

# Rapport annuel 2020 -2021



**Présenté le 1<sup>er</sup> septembre 2021**  
**Rapport d'activités**  
**Du 1<sup>er</sup> avril 2020 au 31 mars 2021**



# Table des matières

<b>Mot de la directrice/Mot du président.....</b>	<b>3</b>
<b>Historique des Cuisines.....</b>	<b>4</b>
<b>Mission et objectifs des Cuisines.....</b>	<b>5</b>
<b>Plus que de la cuisine! .....</b>	<b>6</b>
<b>Tableau de statistiques.....</b>	<b>7</b>
<b>Impacts et mesures durant la pandémie .....</b>	<b>8</b>
<b>Impacts sociaux .....</b>	<b>9</b>
<b>Activités sociales/Mobilisations et assemblées.....</b>	<b>10</b>
<b>Témoignages .....</b>	<b>11-12</b>
<b>Bailleurs de fonds/Collaborateurs .....</b>	<b>13</b>
<b>Perspectives d’actions .....</b>	<b>14</b>
<b>Ressources humaines .....</b>	<b>15</b>
<b>Conseil d’administration.....</b>	<b>16</b>
<b>Revue de presse .....</b>	<b>17-18</b>

## Mot de la directrice/Johanne Lavallée

L'année 2020-2021 débute par le confinement dû à la pandémie. N'ayant plus accès à nos locaux, l'équipe termine l'année en télétravail. Nous réorganisons et réajustons les mandats pour certaines d'entre nous.

Le bien-être des membres est au cœur de nos préoccupations. Nous maintenons le lien avec eux afin de diminuer les effets causés par l'isolement obligatoire et les restrictions plus sévères pour les aînés. Nous gardons le contact chaque semaine par téléphone et tous les jours par courriel pour nous assurer qu'ils ne se retrouvent pas en détresse sociale.

À la lecture de notre rapport d'activités, nous constatons rapidement les conséquences du confinement. Nos statistiques indiquent une baisse sur l'ensemble de nos activités de cuisines collectives à cause de l'annulation des cuissons et des camps de jour pour les jeunes durant l'été.

Notre AGA a été reportée en septembre, ainsi nous avons reçu nos membres en présentiel. À cette rencontre, nous annonçons la reprise des activités pour la semaine du 7 septembre, ce qui a été bien accueilli par nos membres. La majorité d'entre eux sont revenus malgré les nouvelles consignes et les normes établies par la santé publique et la CNESST.

Nous devons constamment nous réajuster pour maintenir la motivation dans nos groupes de cuisson et pour nos activités annuelles ponctuelles. Le dîner de Noël traditionnel sera remis aux membres dans des sacs réutilisables à l'entrée du centre communautaire.

Nous poursuivons nos implications par ZOOM sur différents comités et tables de partenaires afin d'être informées des besoins actuels de notre communauté et d'y répondre adéquatement.

Nous maintenons le poste d'agente/animatrice afin de poursuivre les actions entamées dans le cadre la mesure 13.1 de l'année précédente dans les points de services de la MRC malgré la pandémie. Ce qui portera à quatre le nombre d'employées.

De retour du congé des fêtes de Noël, nous reprenons nos activités de cuisson en février malgré la « Zone rouge » avec vigilance dans le maintien des mesures restrictives.

Malgré le ralentissement, nous sommes satisfaits des actions et des efforts accomplis afin de maintenir nos activités.

Actuellement, nos membres de 70 ans et plus sont vaccinés et la majorité des autres groupes d'âge prévoit se faire vacciner en avril. Nos participants deviennent moins à risque de contracter le COVID. Nous envisageons la prochaine année financière avec beaucoup d'optimisme.

## Mot du président/Pierre Jean

C'est avec plaisir que j'assume le poste de président du CA depuis l'automne 2020. J'ai d'abord intégré un groupe de cuisson à l'automne 2019, puis siégé comme administrateur au conseil d'administration avant d'en accepter la présidence.

Je souligne le travail remarquable de l'équipe. Louise Lessard, au poste de secrétariat, par son accueil auprès des membres et son soutien à l'équipe par de multiples tâches. Nos animatrices Chantal Lambert et Julie Lessard-Ruel qui jouent un rôle d'accompagnement avec toute la bienveillance qu'on leur reconnaît auprès des groupes.

Notre directrice, Johanne Lavallée, avec plus de 22 années au service des Cuisines Collectives, veille au bon fonctionnement de l'organisation de façon optimale. Elle maintient les partenariats et saisit les opportunités de développement des actions dans toute la MRC.

La pandémie nous a amenés à faire nos rencontres du conseil d'administration par le lien ZOOM. Suite à la confirmation du rehaussement du PSOC, le CA s'est penché sur le dossier des avantages sociaux du personnel afin de bonifier les conditions de travail de l'équipe. Le regroupement de régimes de retraite RRFS a présenté un PowerPoint sur le régime de retraite collectif aux membres du CA et à l'équipe de travail. Notre organisation décide de poursuivre les démarches avec les employées pour adhérer à un régime de retraite qui sera effectif pour l'année 2021-2022.

Tous mes remerciements aux membres du CA pour leur fidélité, disponibilité et partages d'expériences pour le bon fonctionnement du conseil d'administration.

# HISTORIQUE DES CUISINES

Le premier groupe de cuisson a débuté en décembre 1990, au sous-sol de l'Église Saint-Jean-Bosco, grâce à l'initiative de six jeunes mères ayant le désir de se revoir après les cours prénataux en cuisinant des purées pour bébé. Le désir de se retrouver avec leurs petits, le besoin de partager leurs connaissances et de socialiser a fait en sorte que l'on a poursuivi les rencontres par une activité de cuisines collectives et d'avoir sur place un service de halte-répit encore aujourd'hui. Des démarches ont suivi pour l'obtention d'une charte que l'on acquiert en avril 1993 sous le nom de : **Les Cuisines Collectives « Bouchée Double » Memphrémagog.**

Depuis 1994, nous avons notre siège social au Centre communautaire de Magog avec plusieurs autres organismes, ce qui facilite les partenariats. Notre organisation embauche notre première coordonnatrice par la reconnaissance financière du ministère de la Santé. Cela permet de structurer davantage notre organisme et d'encadrer nos groupes de cuissons, qui augmentent de façon significative. On doit sans contredit mettre les "bouchées doubles" pour répondre aux besoins des membres. Au fil des ans, l'équipe s'agrandit par l'embauche d'une animatrice pour accompagner les groupes de cuissons afin de mieux soutenir nos membres avec leurs multiples besoins. Une nouvelle clientèle s'ajoute : les jeunes. Cela nous permet de développer différents outils d'animation et d'en faire la promotion à travers le Québec. Cela devient un autre moyen de financement. Une liste de fonds de cuisine de denrées non périssables est établie. Ces denrées sont offertes gratuitement aux membres.

Lors du 20<sup>e</sup> anniversaire en 2013, nous avons fait le lancement d'un recueil de recettes « 1-2-3 GO! On cuisine » qui vise principalement nos jeunes. Notre porte-parole Johanne Despins participa à l'évènement comme présidente d'honneur et cela a fait une bonne couverture médiatique qui a eu un impact direct sur l'augmentation des membres.

En 2015, nous avons augmenté la superficie de nos locaux. Un local a été aménagé pour les bureaux de l'équipe de travail et la cuisine a subi une transformation complète en doublant sa superficie. En octobre 2015, nous avons inauguré la nouvelle cuisine et fait le lancement de nos sacs d'épicerie promotionnels. Cet agrandissement a facilité la pratique des groupes de cuisines en efficacité et en temps pour le mieux-être des participants.

En 2017, nous avons travaillé à construire notre site Web et nous continuons à l'actualiser, de même que notre Facebook. Nous terminons l'année dans les derniers préparatifs de l'évènement de notre 25<sup>e</sup> anniversaire dans le but de mieux nous faire connaître dans la communauté.

En 2018, dans le cadre de notre 25<sup>e</sup> anniversaire, nous faisons le lancement de la bière « La Collective » comme activité d'autofinancement. Pour clôturer l'année en mars 2019, nous présentons nos outils promotionnels et apportons des modifications à notre mission.

Au début de 2019, nous faisons le lancement de notre nouveau carton publicitaire.

## MISSION ET OBJECTIFS DES CUISINES

Promouvoir l'autonomie alimentaire dans le but d'améliorer les conditions de vie des citoyens de la MRC Memphrémagog.

- Former des petits groupes afin de planifier et de cuisiner des plats économiques et nutritifs à rapporter chez soi ce qu'on appelle « cuisine collective ».
- Réaliser des ateliers d'éducation populaire sur différentes thématiques visant la promotion de la santé par une alimentation saine et variée.
- Créer et soutenir des projets qui sont en conformité avec la mission de l'organisme.

## OBJECTIFS DE LA CORPORATION

- Contribuer à améliorer la qualité de vie et le niveau de santé globale des individus.
- Favoriser l'acquisition et l'échange des connaissances sur l'alimentation.
- Favoriser l'intégration sociale et briser l'isolement.
- Diminuer les effets de la pauvreté.

Nos actions sont portées par les valeurs que nous prônons et celles auxquelles nous adhérons comme membres du Regroupement des cuisines collectives du Québec (RCCQ). Les voici :

- la solidarité;
- la démocratie;
- l'équité et la justice sociale;
- l'autonomie et la prise en charge;
- le respect de la personne et la dignité.



# PLUS QUE DE LA CUISINE!

Notre organisme, au cœur de Magog, est le principal lieu de cuisson.

Depuis plusieurs années, nous mettons en place des lieux de cuisson avec tout l'équipement nécessaire pour assurer un bon fonctionnement dans les communautés qui le désirent.

- **Maison mère**, *Centre communautaire de Magog*
- **Bolton-Est**, *Le Rucher*
- **Eastman**, *cuisine du Club de l'Âge d'Or*
- **Stanstead**, *local de Phelps Helps*

Au fil des années, nous avons constaté des besoins très variés qui ont donné naissance à des ateliers thématiques en lien avec l'alimentation et la santé autant auprès des jeunes que des adultes.

Nous sommes convaincus que l'action des Cuisines Collectives a un impact favorable sur la communauté quant à la rentabilité sociale et économique ainsi qu'un effet d'entraînement positif sur la vie de groupe.



# TABLEAU DE STATISTIQUES

RÉPARTITIONS DES MEMBRES			BILAN CUISSON			BILAN DE L'ANIMATRICE		HALTE-GARDERIE	
83 Membres			146 Cuissons/ 146 planifications	193 Bouches à nourrir	534 Participations aux cuissons	13 Groupes de cuisson	46 Participants	0-4 ans	
27 Hommes	56 Femmes							4 enfants	
19 Groupes			29 Cuissons/mois 5 mois	1,21\$ Coût/portion	7 385 Portions	105 Planifications	105 Cuissons	25 présences	
4 Lieux de cuissons	G	M						3 familles	
Magog	15	66	680 Plats cuisinés	211 kilos de viande récupérée ont diminué le gaspillage alimentaire et permis de réduire le coût des achats pour les cuissons.					
Bolton-Est	2	8		TOTAL DES PERSONNES TOUCHÉES PAR LES CUISSONS ADULTES : 161					
Eastman	1	6							
Stanstead	1	3							
			27 heures		8 Jours				

GROUPE D'ÂGE	18 - 29 ans	30 – 54 ans	55 – 64 ans	65 – 74 ans	75 et +	MEMBRES EN SITUATION DE VULNÉRABILITÉ 72 %	
		6 p - 7%	23 p - 28%	13 p - 16%	31 p - 37%	10 p - 12%	Personnes seules 32 p – 39%
SCOLARITÉ	Primaire 8 p - 10%	Secondaire 20 p - %	DEP 11 p -13%	Collégial 12 p – 15%	Universitaire 32 p - 39%	Légende : p = personne	
REVENU	Moins de 23 400 \$ 20 p - 24%	23 401 \$ à 33 900 \$ 11 p - 13%	33 901 \$ à 37 000 \$ 24 p - 29%	37 001 \$ à 45 900 \$ 22 p - 27%	45 901 \$ à 50 900 \$ 2 p - 2%	50 901 \$ à 55 900 \$ 3 p - 4%	55 901 \$ à 70 000 \$ 1 p – 1%
SOURCE	Salariés 3 p - 4%	Assurance-emploi/maladie 5 p - 6%	Sécurité du revenu 23 p - 28%	Revenu du conjoint 9 p - 11%	Congé parental 0 %	Pension de retraite 43 p - 52%	
STATUT	Monoparentales 3 p - 4%	Familles 10 p - 12%	Personnes seules 38 p - 46%	Couples 32 p - 39%	BÉNÉVOLAT : 9 bénévoles/326 heures		

# IMPACTS ET MESURES DURANT LA PANDÉMIE

## Impacts

- Arrêt des activités régulières d'avril à juin 2020
- Arrêt des activités régulières de janvier au 10 février 2021
- Annulation estimée à **188** cuissons d'avril 2020 à mars 2021
- Annulation du volet jeunesse en période estivale
- **88** participants touchés par l'arrêt des cuissons, ce qui représente environ **161** personnes affectées (familles)
- 6 ateliers annulés
- Annulation de **2** points de services en zone rouge
- Estimation de **52** participants qui ne sont pas revenus à cause de leur condition de santé physique et/ou mentale
- Arrêt de travail pour **2** employées du 9 juin au 30 août 2020
- Annulation des projets en partenariat
- Voir les témoignages aux pages 14 et 15
- Plats cuisinés : **286** portions/Distribution : **83** familles
- **25** boîtes à lunch distribuées à l'AGA
- **184** portions du repas de Noël distribuées à **77** familles
- **109** courriels envoyés et **200** reçus
- **63** capsules santé et recettes sur Facebook, site Web, courriels
- **47** pensées du jour



## Mesures

- Production d'un dépliant expliquant les nouvelles mesures à respecter pour les usagers
- Télétravail des employées (avril, mai, juin 2020 et janvier 2021)
- Reprise des activités régulières en septembre 2020 et reprise en février 2021
- Maximum de **4** participants par groupe de cuisson
- Port du masque obligatoire, lunette de protection, visière (facultatif) durant toute la cuisson
- Désinfection après chaque activité de groupe
- Ouverture des fenêtres entre chaque activité
- Interruption des activités d'avril à juin 2020 et janvier 2021
- Communication avec les membres par téléphones et par courriels
- Aucune intégration de nouveaux membres dans les groupes de cuissons de septembre à mars





# IMPACTS SOCIAUX

Voici les impacts sociaux et économiques que nos activités génèrent dans la communauté par des données quantitatives et qualitatives :

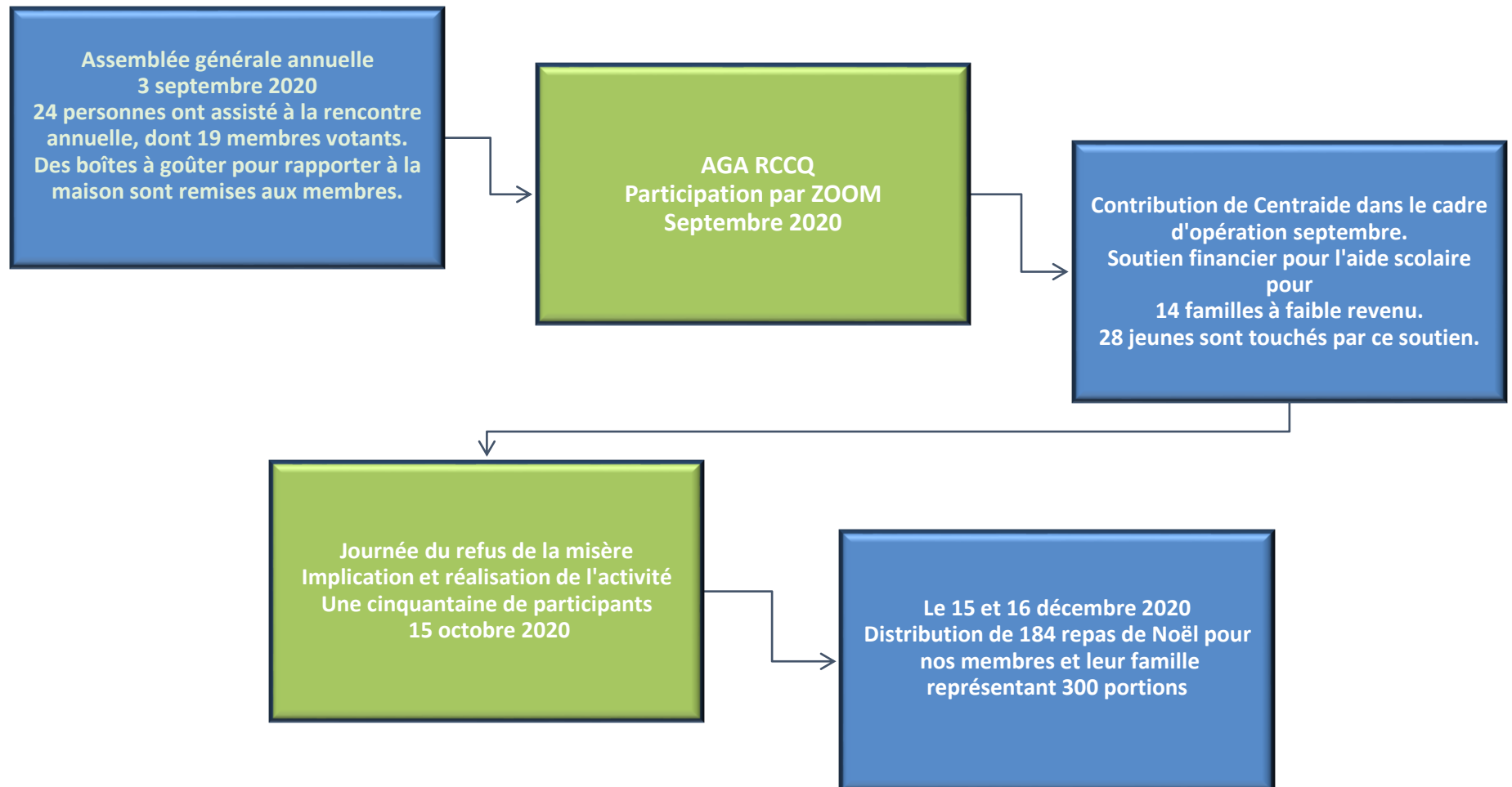
- **100%** d'assiduité des **19** groupes à leurs activités de cuisines collectives;
- **95%** de présences aux activités de cuisson à l'automne et de février au 31 mars;
- **100%** des participants sont des membres qui ont renouvelé leur membership;
- **68%** de nos groupes nécessitent le soutien, l'accompagnement et la supervision d'une animatrice;
- **3 139** utilisateurs et **7 666** vues sur notre site Web;
- Nos points de services ont été fermés en zone rouge;
- Maintenir le poste de l'agente de développement afin de poursuivre les activités de cuisson dans les points de service en période de zone orange.

Nos activités de cuisson amènent les individus à une démarche d'autonomie et de prise de pouvoir sur leur vie. Voici les impacts que nous avons observés ainsi que ceux partagés par nos participants :

- Ponctualité et assiduité aux rencontres de cuisson;
- Habilités relationnelles pour travailler en équipe;
- Respecter des consignes;
- S'affirmer adéquatement avec les autres participants;
- Suivre une recette, quantifier et mesurer les aliments;
- Faire une liste d'épicerie à partir des spéciaux dans les circulaires et les sites d'épicerie;
- Évaluer les produits alimentaires selon leur rapport qualité/prix;
- Gérer un garde-manger et les restants du réfrigérateur et du congélateur;
- Gérer le budget alimentaire des cuissons deux fois par mois;
- Maintenir un réseau social par l'activité de cuisson;
- Apprendre à lire une recette et à la réaliser;
- Reproduire les recettes à la maison;
- Modifier leurs habitudes alimentaires;
- Intégrer de nouveaux aliments;
- Développer et/ou maintenir leurs habiletés culinaires;
- Utiliser davantage les autres ressources.



# ACTIVITÉS SOCIALES/MOBILISATIONS ET ASSEMBLÉES



# TÉMOIGNAGES

## Marie-Hélène

J'ai 40 ans et suis membre des Cuisines Collectives Bouchée Double de Magog. Je suis très reconnaissante de pouvoir cuisiner en temps de pandémie, car ça me permet de briser l'isolement et me sentir moins seule en ayant l'occasion de socialiser. De plus, je peux manger santé et à faible coût. Les mesures sanitaires mises en place par les cuisines m'ont beaucoup rassurée et cela m'a permis de travailler mon anxiété par rapport à la situation. Merci de nous avoir permis recommencer à cuisiner. Ce fut fort apprécié.

## Pierre

Les services offerts par les Cuisines Collectives sont essentiels pour la clientèle. Plusieurs participants sont des personnes seules et à faible revenu. De plus, il s'agit pour elles de combler un besoin de contacts sociaux. Certains participants créent des liens d'amitié solide et cela leur permet de briser l'isolement même après les périodes de cuisson. Le personnel des Cuisines Collectives fait un travail exceptionnel et demeure toujours disponible pour effectuer les tâches même en temps de pandémie.

## André

C'est un grand plaisir pour moi, à 77 ans, d'avoir la possibilité de venir aux Cuisines Collectives et encore plus de pouvoir continuer en ce temps de pandémie. Si je pouvais, j'irais à toutes les semaines plutôt qu'aux deux semaines. C'est très important pour moi en tant que proche aidant, car ça me donne l'occasion de rencontrer d'autres personnes et d'apprendre à cuisiner tout en répondant aux besoins de ma situation.

## Agathe

Le besoin de manger est essentiel encore plus en temps de pandémie en zone rouge. Une bonne soupe maison et des repas équilibrés sans oublier le p'tit dessert, j'avoue que c'est très réconfortant. Cuisiner avec des personnes où règne la bonne humeur cela brise l'isolement, c'est bon pour le moral. J'apprécie la chance que j'ai eue de poursuivre cette activité malgré la COVID-19. Merci aux Cuisines Collectives de nous donner l'opportunité de ces rencontres qui font du bien autant au corps, au cœur, et à l'esprit.



# TÉMOIGNAGES (SUITE)

## Chantal

En tant qu'animatrice, j'ai eu à rassurer une participante qui était déprimée et paniquée lorsque nous sommes devenus zone rouge. Il lui avait été dit de profiter de sa dernière cuisson puisque tout semblait fermer. Quand je lui ai annoncé que les Cuisines Collectives restaient actives, elle a immédiatement retrouvé le sourire et la sérénité. Elle était soulagée de pouvoir continuer de voir son groupe de cuisson déjà réduit pour respecter les mesures d'hygiène sanitaire. J'ai eu à en rassurer plusieurs ainsi. Je suis bien contente et soulagée d'avoir la possibilité de continuer mon travail malgré notre situation d'alerte rouge.

## Ginette

Depuis ma participation aux Cuisines Collectives, j'ai repris goût à cuisiner, à être avec d'autres, à essayer d'autres recettes. La complicité qui s'installe entre les participants fait que c'est plus stimulant que de cuisiner seule à la maison! Merci pour votre soutien et pour le mieux-être que vous apportez aux personnes qui vivent seules.

## Cindy

Je suis contente de pouvoir continuer ce service en temps de pandémie, car je vois du monde. En plus, ça me permet d'alléger la période des repas pour mes enfants quand tout va vite et de pouvoir prendre une pause du « rush » de repas. Et lorsque ma famille sait que ce sont les plats qu'on a cuisinés aux Cuisines Collectives, c'est toujours gagnant! Merci!

## Robert

Le fait d'aller cuisiner me fait réaliser toute l'attention dont il faut faire preuve pour le choix des ingrédients, le coût, les quantités des aliments, etc. La préparation exige de l'attention, de lire toute la recette et de suivre les étapes une à une avant de passer à la cuisson. Le partage des tâches, la camaraderie, le rire et le soutien constant de notre animatrice font de cette rencontre un bien moral, physique et intellectuel. Au diable la COVID-19. La pandémie nous restreint, mais ne nous paralyse pas grâce aux mesures de distanciation, au masque, à la visière et aux nettoyages, nous pouvons nous rencontrer avec le soutien des organisateurs de Bouchée Double. Merci pour votre patience et votre dévouement. Votre organisme devrait avoir plus de visibilité, car vous apportez un grand réconfort à ceux qui participent à ces activités.

## PB

Les Cuisines Collectives, c'est bon pour mon moral. Pendant la pandémie, c'est la seule sortie qui me permet de partager une activité avec des gens que j'apprécie. 😊



# BAILLEURS DE FONDS/COLLABORATEURS

Nous désirons remercier sincèrement tous nos bailleurs de fonds ainsi que nos collaborateurs, car c'est grâce à eux que nous pouvons être actifs dans notre communauté en contribuant à améliorer et à stimuler les saines habitudes alimentaires des familles de la MRC Memphrémagog.

## Principaux bailleurs de fonds :



## Notre organisme communautaire favorise la mise en place de partenariat ou de collaboration avec les instances du milieu :

- Municipalités de la MRC
- Député d'Orford
- Éducation des adultes
- Phelps Helps, Stanstead – local gratuit
- Associations locales
- Club de l'Âge d'Or Eastman – local gratuit
- Le Rucher Bolton-Est – local gratuit

## Tables de concertation et/ou comités :

- Table de développement social Memphrémagog
- Comité de financement RCCQ
- Comité Santé-Éducation Stanstead
- Table jeunesse Memphrémagog
- Comité de lutte à la pauvreté
- Comité SESAM

## Membres de regroupements:

- |                                                           |      |        |
|-----------------------------------------------------------|------|--------|
| ▪ Corporation de développement communautaire Memphrémagog | CDCM | Membre |
| ▪ Regroupement des cuisines collectives de l'Estrie       | RCCE | Membre |
| ▪ Regroupement des cuisines collectives du Québec         | RCCQ | Membre |
| ▪ Regroupement des organismes communautaires de l'Estrie  | ROC  | Membre |

## Contribution des médias :

- Le Reflet du lac : 32 parutions gratuites
- Cogéco – Trois parutions gratuites : *Entrevue sur NousTV*
- La Tribune – Une parution gratuite : Cahier spécial « *Cuisiner ensemble malgré tout* »

## PERSPECTIVES D'ACTION 2021-2022

Maintenir notre implication sur différentes tables et différents comités pour le mieux-être de notre communauté.


Maintenir notre vigilance à rejoindre la clientèle fragilisée et les familles.

Développer et soutenir les lieux de cuissons éloignés par le maintien de l'agente de développement.

Réintégrer et réorganiser nos services suite à l'arrêt obligatoire causé par la pandémie.

Poursuivre des projets avec les partenaires avec les récentes réalités et nouveaux besoins.

# RESSOURCES HUMAINES

Johanne Lavallée DIRECTRICE	Chantal Lambert ANIMATRICE	Louise Lessard AGENTE EN SECRÉTARIAT	Julie Lessard-Ruel AGENTE DE DÉVELOPPEMENT ET ANIMATRICE	Noémie Champagne AGENTE DE DÉVELOPPEMENT
 <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Mandaté au fonctionnement de l'organisation à tous les niveaux</li> <li>▪ Représente l'organisme à différents comités, tables ou regroupements</li> <li>▪ En poste depuis 1998</li> <li>▪ À temps plein (35 h/semaine)</li> <li>▪ 1 800 heures de travail</li> </ul> <p><b>Formations</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 6 formations</li> <li>▪ Total : 20 h</li> </ul> <p><b>Représentations</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 9 représentations</li> <li>▪ Total : 14,5 h</li> </ul> <p><b>Comités</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 45 rencontres</li> <li>▪ Total : 120,5 h</li> </ul>	 <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Anime des groupes de cuissons</li> <li>▪ Anime différents ateliers thématiques</li> <li>▪ Animation du comité de Noël</li> <li>▪ En poste depuis septembre 2003</li> <li>▪ À temps plein (35 h/semaine)</li> <li>▪ 1 370 heures de travail</li> </ul> <p><b>Formations</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 8 formations</li> <li>▪ Total : 13 h</li> </ul> <p><b>Représentations</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 1 représentation</li> <li>▪ Total : 2,5 h</li> </ul> <p><b>Comités</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 2 rencontres</li> <li>▪ Total : 5 h</li> </ul>	 <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Assiste la direction</li> <li>▪ Accueille les gens et réponds aux demandes d'informations</li> <li>▪ Secrétariat</li> <li>▪ En poste depuis février 2016</li> <li>▪ 4 jours/semaine - 28 h/semaine</li> <li>▪ 1 075 heures de travail</li> </ul> <p><b>Formations</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 8 formations</li> <li>▪ Total : 11 h</li> </ul> <p><b>Représentations</b></p> <p>Aucune représentation</p>	 <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ En poste depuis octobre 2020</li> <li>▪ 83 heures de travail</li> </ul> <p><b>Formations</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 1 formation</li> <li>▪ Total : 1,5 h</li> </ul> <p><b>Comités</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 1 rencontre</li> <li>▪ Total : 3 h</li> </ul>	 <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ En poste d'août 2019 au 9 mai 2020</li> <li>▪ 117 heures</li> </ul>
<b>STAGIAIRES</b>				
2 stagiaires – 287 h Technique d'éducation spécialisée				

# Conseil d'administration

## Membres 2020 – 2021

**Président** : Pierre Jean

**Vice-présidente** : Lisane Boisclair

**Trésorière** : Francine Lefebvre • **Secrétaire** : Natasha Dionne •

**Administratrice** : Mélissa Gilbert-Lafrance •



Francine Lefebvre  
Trésorière  
En poste depuis 2014

Lisane Boisclair  
Vice-présidente  
En poste depuis 2015

Natasha Dionne  
Secrétaire  
En poste depuis 2017

Johanne Lavallée  
Directrice



Pierre Jean  
Président  
En poste depuis 2020



Mélissa Gilbert  
Administratrice  
En poste depuis 2019

## Son rôle

Les administrateurs sont élus lors de l'assemblée générale annuelle. Une fois élus, les administrateurs se répartissent les postes d'officiers par processus de proposition ou d'élection, s'il y a plus d'une personne intéressée par un même poste.

Le conseil d'administration est investi du pouvoir d'administrer la corporation :

1. décide des questions administratives;
2. exécute les décisions prises aux assemblées générales;
3. nomme les signataires et détermine la nature des dépenses administratives;
4. décide de l'engagement du personnel et détermine les conditions de travail;
5. délibère et statue sur tout ce qui a trait aux intérêts de la corporation;
6. détermine ses règlements de régie interne.

6 rencontres du conseil d'administration  
Total de 12 heures



# REVUE DE PRESSE

## Reflet du Lac

### ■ Cuisines collectives Bouchée double Memphrémagog

Les Cuisines collectives sont fermées pour la période des Fêtes. Les activités de cuisson reprendront le 18 janvier, si la situation le permet. Pour info et inscription : 819 868-2153 ou [secretariat@cuisinescollectivesmagog.com](mailto:secretariat@cuisinescollectivesmagog.com)

### ■ Cuisines collectives Bouchée double Memphrémagog

Nous reprendrons les cuissons le 8 février prochain si la situation le permet. Les mesures sanitaires sont respectées. Pour info et inscription à nos activités de cuisson : 819 868-2153 ou [secretariat@cuisinescollectivesmagog.com](mailto:secretariat@cuisinescollectivesmagog.com).



### ■ Cuisines collectives Bouchée double Memphrémagog

Nous vous invitons à rejoindre un groupe de cuisson ou à former votre propre groupe. Nous prenons des inscriptions en tout temps.

Pour Magog, les plages horaires disponibles sont le mardi de 8 h 30 à midi et de 13 h à 16 h 30, ainsi que le jeudi de 8 h 30 à midi. Pour Bolton-Est: les lundi et mercredi de 8 h 30 à midi et de 13 h à 16 h 30. Pour Stanstead: le vendredi de 8 h 30 à midi. Pour info et inscription: 819 868-2153 ou [secretariat@cuisinescollectivesmagog.com](mailto:secretariat@cuisinescollectivesmagog.com)

## 3 entrevues avec Cogéco/NousTV

Voir les liens sur notre site web [cuisinescollectivesmagog.com](http://cuisinescollectivesmagog.com)

2 novembre 2020  
Les Cuisines Collectives  
en temps de pandémie  
Entrevue avec la directrice générale,  
Johanne Lavallée

21 décembre 2020  
Des repas pour 2 des Cuisines Collectives  
« Bouchée Double » Memphrémagog.  
Entrevue avec la directrice générale,  
Johanne Lavallée

17 mars 2021  
Les Cuisines Collectives sont toujours  
actives malgré la pandémie.  
Entrevue avec la directrice générale,  
Johanne Lavallée

## Cahier spécial dans La Tribune

Voir l'intégrale de l'article sur le lien ci-dessous

<https://www.latribune.ca/actualites/cuisiner-ensemble-en-zone-rouge-1b7264109994a8afc6c14075f7e34aa3>



### Cuisiner ensemble malgré tout

Aux Cuisines Collectives « Bouchée Double » de la MRC Memphrémagog, la décision de poursuivre les activités malgré la pandémie réjouit bon nombre de membres qui se disent « heureux et reconnaissants » d'avoir accès à ce service malgré la bascule de l'Estrie en zone rouge.

« Évidemment, des mesures sanitaires strictes ont été mises en place », rassure Johanne Lavallée, directrice de l'organisme. Le nombre de personnes par groupe a par exemple été diminué à quatre et ces dernières doivent porter le masque, la visière ou les lunettes de protection en plus de devoir respecter des marques au sol.

« C'était important pour nous de continuer », explique Mme Lavallée qui reconnaît que Bouchée Double est le seul organisme de cuisines collectives de la région à avoir choisi cette option « non recommandée » par la Santé publique.

« C'est une décision que nous avons prise en groupe et pour laquelle nous avons sondé les membres. Malgré le niveau d'anxiété à la hausse de certains participants, ceux-ci apprécient que l'on demeure ouvert. Cela leur permet de préserver une certaine sécurité alimentaire en plus de pouvoir maintenir leur réseau social déjà très fragilisé par la pandémie. »

« **Merci** » Les témoignages des membres de Bouchée Double abondent en ce sens. Par courriel, *La Tribune* a reçu en quelques heures pas moins de huit messages de participants qui soulignent l'apport de cet organisme dans leur vie.

« C'est très important pour moi en tant que proche aidant », confie André, un membre âgé de 77 ans. « C'est un grand plaisir d'avoir la possibilité de venir aux cuisines collectives et encore plus de pouvoir continuer en contexte de pandémie. Si je pouvais, j'irais à toutes les semaines plutôt qu'aux deux semaines. Ça me donne l'occasion de rencontrer d'autres personnes et d'apprendre à cuisiner tout en répondant aux besoins de ma situation. »

Robert, un membre âgé de 74 ans, ajoute que « le partage des tâches, la camaraderie, le rire et le soutien constant de [son] accompagnatrice fait de cette rencontre un bien moral, physique et intellectuel. »

Chantal Lambert est animatrice aux Cuisines Collectives « Bouchée Double » depuis 2003. Elle admet devoir fréquemment rassurer et épauler des participants qui vivent plus difficilement la situation actuelle.

Lorsque l'Estrie a basculé en zone rouge, l'animatrice raconte que certains membres ont eu du mal à accepter l'arrêt de toutes leurs activités. « J'ai eu à rassurer une participante qui était déprimée, en larmes et paniquée. Cette dame a été soulagée d'apprendre que les cuisines collectives restaient actives. »

Mme Lambert confie être elle-même « bien contente et soulagée » d'avoir la possibilité de continuer son travail malgré tout.

**SABRINA LAVOIE, La Tribune**

Cuisines Collectives



Mangez bien,  
portez-vous bien!




Promouvoir l'autonomie alimentaire dans le but  
d'améliorer les conditions de vie des citoyens de  
la MRC Memphrémagog.

Cuisez en groupe  
de 3 à 6 personnes.



Pour nous joindre:  
☎ 819-868-2153

Suivez-nous 

direction@cuisinescollectivesmagog.com  
animation@cuisinescollectivesmagog.com  
secretariat@cuisinescollectivesmagog.com

cuisinescollectivesmagog.com



**C'est pour qui les cuisines collectives?**  
Toute personne qui veut cuisiner en groupe  
et qui désire:

- Améliorer sa condition de vie
- Approfondir ses connaissances culinaires
- Agrandir son réseau social
- Rapporter des plats économiques, gourmands  
et santé à la maison



- Ateliers thématiques
- Ateliers pour les jeunes
- Halte-répit sur place
- Fonds de cuisine

**Lieux de cuissons:**

- Magog
- Canton de Potton
- Stanstead



Nous remercions:

VILLE DE  
**Magog**

  
FONDATION  
MARCELLE ET JEAN COUTU

CIUSSS  
de l'Estrie

  
mazon  
CANADA

  
Centraide

  
FONDATION  
J. ARMAND  
BOMBARDIER

  
CARITAS  
Compassion - Action - Entraide

autres donateurs & associations



**Heures d'ouverture:**  
Du lundi au vendredi de 8h30 à 16h30

95, rue Merry nord (local 331) Magog

cuisinescollectivesmagog.com