



# Rapport d'activités

2023-2024

Collectif  
Aliment  Terre  
solidarité • autonomie • partage





# Table des matières



## **Présentation du Collectif Aliment-Terre**

Mot de la présidence - Mot de la coordination - Historique, mission et objectifs - Les 5 branches de l'organisme - Approche globale - Équipe de travail - Formations suivies par les employéEs



## **Nos services à la population**

Nos dépannages alimentaires - Notre clinique d'impôts bénévole



## **Notre vie démocratique**

Assemblée générale annuelle - Conseil d'administration - Implication bénévole - Portrait des membres - Consultation sur le droit à l'alimentation



## **Notre enracinement dans la communauté**

Nos partenariats - Récupération alimentaire - Nos représentations - Nourrir Notre Monde - La Guignolée - Notre visibilité médiatique - Nos autres moyens de promotion



## **Notre vie associative**

Nos ateliers - Nos événements - Nos cuisines - Nos jardins



## **Le mot de la fin**

Nos remerciements



# Présentation du Collectif Aliment-Terre



## Mot de la présidence

Bonjour à toutes et à tous,

Une année d'introspections et de réévaluations de ce que nous sommes, de qui nous sommes en rapport avec les besoins de la communauté et de nos besoins personnels aussi.

L'espace de travail, qui subit les longueurs administratives, nous met à l'épreuve chaque jour. On s'aime c'est certain pour vivre cette proximité journalière à travers les grèves scolaires, les surplus et les pénuries de denrées et autres surprises de la vie.

Les ateliers cuisine et les jardins sont toujours populaires et favorisent une approche à la nourriture et à la socialisation. Une valeur sûre pour le suivi de notre organisme.

Une mention spéciale pour les bénévoles qui volent autour de nous et qui sont une 3ième main de bienveillance dans notre quotidien.

Cette fin d'année sera marquée surtout par le départ subit de Liliane Loisel, notre doyenne. Une force tranquille qui accueillait tout ceux qui se présentaient avec un sourire et un café.

J'ai eu la chance de la connaître dans une période difficile il y a 4 ans... Elle m'a guidé à travers le Collectif que je connaissais à peine. J'ai apprécié cette femme qui m'a fait cheminer, toujours là pour aider.

Une pensée pour toi Liliane.

Bonne lecture à toutes et tous.

---

Micheline Breault, présidente

# Mot de la coordination



Comme pour l'année précédente, le terme qui caractérise bien notre année est adaptation, adaptation et encore adaptation.

Alors que nous pouvions constater à la fin de l'année précédente une forte hausse pour les dépannages alimentaires, cette tendance a perduré durant tout notre année financière 2023-2024! Nous avons ainsi enregistré la plus forte demande d'aide alimentaire de notre histoire, avec une augmentation de 33% pour l'ensemble de 12 mois. Nous avons connu de nouveaux engouements pour nos services de cuisines collectives et nos soupes communautaires. À l'inverse, nous avons subi de fortes baisses des denrées récupérées en supermarché. Les mauvaises conditions météorologiques ont aussi causé de lourdes pertes chez les agriculteurs locaux, des partenaires importants dans l'écosystème du Collectif Aliment-Terre, réduisant du même coup les dons qui nous sont faits. Nous nous sommes mis en mode solution pour faire face à ce défi que nous avons pu relever avec brio. Un grand merci à nos partenaires, à nos bénévoles et aux collègues pour toutes les merveilles qui s'accomplissent au quotidien dans notre petit local.

À ce sujet, le Collectif a poursuivi ses démarches concernant son projet de réaménagement majeur, qui nous permettra à terme d'occuper le triple de notre espace actuel. Nous avons signé des ententes importantes avec des partenaires financiers et la confection des plans et devis avance très bien. De grandes énergies ont été et seront mises dans l'avancement de ce projet, y compris de finaliser le montage financier dès que possible.

Bref, si 2023-24 fut fertile en rebondissements, l'année 2024-25 s'annonce chargée et importante avec une planification stratégique, la mise à jour de certaines de nos politiques internes et le processus d'accréditation aux Normes d'excellence de Banques alimentaires Canada, auxquelles toutes les banques alimentaires du pays devront se conformer d'ici le 31 mars 2025. Et tout cela sans parler des demandes qui ne s'essouffent pas...

---

Sylvain Badran, coordonnateur

# Historique, mission et objectifs

## *Historique de nos origines*

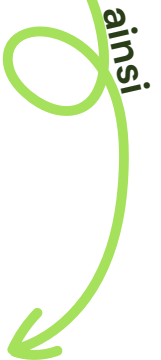
En 2003 et même avant, des citoyens et des organismes de notre région constatent un manque flagrant de ressources en sécurité alimentaire sur le territoire.

En janvier 2004, certains d'entre eux décident de s'unir pour ensemble trouver une solution. Ils réfléchissent alors à la mise sur pied d'une entité qui offrirait des dépannages alimentaires et lutterait contre la pauvreté.

La démarche aboutit à la création du Collectif Aliment-Terre le 9 juin 2004 lors d'une assemblée générale de fondation.



*Le 9 juin 2024, notre organisme aura donc 20 ans d'existence!*



## *Notre mission*

Le Collectif Aliment-Terre a pour mission la sécurité alimentaire sur le territoire de St-Siméon à Port-Daniel et la sensibilisation de la population au phénomène de la pauvreté et de l'exclusion sociale.



Nous desservons 10 municipalités sur un territoire d'environ 60 km d'est en ouest, 25 km du sud au nord, pour une population d'environ 12 000 personnes recensées en 2020.

## *Nos objectifs*

- Gérer l'accès à une distribution alimentaire et en assurer une répartition juste et équitable pour les personnes vivant sur le territoire desservi par l'organisme.
- Favoriser l'autonomie alimentaire des personnes vivant sur le territoire desservi.
- S'affirmer contre les insécurités: alimentaires, affectives, économiques, politiques et sociales.
- Favoriser la prise en charge et l'échange de connaissances par l'entraide.
- Encourager les personnes à se tourner vers l'action citoyenne et l'engagement communautaire en leur offrant la possibilité de s'impliquer à travers l'organisme.

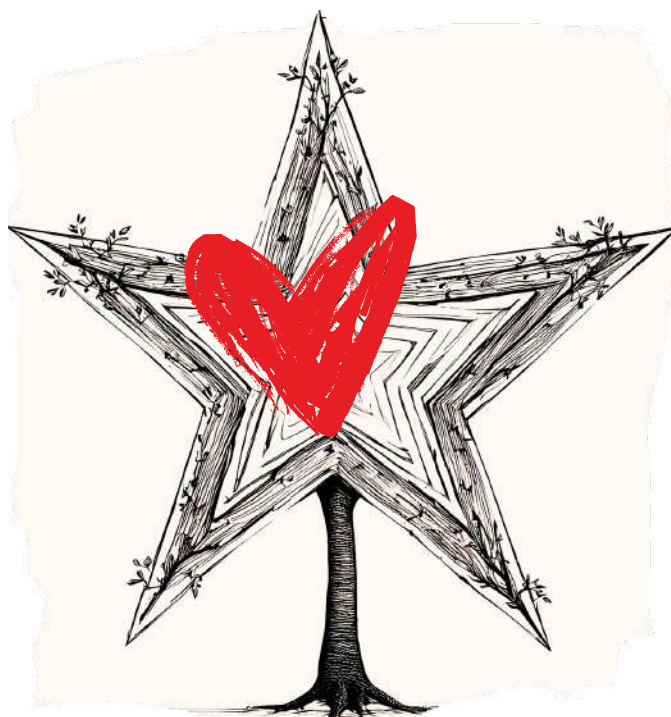
# Les 5 branches de notre organisme

## Dépannages alimentaires

Les dépannages permettent d'avoir accès à de la nourriture même lorsque les moyens financiers des personnes ne sont pas suffisants. Ils soutiennent la sécurité alimentaire sur le territoire en répondant aux besoins alimentaires des personnes qui en font la demande en distribuant des produits frais, congelés et secs.

## Jardins

Les jardins offrent la possibilité de cultiver soi-même ses aliments avec le soutien d'une ressource humaine compétente. Ils apportent échanges, entraide et apprentissages et soutiennent l'autonomie alimentaire des personnes qui ont recours au service.



## Cuisines

Les cuisines rassemblent des personnes de différents horizons. Elles contribuent au partage de connaissances et favorisent le développement de compétences culinaires. Elles ont donc un rôle à jouer au niveau de l'autonomie alimentaire des personnes qui y participent.

## Soutien à la communauté

En plus de ses services réguliers, le Collectif Aliment-Terre cherche à soutenir la communauté par d'autres moyens tels que la Clinique d'impôts bénévole au printemps et la Guignolée avant les fêtes de Noël.

## Récupération alimentaire

La récupération alimentaire contribue à l'approvisionnement en produits frais pour les dépannages et les cuisines. Cela permet parfois de faire découvrir des produits que les gens ne consomment pas souvent.

# Approche globale



Au Collectif Aliment-Terre, nous croyons fermement en la capacité de chacunE d'effectuer ses propres choix et d'être l'acteur principal de ses démarches, en autant que les outils pour le faire lui soient accessibles.

Ainsi, nous privilégions à travers nos divers services:

- la transmission d'informations pertinentes pour la personne et le référencement au besoin
- les échanges et le partage de connaissances
- des liens humains respectueux et significatifs où l'écoute occupe une place prépondérante

## Des exemples?

Jimmy et Olga veulent faire des pâtés mais n'ont jamais fait de pâte à tarte. L'intervenante montre à Jimmy comment faire. Quand il se sent à l'aise, c'est lui qui apprend la technique à Olga.

Emma vient pour un dépannage et explique qu'elle est à la recherche d'un emploi. L'intervenante lui parle du Carrefour Jeunesse Emploi et d'Horizon Emploi et lui remet leur dépliant pour que Emma entre en contact avec eux.

Lors des rencontres au jardin, les personnes s'entraident et se répartissent les tâches en fonction de leurs capacités et de leurs intérêts.

Lors d'une soupe communautaire organisée par notre organisme, nous invitons des organismes qui travaillent dans des sphères connexes à la sécurité et à l'autonomie alimentaire à venir animer pour nos membres une causerie sur la lutte contre les préjugés face à la pauvreté.

# Équipe de travail



Sylvain Badran  
coordonnateur



Liliane Loisel  
soutien technique



Kathy-Edith Lacroix  
responsable de l'aide  
alimentaire (jusqu'en juin)



Joanie Cormier-Samson  
responsable de l'aide  
alimentaire (à partir de juillet)



Myriam Dompierre  
intervenante cuisine




Véronique Cimon  
intervenante cuisine





Marie-Claude Ricard  
responsable jardin et  
récupération alimentaire





## Formations suivies par les employéEs


 Webinaire sur le bien-être en milieu de travail, *Midi à savoir*, par le CISSS de l'Est-de-l'Île-de-Montréal

 Formation en ligne dsur la gestion bénévole par le Réseau de l'action bénévole du Québec

 Webinaire sur le syndrome du choc post-traumatique, *Midi à savoir*, par le CISSS de l'Est-de-l'Île-de-Montréal

 Activité de sensibilisation sur les préjugés auxquels font fait les personnes immigrantes par le SANA

 CANVA, outil de design et de publication par Anick Loisel de Dragon bleu communication

 Violence sexuelle : prévenir et bien accompagner, *Midi à savoir*, par le CISSS de l'Est-de-l'Île-de-Montréal

 Taille et greffage de pommiers et vignes, offert par Guy Langlais de Arbro-vie

# Nos services à la population

## Statistiques des dépannages alimentaires



Cette année, nous avons distribués

**456 dépannages alimentaires**

Ces dépannages contiennent des produits variés provenant de la récupération alimentaire et d'achats..

Les produits donnés répondent aux besoins des personnes en fonction de leur réalité du moment.

De façon générale, un dépannage équivaut à environ 2 semaines de nourriture pour le ménage de la personne qui en fait la demande..

C'est une augmentation de  
**34%**  
des demandes par rapport à l'an dernier

Considérant les besoins grandissant, nous avons augmenté le **nombre maximum de dépannages** offert annuellement pour chaque foyer.

Parmi l'ensemble des demandes,  
**10%**  
étaient de nouvelles personnes

Pour mieux répondre aux demandes, nous offrons maintenant **plus de plages horaire** hebdomadairement.

# Notre clinique d'impôts bénévole

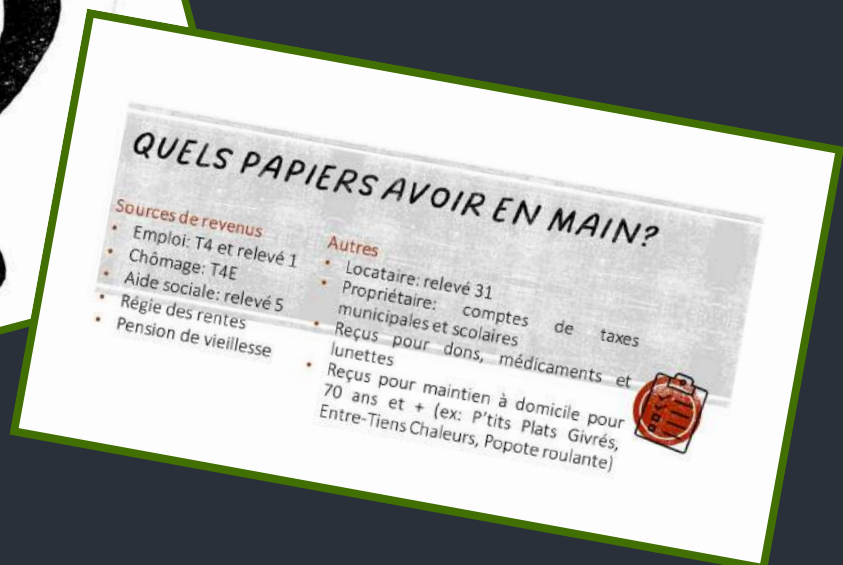
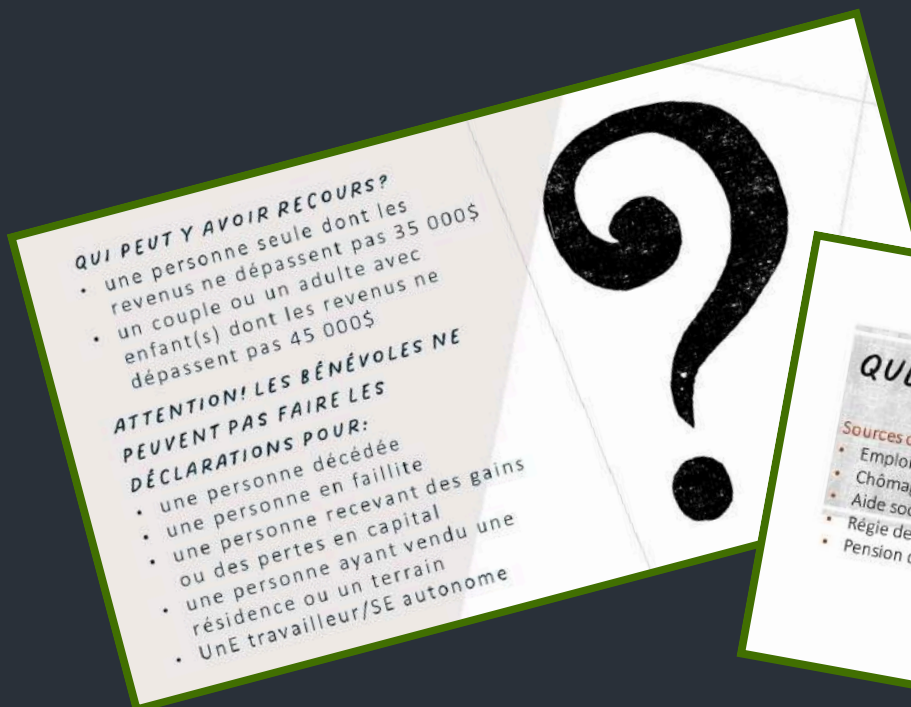
546

Soutenu financièrement par les deux paliers gouvernementaux, cette clinique offre aux personnes éligibles un moyen gratuit de faire remplir leur rapport d'impôts.

Nombres de rapports d'impôts complétés par nos bénévoles dévoués pour les deux paliers gouvernementaux!

## Comment ça marche?

- C'est une employée de notre organisme qui rencontre les personnes qui répondent aux critères d'admissibilité
- Cette employée sert de lien entre ces personnes et nos deux fervents bénévoles
- Une fois qu'ils reçoivent les papiers, les bénévoles remplissent les rapports d'impôts en ligne
- Chaque dossier est confidentiel et une fois les rapports remplis, tous les documents reviennent à notre organisme pour que les personnes les récupèrent



# Notre vie démocratique

## Assemblée générale annuelle

Le 28 septembre 2023 avait lieu notre assemblée générale annuelle à laquelle tous nos membres étaient conviés.

**17 personnes** ont ainsi exercé leur droit en y participant.

Pour rendre l'événement plus convivial et même festif, nous l'avons tenu le même jour que notre soupe communautaire mensuelle et notre fête des récoltes.

👉! (pour plus de détails, voir page 28)



## Conseil d'administration



Micheline Breault  
présidente



Rose-Marie Fullum  
vice-présidente



Josiane Landry  
secrétaire-trésorière



Jean-Pierre Beaudry  
administrateur

6 rencontres régulières

1 rencontre extraordinaire

3 rencontres de comités de travail



Francine Larocque  
administratrice



Solange Lecot  
administratrice

Les membres du conseil d'administration sont tous membres du Collectif Aliment-Terre. La plupart s'impliquent bénévolement dans l'organisme à travers les cuisines, les jardins ou l'accueil.

1 journée d'orientation  
avec l'équipe de travail

# Implication bénévole

Nous remercions chaleureusement tous nos précieux bénévoles pour leur

soutien généreux !

**33 personnes**  
ont offert de leur  
temps.



Pour un grand  
total de  
**421 heures**  
d'implication  
bénévole

En cuisine

Aux jardins

À l'accueil

À la récupération  
alimentaire

En séparation de  
produits pour  
l'aide alimentaire

À l'entretien et  
aux réparations  
du bâtiment

# MERCI !

# Portrait des membres

Membres de l'organisme

323

Participants cuisines

125



Participants jardins

42

Bénévoles

33

# Consultation sur le droit à l'alimentation

**Le 26 avril 2023**, la Tournée de consultations sur le droit à l'alimentation s'arrêtait au Collectif Aliment-Terre.

Organisée par le Regroupement des cuisines collectives du Québec (RCCQ) et initiée plus précisément par son comité sur le droit à l'alimentation, cette consultation visait à entendre ce que chaque région du Québec avait à dire sur les enjeux liés au droit à l'alimentation pour ainsi identifier les réalités québécoise mais également les particularités régionales.

19 personnes se sont exprimées cette journée-là et ont contribué aux échanges animés par Mélanie-Cassandra Lamoureux (employée du RCCQ) et Myriam Durocher (chercheure en sciences sociales, Université d'Amsterdam)



## Et après les consultations?

Les données recueillies lors des 23 consultations ont été compilées par Myriam Durocher dans un rapport détaillé remis au comité et serviront à nourrir leurs réflexions

Notons que des documents résumant les informations contenues dans le rapport ont été acheminés aux personnes ayant participé aux consultations. Trois formats différents ont été transmis pour une meilleure accessibilité de l'information pour tous.

La Tournée était le début d'une démarche plus large menée par le RCCQ qui poursuit son travail avec le comité sur le droit à l'alimentation. L'embauche d'une chargée de projet contribue désormais à mener à bien la démarche qui vise, à terme, la proposition d'une loi-cadre sur le droit à l'alimentation

# Notre enracinement dans la communauté

## Nos partenariats

### Cuisines



Deux groupes de jeunes s'y sont formés. Les deux groupes sont venus cuisiner à quelques reprises au courant de l'année.

#### *La Balise*

Ce partenariat a permis à plusieurs jeunes filles du Centre jeunesse, accompagnées d'unE intervenantE, de venir cuisiner chaque mois un souper complet et le manger sur place pour goûter au fruit de leurs efforts.



Femmes en Mouvement

Depuis quelques années déjà, nous offrons des cuisines collectives mensuelles au sein de ce centre de femmes. C'est Femmes en mouvement qui gère les inscriptions et les achats, tandis que nous assurons la planification et l'animation des cuisines.



Après une première expérience culinaire en automne, un groupe de jeunes est venu cuisiner une fois accompagnés par un intervenant. De plus, ils se sont joints à nous pour certains événements dont une soupe communautaire.



*(Horizons Gaspésiens)*

Cette coopérative de solidarité a réaménagé ses installations pour permettre à des groupes d'y cuisiner plus confortablement. Un groupe s'est formé parmi ses membres et y a cuisiné à l'automne en compagnie d'une de nos intervenantes.

## Cuisines



C'est en coanimation avec une intervenante de la maison de la famille que nous avons fait une causerie et une cuisine sur le thème de l'introduction des aliments chez le bébé.



Une nutritionniste du CLSC de Paspébiac a accompagné une jeune mère et son enfant lors d'une cuisine dans nos locaux. Cette même nutritionniste assure un lien direct pour référer de jeunes familles vers notre service de dépannages alimentaires.



Une intervenante du programme a accompagné une jeune pour venir cuisiner chez nous dans l'optique de développer des compétences pour la vie autonome.



La travailleuse de milieu auprès des aînés a accompagné à quelques reprises différentes personnes pour leur faire découvrir nos cuisines.

## Jardins

*Ville de Bonaventure*  
Ce partenariat nous permet d'avoir accès à un terrain à Bonaventure pour y faire des jardins communautaires.

Plusieurs de ces partenariats nous permettent d'intervenir auprès de personnes plus jeunes qui n'auraient autrement pas fréquenté nos services.

# Récupération alimentaire

Cette année, nous avons  
récupéré un grand total de

**19 473,82 kg** de denrées

- fraîches
- congelées
- sèches

*Ces denrées proviennent  
en majeure partie :*

- du Programme de récupération en supermarché (PRS)  
*pour les denrées fraîches et congelées*
- de Stéricycle (fournisseur de services de récupération de produits pour l'industrie des biens de consommation emballés)  
*pour les produits secs*
- des agriculteurs et autres entreprises locales  
*pour les légumes et les produits frais*



C'est grâce en grande partie aux dons des entreprises et organismes suivants que nous pouvons fournir des aliments frais dans nos dépannages et nos cuisines.

*Merçi!*

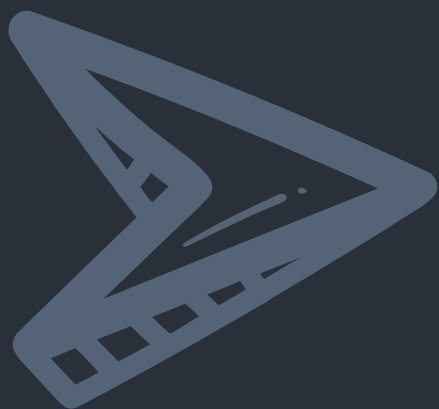


Nous tenons à remercier également tous nos autres généreux donateurs qui ne sont pas cités ci-haut ainsi que les nombreux citoyens et citoyennes qui nous ont aidés.

et les surplus?

Lorsque nous avons des surplus, nous les redistribuons en priorité à certains partenaires.

Puis, si les surplus n'ont pas entièrement été écoulés, un appel à tous est fait auprès de nos membres.



En plus d'éviter le gaspillage alimentaire, cette redistribution permet à un plus grand nombre de personnes dans le besoin d'avoir accès à ces aliments.



# Nos représentations



## Les comités auxquels nous participons

Collectif gaspésien pour un Québec sans pauvreté

Table des organismes communautaires Bonaventure

Comité sur le droit à l'alimentation

Table de concertation en sécurité alimentaire Gaspésie les Îles-de-la-Madeleine

Conseil d'administration du Regroupement des cuisines collectives du Québec

Comité pour la mise sur pied de communautés de pratique

Comité de travail Développement social

Rencontres mensuelles des membres associés des Banques alimentaires du Québec



## Rencontres annuelles et assemblées générales

Rencontre régionale en Développement social

Communautés de pratiques en récupération alimentaire, dépannages alimentaires et cuisines collectives

Journées de réflexion collective des forces vives du Regroupement des cuisines collectives du Québec

BULLE jardins

Rencontre de suivi sur les ateliers en cuisine familiale dans les MRC de Bonaventure et d'Avignon

## Présentation de services

Focus groupe pour une recherche sur la sécurité alimentaire

Assemblée générale annuelle du Regroupement des organismes communautaires de la Gaspésie les Îles-de-la-Madeleine

Programme de la ville de Paspébiac "Cap sur les aînés"

# Les Regroupements dont nous sommes membres



*Les Banques alimentaires du Québec représentent un large réseau d'organismes régionaux indépendants qui s'occupent de la distribution des denrées, en plus d'offrir des services d'aide alimentaire à la population, dans chacune des régions du Québec.*

## MISSION

Le RCCQ favorise l'émergence, la consolidation et la concertation des cuisines collectives sur l'ensemble du territoire du Québec.

## VISION

Le RCCQ est l' incontournable en matière de cuisine collective et un acteur clé en autonomie alimentaire. Pour y arriver, il déploie ses actions autour de quatre axes d'intervention : membership et vie associative, financement des cuisines collectives et du RCCQ, visibilité et lutte pour le droit à l'alimentation.



## Notre mission

Regrouper les organismes communautaires autonomes de la Gaspésie et des Îles-de-la-Madeleine qui sont préoccupés par des questions sociales et de santé et qui participent au développement de leur communauté.

## Mission

Le TCSAGÎM vise l'échange et le support entre organismes communautaires œuvrant en sécurité et autonomie alimentaire. Ce regroupement permet aux membres de définir leurs orientations communes en lien avec les services et activités offerts tout en assurant une plus grande visibilité et le développement d'une nouvelle expertise socio-économique en tant qu'agent de changement social.



Les textes décrivant leur mission respective sont tirés directement de leur site internet

# Nourrir notre monde



Nourrir Notre Monde Bonaventure est un projet dont le Collectif Aliment-Terre est fiduciaire. Il part des besoins des milieux en s'appuyant sur les préoccupations et les priorités locales. Sa mission est de rapprocher les différents acteurs des systèmes alimentaires locaux (production, distribution, consommation) dans un objectif de sécurité et d'autonomie alimentaires.

Cette année, une nouvelle chargée de projet a pris le relais.

**Bienvenue à Anne-Marie Courtemanche!**

## La Guignolée

Le Collectif Aliment-Terre s'est joint, cette année encore, à CASA, à Family Ties et au Centre d'Action Bénévole St-Siméon/Port-Daniel dans l'organisation de la Guignolée. L'implication du Collectif s'est traduit par:

- participer aux réunions d'organisation
- compléter des formulaires par téléphone avec les personnes qui ne pouvaient pas le faire en ligne
- ramasser des dons en argent à Paspébiac pendant une demie-journée
- gérer la plateforme de dons en ligne
- assumer la gestion financière du projet



# Notre visibilité médiatique



Marie-Claude Ricard, Collectif Aliment-Terre  
Chargée de projet en sécurité et autonomie alimentaires

**Jardins communautaires**  
Hebdo 4 du 30 avril 2023



Véronique Cimon, intervenante communautaire  
Collectif Aliment-Terre

**Les ateliers de cuisine**  
Hebdo 4 du 12 novembre 2023



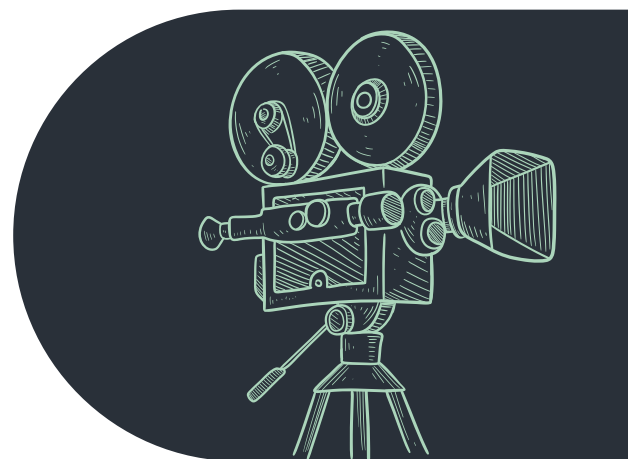
Marie-Claude Ricard, responsable des jardins  
Collectif Aliment-Terre

**La Guignolée 2023**  
Hebdo 4 du 10 décembre 2023



Myriam Dompierre, intervenante communautaire en atelier cuisine  
Collectif Aliment-Terre

**Atelier de cuisine du 1 mars**  
Hebdo 4 du 25 février 2024



En plus d'être diffusées sur le canal de télévision local, ces capsules sont également disponibles sur le site Internet de TéléVos ainsi que sur leur page Facebook, ce qui nous permet de les partager aisément.



Myriam Dompierre, intervenante communautaire  
Le Collectif Aliment-Terre

**La clinique d'impôt bénévole**  
Hebdo 4 du 25 février 2024



### Avignon-Ouest et Bonaventure-Est, un nombre grandissant de personnes seules demandent de l'aide alimentaire

PASPÉBIAC | Comme c'est le cas de la Source alimentaire Bonavignon, le Centre d'action bénévole L'Ascension-Escurminac de Matapédia et le Collectif Aliment-Terre de Paspébiac voient augmenter les rangs de leurs clients souffrant de précarité alimentaire.

**GILLES GAGNÉ**  
JOURNALISTE

Le coordonnateur du Collectif Aliment-Terre, Sylvain Badran, observe des hausses régulières depuis les deux dernières années.  
« L'an passé, on a connu une hausse de 15% des dépannages. Au 31 mars, on avait réalisé 340 dépannages et après six mois de l'année budgétaire actuelle, on en a fait 205. Au rythme où vont les choses, c'est la première fois qu'on dépasse 400 dépannages, puisqu'on en a fait 235 après six mois. Ça donnera une autre augmentation de 15%, donc 30% en deux ans », analyse-t-il.  
Cet achalandage pose un dilemme dont l'importance croît avec le temps, ajoute M. Badran.

« Ça soulève la question de l'accessibilité, et cette question n'est pas évidente. Chez certaines personnes, on doit limiter le nombre de dépannages. Les gens peuvent en avoir jusqu'à cinq par année; avant c'était quatre. Il y a des personnes à qui on pourrait en donner facilement à chaque mois », dit-il.

La concentration de population varie passablement dans l'axe Saint-Siméon, Port-Daniel qui dessert le Collectif Aliment-Terre. Les 35 kilomètres entre Saint-Siméon et Paspébiac renferment 80% de la population, comparativement aux 35 kilomètres séparant Hope de la cimenterie de Port-Daniel, la limite est du territoire d'intervention de l'organisme.

« Pour certaines personnes, se rendre à nos locaux est un enjeu. Des fois, on se permet de livrer le dépannage à quelqu'un qui va se rendre à destination. Des gens empruntent des sous pour payer un service de taxi. Paspébiac compte pour 25% de notre population de 12 000 personnes et la ville de Bonaventure, avec 3000 personnes, ajoute encore 25%. Comment bien desservir les autres communautés est l'enjeu », précise M. Badran.

Le Collectif Aliment-Terre compte sur un budget de 325 000\$ par an pour toutes ses responsabilités, incluant payer les six personnes d'une équipe qui réalise les livraisons de dépannage, de cuisines collectives, tout en étant fiduciaire du budget du programme Nourrir notre monde pour la MRC de Bonaventure.

Le Programme de soutien aux organismes communautaires fournit environ la moitié de ces 325 000\$, alors que Centreaid, avec 14 000\$, les communautés religieuses, avec 15 000\$, le Plan de lutte à la pauvreté, avec 60 000\$. Nourrir notre monde, avec 30 000\$ et Banques alimentaires du Québec, avec des montants variables, complètent la liste budgétaire.

Comme ailleurs en Gaspésie, la flambée inflationniste des trois dernières années frappe fort les gens vivant seuls.  
« Les personnes seules, historiquement, peu importe où ils elles tirent leurs revenus, occupent le haut du panier en dépannage alimentaire. On voit des personnes qui ont des emplois, qui

travaillent et qui n'y arrivent pas, au salaire minimum. Même si tu travailles fort et que tu cumules les emplois, il y a un temps où c'est la carte de crédit, ou je pile sur mon salaire et je vais à la banque alimentaire. Les gens appellent pour dire qu'ils viennent pour quelqu'un d'autre, mais on pense que c'est pour eux. Un autre dilemme qui touche les gens, c'est quand la carte est vraiment pleine et qu'ils n'arrivent pas à la payer », raconte M. Badran.

Pour son organisme, le dépannage constitue un acte plus complexe que de remplir des boîtes pour citoyens aux prises avec un frigo vide.

« C'est beaucoup de travail en amont. On accorde de l'importance à la qualité de la nourriture. On reçoit des caisses de bananes, de légumes, de la viande, d'autres fruits. Quand ils sont un peu mangés, on les transforme. On essaie d'offrir de la quantité, mais aussi de la qualité, pas seulement des cannaiges. On

fait l'achat de beaucoup d'aliments frais. Nos marchés locaux, on les encourage quand on peut », signale Sylvain Badran.

L'équipe du Collectif Aliment-Terre voit notamment arriver dans ses locaux des gens d'âges divers habitant en HLM (habitations à loyer modique). « Les normes déterminent que pas plus de 25% de leur revenus doit servir au logement. On (les décideurs) pensait que ce serait suffisant pour qu'ils jouissent les deux heures. L'inflation révèle que ce ne l'est pas », déplore-t-il.

Le Collectif Aliment-Terre mobilise cette année 302 membres participant à ses cuisines collectives et 44 personnes de plus dans ses jardins communautaires, sans compter qu'il supervise le jardin de Family Tree, le cerrodon familial de New Carlisle. En 2023-2023, ces gens ont préparé 16 418 portions, un record, considérant que la moyenne se situe à 13 000. « Cette année, on devrait se situer dans les mêmes eaux », conclut Sylvain Badran, en parlant de la moyenne.

Article paru dans le Graffici en décembre 2023



### La Guignolée à Saint-Siméon Port-Daniel : entrevue radio avec Sylvain Badran

7 décembre 2023

à l'Émission *Bon pied, bonne heure!* sur les ondes de Radio-Canada



# Nos autres moyens de promotion

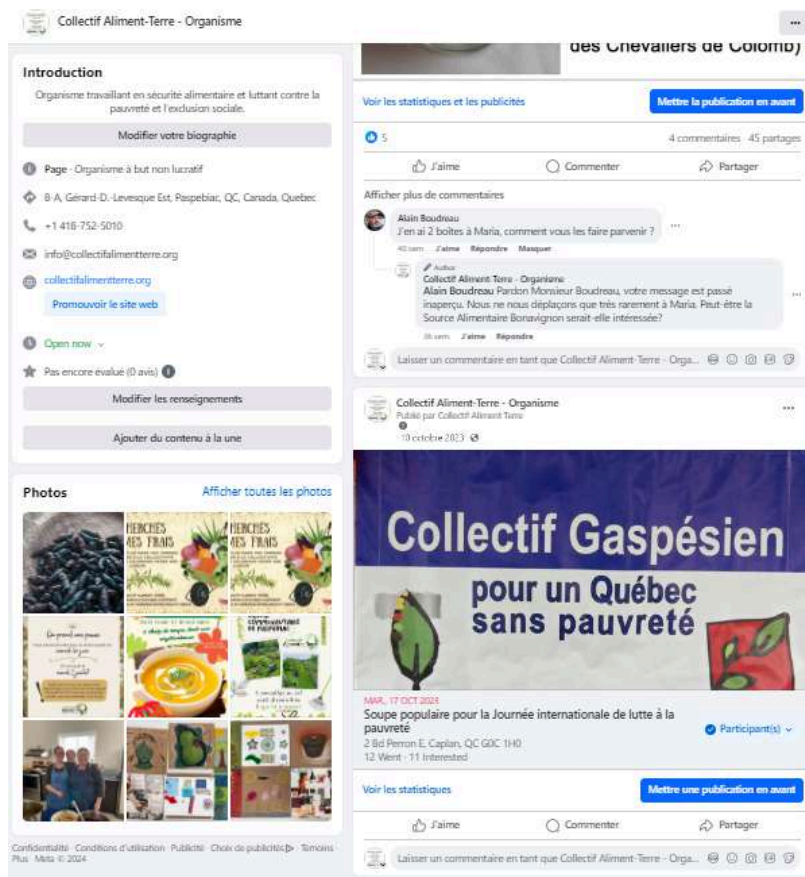
## Publications facebook

## Infolettres

Nous alimentons régulièrement notre page facebook pour informer les personnes abonnées des activités à venir et de nos bons coups. Nous partageons également des publications en liens avec notre mission ou nos partenaires.

Des infolettres sont envoyées à nos membres pour les informer de toutes les activités à venir.

exemple



## Affichage

Pour certaines occasions, de vaillants bénévoles ont installé des affiches à des endroits stratégiques.

# Notre vie associative

## Nos ateliers

### Choucroute

Cet atelier est pratiquement rendu un incontournable!

Le 19 octobre dernier, 6 participants ont pu expérimenter les rudiments de la lactofermentation et repartir avec quelques pots de légumes qui se conserveront longtemps.



Des pâtés à la viande (tourtières) confectionnés avec amour par les participants

### Pâtés

Nous avons animé 3 ateliers de fabrication de pâtés pour se préparer aux festivités de Noël.

- 15 novembre : pâtés à la viande
- 22 novembre : pâtés à la viande
- 29 novembre : pâtés à la dinde

14 participants ont eu la chance de cuisiner et de ramener à la maison quelques pâtés. Ils en ont également offerts pour les dépannages alimentaires. Ainsi, plusieurs familles ont bénéficié des fruits de leur travail.

### Desserts de Noël

Cet atelier a soulevé un tel intérêt que nous avons dû former un deuxième groupe pour satisfaire à la demande!

Son succès auprès des 11 participants en fait un projet à refaire l'an prochain.



## Semis

Marie-Claude est toujours prête à partager ses connaissances, alors quoi de mieux qu'une activité sur les semis pour bien commencer la saison de jardinage?!



## Fête et échange de semences

Cette activité incluait également une présentation sur la production de semences maison.



## Vidéos éducatives

Tout au long de l'été, Marie-Claude a partagé des vidéos éducatives sur différents sujets du moment pour informer nos membres et la population en général.



## Jour de la Terre



Ce fût une autre belle occasion pour nos membres et pour le public en général de s'instruire sur la culture de légumes et de fruits. Marie-Claude faisait partie des panélistes invités avec

*sa présentation*



# Nos événements

## Nos soupes communautaires mensuelles

Le dernier jeudi de chaque mois, sauf exception, nous organisons une soupe communautaire. De 11h30 à 13h, les personnes sont invitées à venir manger une de nos soupes en bonne compagnie.

Cette année, l'intérêt porté pour nos soupes communautaires nous a permis d'essayer une nouvelle formule et d'y joindre, à partir de novembre, une causerie en après-midi.



*Encore une fois, notre soupe attire plusieurs personnes qui viennent déguster nos créations.*

## Fête des récoltes

Par une belle journée de septembre, nous avons fait la démonstration de pressage de jus de pommes. En tout, nous étions 13 à y participer. Toutes les pommes (et autres fruits tels des raisins et des aronias) provenaient de dons de la communauté suite à un appel à tous.

Le broyeur et la presse utilisés sont du matériel de *Nourrir Notre Monde* dont nous assurons le suivi pour les emprunts. Cette journée était l'occasion de venir voir leur fonctionnement!

**70 litres** de jus ont été pressés et congelés pour redistribuer dans nos dépannages alimentaires pour les mois à venir.

La fête fut comportait également une causerie sur les jardins du futurs.



*Marie-Claude et Liliane broyant les pommes qui seront bientôt pressées en bon jus frais!*

## Soirée de Noël

Un peu avant la fermeture de l'organisme pour le temps des fêtes, l'équipe aime offrir à ses membres une soirée festive et chaleureuse pour célébrer ensemble.

Cette année n'a pas fait exception!

**31 personnes** se sont réunies pour manger, jouer et échanger dans l'ambiance des fêtes.



*Nos jeunes bénévoles improvisés se font un plaisir de servir le repas!*

# Nos cuisines

## C'est quoi une cuisine au Collectif Aliment-Terre?

C'est un groupe de 3 à 6 personnes qui mettent en commun temps, compétences et argent et cuisinent une fois par mois des plats choisis en équipe. L'équipe bénéficie de nos équipements et installations ainsi que de quelques ingrédients fournis par notre organisme. Cette année, nous avons également eu la possibilité de fournir quelques cartes d'achat chez des épiciers.

## À qui ça s'adresse?

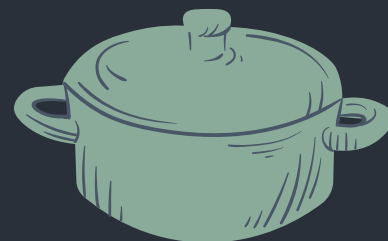
À toutes et tous !

Sans égard au genre, à la religion, à la réalité socioéconomique, etc.

Tout le monde est là ou le bienvenuE!

## Pour quelles raisons voudrait-on participer?

- Économiser
- Découvrir de nouveaux aliments et de nouvelles recettes
- Sortir de la maison
- Faire des rencontres et tisser des liens
- Valoriser, acquérir et partager des connaissances
- Participer à son autonomie alimentaire
- Avoir une alternative aux dépannages alimentaires (il est d'ailleurs possible de mettre en place un calendrier alternant cuisines solidaires et dépannages alimentaires de sorte que la personne



2023-2024  
en chiffres

85

Cuisines

125

participantEs

10 266

portions cuisinées

# Quelques belles réussites en cuisine



Le groupe du Carrefour jeunesse emploi prêt pour une cuisine avec Véronique



Les profs sont en grève: nos petits lutins viennent bénévolement à la fabrique de biscuits pour l'activité de Noël!



Soupe communautaire: l'équipe vient partager le repas avec les personnes présentes.

1er mars 2024

Soirée rencontre des cuisines collectives

17h - Souper lasagne  
18h - Informations et activités

Inscris-toi pour connaître d'autres personnes intéressées à cuisiner!

Collectif Aliment-Terre  
418-752-5010  
8 boul. Gérard-D.-Lévesque Est, Paspebiac

Petite soirée de relance: de nouveaux groupes autonomes se forment!

# Nos jardins



Ça pousse bien à Paspébiac!

## Paspébiac "Le Carré de l'amitié"

15 personnes



Nous avons eu de la visite  
improvisée d'une famille de  
marmottes!

## Bonaventure "Le Carré d'abondance"

16 personnes



Miam, des poivrons!



Belle production dans les bacs  
surélevés à Bonaventure!

## Jardin de



**Family Ties**

"Where everyone is part of the family."

Outre nos deux jardins, nous avons un partenariat avec Family Ties pour que notre accompagnatrice jardin assure un suivi et une présence au sein de leur jardin.



Diversité luxuriante et  
délicieuse. Vive les jardins de  
Bonaventure!



Une belle participation des  
jardinières de Bonaventure  
pour fermer leurs jardins.

Marie-Claude assure une présence hebdomadaire à chaque jardin pour répondre aux questions et besoins des personnes présentes et pour l'entretien des lieux.

Elle peut également effectuer des visites à domicile, sur rendez-vous, pour les jardinières et jardiniers de St-Siméon à Port-Daniel qui cultivent sur leur propre terrain.



	Mardi	Jeudi
Avant-midi 9h à 13h	Bonaventure	New Carlisle (Family Ties)
Après-midi 13h à 17h	Paspébiac	Paspébiac
Soirée 17h à 20h	New Carlisle (Family Ties)	Bonaventure

Les jardinières et jardiniers des jardins communautaires ont accès à des trucs et conseils personnalisés sur les groupes messagers créés pour eux.

Ils peuvent de plus joindre un groupe facebook régulièrement alimenté, qui lui, est public.



**Jardiniers/gardeners St-Siméon à Port-Daniel**

👤 Groupe (Public) - 80 membres



D'autre part, en début de saison, ils ont la chance de choisir plusieurs plantules dont Marie-Claude s'est occupé avec assiduité et amour.

Ainsi, pour ceux qui n'ont pas pu partir leurs propres semis, nous leur offrons une alternative à l'achat en magasin. Pour ceux qui le préfèrent au moins donner un petit montant pour ces beaux plants, nous acceptons les contributions volontaires.



## Le mot de la fin

Nous souhaitons remercier chaleureusement  
**tous nos partenaires financiers.**

Nous vous sommes reconnaissants de nous  
permettre de poursuivre et de développer  
nos activités et services. C'est grâce à votre  
contribution que nous pouvons répondre aux  
besoins de notre communauté.

Au nom de toutes ces personnes et du nôtre:









**Collectif**  
**Aliment**  **Terre**  
solidarité • autonomie • partage

418-752-5513

8A Boul. Gérard-D.-Lévesque Est  
Paspébiac, Qc  
G0C 2K0

