



# RAPPORT D'ACTIVITÉS

20

21

-

20

22

# SOMMAIRE

---

**02****Mission du CAPL****03****Mot de l'équipe****04****Membres de l'équipe****05****Départ à la retraite****06****Bénévoles****07****Témoignages****09****Implication et partenariats****10****Cuisines collectives****12****Dépannage alimentaire****13****Jardins communautaires****14****Paniers de Noël****15****Frigo du Coin****16****Financement****17****Projections 2022-2023**

# COMITÉ ACTION POPULAIRE LEMOYNE

---

Le Comité Action Populaire est un organisme communautaire à but non lucratif dont la mission est de soulager la pauvreté et briser l'isolement. À travers ses activités d'éducation populaire et de cuisines collectives, le CAPL contribue au développement des compétences sociales et économiques des citoyens du quartier Le Moyne et des environs.



## 01 - DÉPANNAGE ALIMENTAIRE

Mise en place en février 2020, la banque alimentaire du CAPL connaît maintenant une grande popularité. En deux ans, le nombre de personnes bénéficiant d'aide alimentaire a doublé, permettant ainsi à une soixantaine de familles d'avoir accès à de la nourriture gratuite chaque semaine.



## 02 - CUISINES COLLECTIVES

Après une pause de quelques mois en raison de la pandémie, les cuisines collectives ont repris du service à l'été 2021, avec une grande nouveauté qui plus est: les cuisines collectives pédagogiques!



## 03 - SOUTIEN, ACCUEIL ET RÉFÉRENCIEMENT

En tout temps, les citoyens de LeMoyne et des environs peuvent compter sur le soutien et l'accueil psychosocial des coordonnatrices de l'organisme. Plusieurs références vers les autres organismes du milieu sont effectuées afin de bien orienter les gens dans leurs démarches.



## 04- JARDINS COLLECTIFS

Afin de favoriser l'accessibilité aux fruits, légumes et fines herbes et de promouvoir l'agriculture urbaine de proximité, le CAPL offre aux citoyens de LeMoyne l'accès à ses jardins communautaires. L'implication bénévole y est fortement encouragée.

# MOT DE L'ÉQUIPE

---

Une nouvelle année sous le signe de la collaboration, l'entraide et l'implication sociale. Avec deux coordonnatrices en poste, le CAPL a pu déployé son plein potentiel en 2021-2022; des projets novateurs et de nouvelles activités stimulantes ont pu être mises sur pied. Notamment, la participation du CAPL à la Grande Guignolée des Médias de la Rive-Sud, la mise sur pied de cuisines collectives pédagogiques et de cuisines thématiques, la reprise de cuisines collectives en partenariat avec d'autres organismes, l'adhésion à de nouvelles tables de concertation et de nouvelles collaborations avec des organismes du milieu.

Durant la dernière année, nous avons également été témoins de l'aggravation des conditions de vie des personnes en situation de vulnérabilité. La hausse du coût des aliments et la crise du logement ont fortement contribué à l'appauvrissement des citoyens; cela s'est traduit par une forte augmentation des demandes d'aide alimentaire au CAPL. Soucieuses du bien-être des résidents de LeMoyne, nous avons redoublé d'efforts pour leur permettre d'avoir accès à des aliments frais, pour développer leurs habiletés culinaires, briser l'isolement qu'ils vivent et les soutenir dans ces moments particulièrement ardu.

Plus que jamais, nous pouvons affirmer sans l'ombre d'un doute que le CAPL fait partie intégrante du filet social de LeMoyne et que les services offerts sont d'une grande nécessité pour ses citoyens.



*Fanny Labrecque*  
*Coordonnatrice*



*Kim Tessier*  
*Coordonnatrice*

# L'ÉQUIPE DU CAPL

---



## LE CONSEIL D'ADMINISTRATION

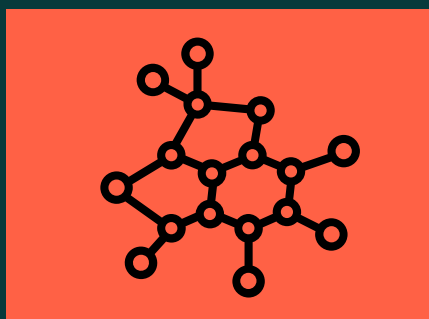
Christiane Lafaille: présidente

Marie-Édith Trudel: secrétaire

France Aubrey: administratrice

Vice- président: vacant

Trésorier: vacant



## COORDONATRICES

Kim Tessier

Fanny Labrecque

---

# L'ÉQUIPE DU CAPL

---

# DÉPART À LA

# RETRAITE



## LE CONSEIL D'ADMINISTRATION

Le 3 décembre dernier était le dernier jour de travail de Louise Legrand, notre coordonnatrice des cuisines collectives. Après plus de 3 ans avec le CAPL, Louise nous a quitté pour une retraite bien méritée.

Louise avait développé un savoureux mélange de repas abordables et pour certaines occasions y rajoutait un petit spécial au goût de Noël ou de Cabane à Sucre, ce qui donnait à tous les participants du CAPL une belle occasion de se réunir et de festoyer.

Tous ces bons moments en ta compagnie vont nous manquer.

Nous te souhaitons une belle retraite et nous t'envoyons un

**BEAU GROS BEC SUCRÉ!!!!**

# BÉNÉVOLES

L'équipe du CAPL ne serait pas complète sans ses généreux bénévoles. Au cumulatif, plus de 2000 heures de bénévolat ont été accomplies l'an pour l'année 2021-2022.

Il est possible de compter sur nos bénévoles pour plusieurs tâches telles que le dépannage alimentaire, l'entretien du jardin, les paniers de Noël, des tâches administratives, de l'entretien ménager et du soutien lors des cuisines collectives.

*Serge* *Diane* **MERCI!!!** *Julie* *Liette*  
*Marie-Christine* *Marie-France* *Catherine* *Nicolas*  
*Amélie* *Michel* *Mélanie*  
*Jessica* *Lise* *Julia* *Chantal*

## Reconnaissance des bénévoles

Chaque année, en signe de reconnaissance aux bénévoles récurrents de l'organisme, le CAPL offre à ces derniers un petit présent pour souligner leur apport et leur implication constante durant l'année. C'est grâce à leur contribution en temps que le CAPL est en mesure d'offrir autant de services aux citoyens de LeMoyne.

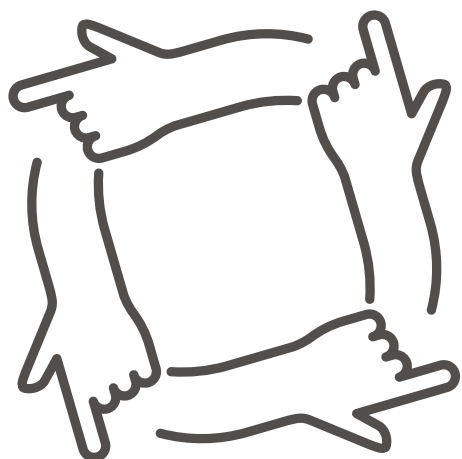


# TÉMOIGNAGES

## Qu'est-ce que le CAPL apporte de positif dans votre vie?

Au CAPL, je peux contribuer à aider et à partager localement.  
 Au CAPL, on est contents, accueillis, on a du plaisir et on crée des liens!  
 Le CAPL c'est une activité plaisante et ludique à laquelle j'aime participer régulièrement. Merci CAPL.

- Billy Jay, 8 ans, petit bénévole



Au CAPL, je me sens accueillie, écoutée, importante, acceptée pour qui je suis et comme je suis. Lorsque j'étais anxieuse ou stressée par ce qui se passait dans ma vie, je pouvais toujours compter sur Kim et/ou Fanny pour m'occuper. Je me sentais utile, mon cerveau était occupé et je ne restais pas isolée et seule. Je sais qu'à tout moment, je peux m'y présenter et y trouver une tâche pour aider ma communauté. J'ai commencé à y « travailler » bénévolement il y a quelques années avec mes enfants. Je trouvais important de leur transmettre ces valeurs. Aider son prochain, donner de son temps. Contribuer à notre façon et à la hauteur de nos capacités à notre communauté. Mes enfants adorent le CAPL et ont hâte à chaque été et à chaque congé scolaire d'aller donner un coup de main. Ils ne se lassent pas et à la fin de la journée, ils sont déçus de devoir partir.  
 Le CAPL nous apporte aussi une sécurité alimentaire. Le CAPL aide donc notre santé mentale et physique!

- Marie-Christine, bénéficiaire et bénévole



# TÉMOIGNAGES

Depuis septembre 2021, je participe à titre de bénévole, à la réception, au tri et à la distribution alimentaire de paniers distribués aux familles dans le besoin. Nous travaillons avec un groupe de bénévoles des plus dévoués. Également, nous pouvons compter sur l'apport et le soutien des deux coordonnatrices Kim et Fanny responsables de l'organisme. C'est une expérience des plus satisfaisante et enrichissante.

- Serge Bouchard, bénévole



Le CAPL organisation situé à Le Moyne transforme les familles, les mères, les hommes et contribue à favoriser un meilleur équilibre via leurs différents services, ateliers et banque alimentaire et a un impact tangible chez les gens et les familles. Sa mission répond très bien aux besoins de cette petite communauté, cette organisme est sensible et à la fois elle permet d'apporter du support et soutien. En tant qu'utilisateur des services, leur savoir faire, leur mission, leur sensibilité, leur amour de bien servir les gens et sont toujours prêtes à offrir leur service auprès des gens. Je tiens à remercier les dirigeantes de cette organisation tel Fanny et Kim qui font un travail incroyable; toujours prêtes à rendre service et bien servir les gens et offrir leur meilleur. Merci aussi aux gens derrière cette organisation et aux contributeurs et aux donateurs. Merci à toutes les personnes qui servent et collaborent de près ou de loin et sans oublier les bénévoles qui viennent contribuer et donnent de leur temps, merci à vous tous.

- Utilisateur de services

# IMPLICATION ET PARTENARIATS

Afin de faire rayonner la mission de l'organisme et de répondre aux nombreux besoins de la communauté, le CAPL est membre de plusieurs tables de concertation, regroupements et comités.

*Table de vie de quartier Le Moyne*

*Table de sécurité alimentaire Samuel-de-Champlain*

*Comité de pilotage Frigo du Coin*

*Collectif GPK Collective*

*Comité des membres Maisson Rive-Sud*

*Table des organismes de Saint-Lambert*



*Comité de coordination L'Autre Épicerie*

*Corporation Saint-Maxime*

*Regroupement des cuisines collectives du Québec*

*Développement social Vieux-Longueuil - ressources pour les citoyens*

*Comité de coordination FVQM*

*Comité de coordination On Bouge à Le Moyne*

*Table de Concertation Alliance-Aînés*

# CUISINES COLLECTIVES

Au coeur des activités du CAPL et ayant été mises sur pause durant la pandémie, les cuisines collectives ont repris du service à l'été 2021.

Après un long moment sans pouvoir se rassembler, les retrouvailles étaient grandement nécessaires et appréciées.



## *Cuisine du mardi*

24 participants différents  
28 cuisines  
1591 portions ont été cuisinées



## *Cuisine du jeudi*

20 participants différents  
19 cuisines  
857 portions ont été cuisinées

# CUISINES COLLECTIVES PÉDAGOGIQUES



Depuis octobre 2022, le CAPL offre des cuisines collectives aux enfants et leurs parents lors des journées pédagogiques du centre de services scolaires Marie Victorin. Chaque dyade prépare un repas de 4 portions et un dessert qu'il rapporte à la maison.

En moyenne, 5 dyades participent à la cuisine. Une activité très appréciée qui sera de retour à l'automne.



# CUISINES COLLECTIVES PARTENAIRES

Il est possible pour un organisme ou un groupe de louer les cuisines du CAPL. Plusieurs formules sont possibles allant du prêt du local uniquement à la formule tout inclus.

Cet année, L'APHRSM et alphabétisation IOTA ont loué nos locaux. Plus d'une centaine de portions ont été cuisinées.

# DÉPANNAGE ALIMENTAIRE



Membre bénéficiaire de Moisson Rive-Sud depuis janvier 2020, la banque alimentaire du CAPL connaît aujourd'hui une grande popularité. Avec la hausse du coût du panier d'épicerie, les demandes d'aide alimentaire se sont faites plus nombreuses durant l'année 2021-2022, soit une augmentation de 135%.



## Paniers d'aide alimentaire

D'avril 2021 à mars 2022, ce sont 1917 paniers qui ont été distribués, ce qui représente 3396 personnes nourries. Au total, 28 458 KG de nourriture ont été distribués aux citoyens de LeMoyne, grâce à Moisson Rive-Sud, dont le CAPL est membre.



## Bénévoles

Le dépannage alimentaire ne pourrait avoir lieu sans les précieux bénévoles du CAPL. Chaque semaine, ce sont au moins 5 bénévoles qui sont présents au poste chaque semaine pour décharger le camion, trier et placer les denrées et les distribuer aux bénéficiaires. Cela représente plus de X heures de bénévolat annuellement.



## Dons

Le CAPL tient à remercier les donateurs qui ont offert des denrées alimentaires à l'organisme, notamment le CPE Bloc-en-Bloc qui nous remet ses surplus de nourriture chaque semaine.



# JARDINS COMMUNAUTAIRES

Comme à chaque année, le CAPL bénéficie de deux lots de terre au jardin communautaire Génération. À l'aide de bénévoles, dont plusieurs élèves du collège Charles LeMoine, la terre est retournée et les semis plantés. Une belle occasion d'en apprendre davantage sur l'agriculture urbaine et de faire pousser légumes et fines herbes. Les récoltes nous ont même permis de distribuer du chou frisé, des tomates cerises et des radis aux bénéficiaires de la banque alimentaire. De bons légumes fraîchement cueillis!

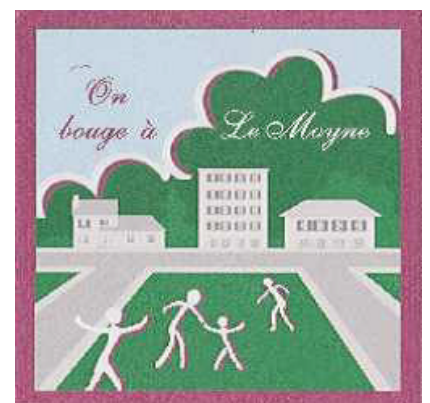


## ON BOUGE À LEMOYNE

Ayant pour but de favoriser les saines habitudes de vie par la pratique d'activités physique et l'accès à des aliments sains, le programme On Bouge à LeMoine est financé par le CISSS-MC, le CAPL étant fiduciaire de ce financement.

### Reprise des activités

Après une absence prolongée en raison de la pandémie, les activités d'On Bouge à LeMoine ont pu reprendre à l'automne 2021. Via ce programme, plusieurs activités, en collaboration avec d'autres organismes du milieu, ont pu être financées; Les Loups de LeMoine, Trotti-Bouge, yoga maman-bébé et activités physiques pour aînés (danse en ligne et danse Fit). Ces activités ont été offertes gratuitement ou à faible coût aux citoyens de LeMoine et des environs.



# PANIERIS DE NOËL

Pour une deuxième année consécutive, le CAPL a tenu à être présent pour les citoyens de LeMoyné durant la période des fêtes en distribuant une centaine de paniers de Noël. Afin d'assurer une plus grande portée à l'activité, l'organisme est devenu membre de la Grande Guignolée des Médias de la Rive-Sud. Grâce à cette collaboration et aux généreuses commandites de députés et de marchands, les bénéficiaires ont reçu un panier de Noël bien rempli ainsi qu'une carte-cadeau.

## Les paniers de Noël en chiffres

100 paniers distribués  
 6125\$ distribués en cartes-cadeaux President's Choice  
 8900\$ reçus de la Grande Guignolée des Médias de la Rive-Sud  
 4500\$ en dons de députés (fédéraux, provinciaux et municipaux)  
 + 10 000\$ en denrées offertes dans les paniers de Noël



## Bénévoles

C'est grâce à une trentaine de bénévoles impliqués et dévoués que l'activité de paniers de Noël a pu avoir lieu. De la collecte de dons en passant par le tri de denrées et la distribution/livraison de paniers, les bénévoles n'ont pas chômé! Plusieurs enfants ont même pris la main à la pâte pour décorer de jolis biscuits de Noël dans le but de les offrir dans les paniers.

## Dons et commandites

Le CAPL est heureux et reconnaissant d'avoir pu compter sur les dons et commandites de La Shop à Pâtes et Proanima - services animaliers qui ont offert des pâtes maison ainsi que de la nourriture et des jouets pour animaux pour agrémenter les paniers de Noël de l'organisme. Merci!



proanima



# FIDUCIE

## LE FRIGO DU COIN

Issu de la Table de Vie de Quartier LeMoyne et dont le CAPL est fiduciaire, le projet du Frigo du Coin a grandement évolué au cours de la dernière année. Approuvé par le financement DASAL dans un premier temps, le projet a ensuite reçu le soutien financier des Caisses Desjardins Le Moyne et Pierre-Boucher. Un bel avancement pour un projet qui a pour but de favoriser l'accessibilité à des aliments frais aux citoyens de Le Moyne, en dehors des heures des banques alimentaires du quartier. En plus de la nourriture, les utilisateurs pourront y trouver un accompagnement, du soutien et du référencement vers les ressources appropriées.

En mars 2022, Emilie Mongrain, chargée de projet, a été embauchée afin de déployer le Frigo du Coin et assurer son ouverture prochaine. Depuis, le projet ne cesse de croître; identité visuelle, partenaires confirmés, activités d'auto-financement, collaborations, etc.



*Lancement prévu:  
septembre 2022!*

Bientôt à Le Moyne; un lieu rassembleur visant à favoriser l'accessibilité à des aliments frais.



# FINANCEMENT

Le CAPL peut réaliser sa mission grâce au financement de ces précieux bailleurs de fonds, partenaires, donateurs.

Santé  
et Services sociaux  
Québec 

**PROGRAMME DE SOUTIEN AUX  
ORGANISMES  
COMMUNAUTAIRES (PSOC)**

Bailleurs de fonds principal

longueuil 

**VILLE DE LONGUEUIL -  
BUREAU DE CATHERINE  
FOURNIER**

Donateur

Centre intégré  
de santé et de  
services sociaux de  
la Montérégie-Centre   
Québec

**CISSS-MC - TABLE DE  
SÉCURITÉ ALIMENTAIRE  
SAMUEL DE CHAMPLAIN**

Bailleurs de fond  
des cuisines collectives



**MOISSON  
RIVE SUD**

Donateur et partenaire  
principal



**COMMUNITY FOOD  
CENTRES CANADA**

Bailleurs de fonds



**LA GRANDE GUIGNOLÉE DES  
MÉDIAS DE LA RIVE-SUD**

Partenaire des paniers de Noël



**NICOLE MÉNARD -  
DÉPUTÉE DE LAPORTE**

Donatrice



**SHERRY ROMANADO -  
DÉPUTÉE DE LONGUEUIL -  
CHARLES LEMOYNE**

Donatrice



**GÉNÉREUX CITOYENS**

Donateurs



**PROANIMA**

Donateurs

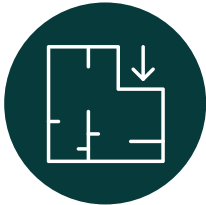
# PROJECTIONS 2022-2023

L'équipe du CAPL va avoir fort à faire en raison de la hausse importante des prix des loyers, de l'essence et surtout du panier alimentaire. Nous avons constaté une forte hausse des demandes depuis le mois de janvier et nous prévoyons devoir faire face à une demande accrue en cours d'année.

Ainsi, voici les priorités de l'équipe pour l'année 2022-2023:

## 01 - Réaménagement de l'espace

### d'aide alimentaire



Ce services qui a vu le jour peu avant le début de la pandémie est devenu l'un des principaux de l'organisme. Pour débiter ce service, nous avons utilisé le matériel déjà présent dans nos locaux, cependant, ce service sera dorénavant permanent. Considérant cet aspect et vu la forte hausse des demandes, il s'avère plus que nécessaire de mieux organiser l'espace et de se doter de matériel adéquat pour faciliter le travail, s'assurer de respecter les normes de la MAPAC et surtout, garantir la sécurité des bénévoles et des travailleurs.

Un réfrigérateur commercial à déjà été acheté et installé et l'équipe attend des confirmations pour des demandes financières pour finaliser les plans d'aménagement et mettre le tout en place.

## 02 - Rayonnement de l'organisme



Dans les dernières année, le CAPL s'est beaucoup impliqué auprès des diverses tables de concertation du territoire. Les saines habitudes de vie et la sécurité alimentaire demeurent les principales préoccupations de l'organisme; les actions entreprises par le CAPL au cours de la prochaine année auront pour objectif de répondre à ces besoins criants. C'est pourquoi l'équipe du CAPL s'impliquera encore davantage au sein de concertations et de comités en sécurité alimentaire.

## 03 - Reprise des paniers Bon Marché



Dès mai 2022, les paniers Bon Marché retrouveront leur place au CAPL. Grande nouveauté; le service sera également disponible à Greenfield Park, via une collaboration avec l'organisme ARC qui dessert la clientèle anglophone. Avec l'augmentation accrue du prix des aliments, favoriser l'accès à des fruits et légumes à prix juste est plus que nécessaire.

# PROJECTIONS 2022-2023

---



## 04- Ajout de cuisines collectives

Devant la grande demande de cuisines collectives de soir et/ou weekend, le CAPL met sur pied, dès mai 2022, une cuisine collective additionnelle deux dimanches après-midis par mois. Destiné en premier lieu aux familles, cette cuisine vise à cuisiner plusieurs repas familiaux afin de réduire le temps devant les fourneaux les soirs de semaine. Par ailleurs, plusieurs ateliers culinaires à thématique seront également offerts afin de diversifier l'offre de service de l'organisme: confection de pâtes fraîches, cuisines culturelles, création de gâteaux, etc.



## 05- Les rendez-vous de Lemoyne

Les rendez-vous de Lemoyne est un projet issue de la table de vie de quartier de Lemoyne. Dès l'automne, plusieurs activités visant à briser l'isolement seront organisées afin de permettre à tous les groupes d'âge, de socialiser et rencontrer d'autres citoyens du secteur. Parmi les activités, il sera possible, entre autres, de participer à des 5 à 7 et des soirées de jeux, d'assister à des conférences et de fêter Noël autour d'un bon repas typique.



## 06- Fête de la rentrée

C'est avec enthousiasme et motivation que le CAPL s'est joint au comité organisateur de la fête de la rentrée. Jadis un incontournable dans le quartier, cette fête n'a pu avoir lieu au cours des dernières années. Cette fête sera l'occasion idéale pour découvrir la programmation des organismes du milieu et bien sûr, goûter les délicieuses petites bouchées du CAPL!

---