



**CUISINES
COLLECTIVES**
MEMPHRÉMAGOG

RAPPORT D'ACTIVITÉS 2023-2024

Présenté le 6 juin 2024

**Du 1er avril 2023
au 31 mars 2024**

TABLE DES MATIÈRES

Mot de la direction	3
Mot du président	4
Historique des Cuisines	5
Mission et objectifs des Cuisines - Les cuisines tout près de chez vous	6
Nos partenariats : Littératie - Cuisine créative - Boîtes thématiques	7-8
Tableau de statistiques	9
Bilan des ateliers.....	10-11
Graphiques	12
Impacts sociaux	13
Activités sociales, mobilisations et assemblées.....	14-15
Organigramme 30 ^e anniversaire	16
30 ^e anniversaire : Les détails	17-18-19
Témoignages	20
Bailleurs de fonds/Collaborateurs	21-22
Comités et représentations	23
Ressources humaines	24
La répartition des tâches de l'équipe	25
Conseil d'administration	26
Perspectives d'actions 2024-2025.....	27
Revue de presse.....	28

MOT DE LA DIRECTION



Puisque l'avenir se bâtit aujourd'hui et s'appuie sur le passé, l'année 2023-2024 marque la transition entre les 30 dernières années des Cuisines Collectives « Bouchée Double » Memphrémagog et les années futures.

C'est toujours surprenant de prendre le temps de relever les bons coups, ça permet de remettre les acquis en perspective et d'aligner les efforts vers les réels besoins. Comme prévu, plusieurs réflexions entamées l'année dernière se sont soldées par des changements qui reflètent davantage la vision des membres à propos de l'organisme.

La proposition d'une nouvelle image de marque, des photos représentatives de nos milieux de vie et un site Internet révisé permettent d'être en accord avec cette vision. Les membres et les bénévoles ont été la pierre angulaire de cette démarche, je tiens à les remercier.

Cette année, notre croissance laisse croire que nous répondons aux besoins et attentes en matière d'autonomie alimentaire, je dois quand même avouer que la conjoncture actuelle est préoccupante en sécurité alimentaire. Au-delà des problèmes sociétaux, les membres nous ont fait comprendre qu'avant tout on retrouve des amis aux Cuisines Collectives et qu'ils constituent un réseau de soutien. C'est ce qu'on appelle « *la force du nombre* ». Nous avons tenté de faire ressortir cette camaraderie à travers les photos. L'activité de cuisson permet de tisser des liens serrés, c'est ce qu'on a voulu représenter dans le logo en utilisant 2 grands C autour d'un petit chaudron rassembleur.

En cette période de planification et d'organisation due à la croissance, l'équipe est reconnaissante d'avoir pu s'appuyer sur la culture organisationnelle et ses fondements. Puisqu'en deux ans nous avons doublé les points de services, doublé les membres et ajouté cinq animateurs.

L'année des 30 ans aura servi à repenser les processus internes. Comme la hausse budgétaire n'est en rien proportionnelle à nos nouvelles réalités en matière d'achalandage, nous avons travaillé fort à la mise en place de processus plus efficaces et moins coûteux, comme l'inscription automatisée des membres et la collecte des données statistiques regroupées.

En prévision d'une suite dans la croissance, l'orientation développementale s'articule davantage autour de l'intégration à l'écosystème des organismes communautaires partenaires. La mise en commun des forces et des approches des différents organismes contribue à l'accompagnement des participants dans une perspective plus globale. La synergie issue de cette collaboration entre organismes constitue à coup sûr un facteur d'enrichissement de l'offre de service.

Pour terminer, je dois absolument remercier l'équipe de travail et les membres du Conseil d'administration. Ce sont toutes des personnes dévouées qui croient au développement du pouvoir d'agir individuel et collectif sur les saines habitudes de vie de tout un chacun. Sans eux, toute cette superbe aventure ne pourrait pas avoir une aussi belle issue. Je suis privilégiée de faire partie d'un groupe aussi complémentaire.


Lisane Boisclair
Directrice générale

MOT DU PRÉSIDENT



Au courant des 4 dernières années où j'ai siégé au Conseil d'administration des Cuisines Collectives, je sens que mes compétences ont participé à la progression de l'organisme. Entre autres, je suis heureux d'avoir pu faire reconnaître le travail exemplaire des employés en leur permettant de recevoir un salaire et certains avantages sociaux à la hauteur de leur expérience et de leurs compétences.

Je souhaite remercier l'équipe en place qui permet à chacun des membres de s'épanouir avec compassion: Louise pour son habituel accueil chaleureux, Chantal pour ses conseils judicieux, Jonathan pour sa créativité sans borne, Caroline pour son originalité rafraichissante, Virginie pour son accompagnement bienveillant, Francine pour son calme contagieux et Mireille pour son implication précieuse auprès des jeunes.

Il est maintenant temps pour moi de laisser la place à la nouveauté. Je me sens choyé d'avoir pu appartenir à une équipe d'administrateurs ouverts et créatifs. Je tiens à remercier les membres du conseil et la direction pour cette opportunité et pour les bons moments passés ensemble : Léger pour ton œil d'inspecteur, Patricia pour ton agilité à nous remettre sur le droit chemin, Manon pour ton suivi budgétaire avec le sourire, François pour ton engagement envers l'appropriation de l'image de marque de l'organisme.

Je souhaite remettre un merci spécial à la directrice, Lisane, pour son dévouement exceptionnel. Elle a su écouter les besoins de la population de la MRC Memphrémagog et elle a réussi à rendre l'organisme encore plus efficace qu'il ne l'était.

Ce fut un réel plaisir de vous côtoyer, continuez de déguster la vie avec appétit et n'oubliez pas mon invitation au brunch de la rentrée!

Pierre Jean
Président du Conseil d'administration

Pierre Jean
Président

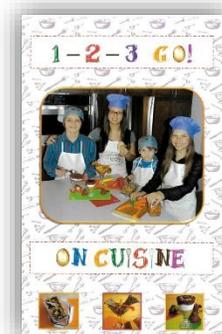
HISTORIQUE DES CUISINES

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. 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^e 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 à faciliter la pratique des groupes de cuisines en efficacité et en temps pour le mieux-être des participants.



En 2022, une nouvelle direction générale entre en poste. Nous sommes en pleine relance post-pandémique, nous ajoutons des points de services dans la MRC et cela nécessite l'embauche de nouveaux animateurs dans l'équipe. Pour lancer les activités du 30^e, nous entamons une réflexion sur l'image des Cuisines Collectives qui permettra un an plus tard de voir apparaître un nouveau logo, des photos représentatives de nos lieux de cuissons et un site Internet actualisé.

MISSION ET OBJECTIFS DES CUISINES

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

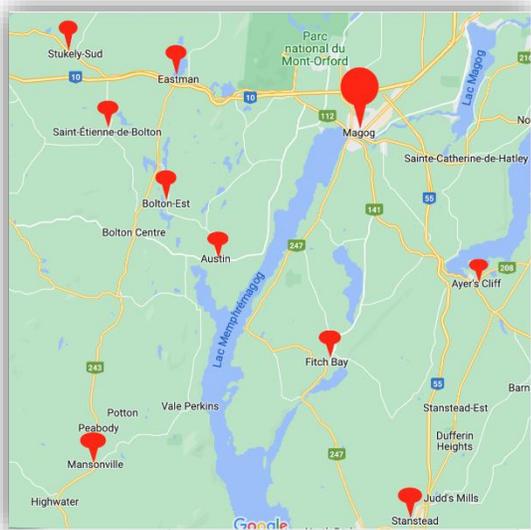
- Former des petits groupes afin de planifier et de cuisiner des plats économiques et nutritifs à rapporter chez soi ce qu'on appelle « cuisine collective ».
- Réaliser des ateliers d'éducation populaire sur différentes thématiques visant la promotion de la santé par une alimentation saine et variée.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



LES CUISINES COLLECTIVES TOUT PRÈS DE CHEZ VOUS !

Au cœur de Magog, notre organisme est le principal lieu de cuisson. Nous avons des ententes avec plusieurs municipalités de la MRC avec lesquelles nous mettons en place des lieux de cuisson avec tout l'équipement nécessaire pour assurer un bon fonctionnement.

NOS PARTENARIATS 2023-2024

Les besoins très variés de notre communauté ont donné naissance à des ateliers thématiques et à des partenariats pour créer des ateliers de littératie et de cuisine créative tant pour les jeunes que pour les adultes. Nous sommes convaincus de l'impact favorable des Cuisines Collectives sur les milieux de vie de nos participants autant par la rentabilité sociale et économique qu'aux effets d'entraînement positifs.



LITTÉRATIE ALIMENTAIRE

PROGRAMME FINANCÉ PAR LA FONDATION DE L'HÔPITAL DE MEMPHRÉMAGOG

En partenariat avec **Le Cépop**, nous créons des outils et des ateliers éducatifs pour favoriser les saines habitudes alimentaires chez les élèves et les enfants de la **MRC Memphrémagog**: *École secondaire de La Ruche, Centre CEFER Memphrémagog, École aux adultes du centre de services scolaires des Sommets, École primaire Sainte-Marguerite, École primaire Sunnyside, École primaire Val-de-Grâce*. La planification et les contenus du programme sont supervisés par un comité de pilotage découlant de la concertation du *Comité en Sécurité alimentaire Memphrémagog (CésAM)*.



Nos actions visent les trois barrières reconnues de la saine alimentation. Nous misons sur le pouvoir d'agir des participants en offrant des conditions gagnantes à travers des activités respectant leurs capacités, leurs besoins, leurs goûts et leur développement.



CUISINE CRÉATIVE

Pour les membres de Zone libre, du Centre l'Élan et de la Banque alimentaire Memphrémagog (BAM), nous créons des conditions idéales pour que les participants vivent un moment social, culturel et sensoriel en cuisine. Au gré des dons alimentaires de la BAM et en compagnie de notre animateur, les participants improvisent avec liberté et sans recette des mets santé.

Cette méthode différenciée de faire de la cuisine collective est une autre façon de permettre aux participants de développer une identité forte et de remettre entre leurs mains une autonomie en cuisine qui perdure à la maison. La créativité ne se limite pas qu'à la création du repas, c'est aussi un moyen écologique qui permet de contrer le gaspillage alimentaire, de discuter de la provenance des aliments et de conservation alimentaire.



BOITES THÉMATIQUES

Financées par la Ville de Stanstead, plusieurs familles de ce secteur ont reçu des boîtes contenant des recettes simples et tous leurs ingrédients pour initier les enfants à la cuisine tout en concoctant un repas complet pour toute la famille. 25 familles ont reçu 3 boîtes cette année : La rentrée, l'Halloween et pour Noël.



TABLEAU DE STATISTIQUES

RÉPARTITIONS DES MEMBRES			BILAN CUISSON			BILAN DES ANIMATEURS							
Membres :185 Membres d'un jour : 28			Cuissons 381	Bouches à nourrir 370	Participations aux cuissons 1 501	Groupes de cuisson 30	Participants assistés 196	Cuissons assistées 337					
Hommes 53	Femmes 158												
Groupes 35			Cuissons/mois Sept. à juin 37,7	Coût/portion 0,66 \$	Portions 16 853	MEMBRES FRANCOPHONES 172 PERSONNES FRANCOPHONES TOUCHÉES 318 MEMBRES ANGLOPHONES 11 PERSONNES ANGLOPHONES TOUCHÉES 33 MEMBRES BILINGUES 14 PERSONNES BILINGUES TOUCHÉES 19							
Lieux de cuissons	G	M											
Magog	19	113	Plats cuisinés 1 612	683,15 Kilos de viande récupérée diminuent le gaspillage et réduisent le coût des cuissons Équivalents à 2 499 de portions cuisinées.									
Villa Pierrot	4	18											
Ayer's Cliff	2	10											
Bolton-Est	1	5											
Cépop	1	6											
Eastman	2	8											
Mansonville	2	11											
Stanstead	2	8							39 personnes présentant un handicap ou un défi en santé mentale		VOLET JEUNESSE GROUPE 6-15 ANS : 330		
St-Étienne-de-Bolton	1	6							16 personnes avec des difficultés physiques				
Stukely-Sud	1	2											
Légende : G = groupe M = membre			TOTAL DES PERSONNES TOUCHÉES PAR LES CUISSONS :										

GROUPE D'ÂGE	18 - 29 ans	30 - 54 ans	55 - 64 ans	65 - 74 ans	75 et +	MEMBRES EN SITUATION DE VULNÉRABILITÉ %			
		18 p - 9%	50 p - 25%	41 p - 21%	60 p - 30%	30 p - 15%	Personnes seules 66 p - 33%		Autres personnes : 39 p - 20%
SCOLARITÉ	Primaire	Secondaire	DEP	Collégial	Universitaire	Légende : p = personne			
	11 p - 5,5%	60 p - 30,5%	26 p - 13%	38 p - 19%	64 p - 32%				
REVENU	Moins de 26 000 \$	26 001 \$ à 30 000 \$	30 001 \$ à 35 000 \$	35 001 \$ à 40 000 \$	40 001 \$ à 50 000 \$	50 001 \$ à 60 000 \$	60 001 \$ à 70 000 \$	70 001 \$ à 80 000 \$	80 001 \$ et plus
	69 p - 35%	18 p - 9%	12 p - 6%	17 p - 8,5%	28 p - 14%	22 p - 11%	9 p - 4,5%	15 p - 7,5%	9 p - 4,5%
SOURCE	Salariés	Assurance maladie	Sécurité du revenu	Revenu du conjoint	Assurance emploi	Travailleur autonome	Bourse d'étude	Pension de retraite	
	27 p - 14%	1 p - ,5%	42 p - 21%	15 p - 7,5%	4 p - 2%	7 p - 3,5%	3 p - 1,5%	100 p - 50%	
STATUT	Mono-parentales	Familles	Personnes seules	Couples	BÉNÉVOLAT 50 bénévoles 766 heures				
	17 p - 8,5%	23 p - 11,5%	96 p - 48%	63 p - 32%					

BILAN DES ATELIERS

ATELIERS THÉMATIQUES	GROUPES EN PARTENARIAT BAM, Cépop, FIS, La Ruche, Maison de la famille, Parent'Aise, Ressource relais, Villa Pierrot, Zone libre			ATELIERS EN PARTENARIAT CIUSSSE, CAB Pace, Centre l'élan, Musée Colby Curtis, Phelps Helps, Tandem, Zone libre		
	Effectifs	adultes	Enfants	Création d'outils	Préparation	Animation
Atelier réconfort Ayer's Cliff	1	4	0	3,0	1,5	3,5
Atelier Compote et confiture Villa	1	2	0	4,0	1,0	2,0
Atelier Valorisation du pain Stukely-Sud	1	2	0	4,0	1,0	4,25
Atelier Valorisation du pain St-Étienne-de-Bolton	1	6	0	0	1,0	4,0
Autoclave	1	17	0	0	0	3,0
Bouchées Festives Potton	1	2	0	0	2,0	2,5
Bouchées Festives Ayer's Cliff	1+1B	11	1	0	2,0	2,0
Bouchées Festives Stanstead	1	2	4	0	2,0	2,0
Végé Magog avril 2023	1	4	0	3,0	1,0	2,0
Végé Magog sept 2023	1	6	0	0	1,0	3,0
Lactofermentation Magog 3 Ateliers	3	15	0	1,0	3,0	6,0
Lactofermentation Austin	1	18	1	0	1,0	3,0
Lactofermentation St-Etienne-de-Bolton	1	14	0	0	1,0	2,5
Inauguration Ayer's Cliff	2	9	1	0	2,0	3,0
Sous totaux	17 + 1B	112	7	15	19,5	42,75



BOUCHÉES FESTIVES



LACTOFERMENTATION

BILAN DES ATELIERS - suite

ACTIVITÉS RÉCURRENTES ET GROUPES EN PARTENARIAT	Effectifs	Adultes	Enfants	Création d'outils	Préparation	Animation
Atelier CAB Stanstead	1	0	5	h	1,5	3,0
Atelier Famille Crêpes (préparé et annulé)	0	0	0	0	1,0	0,0
Atelier Pâques Stanstead	2	68	64	0	3,0	6,0
Books to belly Stanstead (2 ateliers)	4	4	6	0	7,0	10,00
Club été Petits Cuistots 8-12 ans	10	0	40	5,0	1,0	75,0
Club été Chefs Cuistots 13-16 ans	7	0	50	7,0	7,0	42,0
Cuistots Stukely-Sud Relâche	1	0	2	1,0	1,0	2,0
Cuistots Stanstead Relâche	1	2	2	1,0	1,0	2,0
Cuistots 8-12 ans Relâche Magog	1	0	7	0	1,0	2,0
Cuistots Parent-enfant Relâche Villa	1	4	5	0	1,0	2,0
Jeunes Cuistots Ayer's Cliff Relâche	1	0	5	1,0	1,0	2,0
Littératie Sunnyside	4	0	42	4,0	4,0	8,0
Littératie CFER	7	0	41	4,0	7,0	21
Littératie Eastman	10+4B	0	51	7,0	11,0	19,0
Littératie La Ruhe	7	0	54	7,0	10,0	33,0
Littératie École aux adultes	7	28	0	6,0	6,0	16,0
Effet de l'alimentation sur Dopamine	2	0	150	5,0	4,0	2,5
Littératie Ste-Marguerite	5+4B	0	33	5,0	5,0	9,0
Sous totaux	71	106	557	53 h	72,5 h	254,5 h
GRANDS TOTAUX	88 + 9b	218	564	68 h	92 h	297,5 h

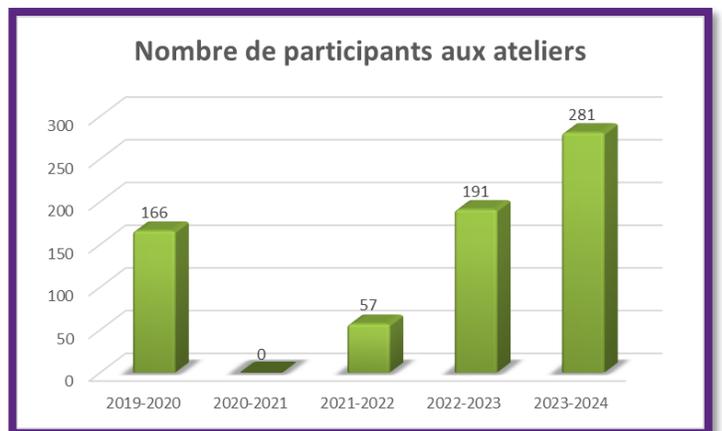
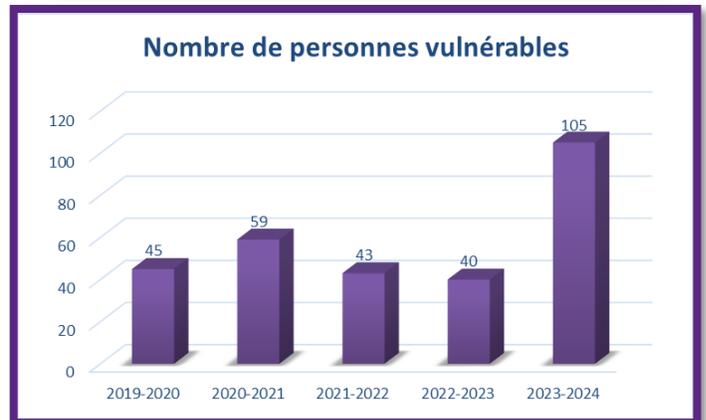
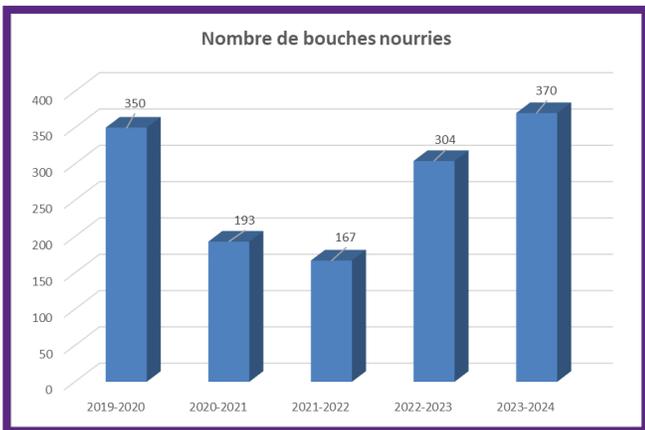
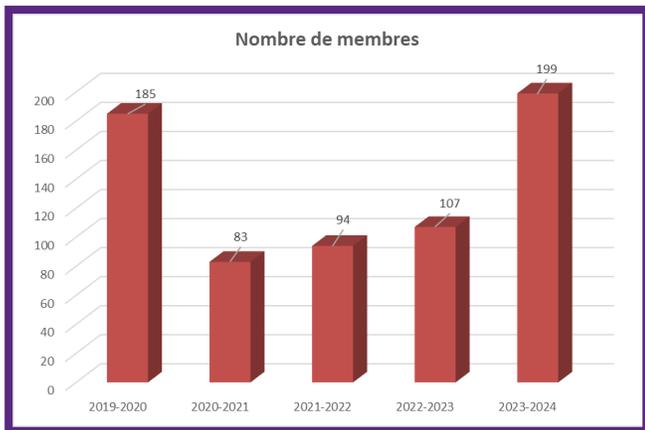


ATELIER DE PURÉE DE BÉBÉ



LITTÉRATIE ÉCOLE STE-MARGUERITE

GRAPHIQUES



IMPACTS SOCIAUX

En 2023-2024,

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

- **96%** d'assiduité des **35** groupes réguliers à leurs activités de cuisines collectives;
- **89%** d'assiduité des membres aux activités de cuisines collectives;
- **66** participants sont des anciens membres qui ont renouvelé leur adhésion;
- **86%** de nos groupes nécessitent du soutien, de l'accompagnement ou de la supervision.



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;
- Diminution du niveau d'anxiété selon les témoignages des personnes concernées par cette problématique.

ACTIVITÉS SOCIALES, MOBILISATIONS ET ASSEMBLÉES

- Le 9 mai 2023, journée shooting photo afin d'actualiser notre image, 7 adultes et 5 enfants ont été mis en vedette.

- Le 24 mai 2023, Assemblée générale annuelle, 20 personnes présentes dont 16 membres votants.

- Le 21 juin 2023, fêtons le 30e anniversaire des Cuisines Collectives Memphrémagog, 55 personnes présentes.

- Le 31 août 2023, Brunch de la rentrée, 40 personnes présentes dont 25 membres et 5 futurs membres.

- Opération Septembre 2023, 10 familles rejointes

- Boîtes thématiques - la rentrée, l'halloween et Noël - 25 familles rejointes - 95 personnes touchées



21 juin 2023
30e anniversaire des
Cuisines Collectives

ACTIVITÉS SOCIALES, MOBILISATIONS ET ASSEMBLÉES

Suite

- Le 17 octobre 2023, Journée du refus de la misère.

- Le 18 octobre 2023, Ouverture officielle du Point de service de Ayer's Cliff.

- Le 20 décembre 2023, Fête de Noël, 67 personnes présentes.

- Le 5 mars 2024, tournage promotionnel de la Caisse Desjardins - FAITES LE GRAND SAUT pour soutenir la communauté. Les 4 membre du groupe les Fenouils et 4 enfants se sont portés volontaires pour être en vedette dans cette vidéo.

- Le 26 mars 2024, Journée Nationale des cuisines collectives, 20 personnes présentes.



Ouverture Point de service Ayer's Cliff



FAITES LE GRAND SAUT
Le groupe les Fenouils en action !

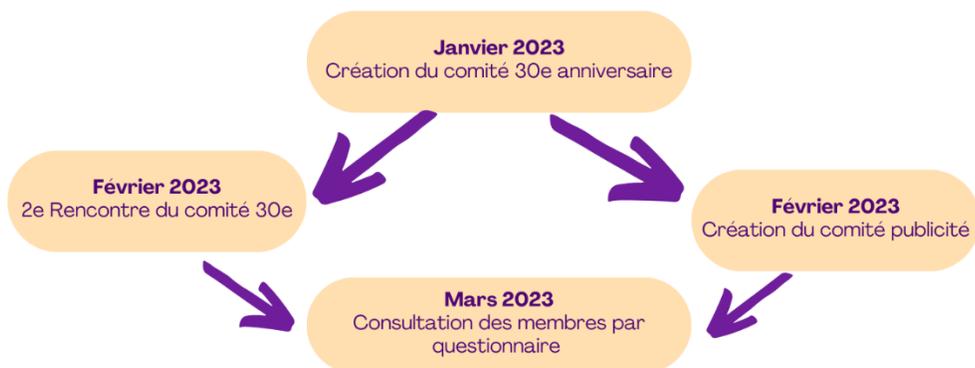
Activité Pâques
Stanstead 2024



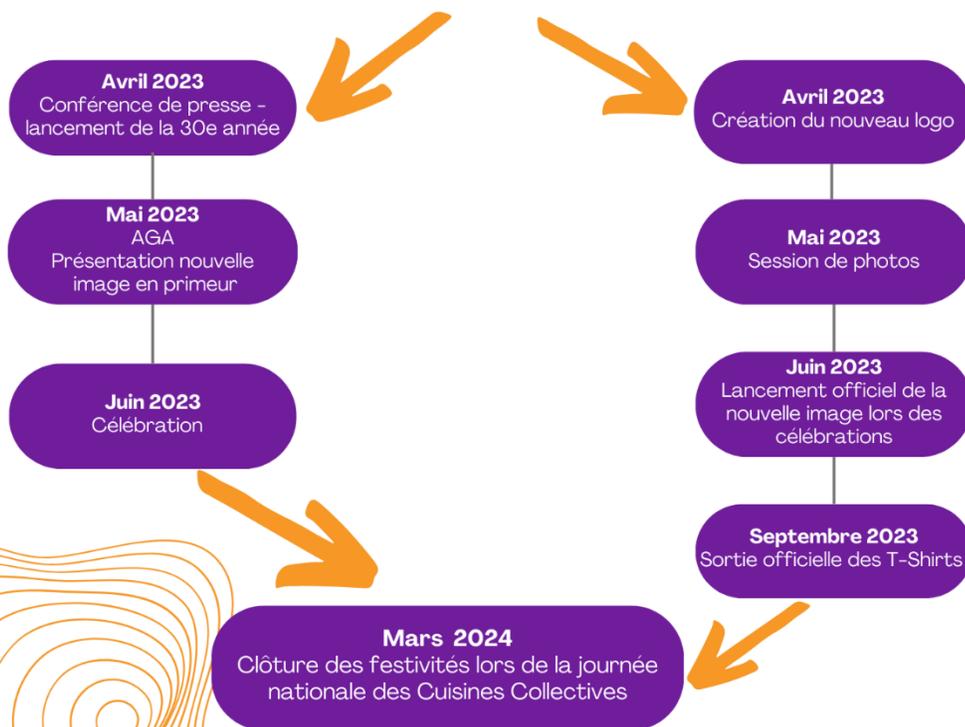
30E ANNIVERSAIRE



Réflexions 2022-2023



Année financière 2023-2024



30e ANNIVERSAIRE

Suite

Avril 2023



- ♥ Création du nouveau logo
- ♥ Conférence de presse lancement de la 30e année d'existence, événement diffusé par Nous TV.



<https://cuisinescollectivesmagog.com/nouvelles/lancement-30e-anniversaire-entrevue-noustv.aspx>

Mai 2023

- ♥ Session de photos des membres en action à la maison mère.

Ce qui a demandé une semaine de ménage et «home staging» pour préparer la cuisine.

- ♥ Présentation en primeur du nouveau logo et des nouvelles couleurs lors de l'assemblée générale annuelle des membres.



Juin 2023



- ♥ Lancement officiel de la nouvelle image des Cuisines Collectives Memphrémagog et des outils de publicité.

Lors de l'événement, la porte-parole Caroline McCann, cheffe cuisinière reconnu pour son blog culinaire, a servi des bouchées et a proposé un dessert surprise en encan silencieux au profit de l'organisme. Des membres fondateurs étaient présentes, Solange Goulet et Johanne Lavallée.

- ♥ Événement couvert par le journal le Reflet du Lac.



30e ANNIVERSAIRE

Suite

Septembre 2023

- ♥ Sortie officielle des t-shirts à l'effigie des Cuisines Collectives lors de la journée des organismes, événement diffusé par Nous TV et par le Facebook live de la Corporation de développement communautaire Memphrémagog.



<https://cuisinescollectivesmagog.com/nouvelles/journee-des-organismes-2023.aspx>

Mars 2024

- ♥ Clôture de la 30e année lors de la *Journée Nationale des Cuisines Collectives*, nous avons invité l'organisme *Acte d'amour* pour l'événement.
- ♥ L'activité de cuisine collective qui regroupait 24 cuisiniers a été filmée par Nous TV.



Les cuisines collectives changent notre monde!
JNCC 2024

VENEZ CÉLÉBRER !
ATELIER CUISINE ET CULTURE AFRICAINE
CHEF GILLES SENSEI
ACTIVITÉ GRATUITE - REPAS INCLUS!

Salle 333
Centre communautaire
95, rue Merry Nord
Magog
819-868-2153

MARDI
26 MARS 2024
9h à 12h

Places limitées...réserver!

RCCQ

Cliquer pour vous inscrire
secretariat@cuisinescollectivesmagog.com

TÉMOIGNAGES

Brigitte, groupe les Épicées - Pourquoi faire de la cuisine collective? Venir y rencontrer les amies que je m'y suis faites. Rire, apprendre, expérimenter, économiser et surtout vivre de nouvelles expériences. Ensemble nous apprenons à nous connaître nous-mêmes et les autres aussi. Souvent nous chantons en cuisinant ou nous parlons de nos semaines. J'ai l'impression de faire partie d'une grande famille. Nous pouvons acheter plein de choses à moindre coût, ce qui fait du bien au portefeuille. En plus, qu'est-ce que je ferais de mieux chez moi.... Écouter un Netflix?

Lucille, groupe les Végans - Je fais des cuisines collectives selon mes disponibilités depuis 2017, je suis toujours bien accueillie à chaque fois que je reviens. Notre animatrice, Francine, est très gentille, efficace et patiente. Elle est d'un grand soutien pour notre équipe de cuisson. Nous avons une belle collaboration entre les participants, et ça me fait une après-midi productive, agréable et économique. J'ai congé de cuisine pour quelques jours après mon activité de cuisson.



Marcel, groupe les Gourmands - La cuisine collective pour moi, c'est d'abord une activité sociale qui nous permet de faire des repas à un coût minime en partageant des connaissances culinaires et des valeurs aussi différentes que complémentaires. C'est une activité qui nous permet d'apprendre des autres.

Jacques, groupe les Rosies - Je suis membre des Cuisines Collectives depuis plusieurs années pour le plaisir de sortir, de rencontrer des gens sympathiques tout en perfectionnant mes connaissances pour la cuisine maison. Ici, on travaille en groupe avec parfois l'aide des intervenantes. Les ateliers ont lieu une demi-journée par deux semaines. Je remercie Christiane, Jocelyne et Gilles qui font partie de mon groupe. Tout le groupe participe à toutes les étapes pour la préparation de nos plats qu'on partage à la fin de chaque atelier, pour les apporter à la maison. L'ambiance est amicale, chaleureuse et sympathique et l'on acquiert toujours des trucs de cuisine dans un bel esprit d'équipe. Je suis très heureux de faire partie de cet organisme et je le recommande à tous.

Chantal, groupe les Végétariens - Les cuisines collectives permettent de faire de belles rencontres, de développer l'amitié et de sortir de son quotidien. Pour certaines personnes, ça permet de briser l'isolement. Nous apprenons à la fois l'organisation, la planification, le travail de groupe et des trucs de cuisine. Ça permet aux membres d'essayer de nouvelles recettes et ce, à un faible coût. De plus, l'entraide, le partage et le plaisir sont au rendez-vous !

BAILLEURS DE FONDS / COLLABORATEURS

Nous désirons remercier sincèrement tous nos bailleurs de fonds, les associations locales et 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.

Principaux bailleurs de fonds :

Centre intégré
universitaire de santé
et de services sociaux
de l'Estrie – Centre
hospitalier universitaire
de Sherbrooke



Centraide
Estrie



FONDATION
J. ARMAND
BOMBARDIER



Fondation
de l'Hôpital de Memphrémagog



FONDATION
MARCELLE ET JEAN COUTU



mazon
CANADA

 Stanstead	 POTTON	 Ayer's Cliff	 VILLAGE STUKELY-SUD	 COMMISSION SCOLAIRE DES SOMMETS
 Villapierrot	 RUCHER BOLTONNOIS	 C de C	 Club Optimiste MAGOG-ORFORD	 Desjardins

Contribution des médias → Le Reflet du lac  – Cogéco  COGECO

BAILLEURS DE FONDS / COLLABORATEURS

Suite

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

<ul style="list-style-type: none"> ▪ Acte d'amour ▪ Associations locales ▪ Autres partenariats (BAM, Cépop, Phelps Help's) ▪ Centre d'éducation des adultes ▪ Centre l'élan ▪ Club de l'Âge d'Or Eastman ▪ Député d'Orford ▪ École des adultes - CSS des sommets   	<ul style="list-style-type: none"> ▪ École secondaire La Ruche ▪ Municipalités de la MRC ▪ Le Rucher Bolton-Est ▪ Le tandem ▪ Literacy in action ▪ Maison de la famille ▪ Résidence Potton ▪ Place Stanstead ▪ Villa Pierrot ▪ Zone libre   
--	---

Points de service des Cuisines Collectives :

- Maison mère, Centre communautaire de Magog
- Magog, Villa Pierrot
- Ayer's Cliff, Église Beulah United Church
- Bolton-Est, Le Rucher
- Eastman, Cuisine du Club de l'Âge d'or
- Canton de Potton, Résidence Potton
- Canton de Potton, Église catholique St-Cajétan
- St-Étienne-de-Bolton, Coop du Grand Bois
- Stanstead, Résidence Place Stanstead
- Stukely-Sud, Mairie de Stukely-Sud



COMITÉS ET REPRÉSENTATIONS

Tables de concertation et/ou comités :

**Comité en sécurité alimentaire
Memphrémagog (CÉSAM)**



Comité culturel de Stanstead

Comité de lutte à la pauvreté

**Comité des intervenants locaux en
santé mentale**

Comité Santé-Éducation Stanstead

**Table de développement social
Memphrémagog**



**Table de concertation des aînés
Memphrémagog**



**Table Jeunesse Socio-Économique
Memphré**



Membre de regroupements :

Corporation de développement communautaire Memphrémagog



Regroupement des cuisines collectives de l'Estrie



Regroupement des cuisines collectives du Québec



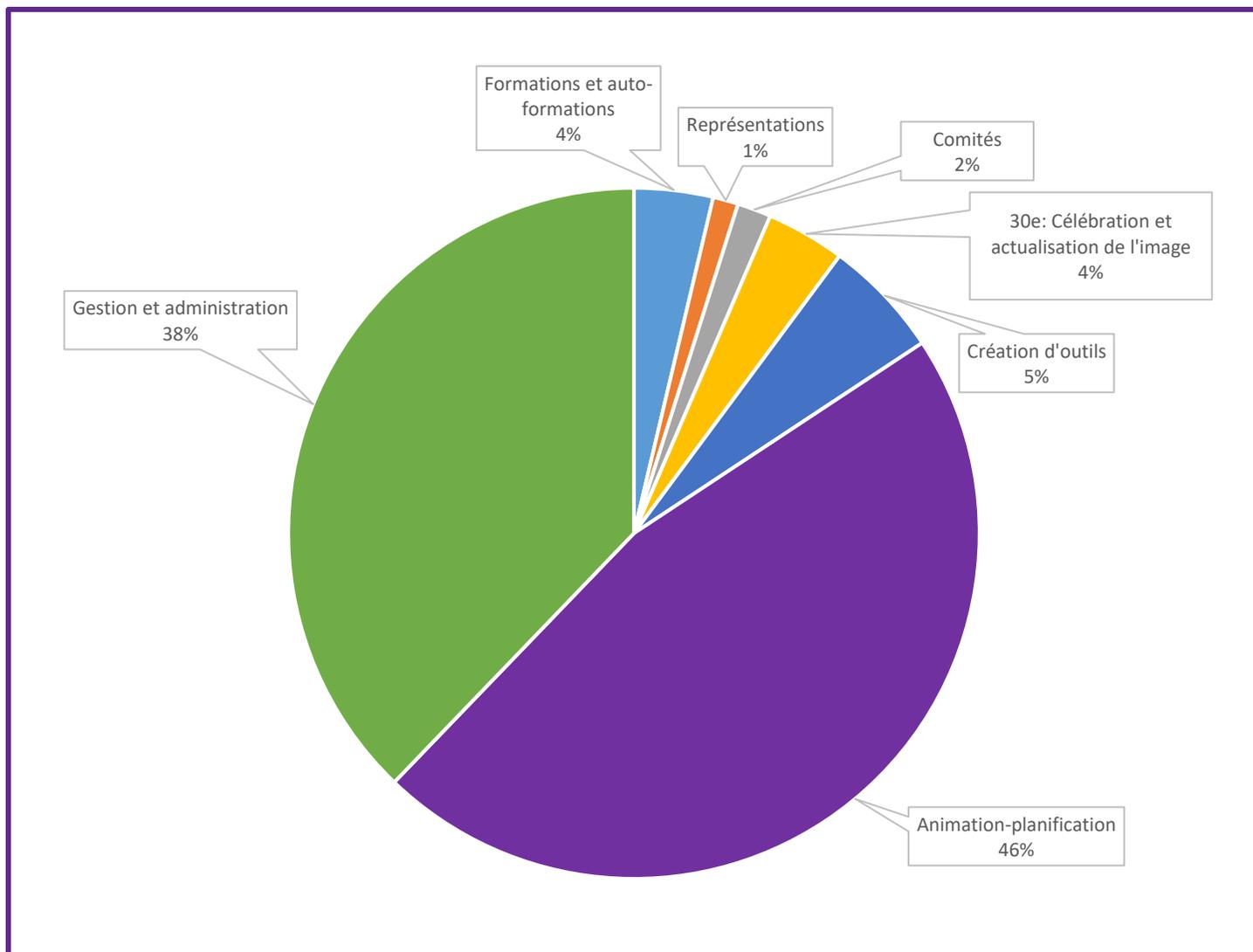
Regroupement des organismes communautaires de l'Estrie



RESSOURCES HUMAINES

Lisane Boisclair DIRECTRICE	Louise Lessard AGENTE EN SECRÉTARIAT	Chantal Lambert ANIMATRICE	Francine Lefebvre ANIMATRICE
<ul style="list-style-type: none"> ▪  ▪ Mandaté au fonctionnement de l'organisation à tous les niveaux ▪ Représente l'organisme à différents comités, tables ou regroupements ▪ En poste depuis 2022 ▪ À temps plein (35 h/semaine) ▪ 1 847 h de travail 	<ul style="list-style-type: none"> ▪  ▪ Assiste la direction ▪ Accueille les gens et réponds aux demandes d'informations ▪ Secrétariat ▪ En poste depuis 2016 ▪ 4 jours / semaine (28 h/semaine) ▪ 1 300 h de travail 	<ul style="list-style-type: none"> ▪  ▪ Anime des groupes de cuissons ▪ Anime différents ateliers thématiques ▪ Animation du comité de Noël ▪ En poste depuis 2003 ▪ À temps plein (35 h/semaine) ▪ 831,5 h de travail 	<ul style="list-style-type: none"> ▪  ▪ Anime des groupes de cuissons ▪ Anime dans les points de service ▪ En poste depuis 2023 ▪ À temps partiel ▪ 580,5 h de travail
Jonathan Goulet-Abitan ANIMATEUR	Caroline Goulet ANIMATRICE	Mireille Versailles ANIMATRICE	Virginie Gaudreau ANIMATRICE
<ul style="list-style-type: none"> ▪  ▪ Anime des groupes de cuissons ▪ Anime différents ateliers thématiques ▪ En poste depuis 2023 ▪ À temps partiel ▪ 846 h de travail 	<ul style="list-style-type: none"> ▪  ▪ Anime des groupes de cuissons ▪ Anime différents ateliers thématiques ▪ En poste depuis 2023 ▪ À temps partiel ▪ 815,5 h de travail 	<ul style="list-style-type: none"> ▪  ▪ Anime les ateliers de littérature alimentaire ▪ Anime des ateliers thématiques ▪ En poste depuis 2023 ▪ À temps partiel ▪ 76,5 h de travail 	<ul style="list-style-type: none"> ▪  ▪ Anime des groupes de cuissons ▪ Anime des ateliers thématiques ▪ En poste depuis 2024 ▪ À temps partiel ▪ 93,59 h de travail

LA RÉPARTITION DES TÂCHES DE L'ÉQUIPE



CONSEIL D'ADMINISTRATION

Membres 2023– 2024

Président : *Pierre Jean*

Vice-présidente : *Patricia Bachand*

Trésorière : *Manon Beaudoin* • Secrétaire : *François Marcil* •

Administratrice : *Léger Labrie* •

<p>Lisane Boisclair Directrice Membre d'office</p> 	<p>Pierre Jean Président En poste depuis 2020</p> 	<p>Patricia Bachand Vice-présidente En poste depuis 2021</p> 	<p>Manon Beaudoin Trésorière En poste depuis 2021</p> 
---	--	--	--

<p>François Marcil Secrétaire En poste depuis 2023</p> 	<p>Les administrateurs sont élus lors de l'AGA</p> <p>Les mandats ont une durée de 2 ans 3 postes les années impaires 2 postes les années paires</p> <p>6 rencontres CA 14 heures</p>	<p>Léger Labrie Administrateur En poste depuis 2022</p> 
--	---	---

PERSPECTIVES D'ACTION 2024-2025

Célébrer

- Créer des liens solides entre les membres de l'équipe et les participants afin que chaque cuisson et/ou atelier soit réalisée dans un esprit festif !

Collaborer

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

Vigilance

- Joindre la clientèle fragilisée ou vulnérable en étant à l'affût de leurs besoins et mettre en place des stratégies accrocheuses.

Présence dans la MRC

- Soutenir les lieux de cuissons éloignés par le maintien d'une animatrice attirée aux points de service et répondre aux besoins émergents des municipalités éloignées.

Rebondir

- S'ajuster à nos nouvelles réalités organisationnelles.
- Offrir des activités adaptées et dynamisantes aux différents milieux.

S'associer

- Poursuivre des projets avec de nouveaux partenaires pour répondre aux besoins du milieu.

REVUE DE PRESSE

Le Reflet du Lac, Magog - plus de 40 parutions / La Diligence, Stanstead – 6 parutions
La Diligence, Stukely-Sud – 2 parutions / Trait d'Union, Eastman – 1 parution

Répertoire des organismes en sécurité alimentaire – CÉSAMEMPHRÉMAGOG

<https://cesamemphre.com/trouver-une-ressource/>

Entrevue NousTV - Cogéco

Lancement du 30^e anniversaire, 11 avril 2023

Entrevue avec Lisane Boisclair, directrice

<https://cuisinescollectivesmagog.com/nouvelles/lancement-30e-anniversaire-entrevue-noustv.aspx>

Journée des organismes 2023 – 30 septembre 2023

<https://cuisinescollectivesmagog.com/nouvelles/journee-des-organismes-2023.aspx>

Capsules des organismes communautaires

[Cap Cuisines collectives Memphremagog.mp4 - Google Drive](#)

Journée Mondiale du refus de la misère – 17 octobre 2023

Entrevue avec Lisane Boisclair, directrice

<https://cuisinescollectivesmagog.com/nouvelles/journee-mondiale-du-refus-de-la-misere-.aspx>

Le grand rendez-vous du développement social de Memphrémagog

24 octobre 2023

<https://cuisinescollectivesmagog.com/nouvelles/le-grand-rendez-vous-du-developpement-social-de-memphremagog.aspx>

Entrevue NousTV avec Lisane Boisclair le 5 février 2024

https://www.youtube.com/watch?v=W_0HPSvLDIA

FAITES LE GRAND SAUT pour soutenir votre communauté – Desjardins (Caisse du Lac-Memphrémagog)

Tournage promotionnel - 5 mars 2024

<https://www.facebook.com/caisseLacMemphremagog/videos/930934938679750>

Journée Nationale des Cuisines Collectives 26 mars

<https://www.youtube.com/watch?v=GTL1KYJePqY&list=PL-PotX8x1AOu96WGxw1JC9dHDJIVqQBRu&index=43>

Voir les liens sur notre site web : cuisinescollectivesmagog.com





CUISINES COLLECTIVES

MEMPHRÉMAGOG

"J'aime cuisiner avec des gens différents et découvrir de nouvelles idées. En plus, je reviens à la maison avec plusieurs excellents repas pour ma semaine."



"La cuisine collective me permet de bien manger, d'économiser à l'épicerie et de diversifier ma consommation d'aliments."



- CUISSON EN GROUPE DE 3 À 6 PERSONNES
- ALIMENTS NON PÉRISSABLES GRATUITS
- ATELIERS THÉMATIQUES
- ACTIVITÉS JEUNES CUISTOTS

☎ 819 868-2153

CUISINESCOLLECTIVSMAGOG.COM

