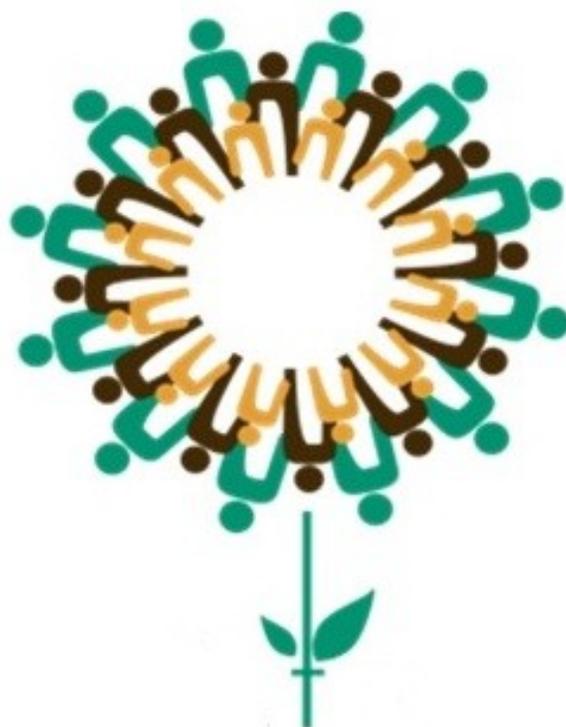


Rapport d'activités 2016-2017



La Courtepointe

3180, avenue d'Amours - Québec (Québec) G1X 1L9 — Tél. : 418-657-3836 — Fax : 418-657-3895

Courriel : info@lacourtepointe.ca — Site Internet : www.lacourtepointe.net

Tables des matières

Mot de l'équipe	3
La Courtepointe	4
Volet Accueil	
Les membres.....	5
Volet Vie associative	
L'Assemblée générale annuelle.....	8
L'Assemblée générale extraordinaire	8
Le Comité responsable.....	8
Le Comité activités sociales.....	9
Les activités sociales	9
Sortie avec les membres.....	11
La gang des Jeux de société.....	11
Volet Alimentation	
Le groupe d'achats.....	12
Les cuisines collectives.....	13
La soupe de l'amitié	17
Les denrées Moisson Québec.....	17
La Grande Collecte Moisson Québec	17
Le jardin communautaire et le comité jardin	18
Volet Formation	
Santé et mise en forme	19
Qi-Gong	19
Marche rythmée	19
Programme Guichet Ouvert.....	19
Volet Point de service	
Accès-Loisirs Québec.....	20
Le Marchand de lunettes	20
Volet Communication	
Le Tricoté Serré	21
Les représentations et implications	21
Le membership.....	21
Les partenaires et collaborateurs.....	22



Mot de l'équipe

Chers membres,

Nous aimerions vous remercier pour votre soutien tout au long de l'année. Nous avons dû faire face à l'adversité et nous sommes fières du chemin parcouru. Nous souhaitons souligner l'assiduité des participants du groupe d'achats qui fait de celui-ci un des plus gros de la ville de Québec. Nous avons plusieurs nouveaux projets et défis à venir et espérons que vous ferez parti de l'aventure.

Au plaisir de vous revoir en août et nous vous souhaitons un bel été rempli de soleil.

Valérie, Stephanie & Marie-Michelle





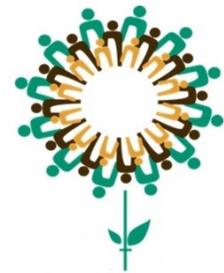
La Courtepointe

Notre organisme a pour mission de venir en aide aux personnes en situation de pauvreté. Les objectifs visés par celui-ci sont :

- Briser l'isolement ;
- Promouvoir l'intégration et l'engagement social des individus ;
- Développer des façons créatives de lutter contre la pauvreté.

Nous couvrons le territoire de Sainte-Foy-Sillery-Cap-Rouge et L'Ancienne-Lorette de la Ville de Québec et nos locaux sont ouverts du lundi au jeudi de 8 h 30 à 16 h 30 et le vendredi sur rendez-vous.

C'est en rassemblant différents morceaux de tissus que l'on réalise une courtepointe. Ainsi, à l'image d'une courtepointe, **chaque personne (avec ses qualités, ses forces, ses connaissances, etc.) représente un morceau qui a sa couleur particulière.** C'est en rassemblant toutes ces personnes que nous formons *La Courtepointe*.





Volet Accueil

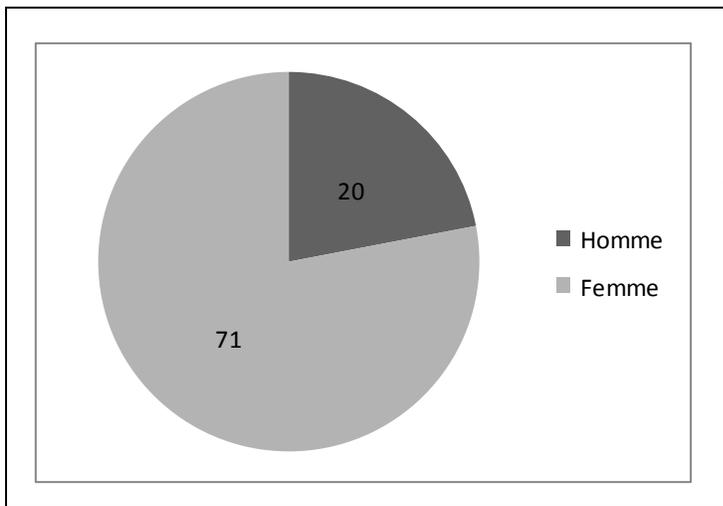
Objectif

Le volet Accueil et accompagnement vers l'engagement social comprend les rencontres d'accueil individuelles des nouveaux et nouvelles membres et l'accompagnement dans leur implication par un-e intervenant-e.

Les membres

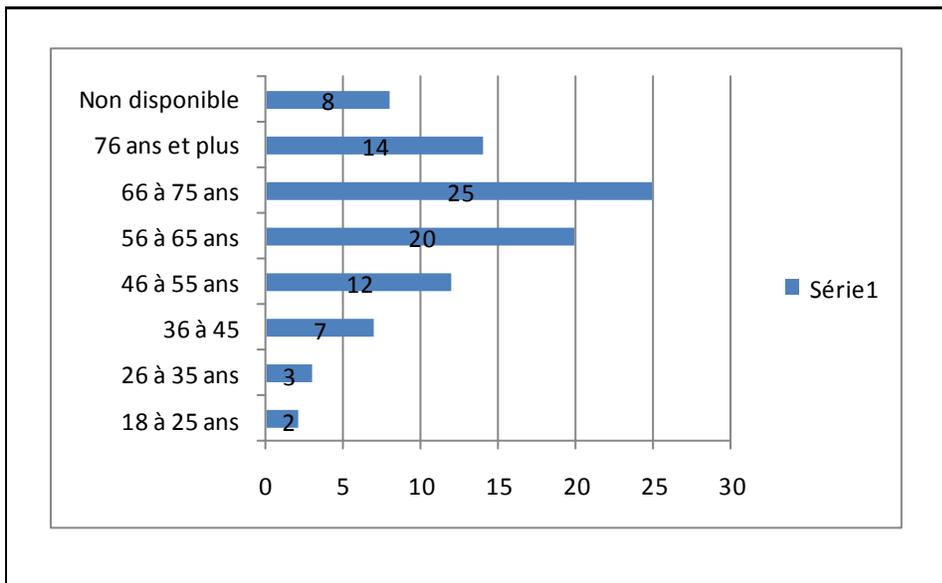
Au 31 mars 2017, La Courtepointe comptait 91 membres ayant payé leur cotisation annuelle.

Qui sont-ils?

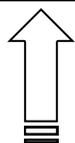
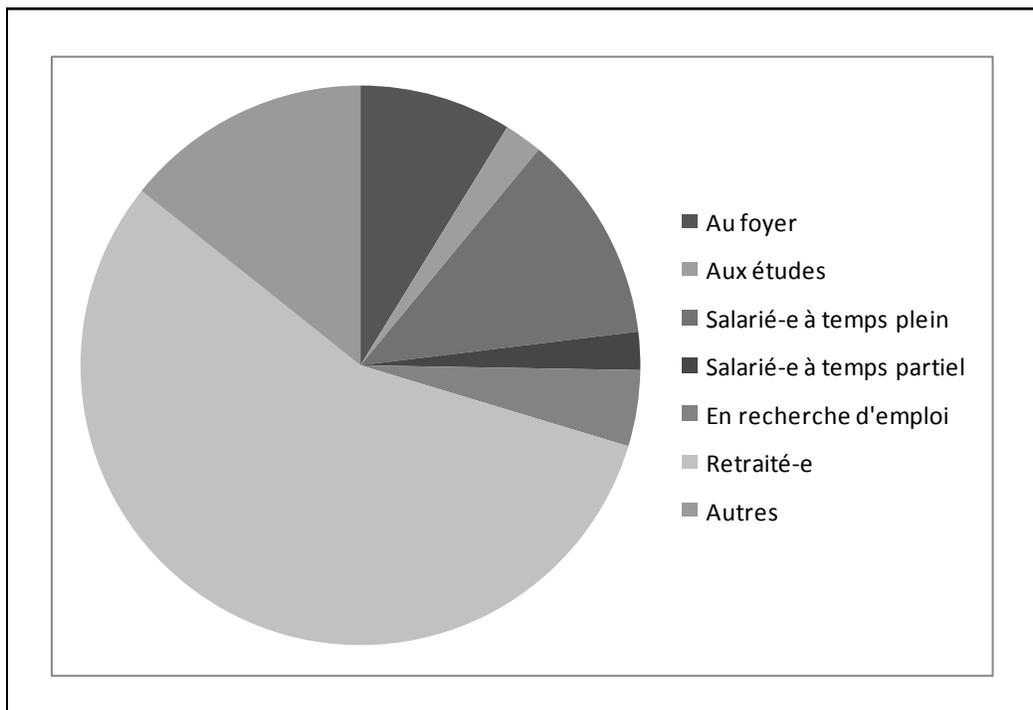


Majoritairement des femmes (71 femmes et 20 hommes).

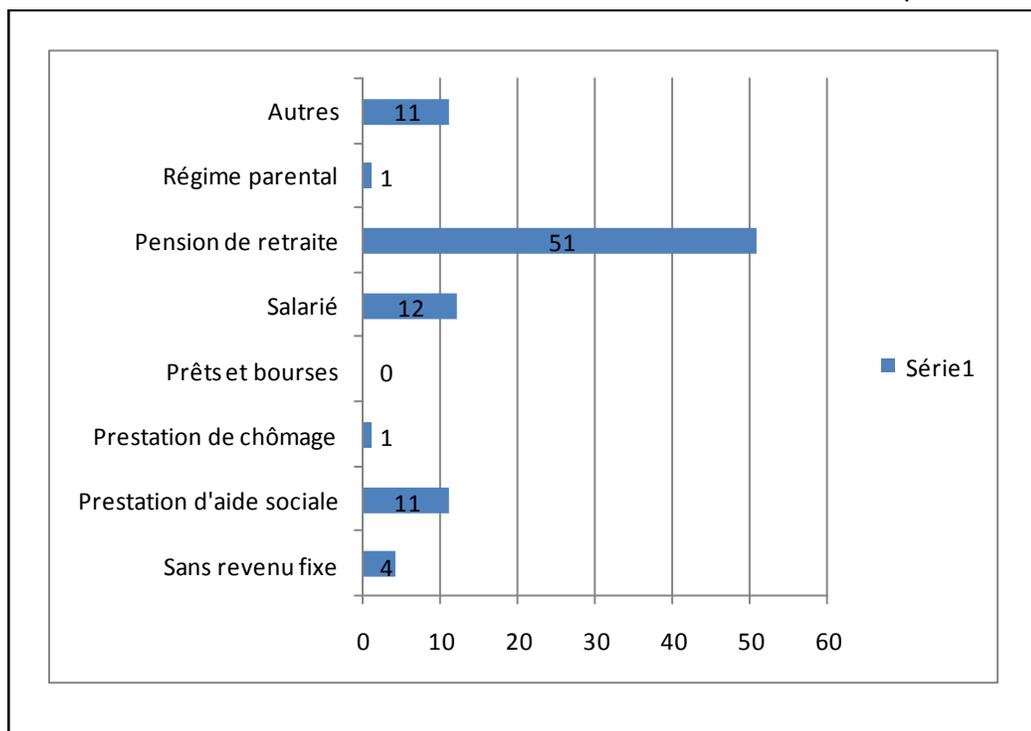
La plupart des membres étant âgés entre 56 ans et 75 ans.



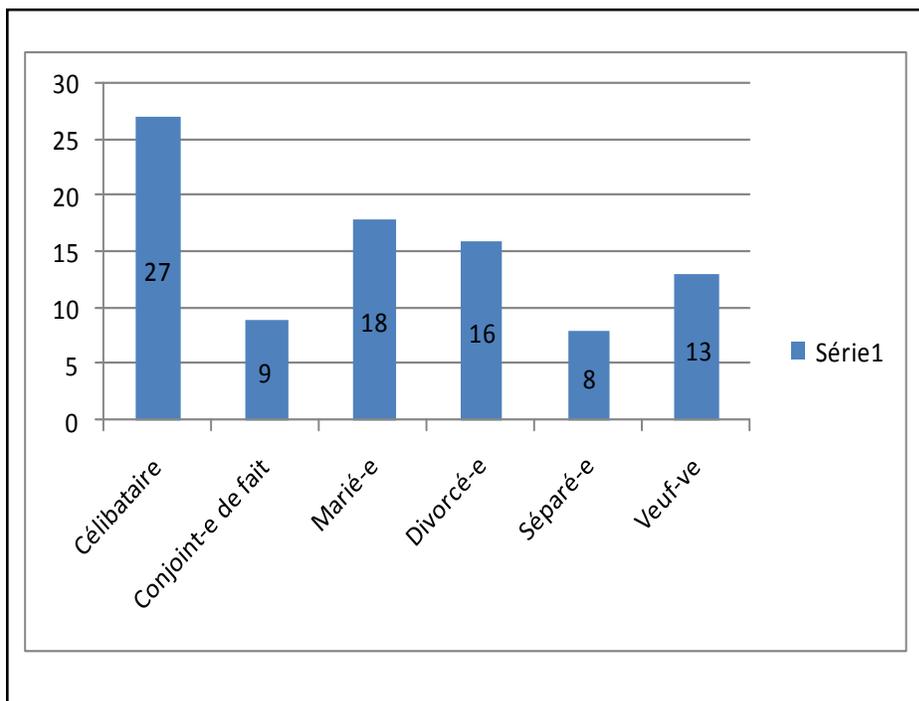
Les membres (suite)



Chacun d'entre eux ayant des activités diversifiées et des sources de revenus variées.



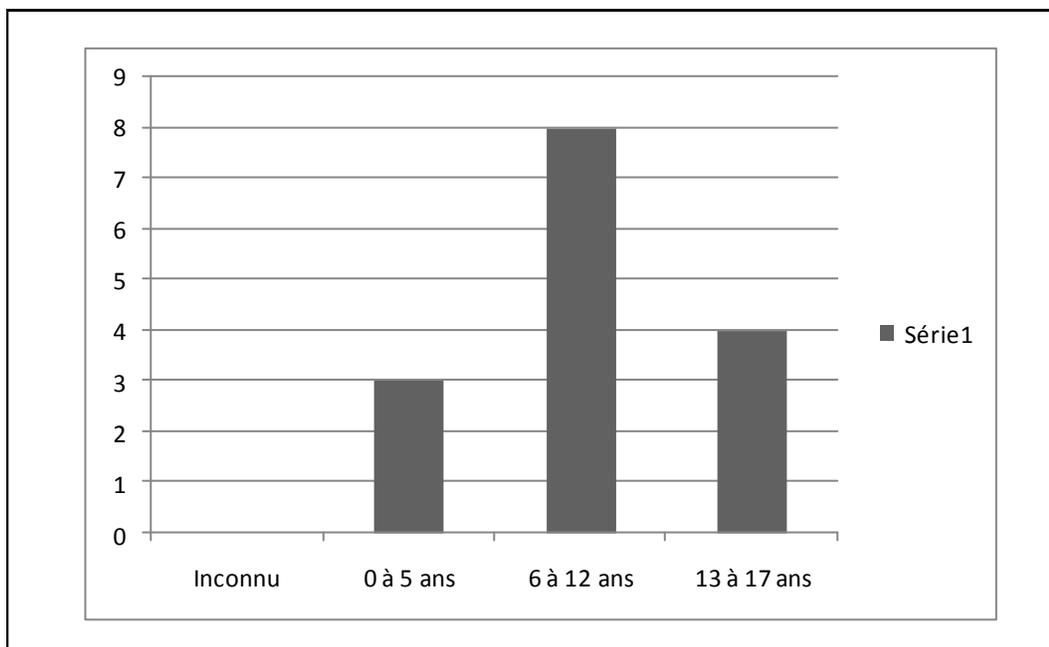
Les membres (suite)



Dont les statuts civils sont disparates.



Au total, 15 enfants de moins de 18 ans.





Volet Vie associative

Objectif

En tant que membre, participer activement à la réalisation de la mission de La Courtepointe et aux prises de décision concernant son développement.

L'Assemblée générale annuelle

Au total, 29 personnes, dont 21 membres, étaient présentes lors de l'assemblée générale annuelle de La Courtepointe qui a eu lieu le 14 juin 2016 au Centre communautaire Claude-Allard.

Monsieur Louis Dion du Centre d'action bénévole de Québec, a présidé l'assemblée. Lors de cette rencontre, l'équipe de travail a présenté le bilan des activités de la dernière année de l'organisme et les objectifs de l'année à venir ont été annoncés.

L'Assemblée générale extraordinaire

Au total, 20 personnes, dont 17 membres, étaient présentes lors de l'assemblée générale extraordinaire de La Courtepointe qui a eu lieu le 3 novembre 2016 dans les locaux de La Courtepointe.

Madame Sylvia Martineau, coordonnatrice, a présidé l'assemblée. Cette rencontre avait pour but d'élire deux nouveaux membres du comité responsable. Ainsi, madame Anne Kouraga et monsieur André Trépanier se sont joints au comité responsable à titre d'administrateur.

Le Comité responsable

Cette année, le Comité responsable s'est réuni à 12 reprises. Cinq personnes, élues à l'Assemblée générale annuelle et deux personnes élues à l'Assemblée générale extraordinaire ont composé ce comité. Un grand MERCI à chacun des membres du comité pour sa disponibilité et son implication à La Courtepointe!

Le Comité responsable 2016-2017 est composé de : M. Claude Bélanger, Mme Luz-Elvira Vallejo, M. Jérôme Fournier, Mme Paule Drolet, Mme Ginette Bourgoin, Mme Anne Kouraga et M. André Trépanier.

En mars 2017, trois membres du comité responsable ont quitté leur fonction.

Le Comité Activités sociales

Cette année, le comité d'activités sociales s'est rencontré à 5 reprises. Le comité, composé de Mme Paule Drolet, Mme Louise Tremblay, Mme Ginette Bourgoïn et Mme Silvia Mery est animé par 2 intervenantes de La Courtepointe. Le comité s'est réuni afin de planifier, d'organiser et de réaliser les différentes activités sociales de l'organisme dont les Retrouvailles, la fête de Noël, la fête de la St-Valentin ainsi que le dîner des comités.

Les activités sociales :

Les Retrouvailles

Le 25 août dernier a eu lieu la fête des Retrouvailles de La Courtepointe. Plus d'une soixantaine de personnes étaient présentes à ce beau 4 à 7 afin de célébrer en grand la nouvelle saison de l'organisme et prendre un temps pour se retrouver après l'été. Hot-dogs et blé d'Inde ont été servis au repas.



La fête de Noël

Le 13 décembre passé a eu lieu notre traditionnelle fête de Noël de La Courtepointe. Soixante-neuf personnes étaient au rendez-vous. Plusieurs prix de présence ont été tirés parmi les membres. Nous remercions tous les membres et les bénévoles pour ce beau succès! Un énorme merci également aux étudiants en communication de l'Université Laval pour leur précieuse aide lors de cette journée!



Les activités sociales (suite)

Le dîner des comités

Le 19 décembre, l'équipe de travail a préparé un dîner pour les divers comités de La Courtepointe afin de les remercier de leur précieuse implication au sein de l'organisme. Ce dîner a réuni une quinzaine de membres et bénévoles. Merci pour ce beau moment !



Le dîner de la Saint-Valentin

Le 14 février dernier a eu lieu le dîner de la St-Valentin de La Courtepointe! Cette activité a réuni vingt-quatre personnes autour d'un copieux dîner. Amour et rire étaient au rendez-vous. Des prix de présence étaient de la partie. Nous avons également souligné le départ de notre chère Sylvia durant ce dîner. Les membres ainsi que l'équipe de travail ont tenu à la remercier pour ces trois belles années au sein de La Courtepointe. Merci Sylvia ! Merci également à tous les membres d'être venus dîner avec nous.



Sortie avec les membres

Le 16 septembre dernier, nous avons été au marché du Vieux-Port de Québec en compagnie de quatre membres de l'organisme. Lors de cette journée, nous avons visité le marché du Vieux-Port, avons mangé sur place un lunch préparé le matin à l'organisme. De plus, au courant de cet après-midi, nous en avons profité pour explorer les petites rues de la ville. Merci à toutes d'avoir participé!!



Après-midi jeux de sociétés et mandalas

Quelques après-midi de jeux de sociétés ont eu lieu durant le printemps et l'automne 2016. Nos fidèles joueurs étaient au rendez-vous. À l'hiver 2017, les après-midi mandalas ont remplacé les jeux de sociétés. Quelques personnes sont venues les mercredis après-midi pour dessiner et socialiser. Ce fut une belle expérience.



Volet Alimentation

Objectif

Offrir des lieux d'implication pour favoriser une saine alimentation et une autonomie alimentaire.

Le groupe d'achats

Encore une autre belle année pour le groupe d'achats de La Courtepointe! Les participants sont toujours présents à tous les mois pour une moyenne de 20 personnes qui font des achats en groupe.

Un grand merci aux bénévoles qui s'occupent de la division des denrées du groupe d'achats à tous les mois; votre aide est fort appréciée.



Groupe d'achats 2016-2017

	Avril	Mai	Sept.	Oct.	Noël	Nov.	Déc.	Février	Mars	<u>TOTAL</u>
Nombre de participants	20	18	21	15	21	19	19	22	22	177
Achats mensuels (\$)	1089.90\$	1047.35\$	941.70\$	617.20\$	779.05\$	885.60\$	849.60\$	1380.25\$	1372.25\$	8962.90\$

Les partenaires

La Courtepointe tient à remercier chaleureusement tous les partenaires impliqués dans la réussite du groupe d'achats de cette année :

- Moisson Québec
- La Baratte
- La Boucherie Les Saules
- Allard, fruits et légumes
- Fromagerie Perron/Le Beaupré
- Fromagerie Bergeron
- Le Rucher de la framboisière

MERCI!



Les cuisines collectives et créatives

Cette année, notre local de cuisines collectives a été fort bien occupé!

Plus de 168 personnes ont participé à ce volet tout au long de l'année, pour un total de 404 repas cuisinés pour elles-mêmes et leur famille.



Statistiques des cuisines collectives et créatives de La Courtepoinette 2016-2017				
Mois	Groupes qui ont cuisiné	Personnes qui ont cuisiné	Portions	Recettes
Avril 2016	8	33	93	33
Mai 2016	8	30	77	38
Juin 2016	Pas de cuisine en été !			
Juillet 2016				
Août 2016				
Septembre 2016	5	20	44	25
Octobre 2016	5	22	48	21
Novembre 2016	6	23	52	23
Décembre 2016	Cuisines de décembre (Noël 2016)			
Janvier 2017	4	15	34	16
Février 2017	4	14	32	17
Mars 2017	3	11	24	14
TOTAL	43	168	404	187

Un MERCI tout spécial au
Club Lions de Sillery - Sainte-Foy - Québec
qui subventionne nos cuisines collectives
depuis déjà plusieurs années.

MERCI!



Les cuisines collectives (suite)

La Journée nationale des cuisines collectives

Le 22 mars dernier, se tenait la Journée nationale des cuisines collectives au Patro Charlesbourg. Tous les participants des diverses cuisines collectives de la région de Québec étaient invités à célébrer cette journée. Activités, formations et dîner étaient de la partie. Un grand merci aux participants, au comité organisateur de cette journée et à Moisson Québec pour cet évènement festif.



Les cuisines collectives (suite)

Les salades d'été

Deux rencontres estivales ont eu lieu cet été pour les membres des cuisines collectives. Le concept des salades d'été était de faire découvrir différentes recettes de salades-repas parce que quand il fait chaud dehors, il fait le double dans notre belle cuisine!

La première activité salade a eu lieu le 8 juin et la deuxième le 15 juin. Lors de ces journées, les 15 participants ont pu cuisiner et manger à l'heure du repas une salade de macaronis et jambon, une salade de couscous et une salade de riz et thon.

Ce fut une très belle activité avec toutes les personnes présentes! Merci à tous pour votre implication, lors de cette activité des plus plaisantes!



Les cuisines collectives (suite)

Les cuisines de décembre

Comme les cuisines collectives n'ont pas eu lieu en décembre, nous avons proposé aux participants de celles-ci de se joindre à deux ateliers de cuisine sous les thématiques sauce à spaghetti et biscuits.

Rapport des cuisines collectives de décembre 2016 (Noël)				
Les gens ont cuisiné de la sauce à spaghetti et une recette de biscuit				
Date	Nombre de gens inscrits	Nombre de gens présents	Portions sauce à spaghetti (pot de 16 oz)	Biscuits Fantaisie (pot de 16 oz)
7 décembre 2016	5	5	25	10
14 décembre 2016	4	4	20	8
Total	9	9	45	18



La soupe de l'amitié

La soupe de l'amitié permet de transformer les aliments reçus de Moisson Québec et ensuite, les participants et l'équipe de travail partagent le repas qu'ils ont préparé ensemble. Cette activité rassemble des groupes entre cinq et douze personnes à tous les derniers lundis du mois. C'est une occasion pour ceux qui ne sont pas membres de venir s'intégrer à une activité de l'organisme et mieux nous connaître.



Les denrées Moisson Québec

À chaque mois, notre collaboration avec Moisson Québec nous permet d'aller chercher des denrées qui serviront à nos groupes de cuisines collectives. Nous recevons l'aide de plusieurs membres impliqués afin de nous aider à diviser et placer tous les aliments et les boîtes de conserve que nous recevons.

Cette année, nous avons effectué une rotation mensuelle avec la douzaine de membres ayant bien voulu nous donner un coup de main. Un gros merci à toutes et à tous!

La Grande collecte Moisson Québec

La Courtepointe a participé à la Grande collecte Moisson Québec le 21 avril 2016. L'organisme était présent au IGA Coop de Ste-Foy afin d'amasser dons et denrées qui ont été remis à Moisson Québec.

Le jardin communautaire et le comité jardin

Nous partageons un espace jardin avec les partenaires du milieu au Jardin de Geneviève, situé derrière l'école du quartier. Une petite équipe bien motivée de La Courtepointe a assuré, encore cette année, tous les travaux : préparation de la terre, plantation, arrosage, lutte aux insectes et aux mauvaises herbes et récolte progressive.

Notre jardin contenait cette année :

- des tomates
- des haricots
- des courges
- des pommes de terre
- des fines herbes

Tous ces bons aliments ont servi aux cuisines collectives, notamment à la réalisation de sauce tomate.





Volet Formation

Objectif

Offrir des formations/cours sous des thèmes variés répondant aux besoins des membres.

Santé et mise en forme

À tous les lundis matins pendant 27 semaines de 9 h 30 à 10 h 30 au gymnase du Centre communautaire Claude-Allard avait lieu le cours de santé et mise en forme, animé par monsieur Réginald D'Auteuil. Ainsi ce sont 92 personnes (80 femmes et 12 hommes) qui s'y sont inscrites à l'automne 2016 et, à l'hiver 2017, 94 personnes (82 femmes et 12 hommes). Une précieuse équipe de bénévoles de La Courtepointe assure la gestion de cette activité tout au long de l'année.

Qi-Gong

Animé par monsieur Jean-Pierre Roy, ce cours s'est déroulé à tous les jeudis après-midi de 13 h 30 à 15 h 00 dans la salle Ste-Geneviève et dans l'église. À l'automne, 23 femmes étaient inscrites aux 12 semaines. Cet hiver, le cours a rassemblé 22 femmes durant les 12 semaines.

Marche Rythmée

Au printemps dernier, le cours a été animé par Mme Audrey Frappier en alternance avec Mme Marie-Ève Baudry les mercredis matins de 10 h 00 à 11 h 00 dans l'église Ste-Geneviève. Lors de cette session, 24 personnes (22 femmes et 2 hommes) ont marché et fait des exercices adaptés pendant 8 semaines. Cet automne, Anne-Sophie Neyron a pris la relève du cours et a animé la marche pour 29 personnes (26 femmes et 3 hommes) pendant 12 semaines. En revanche, cet hiver, ce sont 29 personnes (25 femmes et 4 hommes) qui se sont présentées pendant 12 semaines.

Programme Guichet ouvert

Une fois de plus cette année, La Courtepointe a bénéficié à 6 reprises du programme Guichet ouvert, en collaboration avec la Ville de Québec. Grâce à ce programme, plusieurs membres ont pu assister à différents spectacles gratuitement. Voici les spectacles de cette année :

- 5 billets des *Grands explorateurs Les Pyrénées* à la salle Albert-Rousseau
- 5 billets de *Patrick Norman et Renée Martel* (Chanson) à la salle Albert-Rousseau
- 8 billets de *l'OSQ Hollywood en famille 2* (OSQ) au Grand Théâtre de Québec
- 5 billets des *Forever Gentlemen* (Chanson) à la salle Albert-Rousseau
- 5 billets des *Grands explorateurs Italie* à la salle Albert-Rousseau
- 8 billets du *Barbier de Séville* (Opéra) au Grand théâtre de Québec

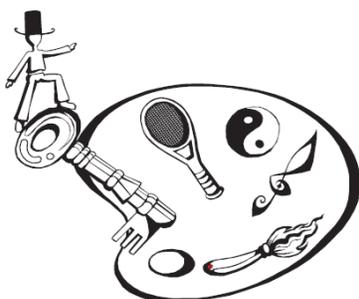


Volet Point de service

Objectif

Collaborer avec différents partenaires du milieu en lien avec la mission, les valeurs et objectifs de La Courtepointe pour le mieux-être de la communauté.

Accès-Loisirs Québec



ACCÈS-LOISIRS QUÉBEC

La mission d'Accès-Loisirs Québec est de rendre le loisir sportif, culturel et de plein air accessible gratuitement aux personnes de 0 à 99 ans vivant une situation de faible revenu et ce, en concertation avec les partenaires du milieu.

En tant que point de service, chaque année, une équipe de bénévoles donne généreusement de leur temps afin de procéder aux inscriptions d'Accès-Loisirs pour les personnes seules et les familles à faibles revenus.

Cette année, nous avons procédé aux deux périodes d'inscriptions, soit à l'automne et à l'hiver. En septembre, 141 places de loisirs ont été comblées et en janvier ce sont 142 places qui ont trouvé preneur. De plus, un total de 10 bénévoles de l'organisme ont donné de leur temps aux inscriptions à l'automne et 9 bénévoles à l'hiver. Merci !

Le Marchand de lunettes

Une fois de plus, nous avons été point de service pour Le Marchand de lunettes, service de lunetterie communautaire, cette année. L'équipe du Marchand de lunettes vient offrir ses services à tous les mardis de 13 h 00 à 15 h 00 dans les locaux de La Courtepointe. L'objectif de ce service est d'offrir des lunettes accessibles à tous, quelque soit le style et le budget. Le Marchand de lunettes offre un modèle d'économie sociale beaucoup plus basé sur le « nous » de la communauté que sur le « je » de sa propre richesse, ce qui permet à l'organisation de proposer des lunettes de qualité, garanties et à prix raisonnable.





Volet Communication

Objectif

Offrir un espace d'expression aux membres, informer les membres des activités de l'organisme et des ressources existantes.

Le Tricoté Serré

Le bulletin des membres de La Courtepointe a paru à 6 reprises au courant de l'année. Le bulletin permet d'informer des différentes activités de l'organisme. Il est envoyé par la poste et courriel à l'ensemble de nos membres ainsi qu'à nos partenaires, rejoignant ainsi au-delà d'une centaine de personnes du territoire.

Les représentations et implications

La Courtepointe est représentée à diverses instances de concertation :

- Table Jeunes Familles de Québec, secteur ouest
- Chantier Se Nourrir
- Familles à bord !
- Table des Régions du Regroupement des cuisines collectives du Québec (RCCQ)



Le membership

La Courtepointe est membre des organisations suivantes :

- Regroupement des cuisines collectives du Québec (RCCQ)
- Centre d'action bénévole de Québec (CABQ)
- Accès-Loisirs Québec
- La Baratte
- ROC 03
- REPAC 03-12

Les partenaires et collaborateurs

Nous souhaitons remercier l'ensemble de nos partenaires et fidèles collaborateurs soit :

- Ville de Québec
- Centre de Santé et de Services Sociaux de la Vieille-Capitale
- Accès-Loisirs Québec
- Moisson Québec
- Fabrique Notre-Dame-de-Foy
- Le Marchand de lunettes

Par la même occasion, nous aimerions remercier nos précieux et principaux bailleurs de fonds soit :

- Agence de Santé et Services Sociaux de la Capitale Nationale
- Centraide Québec et Chaudière-Appalaches
- Club Lions Sillery-Sainte-Foy-Québec

Un dernier remerciement spécial aux communautés religieuses, aux dons provenant d'organisations ainsi qu'aux donateurs particuliers.

