat et à soutenir les bénévoles dans leur implication.

Chaque action de ce champ rejoint les bénévoles de la communauté qui s'impliquent au Centre d'action bénévole Laviolette.

## VISIBILITÉ ET MÉDIAS SOCIAUX

### Facebook

CAB : 190 parutions / 56 721 « vues »

TÉ : 62 parutions / 9 971 « vues »

SAB : 10 parutions / 2 900 « vues »

### Télévisions

Noovo

Cogéco

### Radio

Via 90,5

### Médias écrits

AQDR des Chenaux : 7

Le Franlageois : 12

Le Stéphanois : 11

OMHTR : 1

## ACCUEIL ET SOUTIEN

En tant que Centre d'action bénévole, nous constituons un point d'entrée clé pour les personnes souhaitant s'impliquer dans leur communauté. Nous avons à cœur d'offrir un accueil chaleureux et personnalisé aux bénévoles potentiels, afin de bien les accompagner dans leur démarche d'engagement.

Lors des rencontres d'information, nous leur présentons les différentes possibilités d'implication au sein de notre organisme, tout en leur faisant découvrir d'autres secteurs d'activité pouvant correspondre à leurs intérêts et aspirations. Des rencontres de groupe ont lieu le premier vendredi de chaque mois.

**92**

PERSONNES  
PRÉSENTES

Dans le souci de rendre l'engagement bénévole accessible à tous, nous avons eu le plaisir d'accueillir à deux reprises des groupes d'adultes immigrants en dernière année de francisation au Cégep de Trois-Rivières. Des rencontres d'information adaptées à leur réalité ont été organisées afin de leur faire découvrir le bénévolat comme vecteur d'intégration, d'échange et d'implication dans leur nouvelle communauté.

**38**

PERSONNES  
PRÉSENTES

Pour ceux ne pouvant assister aux rencontres de groupe, un rendez-vous en individuel leur est proposé.

**59**

PERSONNES  
RENCONTRÉES

## COLLOQUE ANNUEL

Cette année, la FCABQ soulignait son 50ème anniversaire.

Reconnaissants du travail et du soutien de notre fédération, c'est avec grand plaisir que nous avons participé au colloque annuel qui s'est tenu à Saint-Félicien du 10 au 13 juin 2024. Des activités de concertation, des formations enrichissantes et des liens précieux qui se renouvellent année après année lors de ce grand rassemblement entre CAB.





## VOLET BÉNÉVOLE

Ayant la certitude que le bénévolat constitue un levier essentiel de transformation sociale, le Volet Bénévole se consacre à la reconnaissance, à l'accompagnement et à la fidélisation des personnes qui choisissent de s'impliquer dans notre organisme.

Notre priorité est d'offrir aux bénévoles un encadrement bienveillant ainsi que les ressources nécessaires pour qu'ils puissent s'épanouir dans leur engagement et en retirer une réelle satisfaction.

Durant la dernière année, ce sont 384 personnes qui ont choisi de s'impliquer bénévolement au Centre d'action bénévole Lavolette. Certaines d'entre elles offrent généreusement leur temps dans plus d'un service, témoignant d'un engagement remarquable. Grâce à leur dévouement, notre mission prend vie chaque jour, auprès de celles et ceux qui en ont le plus besoin.

### NOUVEAUX BÉNÉVOLES

**13**

ACCOMPA-  
GNEMENT

**45**

POPOTE  
ROULANTE

**5**

VISITES  
D'AMITIÉ

**4**

RENCONTRES  
AMICAB

**6**

ACCUEIL

**5**

COMPTOIRS  
ALIMENTAIRES

**19**

TEL-  
ÉCOUTE

**34**

COURRIER  
DES JEUNES

**13**

LIRE ET  
FAIRE LIRE

**10**



# LE CAB CAFÉ

## RECONNAISSANCE

Un lieu convivial pensé pour les bénévoles, où se tiennent diverses activités favorisant l'échange, le bien-être et le sentiment d'appartenance au sein de notre organisme.

Nous organisons une programmation de rencontres diversifiées afin de souligner l'engagement précieux des bénévoles qui s'investissent avec cœur et générosité dans nos services.

Ces rencontres, offertes au CAB café, donnent aux bénévoles l'occasion de se retrouver dans un cadre convivial, de tisser des liens avec d'autres personnes animées par des valeurs communes, d'enrichir leurs compétences ou encore d'explorer divers sujets d'intérêt. Voici les activités offertes au cours de l'année :

### Cafés animés

- Les Wampums
- Trucs et astuces pour les téléphones intelligents
- La bosse des maths
- Idées bouchées pour recevoir en toute simplicité
- Partage de voyages
- Réflexologie et automassage
- Initiation à l'intelligence artificielle
- Bols tibétains

### Conférences / Formations

- Le déclin cognitif (vidéoconférence) par le Programme VIEsÂGE
- Vos papiers sont-ils en ordre ? par Planification MASA
- Initiation à la généalogie par la Société de généalogie du grand Trois-Rivières
- Les déplacements sécuritaires par Komala Voora, physiothérapeute
- Aînés et fiscalité (vidéoconférence) par Revenu Québec



**131**

BÉNÉVOLES

— POUR —

**453**

PARTICIPATIONS  
AUX DIFFÉRENTES  
ACTIVITÉS OFFERTES  
AU CAB CAFÉ  
(incluant  
les rencontres  
de services)



*La programmation des activités au CAB Café est très intéressante et diversifiée !  
Merci pour tout ce que vous nous offrez ! – D.B.*

## **Lions de Trois-Rivières**

Au cours de l'année, nous avons eu la chance de recevoir des billets pour assister à deux matchs des Lions de Trois-Rivières. Une section complète a été réservée pour les bénévoles du Centre lors de la première sortie, avec 71 billets distribués. Pour le dernier match de la saison, 20 billets supplémentaires ont été offerts, permettant à d'autres bénévoles de vivre l'expérience dans une ambiance festive et rassembleuse.

Nous tenons à remercier chaleureusement ce partenaire pour ces belles opportunités qui ont contribué à souligner l'engagement des bénévoles.

## **Les mardis vitalité : En forme pour bénévoler !**

Grâce à un partenariat avec le Centre Loisir Multi-Plus, nous avons eu l'occasion d'offrir à nos bénévoles actifs de 60 ans et plus des cours de mise en forme encadrés par une kinésologue certifiée. Cette activité de reconnaissance, fort appréciée des participants, a permis à huit bénévoles du Centre de prendre part à chacune des sessions d'automne, d'hiver et de printemps.

## **CORRESPONDANCE**

Le Centre maintient un lien constant avec ses bénévoles grâce à une variété de moyens de communication, que ce soit pour transmettre de l'information, souligner un événement marquant ou encore lancer une invitation à participer à une activité. Nous relayons également des occasions d'implication provenant d'autres organismes de la région.

Soucieux d'accompagner nos bénévoles dans leurs démarches personnelles ou professionnelles, nous produisons des lettres d'attestation d'implication bénévole, notamment pour appuyer des étudiants dans leur démarche d'admission aux études doctorales, l'obtention de bourses, de stages ou d'emplois, ainsi que pour soutenir divers projets portés par des organismes.

## **Cartes de souhaits aux bénévoles**

Dans un esprit de fidélisation et de gratitude, une carte d'anniversaire personnalisée, signée par l'ensemble de l'équipe, est envoyée par la poste à chaque bénévole actif. Ces cartes bien spéciales sont confectionnées avec soin à partir de photos prises par notre collègue Chantal, passionnée de photographie.

Lorsqu'un bénévole ou un bénéficiaire décède, un message de sympathie est transmis à la famille en signe de soutien et de solidarité.

**34**

ENVOIS

**41**

LETTRES

**268**

CARTES

# CÉLÉBRER L'ENGAGEMENT BÉNÉVOLE

## JOURNÉE INTERNATIONALE DES BÉNÉVOLES

Chaque 5 décembre, à l'occasion de la Journée internationale des bénévoles, nous prenons un moment pour reconnaître l'apport inestimable de celles et ceux qui donnent de leur temps au service des autres. Instituée en 1985, cette journée met en lumière la force tranquille du bénévolat et l'impact profond qu'il a au sein de nos communautés.

Cette année, nous avons accueillis les bénévoles dans une ambiance chaleureuse, tout en musique, pour un moment d'échange entre eux et l'équipe de travail.

**20**

BÉNÉVOLES  
PRÉSENTS



## SEMAINE DE L'ACTION BÉNÉVOLE du 14 au 20 avril 2024

BÉNÉVOLER, C'EST BRILLANT !

« Prendre part à l'action bénévole, c'est apporter son étincelle là où on aura toujours besoin de plus de lumière. Et si briller veut dire se distinguer avec éclat, on peut donc affirmer haut et fort que bénévolat, c'est brillant ! » – extrait de la déclaration de la Fédération des Centres d'action bénévole du Québec.



## SEMAINE DE L'ACTION BÉNÉVOLE (suite)

Cette année, c'est l'humoriste Guillaume Pineault qui fut le fier ambassadeur de la SAB, nous aidant à faire rayonner l'action bénévole de part et d'autre de la province, dans une ambiance festive et rassembleuse.



Guillaume Pineault  
**Ambassadeur, SAB 2024**

### Tirage des prix offerts aux bénévoles



#### FÉLICITATIONS AUX GAGNANTS

1er prix / 300\$ à l'Amphithéâtre  
Lisette Richard

2ème prix / 200\$ à l'Amphithéâtre  
Denis Germain

Dans le cadre de cette semaine spéciale, en guise de remerciement aux bénévoles du Centre, nous avons offert une journée sérénité sous le thème ***Se ressourcer pour mieux briller.***

2 conférences étaient offertes :

- *La pleine conscience : pour un cerveau en santé !* par Karine Manningham
- *La gestion du stress* par Jacquelin D. Roy

Une journée fort appréciée de tous !

**30**

BÉNÉVOLES  
PRÉSENTS



# HOMMAGE BÉNÉVOLAT QUÉBEC 2024



Chaque année, l'équipe du Centre d'action bénévole Lavolette tient à souligner l'engagement exceptionnel de ses bénévoles en participant activement au prix Hommage bénévolat-Québec. Cette reconnaissance permet de mettre en lumière le dévouement de personnes qui, par leur temps et leur cœur, enrichissent notre communauté. Voici un aperçu des candidatures proposées cette année, témoignant de la richesse et de la diversité de l'implication bénévole au sein de notre organisme.

## Catégorie « Hommage bénévolat-Québec »

### Marilou Durand

Une force de résilience au service des autres

Marilou sait se démarquer par son charisme naturel, sa bonne humeur contagieuse, sa personnalité colorée et son humour unique qui apportent une énergie positive et rafraîchissante. Toujours à l'écoute, elle s'est toujours efforcée de répondre aux besoins des appelants et des visiteurs avec soin et générosité, faisant d'elle une personne précieuse et très appréciée. Elle offre également un soutien indéfectible à l'équipe de travail dans la réalisation de différentes tâches cléricales. Ayant vécu une épreuve de vie marquante, Marilou est un exemple vivant de la force humaine et de l'impact transformateur du bénévolat. Sa capacité à convertir l'adversité en source d'inspiration fait d'elle un modèle à suivre pour tous.



## Catégorie « Jeune bénévole Prix Claude-Masson »

### Tomas Carpentier

Optimiste et inspirant

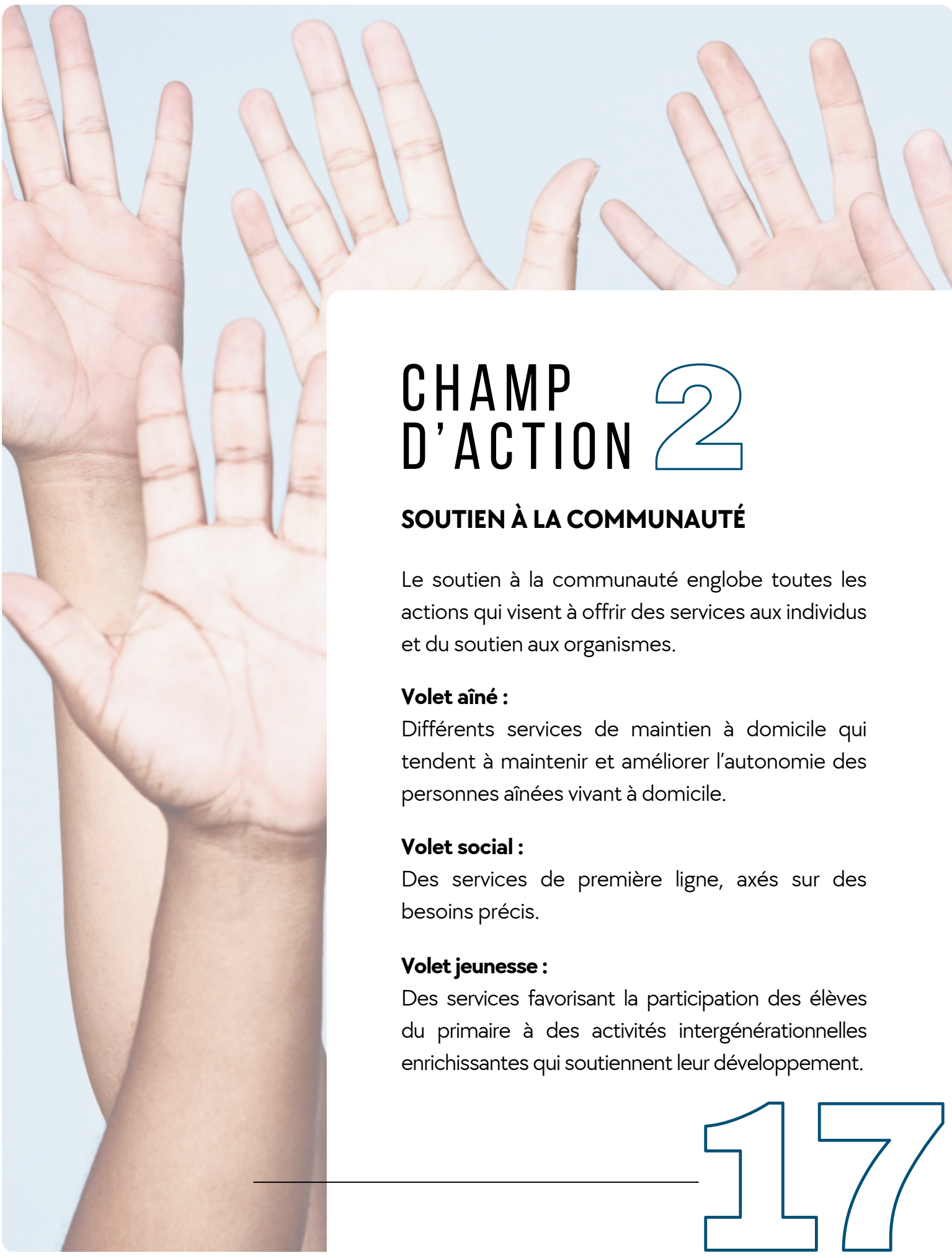
Tomas est un jeune bénévole dévoué et inspirant qui incarne parfaitement l'esprit de générosité et de solidarité. Pour lui, le bénévolat représente une opportunité unique de faire une différence dans la vie des autres et d'aider sa communauté. Depuis plusieurs années, il multiplie les gestes altruistes et fait preuve d'un engagement remarquable.

Guidé par sa devise pleine de légèreté – « La vie est un fromage, profitons de chaque bouchée » Tomas voit le bénévolat comme une source de joie partagée. Il souligne que le bénévolat fait autant de bien à celui qui offre son aide qu'à celui qui la reçoit. Cette philosophie altruiste se reflète dans son sourire et son optimisme qui inspirent confiance et sérénité.









# CHAMP D'ACTION 2

## SOUTIEN À LA COMMUNAUTÉ

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

### **Volet aîné :**

Différents services de maintien à domicile qui tendent à maintenir et améliorer l'autonomie des personnes âgées vivant à domicile.

### **Volet social :**

Des services de première ligne, axés sur des besoins précis.

### **Volet jeunesse :**

Des services favorisant la participation des élèves du primaire à des activités intergénérationnelles enrichissantes qui soutiennent leur développement.



## VOLET AÎNÉ

---

La population trifluvienne est la plus âgée au Québec. Ceci explique l'ampleur des demandes pour les services de maintien à domicile. Les besoins sont de plus en plus grands, tant au niveau de la popote roulante qu'au niveau de l'accompagnement transport.

Notre priorité : que les bénéficiaires aient l'attention humaine qu'ils méritent, une bonne qualité d'alimentation et des déplacements sécuritaires vers les soins de santé requis.

---

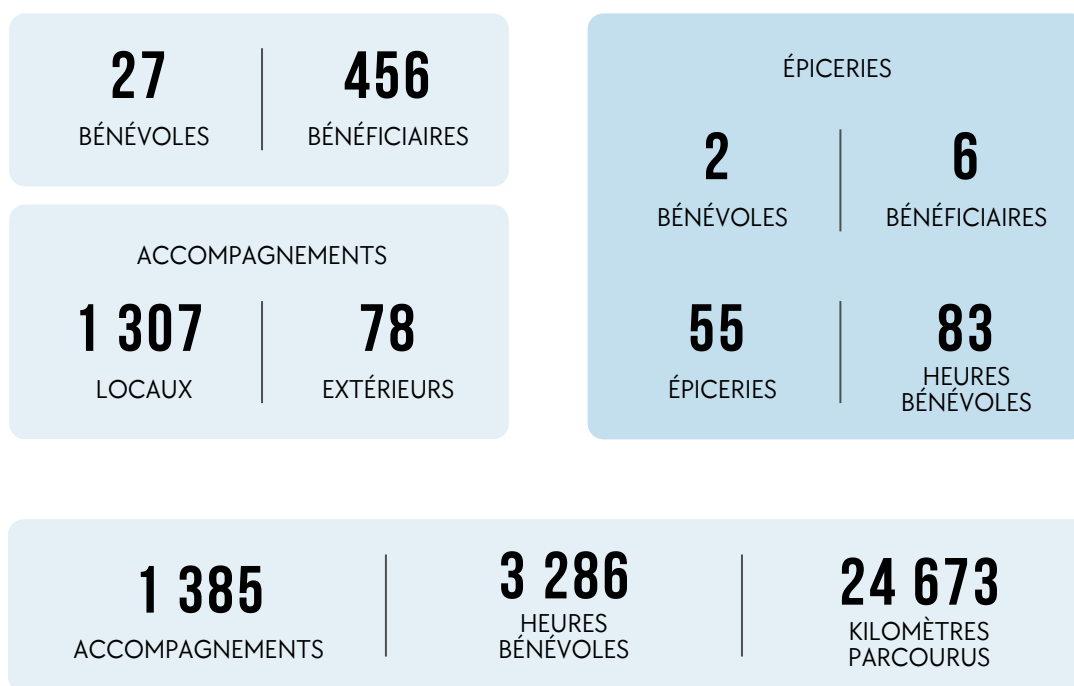
## ACCOMPAGNEMENT PERSONNALISÉ

Ce service essentiel est possible grâce à l'engagement indéfectible de nos bénévoles dévoués qui répondent avec cœur aux besoins de sécurité, d'écoute et de transport exprimés par les usagers. Quelles que soient la météo, l'heure ou la distance à parcourir, ces bénévoles sont là, souriants, attentionnés, disponibles et toujours prêts à offrir temps et énergie pour que chaque bénéficiaire se sente accompagné, respecté et en confiance.

L'accompagnement offert dépasse largement le simple transport. Le bénévole va chercher la personne à sa porte, l'accompagne jusqu'à son lieu de rendez-vous, attend avec elle si nécessaire dans la salle d'attente, puis la raccompagne à son domicile. Ce lien de proximité devient souvent un moment précieux d'échange, d'écoute bienveillante et parfois même de soutien physique ou administratif : aide à la marche, orientation dans les établissements de santé, prise de nouveaux rendez-vous sur place, etc.

Ce service joue un rôle crucial dans le maintien à domicile des aînés et des personnes en perte d'autonomie, en leur permettant d'avoir accès à des soins médicaux essentiels comme la radio-oncologie, les prises de sang, les coloscopies, les soins de la vue, les suivis psychologiques, la médecine générale, l'orthopédie, les vaccins et bien plus. Ces accompagnements peuvent se faire tant pour des rendez-vous locaux que pour des déplacements à l'extérieur, jusqu'à Québec ou Montréal.

Au cours de l'année, une restructuration du service a permis de recentrer l'accompagnement-transport sur sa mission première : le maintien à domicile. Certains dossiers qui ne correspondaient plus aux critères établis ont été fermés, ce qui a permis d'accueillir de nouvelles inscriptions. Un nouveau processus d'admission et de gestion a également été mis en place afin d'optimiser l'accès au service.



*Je tiens à remercier sincèrement tout le personnel de votre organisme pour l'aide apportée aux gens vulnérables, âgés et fragiles... etc.*

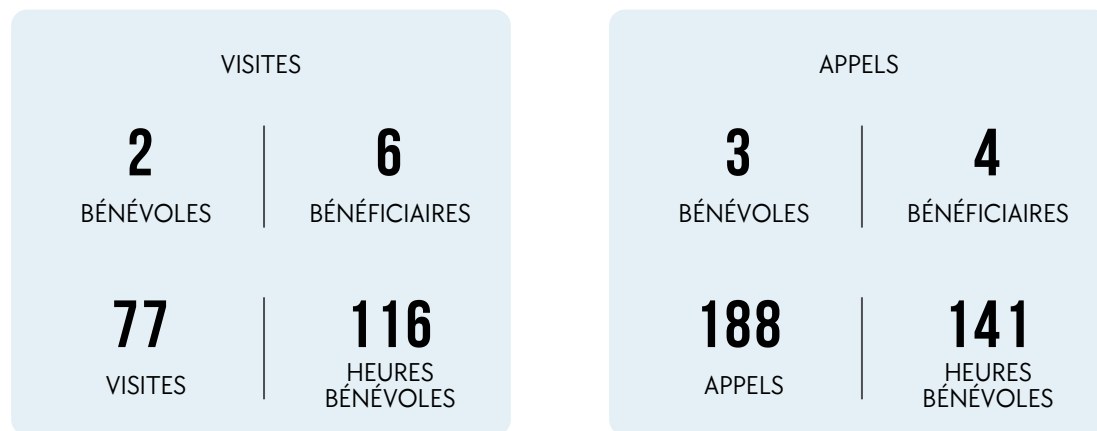
*Depuis quelques années vous m'avez dépannée à plusieurs reprises et je veux vous dire un gros merci. Tous les bénévoles que j'ai rencontrés étaient des perles, très gentils et attentifs à nos besoins et à notre écoute. [...]*

*Merci sincèrement ! - J.B.*

# VISITES | APPELS D'AMITIÉ

Le service des visites d'amitié est actuellement en révision. Toutes les personnes qui étaient déjà inscrites à ce service ont été visitées par la responsable du service. Suite à ces visites, 2 personnes ont été référées à l'urgence sociale afin d'être prises en charge par le CIUSSS MCQ car les besoins sont beaucoup plus grands qu'une simple visite bi-mensuelle et leur dossier a été fermé au CAB. Pour les autres personnes (8), des visites sont ou seront bientôt mises au calendrier, afin de briser leur isolement. Les 2 bénévoles rendent visite aux personnes 1 fois par semaine ou 2 semaines pendant environ 1 heure. Durant leur visite, ils discutent de tout et de rien. Pour eux, c'est un moment joyeux. Ces interactions jouent un rôle crucial dans le maintien du bien-être émotionnel et social des personnes âgées.

Concernant les appels d'amitié, ce sont 3 bénévoles qui téléphonent des personnes âgées, dont un bénévole qui fait son appel en zoom. Ces 2 services sont grandement appréciés par les utilisateurs.

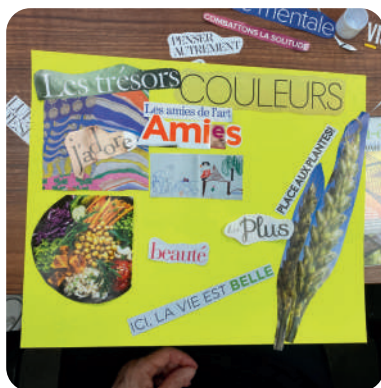


## RENCONTRES AMICAB

Les rencontres AmiCAB s'adressent aux aînés vivant de l'isolement et souhaitant tisser des liens au sein d'un groupe d'appartenance. Offertes gratuitement chaque semaine, ces rencontres de deux heures incluent le transport en taxi, des collations santé ainsi qu'une programmation diversifiée d'activités favorisant le bien-être social, physique et intellectuel. Ateliers créatifs, discussions thématiques, jeux de mémoire innovants, activités sensorielles et exercices physiques doux sont proposés dans une ambiance conviviale et chaleureuse.

Cette année, deux groupes de 12 personnes ont pris part à cette expérience enrichissante, bénéficiant d'une offre d'activités variées, répondant à leurs besoins et intérêts.





Ces moments privilégiés sont animés par des bénévoles dévoués, sensibles aux différentes réalités des participants et qui veillent à créer un espace d'écoute, de partage et de valorisation. Leur présence attentive contribue grandement à renforcer le sentiment d'appartenance et à briser l'isolement dans un environnement adapté et sécuritaire.

### **Activité spéciale de Noël**

En décembre, les deux groupes AmiCAB se sont rassemblés pour célébrer Noël lors d'une activité festive réunissant dîner traditionnel, chants, jeux et échange de cadeaux. Pour l'occasion, la chorale de l'Association des traumatisés crâniocérébraux de la Mauricie est venue partager des chants de Noël, apportant une touche chaleureuse et émotive à cette journée mémorable.



### **Colloque Viactive**

Des bénévoles accompagnés de la responsable du service ont participé au colloque régional du programme Viactive tenu au Centre des congrès de l'Hôtel Énergie à Shawinigan. Organisé par la Direction de la santé publique du CIUSSS MCQ et le Réseau FADOQ Mauricie, cet événement annuel vise à soutenir la formation continue des animateurs et à présenter de nouveaux outils d'animation favorisant l'activité physique adaptée.

### **Accueil d'une étudiante étrangère**

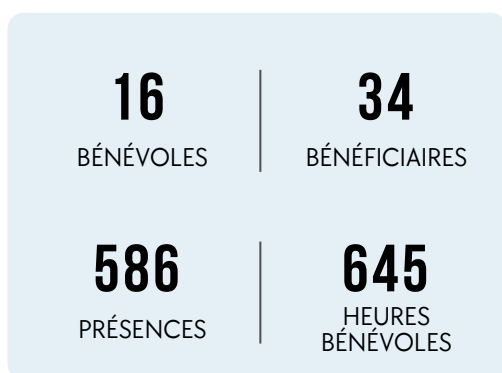
Dans le cadre d'un projet international mené par l'Agence Innovation et l'UQTR, nous avons eu le plaisir d'accueillir Lais Oliveira, étudiante en Tourisme durable à l'Université de Sao Paulo, au Brésil. Lais a été bénévole durant 5 mois à l'AmiCAB. Sa présence a été très appréciée et a permis de beaux échanges interculturels avec les participants.



## Partenariat avec le Collège Laflèche

Encore cet automne, nous avons eu le plaisir de travailler avec 2 étudiants en 3<sup>ème</sup> année de formation du département de Techniques de gestion et d'intervention en loisir du Collège Laflèche. Tout au long de la session des rencontres AmiCAB, Raphaël Lamothe et Mathieu Boisvert ont eu comme mandat de soutenir l'équipe de bénévoles dans la programmation de leurs activités. Concrètement, ils élaboraient des activités adaptées répondant aux objectifs du service et les partageaient aux bénévoles afin qu'ils les animent lors des rencontres avec les bénéficiaires. Des rencontres mensuelles avec les bénévoles leurs ont permis d'échanger avec eux sur leurs impressions et les besoins pour les prochaines activités à prévoir. Les étudiants ont eu également l'occasion de venir animer une activité spéciale dans le cadre de l'Halloween. Une expérience intergénérationnelle riche et gratifiante pour chacun !

Les rencontres AmiCAB demeurent un lieu précieux de partage, de réconfort et de découvertes, où chaque participant trouve un espace pour tisser des liens significatifs, briser l'isolement et enrichir son quotidien.



*Un milieu d'épanouissement personnel où chaque personne reçoit de l'écoute, de l'empathie et un immense respect de son vécu. [...] La libre-expression est livrée dans le respect mutuel et une grande solidarité entre les participants. [...] Mille mercis !*

*- M.B., participante*



# POPOTE ROULANTE

Une année savoureuse, innovante et tournée vers l'humain !

Porté par notre volonté de toujours mieux servir, une série d'initiatives ont été mises en place au cours de l'année. Nous avons procédé à une révision de l'offre de mets afin d'introduire certaines nouveautés. Il est maintenant possible pour les personnes qui utilisent le service de popote chaude de prédéterminer leurs choix de repas.



Nos menus ont été repensés pour élargir l'offre. Chaque jour, un choix de plats chauds est proposé avec des options de mets populaires auprès de cette clientèle. Une procédure de commande pour les plats chauds a été introduite afin de permettre à nos bénéficiaires de connaître à l'avance l'offre quotidienne et ainsi faire des choix en fonction de leurs préférences.

Côté logistique, un remaniement complet des routes de livraison a été mis en œuvre. Grâce à une analyse et à l'écoute des personnes que nous desservons ainsi que des bénévoles impliqués, nous avons repensé nos trajets pour qu'ils soient plus efficaces et plus fluides.

La popote c'est plus qu'un repas, c'est aussi un contact humain. L'année 2024-2025 s'inscrit dans notre désir de contribuer activement au maintien de la santé et de l'autonomie des personnes, un sourire et une bouchée à la fois!

## **Congrès annuel du Regroupement des popotes roulantes du Québec**

Le Regroupement des popotes roulantes du Québec rassemble 155 organismes issus de 16 régions qui ont tous à cœur le maintien à domicile des personnes âgées ou en perte d'autonomie.

Les 1er et 2 mai 2024, plus de 125 participants ont pris part au congrès qui s'est tenu à l'hôtel MOCO de Salaberry-de-Valleyfield. Cet événement a combiné une ambiance chaleureuse et élégante au bord du lac, en plein cœur du centre-ville.

Au programme :

- 5 conférencier.ère.s expert.e.s dans divers domaines concernant les personnes âgées : nutrition, santé psychologique, activité physique, veille, gestion, etc.
- 2 ateliers : gestion financière saine d'un organisme à but non lucratif (OBNL) et gestion d'une cuisine commerciale.
- Plusieurs activités de réseautage.

Ce congrès annuel est un moment privilégié pour rencontrer une communauté engagée et passionnée, échanger sur les réalités du terrain, s'inspirer des bonnes pratiques et assister à des conférences enrichissantes. Ce rassemblement crée un véritable réseau de solidarité, où le partage d'outils, de ressources et d'expériences renforce l'action de chacun sur son territoire.



Suzanne Lemelin, responsable de la popote roulante du CAB Laviolette, a pris part à l'événement avec enthousiasme... et en est revenue débordante d'idées !

### **Semaine québécoise des popotes roulantes**

La 20e édition de la Semaine québécoise des popotes roulantes s'est tenue du 23 au 29 mars 2025, sous le thème « PROXIMITÉ & SOUTIEN Des ingrédients essentiels pour un filet social solide ! ».

Chaque année, la Semaine des popotes roulantes est l'occasion de mettre en lumière un service essentiel qui va bien au-delà de la simple livraison de repas. Grâce à l'engagement de nos bénévoles, des personnes âgées ou en perte d'autonomie reçoivent non seulement de la nourriture, mais aussi une présence, un sourire et un lien humain précieux. Merci à tous ceux et celles qui contribuent à nourrir le corps... et le cœur.



Un geste simple, un grand merci !

Pour souligner notre reconnaissance, nous avons eu le bonheur d'offrir des biscuits maison à l'ensemble des bénévoles impliqués à notre popote roulante.

Ces petites douceurs ne représentaient pas seulement une gâterie sucrée, mais bien un geste symbolique rempli de gratitude. Un merci savoureux, à la hauteur de l'immense générosité de celles et ceux qui, chaque jour, choisissent de faire une différence.

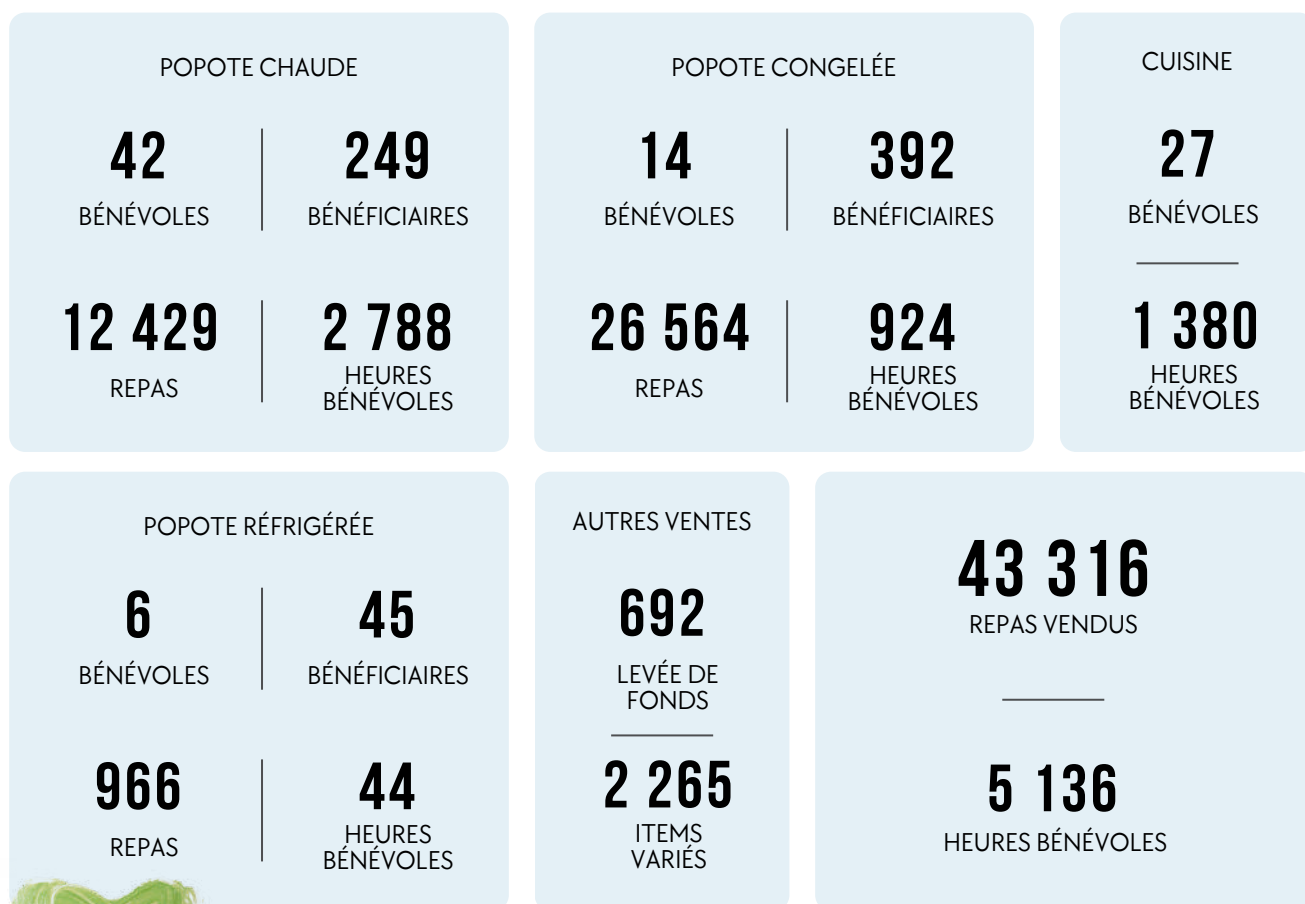
Un geste de solidarité et de reconnaissance

À l'occasion de cette semaine spéciale, nous avons également tenu à souligner l'importance de ce service essentiel en offrant un repas gratuit à tous les bénéficiaires.

Ce geste symbolique se voulait une marque de reconnaissance envers les personnes âgées ou en perte d'autonomie, tout en mettant en lumière l'impact humain de la popote roulante qui se veut être bien plus qu'un simple service de repas. En posant ce geste, nous avons voulu honorer l'entraide, la dignité et la solidarité intergénérationnelle, tout en remerciant ces usagers de la confiance qu'ils nous accordent chaque semaine.

### Levée de fonds : des plats qui font du bien !

Dans le cadre de notre levée de fonds, plusieurs mets faits maison ont été proposés à la vente : ragoût de boulettes au porc effiloché, tourtière, tarte au sucre et gâteau aux carottes. Une belle occasion de soutenir notre mission tout en savourant des plats traditionnels préparés avec soin !



*C'est enrichissant et j'aime le contact avec les gens. Ça fait maintenant 12 ans que je fais cela !*

- Y.B., bénévole



## VOLET SOCIAL

---

Services offerts à l'ensemble de la population qui contribuent au mieux-être, à la création d'un filet social et qui favorisent la résilience de la communauté. Une aide essentielle dont tout le monde peut avoir besoin, à un moment ou à un autre, selon les aléas de la vie.

---

## COMPTOIRS ALIMENTAIRES

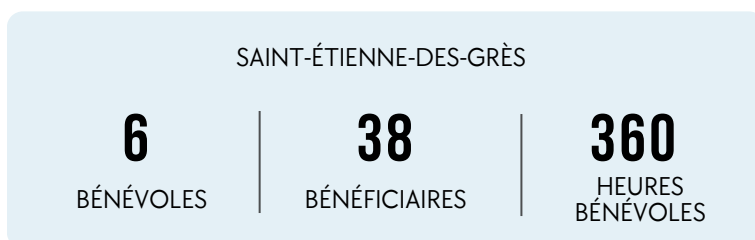
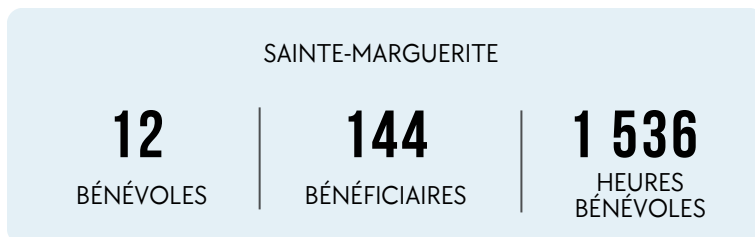
Nos comptoirs alimentaires, situés dans le secteur de Sainte-Marguerite et à Saint-Étienne-des-Grès, sont bien plus que des lieux de distribution : ils sont le cœur d'un réseau d'entraide porté par des bénévoles attentionnés. À ces points de service, nous rejoignons également des personnes vivant dans des zones avoisinantes où les ressources alimentaires sont limitées.

Chaque semaine, avec le soutien de Moisson Mauricie, nous offrons un soutien alimentaire essentiel à des dizaines de familles, en assurant une logistique rigoureuse qui va de la planification à la remise des victuailles, toujours dans un esprit de respect et de dignité.

L'engagement des bénévoles dépasse aussi les murs des comptoirs. En participant à des collectes de fonds comme la Guignolée des médias ou l'initiative des Biscuits sourire de Tim Hortons, ils contribuent activement à assurer la pérennité de ce service indispensable.

Ces comptoirs sont des points d'ancrage pour des communautés aux réalités variées. La diversité culturelle grandissante y apporte de nouveaux défis d'adaptation, notamment sur le plan de la communication. Nous avons ainsi développé des stratégies pour faciliter leur accès au service tout en les référant vers les ressources locales qui peuvent les accompagner dans leur intégration et leurs démarches.

Parce qu'offrir des denrées, c'est aussi nourrir l'espoir et maintenir le lien humain. Nos comptoirs demeurent un pilier essentiel pour de nombreuses familles de notre territoire.



## COLLABORATIONS

Pour répondre à une demande toujours croissante, nous avons poursuivi nos efforts de financement en participant à diverses campagnes tout au long de l'année.

### Guignolée des médias

En décembre, notre équipe de bénévoles, accompagnée de la responsable, a pris part à la Guignolée des Médias. Ils ont assuré la collecte de denrées et de dons dans trois commerces : le Métro Jean XXIII, l'IGA du secteur Sainte-Marguerite et le Bonichoix de Saint-Étienne-des-Grès.



### Campagne du Biscuit sourire de Tim Hortons

Cette initiative, réalisée en partenariat avec le Tim Hortons de Saint-Étienne-des-Grès et Moisson Mauricie, a non seulement permis d'amasser des fonds essentiels mais aussi de renforcer la présence du Centre dans la communauté. Une campagne rendue possible grâce au précieux engagement des bénévoles et à la contribution de nombreux donateurs.





## Un geste du cœur signé Fondation Maurice-Tanguay

Pour une cinquième année consécutive, la Fondation Maurice-Tanguay a offert un soutien précieux à notre Centre d'action bénévole en remettant des boîtes de denrées alimentaires supplémentaires aux bénéficiaires de nos comptoirs. Ce geste empreint de générosité a pris tout son sens à l'approche du temps des Fêtes, une période particulièrement éprouvante pour les familles vivant en situation de précarité.

Cette contribution arrive à un moment critique, alors que le coût des aliments continue de grimper, rendant l'accès à une alimentation suffisante encore plus difficile pour de nombreux ménages. Grâce à cette collaboration, nous avons pu apporter un peu de répit et beaucoup de réconfort à des personnes pour qui cette aide fait une réelle différence.

Ces boîtes-cadeaux bien garnies ont été accueillies avec émotion et reconnaissance.

|                       |                                  |
|-----------------------|----------------------------------|
| <b>9</b><br>BÉNÉVOLES | <b>67</b><br>BÉNÉFICIAIRES       |
| <b>160</b><br>BOÎTES  | <b>32</b><br>HEURES<br>BÉNÉVOLES |



## Brunch de Moisson MCQ

En mai, nous avons pris part au brunch-bénéfice de Moisson Mauricie et Centre-du-Québec, un événement ralliant la communauté autour d'un objectif commun : soutenir la mission de Moisson MCQ. Cet organisme contribue à améliorer la qualité de vie de 35 000 personnes sur notre territoire, dont près de 11 000 enfants, comme l'a rappelé Gaël Chantrel, directeur général, dans Le Nouvelliste.

Cette activité, accompagnée d'une exposition de photos et d'un encan virtuel Photo Art, a permis d'amasser des fonds essentiels pour leur mission et, par ricochet, de renforcer leur soutien dans notre offre de services d'aide alimentaire.



## Un nouveau souffle pour les 50 prochaines années !

Dans cette volonté de continuer à évoluer, tout en restant ancré dans notre temps, Tel-Écoute a dévoilé cette année une nouvelle identité visuelle. Ce logo, à la fois moderne et porteur de sens, incarne nos valeurs fondamentales : l'écoute, la présence et l'ouverture, qui demeurent au cœur de notre engagement depuis maintenant 50 ans.



Ce changement marque une étape importante de notre parcours, à la croisée du respect de notre héritage et d'un regard résolument tourné vers l'avenir. Plus qu'un simple changement d'image, il reflète notre volonté de renforcer ce qui nous anime : offrir une écoute accessible, humaine et bienveillante à toute personne en détresse ou en recherche de soutien.

Dans un monde où l'isolement, la détresse et l'anxiété sont de plus en plus présents, notre ligne d'écoute reste un repère, un filet de sécurité invisible mais vital. Être entendu, sans jugement, dans un moment de vulnérabilité, peut faire toute la différence.

Alors que nous amorçons ce nouveau chapitre, nous le faisons avec la même conviction : chaque appel compte, chaque voix mérite d'être accueillie, chaque silence peut être entendu.

Un nouveau visage pour une mission inchangée : être là, simplement, à l'écoute.



*Merci d'être là pour nous! J'appelle votre ligne d'écoute régulièrement. J'apprécie tous les gens qui répondent et nous écoutent chaleureusement.*

*- un appelant*

## Accompagner avec bienveillance, être accompagné avec soin

Au cœur de Tel-Écoute se trouve une équipe de bénévoles engagés et généreux, sans qui notre mission ne serait possible. Or, pour offrir une écoute de qualité, il faut d'abord bien outiller celles et ceux qui la rendent possible. C'est pourquoi chaque nouveau bénévole suit une formation initiale, centrée sur l'écoute active et la relation d'aide.

Cette formation, alliant théorie et pratique, permet aux futurs écoutants de développer concrètement les compétences essentielles à leur rôle, sous la supervision attentive de notre formateur. Au fil de ce parcours, ils apprennent à reconnaître les besoins propres à chaque appelant et à y répondre avec empathie, respect et discernement.

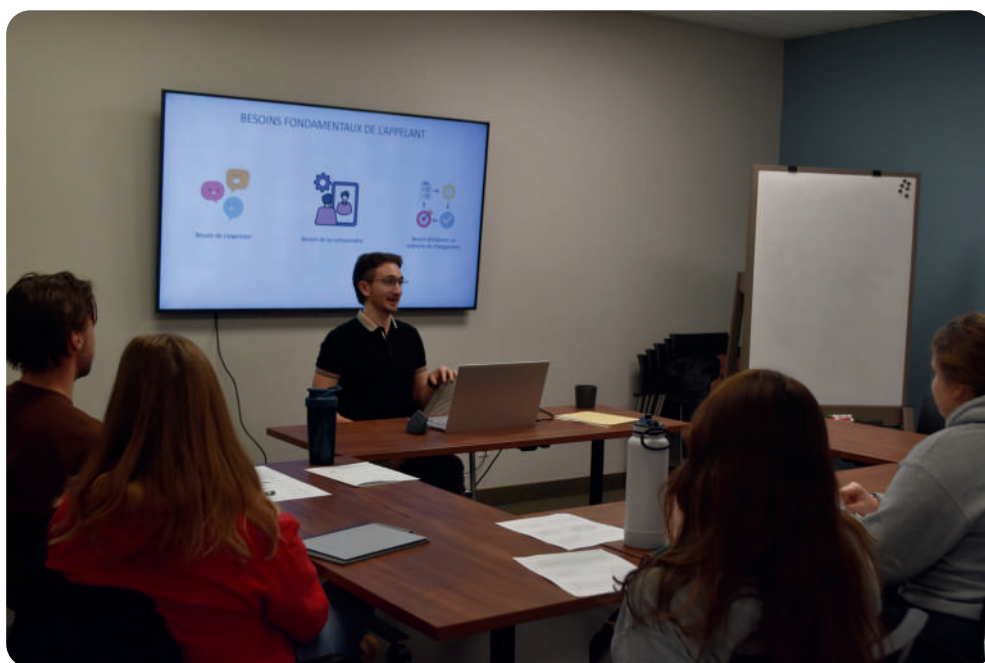
Mais notre engagement envers eux ne s'arrête pas là. Nous croyons qu'un soutien continu est essentiel pour qu'ils puissent exercer leur rôle avec confiance et sérénité.

Nous savons aussi que répondre à des appels empreints de détresse peut être exigeant émotionnellement. C'est pourquoi nos bénévoles ne sont jamais seuls : un membre de l'équipe de coordination est toujours joignable pour offrir un appui immédiat, au besoin. Nos bureaux leur sont aussi ouverts, que ce soit pour échanger sur une situation, partager une expérience, ou simplement venir nous saluer.

Accompagner ceux qui accompagnent : voilà une priorité qui guide nos gestes, jour après jour.

**3 170**

HEURES  
BÉNÉVOLES  
DE GARDE



## Visibilité dans la communauté

Dans le but d'offrir une écoute humaine et accessible au plus grand nombre, Tel-Écoute a multiplié ses initiatives de visibilité au sein de la communauté. Dépliants et affiches ont été distribués dans divers établissements de notre territoire, notamment dans les caisses populaires, bibliothèques, restaurants et résidences pour personnes âgées. En diversifiant nos moyens de communication, nous élargissons notre portée et nous assurons de faire connaître nos services à une clientèle variée.



## Participation à la vie communautaire et étudiante

Tel-Écoute a été représentée à l'événement « Le communautaire, c'est salubre ! », organisé par l'Association étudiante en psychoéducation de l'Université du Québec à Trois-Rivières. Cet événement a offert une belle vitrine aux organismes psychosociaux de la Mauricie et du Centre-du-Québec pour échanger, sensibiliser et présenter leurs services, tout en suscitant l'intérêt des étudiants pour l'engagement bénévole.

Nous avons également tenu des kiosques d'information dans le cadre d'activités organisées par le CIUSSS de la Mauricie-et-du-Centre-du-Québec, ce qui nous a permis de faire connaître notre ligne d'écoute aux intervenants à domicile. Ces rencontres sont essentielles pour tisser des liens directs avec les professionnels du réseau de la santé et des services sociaux et pour renforcer la complémentarité de nos actions auprès des populations plus isolées.

## Renforcement des liens avec nos partenaires

Conscients que les services psychosociaux constituent un pilier essentiel du tissu social, nous nous engageons à entretenir des liens étroits avec les organismes de la région. Ces collaborations nous permettent de rester informés des ressources disponibles, de mieux orienter les personnes que nous accompagnons et de favoriser une approche concertée. En retour, faire connaître notre mission à nos partenaires leur permet de référer vers Tel-Écoute lorsqu'un besoin d'écoute se manifeste chez leur clientèle.



## Notre engagement collectif

En tant que membre actif de l'Association des centres d'écoute téléphonique du Québec (ACETDQ), Tel-Écoute a pris part aux diverses initiatives, rencontres et formations proposées par le réseau. La coordonnatrice du service a également assuré la représentation de notre organisme lors de l'assemblée générale annuelle qui s'est tenue à Drummondville.



## L'ÉCOUTE C'EST...

*"L'écoute, c'est la ressource naturelle  
la plus précieuse de notre société.*

*Le plus beau des cadeaux qu'on peut  
se faire à soi-même ou aux autres.*

*Ça ne coûte rien et c'est toujours disponible.*

*Pourtant, c'est si facile de l'oublier ou  
de la prendre pour acquis.*

*L'écoute peut changer des vies.*

*L'écoute, c'est la solution aux grands problèmes de notre société."*

*– Guillaume Vermette, clown humanitaire et porte-parole de Tel-Écoute*



### Présence active au cœur du centre-ville

À l'occasion de la Journée de l'écoute, le porte-parole, la coordonnatrice et une intervenante de Tel-Écoute ont sillonné les rues du centre-ville pour faire connaître nos services et engager le dialogue avec les citoyens. Des dépliants présentant la ligne d'écoute ont été remis tout au long de la journée, favorisant des échanges spontanés et significatifs.

Cette démarche de proximité, fidèle à la mission de Tel-Écoute, a permis de rejoindre plusieurs personnes, notamment en situation d'itinérance, et de leur offrir une écoute bienveillante. Elle incarne nos valeurs d'ouverture, de solidarité et de présence humaine, créant des liens là où le besoin se fait sentir, directement sur le terrain.



## ESCOUADE À L'ÉCOUTE : PRÉSENCE ET ENGAGEMENT

À l'été 2024, Tel-Écoute a poursuivi sa mission de proximité grâce à son Escouade à l'écoute qui a sillonné les parcs de Trois-Rivières pour offrir une écoute attentive et bienveillante aux passants.

Pour la première fois, l'Escouade à l'écoute a étendu sa mission en visitant chaque mois la résidence Lokia, un milieu de vie pour personnes âgées. Très vite, ces rencontres ont pris une place importante, autant pour les résidents que pour nos bénévoles. À travers des échanges sincères et une présence attentive, des liens humains profonds se sont tissés.

Des activités comme le billard, particulièrement apprécié des hommes de la résidence, ont souvent servi de point de départ à des conversations animées, parfois teintées de confidences, dans une ambiance conviviale et respectueuse. Ces instants partagés ont permis de briser l'isolement et de créer des ponts entre les générations, rappelant combien il est essentiel d'être là, simplement, pour écouter, échanger et nourrir ces liens humains qui font toute la différence.

Accueillies avec chaleur par les résidents, ces visites ont aussi marqué nos bénévoles, qui en ont retiré une expérience humaine riche et significative. Cette initiative témoigne de notre volonté d'innover dans notre manière d'aller vers l'autre, avec une approche à la fois simple, humaine et créative, adaptée aux réalités de chacun.

## Escouade À l'écoute

**18**

PRÉSENCES  
DANS LES  
PARCS

**74**

HEURES  
D'ÉCOUTE

POUR PLUS DE 80 DISCUSSIONS,  
DONT 56 % AVEC DES HOMMES ET  
55 % AVEC DES PERSONNES ÂGÉES

**11**

PRÉSENCES  
À LA  
RÉSIDENTE

**99**

HEURES  
D'ÉCOUTE

POUR ENVIRON 100 DISCUSSIONS,  
DONT 38 % AVEC DES HOMMES, ET  
PLUSIEURS PARTIES DE BILLARD!



*En faisant de l'écoute active, j'ai vraiment eu le sentiment que je faisais une différence positive dans la journée des personnes qui venaient à notre rencontre. Ce sentiment est très gratifiant et me motivait à me présenter dans les parcs, sachant que j'allais potentiellement aider les autres. - Tomas, bénévole*

## Les appels... un reflet de la réalité humaine

Jour après jour, notre équipe accueille des appels empreints d'émotions, de vulnérabilité et souvent marqués par la solitude. Qu'il s'agisse d'apaiser une détresse, d'accompagner une personne vivant avec des enjeux de santé mentale ou simplement d'écouter un moment de vie, chaque partage est reçu avec bienveillance, respect et ouverture.

L'augmentation marquée du nombre d'appels reçus cette année témoigne de façon éloquente de la pertinence et de la nécessité d'un espace d'écoute accessible et humain. Ce besoin grandissant nous rappelle combien, dans un monde souvent bruyant, le simple fait d'être entendu peut faire toute la différence.

### FORMATION NOUVEAUX BÉNÉVOLES

**23**

BÉNÉVOLES

**483**

HEURES  
BÉNÉVOLES

### SUPPORT PSYCHOSOCIAL À TEL-ÉCOUTE

**64**

BÉNÉVOLES

**11 324**

APPELS

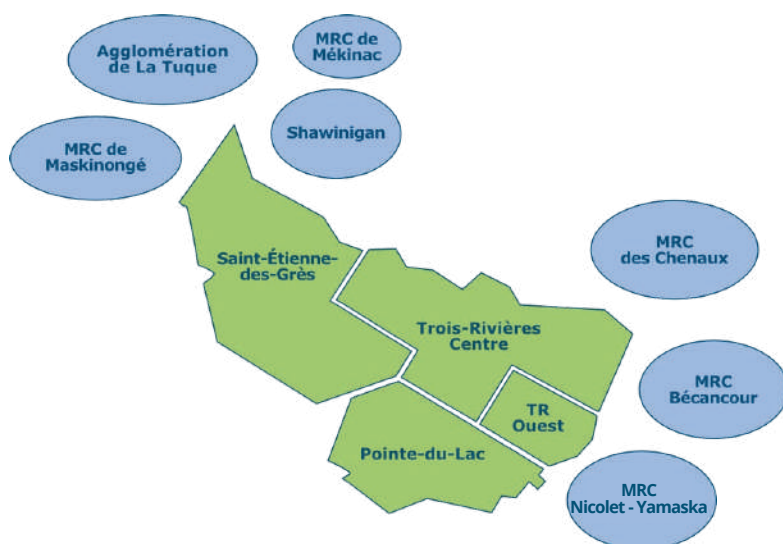
**6 021**

HEURES  
D'ÉCOUTE

**2 063**

HEURES  
BÉNÉVOLES

## Territoire desservi par Tel-Écoute



*Mon bienfait aujourd'hui,  
c'est vous...  
- un appelant*



*Si vous vous demandez si votre service est important, moi je peux vous dire qu'il l'est !  
- une appelante*



## VOLET JEUNESSE

---

Regards croisés entre générations à travers  
2 services offerts aux jeunes élèves de  
niveau primaire, soit le Courrier des jeunes  
et Lire et faire lire.

Par ces 2 activités, nous voulons motiver  
l'intérêt à la lecture et l'écriture, savoirs  
facilitant la réussite éducative. Sans  
omettre la richesse des valeurs qui y sont  
transmises, les liens intergénérationnels qui  
s'y créent ainsi que le développement  
d'aptitudes importantes qui en découle.

---

## COURRIER DES JEUNES

Le Courrier des jeunes offre aux enfants un espace où ils peuvent déposer leurs pensées, leurs rêves ou leurs inquiétudes par écrit. À travers cette correspondance, des bénévoles attentifs leur répondent de façon anonyme avec bienveillance, créant des échanges uniques qui soutiennent l'estime de soi et favorisent la réflexion. Cette démarche encourage les jeunes à développer leur pensée critique, à envisager des solutions par eux-mêmes et à reconnaître les ressources présentes dans leur entourage.



*Ma fille vit avec des diagnostics qui rendent son parcours scolaire difficile.  
Pour la première fois, avec l'arrivée du Courrier des jeunes dans son  
école, j'ai pu la voir prendre plaisir à lire et à écrire. Ce que vous  
faites fait une réelle différence dans la vie des jeunes !*

*- Maman d'une élève*

---

# 35

Afin d'assurer un accompagnement bienveillant et cohérent, chaque bénévole du Courrier des jeunes reçoit une formation préalable lui permettant de bien saisir la philosophie du service et de se familiariser avec les meilleures pratiques pour répondre de façon respectueuse et adaptée aux enfants. Chaque lettre reçue et chaque réponse rédigée font ensuite l'objet d'une lecture attentive par une équipe de bénévoles d'expérience, accompagnée de la responsable du service. Cette étape nous permet de garantir la qualité et l'adéquation des échanges, tout en demeurant soucieux face aux propos partagés par les jeunes. Cette vigilance permet d'identifier rapidement toute situation préoccupante et, le cas échéant, de faire les suivis requis auprès des intervenants scolaires.

Comme chaque année, nous avons eu le plaisir de collaborer avec l'équipe de l'école Beau-Soleil dans le secteur de Pointe-du-Lac, un partenaire de longue date qui reconnaît toute la valeur de ce projet dans la vie des jeunes. Grâce à cette collaboration, 19 classes de la 3<sup>e</sup> à la 6<sup>e</sup> année ont pu profiter de ce service d'échange de lettres.



Nous avons également accueilli une nouvelle école cette année : l'école Alternative Freinet, édifice Saint-Sacrement. Une classe de 4<sup>e</sup> et 5<sup>e</sup> année s'est portée volontaire pour vivre l'expérience dès le mois de janvier. L'accueil positif réservé à cette initiative nous permet d'espérer une participation élargie dès l'automne prochain.

À l'occasion de la Semaine des journées de la persévérance scolaire, nous avons fait parvenir à tous les enfants ayant écrit une lettre durant cette semaine spéciale un « Mot caché de la persévérance » conçu par la TREM. Une petite attention à la fois ludique et porteuse de sens !

Le Carrefour jeunesse emploi a aussi contribué au projet en organisant trois ateliers de décoration de papier à lettres avec les adolescents et jeunes adultes qui fréquentent leur organisme. Ce fut l'occasion pour ces jeunes de faire appel à leur créativité pour personnaliser le matériel utilisé par nos bénévoles pour répondre aux enfants. Une belle manière pour eux de mettre leur talent au service d'une cause significative !

**83**  
BÉNÉVOLES

**1 907**  
LETTRES  
REÇUES

**1 170**  
HEURES  
BÉNÉVOLES

#### NOUVEAUX BÉNÉVOLES

**26**  
CORRESPON-  
DANCE

**8**  
DÉCORATION  
DE PAPIER

# LIRE ET FAIRE LIRE

Dans une salle de classe, des regards curieux suivent le fil d'une histoire et l'imaginaire prend doucement son envol... C'est dans ces petits instants de magie que prend vie le service Lire et faire lire.

Chaque semaine, des bénévoles de 50 ans et plus, passionnés de lecture et de partage, se rendent dans des classes de préscolaire, de 1<sup>ère</sup> et de 2<sup>ème</sup> année pour lire des histoires aux enfants. Par leur présence chaleureuse et leur enthousiasme, ils créent des moments précieux qui deviennent des passerelles vers le plaisir de lire. Ces rencontres, à la fois simples et riches de sens, nourrissent l'amour des livres dès le plus jeune âge et favorisent un lien intergénérationnel inspirant.

Afin de bien accompagner les nouveaux bénévoles dans leur rôle de lecteurs, une formation de base est offerte par une bénévole d'expérience accompagnée de la responsable du service. Cette préparation vise à les outiller pour animer des séances de lecture adaptées, en favorisant l'écoute, le respect du rythme des enfants et le plaisir de lire.



**13**

NOUVEAUX  
BÉNÉVOLES-  
LECTEURS

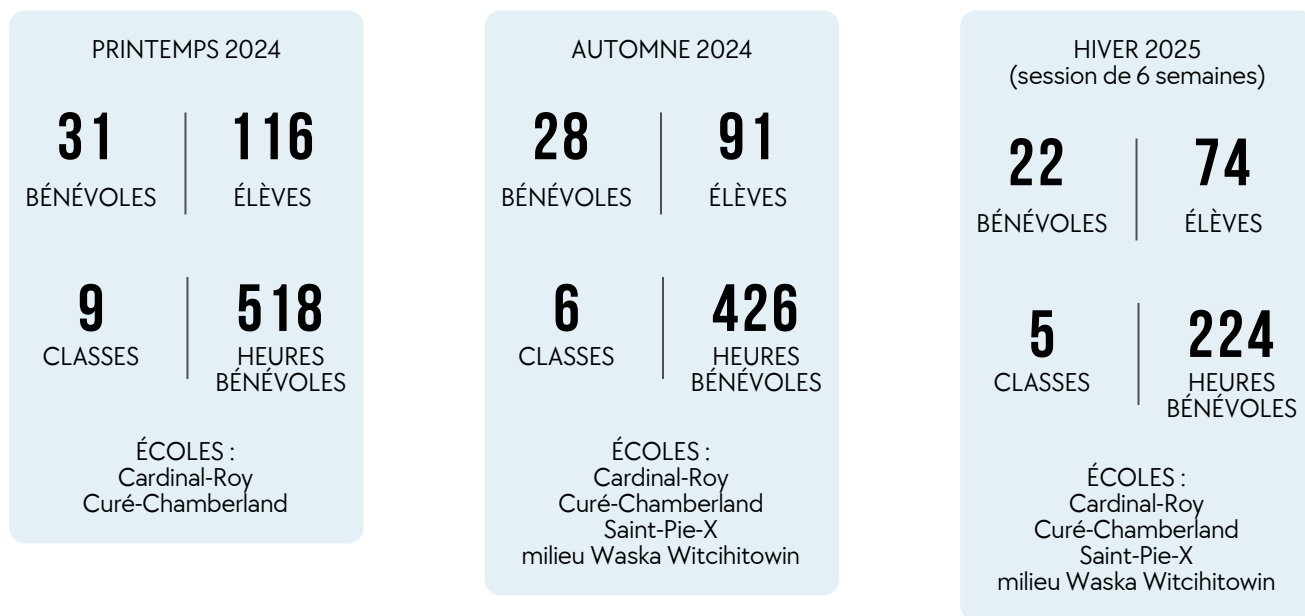
En cours d'année, les bénévoles peuvent également profiter des activités formatives proposées par l'antenne nationale de Lire et faire lire, qui offre divers webinaires et ressources en ligne. Ce lien précieux avec le national nous a d'ailleurs permis d'accueillir à la bibliothèque Gatien-Lapointe Anne-Marie Fortin, consultante spécialisée en littérature jeunesse et animation de l'entreprise Pouce Carré, venue offrir une formation inspirante à l'ensemble des bénévoles-lecteurs de notre antenne locale.

Nous pouvons également compter sur la précieuse collaboration des Bibliothèques de Trois-Rivières, tant pour la visibilité qu'elles offrent à notre service que pour les accommodements qui facilitent l'implication de nos bénévoles.



Cette année, le service Lire et faire lire a proposé deux sessions de lecture de 8 semaines dans quatre écoles du territoire ainsi qu'une session de 6 semaines à l'hiver en continuité à la session d'automne afin d'offrir plus de périodes de lectures aux mêmes enfants. Ces semaines supplémentaires ont eu un impact significatif sur le lien qui s'est créé entre les élèves et les bénévoles.

En collaboration avec le Centre d'amitié autochtone, un mandat spécial a été réalisé aux sessions d'automne et d'hiver avec la classe de préscolaire 4 ans du milieu de vie Waska Witcihitowin, un espace communautaire dédié aux étudiants autochtones de Trois-Rivières et leurs enfants. Des bénévoles ont offert une session de lecture régulière aux enfants de cette classe en étant accompagnés d'une intervenante jeunesse du Centre d'amitié autochtone qui débutait les rencontres par un livre en Atikamekw. De riches moments interculturels favorisant le partage et l'ouverture à l'autre !



Les retours du personnel enseignant soulignent avec constance la valeur ajoutée du service Lire et faire lire dans leur classe. En plus d'encourager la lecture, cette activité intergénérationnelle favorise l'expression de soi des élèves et le développement d'habiletés sociales importantes. Dans les classes de francisation, les rencontres en petits groupes avec les bénévoles créent un climat rassurant qui permet aux enfants plus timides de s'exprimer davantage en français, à leur rythme, tout en développant leur confiance. Du côté de la classe issue du milieu de vie autochtone, ces moments privilégiés favorisent la réconciliation en nourrissant la création de liens positifs avec des personnes allochtones bienveillantes, contribuant à un dialogue empreint de respect, d'ouverture et de partage.

## Promotion du service

Des efforts ont été déployés pour faire rayonner le service Lire et faire lire auprès d'un plus large public. Une vidéo promotionnelle, tournée à la bibliothèque Gatien-Lapointe par EKLORE Marketing, a mis en lumière l'engagement de notre bénévole ambassadrice, Marie-Marthe Roy, tout en soulignant l'impact positif du service.

Lien de la vidéo : <https://youtu.be/F6B1QInVhMs>

De plus, un kiosque a été tenu lors du Salon des exposants du Réseau BIBLIO CQLM à l'école Chavigny le 19 octobre dernier afin de faire connaître le programme et d'inspirer de nouveaux partenariats.

## Salon du livre

Du 27 au 30 mars 2025, nous avons fièrement tenu le kiosque de Lire et faire lire à la 37<sup>ème</sup> édition du Salon du livre de Trois-Rivières. Cette présence nous a permis de faire rayonner notre mission auprès du grand public, de rencontrer de nombreuses personnes partageant notre passion pour la lecture et l'éducation, de tisser des liens avec des partenaires potentiels et de souligner l'importance de la lecture partagée entre générations.

Nous tenons à exprimer toute notre gratitude à nos bénévoles-lecteurs dont l'engagement remarquable a fait briller le plaisir de lire et le désir de transmettre la magie des livres tout au long de l'événement !



**12**  
BÉNÉVOLES

**60**  
HEURES  
BÉNÉVOLES





# CHAMP D'ACTION 3

## GOVERNANCE ET VIE ASSOCIATIVE

Le Centre d'action bénévole Laviolette accorde une importance primordiale à l'éthique et à la qualité de sa gouvernance. En tant qu'acteur engagé de son milieu, il se veut un modèle de comportement éthique, guidé par l'intégrité, le respect et la transparence. Il contribue activement au soutien des organismes du territoire, dans un esprit de collaboration et de bienveillance.

Sa gestion repose sur des pratiques démocratiques inspirées des plus hauts standards, illustrant le dynamisme et la vitalité de sa vie associative. Cette approche garantit la participation active de ses membres, bénévoles et partenaires, et renforce la légitimité de ses actions au sein de la communauté.

# CONSEIL D'ADMINISTRATION

Le conseil d'administration joue un rôle essentiel dans la vitalité et la bonne gouvernance de notre organisme. Composé de bénévoles engagés, il contribue activement à l'orientation et au bon fonctionnement de nos actions. Au cours de la dernière année, deux rencontres du conseil se sont tenues par visioconférence, trois en présentiel, en plus de notre assemblée générale annuelle. Plusieurs échanges et décisions ont également été réalisés de manière électronique, assurant une continuité dans les suivis et la prise de décisions. Nous sommes reconnaissants envers ces administrateurs dévoués, dont la rigueur, l'expertise et la présence constante permettent au Centre de poursuivre sa mission avec solidité et vision.

Nous saluons :

**Jessy Bélanger, présidente**

**François Lahaye, vice-président**

**Bruno-Pier Courchesne, trésorier**

**Céline Van Temsche, secrétaire**

**France Marquis, administratrice**

**Louis-Maxim Toutant, administrateur**

**René St-Louis, administrateur**

**Sylvie Duranceau, administratrice**

L'équipe de travail remercie les membres du conseil d'administration pour leur soutien et leur contribution au bon fonctionnement de l'organisme.



# ÉQUIPE DE TRAVAIL

Louise B. Germain, directrice générale

Andrée Boileau, directrice adjointe développement

Michelle Lavergne, directrice adjointe finances

Audrey Blier, chargée de projets

Johanne Désalliers, agente de soutien technique

## Volet social

Comptoirs alimentaires

Valérie Hamel, responsable

Tel-Écoute

Chantal Brisson, coordonnatrice

Alexandre Descoteaux, adjoint à la coordination

Amy Provost, adjointe à la formation

Danielle Fiset, intervenante

Mélanie Larochelle, intervenante

Emploi étudiant été

Tomas Carpentier

Émy Chapleau

Mélanie Larochelle

Projet PHAC

Elisabeth Couture

Alix Marchand

## Volet jeunesse

Courrier des jeunes

Audrey Blier, responsable

Chantal Vanasse, adjointe

Lire et faire lire

Audrey Blier, responsable

Sylvie Comeau, adjointe

## Volet aîné

Accompagnement personnalisé

Josée Ricard, responsable

AmiCAB

Audrey Blier, responsable

Sylvie Comeau, adjointe

Popote roulante

Michel Beaulieu, chef cuisinier

Suzanne Lemelin, responsable

Nancy Bélisle, préposée à la popote congelée

Jacques Brazeau, aide-cuisinier

Valérie Hamel, soutien à la Popote

## Volet bénévole

Audrey Blier, responsable

Sylvie Comeau, adjointe

## Départs au cours de l'année :

Marie L'Écuyer, responsable

Sylvie Montembeault, responsable

Véronique De Carufel, agente de soutien à la direction

Dave Mailhot, intervenant

Guillaume Gaudet, intervenant

Sarah-Ann Caron-Fortin, intervenante

Tomas Carpentier, intervenant

# SUPPORT BÉNÉVOLE À LA PERMANENCE

La personne bénévole à l'accueil occupe une fonction centrale au sein de notre organisation. En étant la première personne avec qui les appelants entrent en contact, elle influence directement l'image que ces derniers se font de notre organisme. Chaque interaction, chaque mot employé et chaque attention contribuent à refléter nos valeurs et notre esprit d'accueil.

Accomplir cette tâche requiert une perception approfondie de son importance : répondre avec rapidité, bienveillance et respect, tout en instaurant un climat chaleureux et accueillant. C'est une occasion précieuse de créer une connexion authentique, où chacun se sent reconnu et écouté.

Ainsi, la personne responsable de l'accueil agit comme une porte d'entrée vers une expérience positive et enrichissante, marquée par un véritable souci du bien-être des personnes que nous servons.

Au cours de l'année, une rencontre conviviale a été organisée afin de leur permettre de se présenter mutuellement et d'échanger sur leurs expériences respectives en matière de bénévolat.



**Un immense merci aux  
bénévoles à l'accueil  
pour leur contribution  
essentielle !**

**11**  
BÉNÉVOLES

**10 939**  
APPELS  
REÇUS

**1 224**  
HEURES  
BÉNÉVOLES

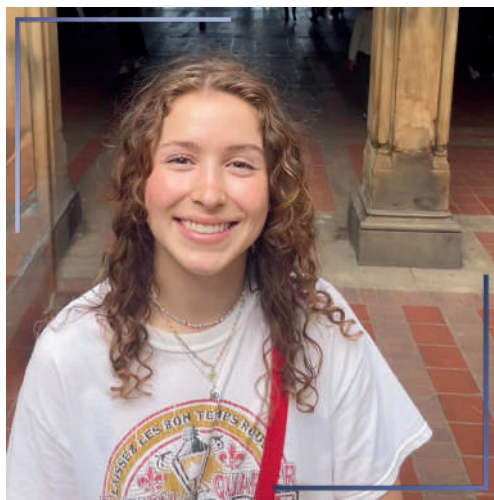
## STAGIAIRES

Cette année encore, nous avons eu le plaisir d'accueillir des stagiaires de l'Université de Montréal et de l'Université Laval. À ces futurs professionnels en médecine et en pharmacie, nous adressons tous nos vœux de succès pour la suite de leur parcours !

Faculté de médecine

Université   
de Montréal

MÉDECINE



Sofie Dubé

MÉDECINE



Alexandru Tecu



UNIVERSITÉ  
LAVAL

Faculté de pharmacie

PHARMACIE



Marie-Pier Boisvert

## FORMATION POUR LE PERSONNEL

### **ACETDQ**

La tristesse au téléphone  
Gestion et procédures des appels abusifs

### **Accalmie**

Prévenir le suicide chez les 14 ans et plus,  
susciter l'espoir et estimer le danger

### **AQPS**

Forum en prévention du suicide

### **CEGEP de Trois-Rivières**

Perfectionnement en français

### **CFCM**

Évaluer nos actions, une culture à développer  
Intervention : comprendre les troubles de  
santé mentale

### **CNESST**

Secourisme en milieu travail

### **Évolia**

Plateforme de gestion de ressources  
humaines

### **Fondation AGES**

Sentinelle en gériatrie sociale

### **Intergénération Québec**

Formation en rapprochement intergénérationnel

### **Jacquelin D. Roy**

Les appelants réguliers

### **Programme VieSage**

Quand l'art chasse les idées noires et rassure  
l'âme

### **RPRQ**

La gestion des bénévoles

### **ROBSM**

Intervenir en relation d'aide auprès d'une  
personne vivant avec un trouble d'anxiété  
généralisée ou un trouble d'anxiété sociale

### **Séminaire de Sherbrooke**

Itinérance et toxicomanie

### **TROC MCQ**

Démystifier CHAT GPT

## ADHÉSIONS À DES REGROUPEMENTS LOCAUX, RÉGIONAUX ET PROVINCIAUX

Association des centres d'écoute téléphonique du Québec

Association des restaurateurs du Québec

Association nationale Lire et faire lire

Centre de formation communautaire de la Mauricie

Corporation de développement communautaire de Trois-Rivières

Fédération des centres d'action bénévole du Québec

Intergénérations Québec

Moisson Mauricie / Centre-du-Québec

Regroupement des centres d'action bénévole région 04-17

Regroupement provincial des popotes roulantes et autres services alimentaires bénévoles

Table Action Abus Aînés Mauricie inc.

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

Table Régionale de l'Éducation de la Mauricie

## REPRÉSENTATIONS

### AGA

- ACETDQ
- CDC TR
- FCABQ
- National Lire et faire lire
- Regroupement des popotes roulantes
- TROC CQM

### AGES

Forum AGES sur la gériatrie sociale

### CA

Regroupement des popotes roulantes

### Centre Landry

Kiosque au *Salon de santé*

### Centraide

5 à 7 pour le lancement de la campagne  
Centraide

### Centre d'amitié autochtone

Journée nationale de la vérité et de la  
réconciliation - Odanak

### Centre de prévention du suicide Accalmie

Déjeuner - conférence

### CIUSSS MCQ

- Kiosque au *Salon des ressources* pour les intervenants
- Kiosque CIUSSS Louiseville, Batiscan et Shawinigan
- Colloque régional annuel Viactive

### EKLORE Marketing

4 à 7 d'inauguration de leurs nouveaux locaux

### FCABQ

Colloque annuel

### Moisson Mauricie / Centre-du-Québec

Brunch bénéfice

### OMHTR

Kiosque à la journée *Ressourcez-vous* au HLM  
Jacques-de-Labadie

### Regroupement des popotes roulantes

- Congrès annuel
- Salon de l'Association des restaurateurs du Québec à Shawinigan

### Table Action Abus Aînés Mauricie

Réunions des membres

### Regroupement des centres d'action bénévole région 04-17

Réunions des membres

### Table de concertation des aînés et des retraités de la Mauricie

Réunions des membres

### Réseau BIBLIO CQLM

Présence de Lire et faire lire au *Salon des exposants*

### UQTR

Kiosque au salon *Le communautaire c'est salubre*

### TROC CQM

- Zoom - Reddition de compte PSOC
- Réunions des membres



# ESPACE COLLABORATIF

Des collaborations qui font la différence !

Les partenariats que nous tissons prennent des formes variées, toutes aussi importantes les unes que les autres : affaires, finances, développement de projets, consultations, échanges de savoir et d'expertise ou encore actions concertées sur le terrain. Chacun, dans son secteur, contribue à un même objectif : rendre nos services accessibles et utiles à des centaines, voire des milliers de personnes.

Nous tenons à exprimer notre reconnaissance sincère envers nos partenaires financiers et collaborateurs. Votre appui indéfectible et votre confiance envers notre mission ont joué un rôle central dans la concrétisation de nos actions cette année.

Votre engagement a eu un impact direct, tangible et positif sur la communauté. Grâce à vous, nous avons pu mettre en place des initiatives qui changent réellement des vies. Merci de croire en notre vision, de la faire vôtre et de continuer à soutenir nos projets. C'est avec enthousiasme que nous poursuivons cette route à vos côtés, prêts à relever de nouveaux défis au service du bien-être collectif.

## COLLABORATEURS

ACETDQ

Association des cardiaques de la Mauricie

Association nationale Lire et faire lire

Centraide Mauricie / Centre-du-Québec

Centre de prévention du suicide Accalmie

Centre Loisir Multi-plus

CIUSSS MCQ

CDC-TR

Collège Laflèche

Centre de services scolaire Chemin-du-Roy

Eklora Marketing

Emploi Été Canada

FCABQ

Intergénération Québec

Ministère de la Santé et des Services Sociaux

MIRA

Moisson Mauricie / Centre-du-Québec

Municipalité de Saint-Étienne-des-Grès

OMHTR

Services Québec

TREM

Université du Québec à Trois-Rivières

Ville de Trois-Rivières



## **PARTENAIRES FINANCIERS**

### **Partenaires gouvernementaux**

- Programme de soutien aux organismes communautaires du ministère de la Santé et des Services sociaux (PSOC)
- Programme Emploi Été Canada (EÉC)
- Agence de la santé publique du Canada : Programme Prévention du suicide (PHAC/ASPC)

### **Partenariats régionaux et locaux**

- Centraide Mauricie / Centre-du-Québec
- Moisson Mauricie
- Noël du pauvre de Saint-Étienne-des-Grès
- Société Saint-Vincent de Paul
- Municipalité de Saint-Étienne-des-Grès
- Ville de Trois-Rivières

### **Fondation**

- Maurice Tanguay



**MERCI !**

# CONCLUSION

Difficile de condenser toute une année en quelques lignes, tant elle a été riche en actions, changements et apprentissages. C'est près de 26 000 heures bénévoles qui ont été concrétisées.

Cette dernière année s'est inscrite sous le signe de l'adaptation et du renouvellement, portée par l'engagement indéfectible de nos bénévoles et la confiance de notre communauté. Derrière les chiffres, on découvre des histoires humaines et un besoin grandissant de présence, de soutien et de solidarité. Ce sont ces réalités qui donnent tout son sens à notre mission.

C'est donc avec une grande fierté que l'équipe clôt cette année et se tourne vers l'avenir avec espoir, énergie et détermination, prête à relever les défis à venir... toujours à l'écoute et au service des gens.

Nous tournons la page avec reconnaissance.

Bienvenue 2025-2026 : une nouvelle année à écrire, ensemble.

A large, stylized outline of the number 50 in a dark blue color. A thin horizontal line extends from the right side of the zero across the page.

## LISTE DES ACRONYMES

### **AGA**

Assemblée générale annuelle

### **ACETDQ**

Association des centres d'écoute téléphonique du Québec

### **AQDR**

Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées

### **AREQ**

Association des retraitées et retraités de l'éducation et des autres services publics du Québec

### **BIBLIO CQLM**

Bibliothèques Centre-du-Québec, Lanaudière et Mauricie

### **CAATR**

Centre d'amitié autochtone de Trois-Rivières

### **CA**

Conseil d'administration

### **CAB**

Centre d'action bénévole

### **CCSMPA**

Coalition canadienne pour la santé mentale et la connexion sociale des personnes âgées

### **CDC-TR**

Corporation de développement communautaire de Trois-Rivières

### **CFCM**

Centre de formation communautaire de la Mauricie

### **CHU**

Centre hospitalier universitaire

### **CIUSSS MCQ**

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

### **FCABQ**

Fédération des centres d'action bénévole du Québec

### **HLM**

Habitation à loyer modique

### **LFL**

Lire et faire lire

### **LGBTQ+**

Lesbienne, Gay, Bisexuel.le, Trans, Queer

### **MAPAQ**

Ministère de l'agriculture, des pêcheries et de l'alimentation du Québec

### **MRC**

Municipalité régionale de comté

### **MSSS**

Ministère de la santé et des services sociaux

### **OMHTR**

Office municipal d'habitation de Trois-Rivières

### **SAB**

Semaine de l'action bénévole

### **TAAAM**

Table Action Abus Aîné de la Mauricie

### **TREM**

Table régionale de l'éducation de la Mauricie

### **TROC-CQM**

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

### **UQTR**

Université du Québec à Trois-Rivières









**BÉNÉVOLER,  
C'EST BRILLANT !**

SEMAINE DE L'ACTION BÉNÉVOLE

**50<sup>e</sup>  
ÉDITION**

Présentée par  
**Hydro  
Québec**

**fca@q**  
Fédération des  
Centres d'action bénévole  
du Québec

**Jebénévole**

## **Nos honoré.e.s**

### **5 ans**

**Andrée Sylvestre  
Chantale Trottier  
Christian Lebel  
Claudette Beaudoin  
Conrad Bournival  
Gilles Bourassa  
Guillaume Vermette  
Jean-Pierre Milot  
Johanne Durand  
Julie-Anne Bourret  
Laurent Grimard  
Louis Grenier  
Marie-Pier Ouellet  
Maureen Backs  
Michel Hamelin  
Michel Morin  
Pamela Hardy  
Sylvie Dancereau  
Yvon Blais**

### **15 ans**

**France Marquis**

### **20 ans**

**Denise Trudel**

### **25 ans**

**Colette Marchand**

**Par votre action,  
vous changez le monde,  
un geste à la fois : MERCI !**