

PLAN D'ACTION 2018-2019

une place pour chacun !

Pointe-du-Lac

819-377-3309

St-Étienne-des-Grès

819-299-3859


centre *d'éducation* populaire
Pointe-du-Lac et St-Étienne-des-Grès



www.ceppdl.ca



centre d'éducation populaire

TABLE DES MATIÈRES

INTRODUCTION	p.3
VOLET ALPHABÉTISATION	p.4
VOLET PRÉVENTION – Aide aux devoirs et aux leçons	p.9
VOLET FAMILLE – Compétences parentales	p.11
- Famille	p.13
VOLET CUISINES – Cuisines collectives	p.14
- Cuisines bénévoles / Jardins communautaires	p.15
- Repas communautaires	p.16
MARCHE SANTÉ	p.17
NOS REPRÉSENTATIONS	p.18
NOS BAILLEURS DE FONDS ET PARTENAIRES FINANCIERS	p.19
NOS PARTENAIRES	p.20
NOS ACTIVITÉS SPÉCIALES	p.21
PROMOTION ET RECRUTEMENT	p.22
LE CONSEIL D'ADMINISTRATION / NOS BÉNÉVOLES	p.23

INTRODUCTION

Notre plan d'action est en constante évolution.

Nous continuons de nous adapter aux besoins de nos participants et de répondre aux demandes des personnes qui franchissent notre porte pour la 1^{ère} fois.

Les ateliers à domicile se poursuivent et les demandes pour rencontrer des familles de réfugiés et d'immigrants allophones se font plus nombreuses grâce à nos partenariats avec le SANA, Stratégie carrière et le CIUSSS.

Nous offrons un cadre de francisation adapté à chacun. Nous prenons le temps d'écouter, de rassurer et d'expliquer, à leur rythme, le français, afin de favoriser leur intégration.

Nous les accompagnons également dans leurs démarches : compréhension des documents d'immigration, des documents gouvernementaux, accompagnement chez le médecin, pour le permis de conduire, etc.

L'un des objectifs principaux de notre plan d'action est axé sur la réussite scolaire et sur les apprentissages des enfants, sur l'éveil à la lecture et le maintien de l'intérêt de la lecture, avec les enfants de l'aide aux devoirs, mais également les familles rencontrées dans les autres activités (cardio-soleil, déjeuners, mamans à l'école, etc.)

Le Centre d'éducation populaire à Pointe-du-Lac et notre point de service à St-Étienne-des-Grès sont des acteurs incontournables des deux communautés.

ALPHABÉTISATION

Les ateliers d'alphabétisation visent à améliorer la lecture, l'écriture et la compréhension des écrits, du calcul et de l'informatique. Ils ont pour objectifs d'améliorer les conditions de vie de chaque participant, de briser l'isolement et de développer la confiance en soi.

OBJECTIFS GÉNÉRAUX

- Être en mesure d'écrire davantage et de mieux comprendre les écrits.
- Développer la capacité de mettre en texte ses idées, ses opinions
- Développer sa capacité à prendre la parole en petit et grand groupe
- Développer l'autonomie et la débrouillardise.
- Apprendre les quatre opérations de calcul et développer des aptitudes à les utiliser.
- Améliorer sa capacité à comprendre des problèmes écrits, à prononcer les nombres.
- Calculer sans calculatrice.
- Développer son sens logique avec les problèmes écrits.
- S'initier au fonctionnement de l'ordinateur.
- Découvrir divers sites Internet en lien avec l'analphabetisme.
- Francisation : briser l'isolement des personnes allophones.
- Donner une base en français pour être capable de se débrouiller au quotidien.
- Sensibiliser la population à l'analphabetisme et faire connaître notre organisme;
- Recruter de nouveaux participants;
- Écouter et répondre aux besoins des usagers de l'organisme et des membres de la communauté.
- Développer son imagination et son sens logique;
- Développer son estime de soi et sa confiance en soi;
- Prendre la parole en petit et en grand groupe;
- Développer un sentiment d'appartenance avec l'organisme
- Favoriser l'éveil à la lecture et susciter l'intérêt pour la lecture chez les 0-9 ans
- Accroître et maintenir l'intérêt pour la lecture chez les jeunes de 10 à 20 ans ;
- Renforcer les habiletés parentales en lecture et rehausser les compétences en lecture et écriture pour les parents peu scolarisés.

MOYENS

- Ateliers proposés au Centre ou à domicile pour permettre à un maximum de personne d'y participer;
- Centrer les ateliers sur des sujets choisis avec les participants;
- Développer les apprentissages en lien avec les expériences et les connaissances des participants;
- Travailler les notions de base à partir des situations de vie quotidienne;
- Développer l'intérêt des participants pour les thèmes reliés à l'actualité et divers sujets de conscientisation;
- Permettre à un nombre croissant de personnes d'acquérir, de développer et d'améliorer leurs connaissances en français (orthographe, conjugaison, lecture et autres) et en mathématiques (calcul...);
- Permettre à un nombre toujours croissant de participants de s'initier à l'informatique et à Internet;
- Action pour la Journée internationale de l'alphabétisation du 8 septembre.

ALPHABÉTISATION

De septembre à juin

45 semaines

Alpha / Francisation pour adultes

À Pointe-du-Lac :

- Ateliers individuels ou en groupe, en partenariat avec Stratégie carrière pour des personnes en recherche d'emploi (allophones) (hommes et femmes)
Ces ateliers auront lieu au Centre et dans les locaux de Stratégie carrière
- Accompagnement dans les démarches administratives ou autres, d'une de nos membres et de ses deux enfants. Suivi scolaire des enfants; accompagnement aux rencontres de professeurs .
Francisation pour la maman et aide aux devoirs (accompagnement de la maman dans la compréhension du programme scolaire de ses enfants)

2 ateliers /semaine
débutant / intermédiaire
2 x 2h ou 3h / semaine
1 - 4 participants / atelier
10 à 15 participants différents rejoints sur l'année

1 atelier/semaine à Pointe-du-Lac
1 x 2h/sem
1 participant

Ateliers à domicile dans Trois-Rivières en partenariat avec le SANA

Suivi de plusieurs familles de personnes réfugiées avec enfants en bas-âge. Alphabétisation – francisation pour les jeunes mères

10 ateliers / semaine
1h / famille / atelier
10 familles et plus.

Objectifs des ateliers avec le SANA : permettre aux femmes nouvelles arrivantes de s'alphabétiser , de prendre confiance en elle dans leur nouvelle vie au Québec (les hommes suivent les formations du ministère, suivent une formation à l'emploi mais les femmes restent souvent chez elles pour s'occuper des enfants, se retrouvent isolée et sans compréhension de leur nouvel environnement). Leur permettre de se débrouiller en français pour pouvoir par la suite prendre les transports en commun et se déplacer dans Trois-Rivières, briser leur isolement. Les aider à comprendre les devoirs et les leçons de leurs enfants scolarisés. Le fait d'avoir accès au noyau familial permet d'aider pour des suivis divers, et permet d'orienter.

Objectifs des ateliers avec Stratégie Carrière : permettre à des hommes et des femmes peu alphabétisés, qui ont déjà suivi ou non des cours de français, de développer et / ou améliorer leurs connaissances en français.

OBJECTIF GÉNÉRAL : intégration dans la communauté, dans la société.

Ateliers de français
/ alphabétisation

Ateliers de groupe à Pointe-du-Lac

Cours de base, remise à niveau , français avancé, la nouvelle orthographe

1 atelier/semaine
De jour ou en soirée
2h/atelier

5-8 participants

Objectifs : Rejoindre les travailleurs éprouvant des difficultés en français ; établir un partenariat avec les entreprises environnantes (travailleurs saisonniers, etc); Réviser les lettres, les combinaisons de syllabes et les sons; Pratiquer l'orthographe d'usage, voir certaines règles de grammaire. Développer et/ou améliorer ses connaissances en français (orthographe, conjugaison, lecture et autres);

Initiation à
l'informatique

Ateliers de groupe ou individuel

Pointe-du-Lac et St-Étienne-des-Grès

Au Centre ou à domicile;
Courrier électronique, gestion de l'ordinateur, Word 2010, Internet Explorer, Facebook, Transfert de photos, Excel, PowerPoint 2010, Google Chrome, Tablette android, Ipad.

Formation : naviguer de façon sécuritaire sur Internet

2 ateliers/semaine à Pointe-du-Lac
2 ateliers/semaine à St-Étienne-des-Grès
2h/atelier
45 semaines

20 participants

Objectifs : Démystifier l'approche de l'informatique et apprendre les notions de base pour utiliser un ordinateur (traitement de textes, Internet et autres); pratiquer des exercices en ligne, apprendre les règles de navigation sécuritaire sur Internet, avoir une ouverture sur le monde en apprenant à utiliser les médias sociaux pour rester en contact avec ses proches.

Franco-Fiches

Lors des repas communautaires, à **Pointe-du-Lac** et à **St-Étienne-des-Grès**.
Quiz et mini-test de français, mini-test en maths, connaissances générales avec tirage et prix

+/- 125 participants
3 x / mois

Objectifs : rappeler les règles de base du français, de la grammaire et de l'orthographe au travers des exercices ludiques : mots fléchés, devinettes, etc.. Susciter l'intérêt pour les ateliers de français et recruter des participants. **Nous avons assisté à une explosion de participation l'an passé, nous visons plus grand cette année!**

Café-conférence

En augmentation!!!

À Pointe-du-Lac et St-Étienne-des-Grès

Sujets variés : réflexologie, le TDAH adulte, o déchet et recyclage, Qi quong et méditation, le lâcher prise, ...

16 à 30 participants par conférence
1x / mois (une matinée)
Personnes ressources selon les thèmes abordés.

De septembre à juin

45 semaines

Objectifs : Briser l'isolement, créer des liens avec d'autres participants, développer son estime de soi et sa confiance en soi, prendre la parole en petit et grand groupe pour partager, témoigner de son expérience ; permettre aux participants de s'approprier une réflexion sur leur cheminement personnel, pour accroître leur autonomie individuelle et collective, échanger sur des sujets variés, conscientiser

Ateliers d'écriture

En partenariat avec la Maison de la Culture de Trois-Rivières

À St-Étienne-des-Grès et / ou Pointe-du-Lac

Atelier d'initiation aux techniques d'écriture avec un ou

8 à 10 participants

3 ateliers de 2h

plusieurs auteurs locaux (en fonction de leur disponibilité) : personnes approchées au Salon du

Livre de Trois-Rivières : Guillaume Morissette, Guy Marchamps

Objectifs : développer l'intérêt pour la lecture en rencontrant des auteurs régionaux, découvrir des techniques, des méthodes propres aux auteurs rencontrés, s'exercer par le biais de petits devoirs (création de poèmes, pratiquer les vers, etc), s'initier à l'écriture dans le but de créer des poèmes ou des textes personnels.. Exposer les poèmes des participants sur les murs de l'organisme.

Ateliers variés

En augmentation!!!

1. Jeux de société éducatifs à Pointe-du-Lac

De **15 à 20** participants après chaque repas communautaire ;
2h aux 2 semaines

2. Café-cause-rire à Pointe-du-Lac :

15 à 20 participants avant chaque repas communautaire;
1h aux deux semaines.

Objectifs : Briser l'isolement, créer des liens avec d'autres participants, renforcer le sentiment d'appartenance envers le Centre.

Accès internet

À Pointe-du-Lac et à St-Étienne-des-Grès

De septembre à juin

45 semaines

Objectifs : Rendre les ordinateurs accessibles à la population, selon la disponibilité de l'intervenante

2 x 2h/sem
5 personnes

Sorties culturelles

En augmentation!!!

Visites de musées, salon du livre, expositions variées, artisans locaux,...

Pour les membres de **Pointe-du-Lac et St-Étienne-des-Grès**

Au programme : Parcours urbain Trois-Rivières, Festival de la Poésie, Salon du livre de Québec, parc Marie-Victorin et usine Cascades, etc.

25 à 40 participants par sortie

1 x par mois (demi-journée ou journée complète)

10 sorties / an

Objectifs : Briser l'isolement, créer des liens dans la communauté, faire découvrir des lieux, des artisans locaux. Initier à la culture et à la découverte.

Art - créatif

En augmentation!!!

1. Découvrir de nouvelles techniques artistiques, Réaliser différents projets : bijoux, porte clé, bricolage de Noël, décoration béton, peinture abstraite...

À Pointe-du-Lac et à St-Étienne-des-Grès

2. Ateliers de couture, tricot, crochet

À St-Étienne-des-Grès : projet différents tout au long de l'année (portefeuille, tricot tunisien, une sortie de fin d'année
Au magasin Michael's de Drummondville..

À Pointe-du-Lac : tricot et crochet

10 à 25 participants par atelier

Une matinée / mois (environ 3h)

12 à 17 personnes
3h / semaine

3 - 4 personnes
Ponctuellement : environ 1x / trimestre

Objectifs : Briser l'isolement, créer des liens avec d'autres participants, échanger autour des projets réalisés (conseils, trucs et astuces, patrons), développer la coopération entre les membres, développer le sens créatif en construisant des patrons.

Partage de vie, entraide et solidarité sont les valeurs fondamentales de ces groupes

PRÉVENTION

De septembre à juin
45 semaines

Aide aux devoirs et aux leçons

Le nombre d'enfants participants est tributaire du nombre de bénévoles et de personnes ressource

À Pointe-du-Lac

Support individuel ou en jumelage pour maintenir et augmenter la motivation chez l'enfant.

2 jours/semaine après l'école

170 ateliers de 1h par enfant

5 à 8 enfants

En augmentation!!!

À St-Étienne-des-Grès

Ateliers de groupe.

2 jours / semaine

Activités variées lorsqu'il n'y a pas de devoirs (à la veille de journée pédagogique). Ex : lecture partagée, activités organisées autour de l'apprentissage de la lecture, bricolages, recettes simples, etc.

Moyenne de 65 ateliers de 1h / année

Nous souhaitons offrir ces ateliers 4 jours par semaine.

6 à 8 enfants

À domicile

Suivi de plusieurs enfants de familles de personnes réfugiées, référées par le SANA.

1 jour / semaine après l'école
40 ateliers de 1h

Accompagnement dans les devoirs et les leçons. Accompagnement dans le cheminement administratif scolaire.

3 enfants et plus, en fonction des familles rencontrées cette année.

Éveil à la lecture, développer l'intérêt pour la lecture en français.

Activités spéciales

Défi lecture en mai : 3 volets / un cahier du lecteur rempli de livres à colorier au fur et à mesure des lectures / certificat cadeau à celui qui aura colorié le plus de livres par catégorie.

NOUVEAU!!!

- Volet Éveil à la lecture où le parent lit une histoire à son enfant
- Volet Petit lecteur : 5 minutes de lecture / jour, en fonction de l'âge de l'enfant
- Volet Grand lecteur : 10 minutes de lecture / jour

En collaboration avec l'école beau Soleil de Pointe-du-Lac, 3^{ème} et 4^{ème} année.

30 enfants de 0 à 12 ans

PRÉVENTION

Aide aux devoirs et aux leçons

Activités spéciales

Pour souligner la fin de l'année scolaire, avec les enfants et les bénévoles ;
Pique-nique, sortie dans un parc, sortie crème glacée, etc.

2-3 activités / année

Organisation ponctuelle d'une sortie durant la semaine de Relâche : glissade, piscine.

8 à 10 enfants

Formations

À la demande et en fonction des besoins observés. **En partenariat avec l'école Ami-Joie-Les-Grès**

- Le TDAH
- Les troubles d'apprentissage / les difficultés d'apprentissage
- L'intimidation à l'école

Ou toute autre formation jugée utile pour les enfants et leurs parents, dans l'objectif de favoriser la période des devoirs et leçons.

Entre octobre et mai. À St-Étienne-des-Grès

Objectifs :

- Prévenir l'analphabétisme auprès des enfants;
- Soutenir les parents afin qu'ils puissent aider leurs enfants à mieux réussir à l'école;
- Favoriser l'acquisition d'une méthode de travail efficace et motivante chez les enfants pendant les devoirs et les leçons;
- Prévenir les difficultés d'apprentissage et apprendre à vivre avec les troubles d'apprentissage;
- Offrir aux enfants un lieu où ils peuvent effectuer leurs devoirs et leurs leçons, avec le soutien d'une intervenante et de personnes-ressources;
- Favoriser la solidarité entre les enfants et encourager le parrainage.
- Maintenir les liens avec les écoles partenaires.

FAMILLE

Compétences parentales

De septembre à juin
45 semaines

Ateliers Soleil

Pour les parents d'enfants de 0 à 5 ans
3 sessions à Pointe-du-Lac
En partenariat avec l'Éducation aux adultes
1 cuisine collective / groupe
1 déjeuner soleil / groupe

10 ateliers / session
3 sessions de septembre à juin
7 mamans / session (en
fonction des inscriptions à
l'école)

Ateliers Vie de famille

Pour les parents d'enfants de 6 à 12 ans
En partenariat avec l'Éducation aux adultes Trois-Rivières

Ateliers Parent-soutien

Pour faire suite aux ateliers-soleil, afin de garder
le lien avec les parents.
En partenariat avec l'Éducation aux adultes
En groupe ou individuel au besoin.

Intégration des pères dans les groupes existants d'ateliers Soleil ou Vie de famille

8-12 parents
1x / semaine

En continu pendant
l'année

3-5 papas / année

Ces ateliers se donnent en fonction de l'âge des enfants dans chacun des groupes

Déjeuner-soleil à St-Étienne

Déjeuners parents – enfants avec les intervenantes famille du Centre;
Discuter autour de sujets variés tout en bricolant avec les enfants plus
âgés (3-5 ans)
Atelier d'éveil à la lecture pour les enfants de 0-12 ans

8 à 10 déjeuners par
année, (lors des
vendredis pédagogiques)

15 à 20 parents!

Objectifs : Garder les liens qui ont été créé pendant les ateliers / briser l'isolement

En augmentation!!!

Ateliers variés

Les participants du volet famille assistent également à d'autres ateliers du Centre :

- Cuisines collectives, 1 cuisine par session : 6 participants
- Sorties familiales (citrouille, raquette, cabane à sucre) : 1 sortie par saison (automne, hiver, printemps) 15-20 mamans accompagnées de leurs enfants
- Ateliers de purée pour bébés : 1x/an 7 à 12 participantes (sur demande)

Rencontres thématiques

Offrir des ateliers thématiques variés et animés par l'intervenante ou par des personnes ressources au besoin
La sexualité des 0-5 ans, l'analyse des dessins d'enfants, etc.

4 thématiques à Pointe-du-Lac

10 participantes

2-3 thématiques à St-Étienne-des-Grès

6-8 participantes

Aide et soutien à domicile tout au long de l'année

Au Centre, par téléphone, à l'école ou à domicile

Objectifs :

- Développer les forces du parent face à son rôle parental;
- Favoriser le développement de connaissances en lien avec le rôle parental;
- Transférer ces acquis dans le quotidien;
- Favoriser la création de liens entre les participants;
- Favoriser l'implication des participants au sein de l'organisme;
- Recruter de nouveaux participants;
- Développer les liens avec la formation aux adultes de la Commission scolaire Chemin du Roy et d'autres partenaires familles de la ville de Trois-Rivières.

FAMIIILE

De septembre à juin
45 semaines

Massage pour bébés

À Pointe-du-Lac

2 sessions / an

À St-Étienne-des-Grès

5 ateliers par session

6 à 8 parents

2 sessions / an

5 ateliers par session

6 à 8 parents

Recrutement lors des cliniques de vaccinations, auprès du CSSSTR et à la Coop Santé de Pointe-du-Lac

Possibilité de suivi individuel, à domicile, selon la demande.

Partenariat avec le SANA de Trois-Rivières

Ateliers de massage pour bébé à domicile, pour les familles de personnes réfugiées référées par le Service d'accueil aux nouveaux arrivants. * Notons que ces ateliers sont l'occasion pour ces familles de pratiquer leur français.

Aux deux semaines (en alternance avec des ateliers de francisation)
3 à 4 familles, 1h par famille

Partenariat avec la Maison Le Far

OBJECTIFS SPÉCIFIQUES

- Développer un moyen privilégié de communiquer avec bébé; Développer et favoriser le lien d'attachement entre le parent et son enfant;
- Permettre aux parents de créer des liens avec d'autres parents et l'organisme;
- Permettre aux parents d'apprendre et de développer des techniques qui aident à soulager les tensions et les petits maux chez bébé (colique, digestion, etc.).

MOYENS SPÉCIFIQUES :

- Privilégier le toucher et masser le bébé; Offrir des sujets de discussions variés;
- Inviter les parents à participer aux autres ateliers du Centre.

Cardio-Soleil

À Pointe-du-Lac et à St-Étienne-des-Grès

1 sortie / semaine

Entre 20 et 30 familles

OBJECTIFS SPÉCIFIQUES Retrouver la forme : Tonification des muscles abdominaux, amélioration de l'endurance cardio-vasculaire, amélioration de l'alignement postural ; Augmentation du niveau d'énergie ; Diminution de la période post-partum et de son intensité ; Développer de nouvelles amitiés ; Passer un bon moment avec bébé à l'extérieur.

CUISINES COLLECTIVES

De septembre à juin
45 semaines

À Pointe-du-Lac

4 groupes / mois

5-6 participants par groupe

À St-Étienne-des-Grès

2 groupes / mois

4 - 5 participants par groupe

Ateliers variés

À Pointe-du-Lac et à St-Étienne-des-Grès

3 ateliers selon la demande :

Pain maison, légumineuses, atelier chocolat, etc..

Ateliers des Marmitons

À Pointe-du-Lac

1 atelier à Noël (7/12), 1 atelier au printemps (15/03)

Activité de cuisine collective avec les enfants de l'école primaire lors de certaines journées pédagogiques

6 à 7 enfants

OBJECTIFS SPÉCIFIQUES

- Permettre aux familles de manger mieux à moindre coût;
- Briser l'isolement;
- Développer l'autonomie;
- Encourager la prise d'initiative;
- Répondre à notre mission d'alphabétisation populaire en initiant la lecture des recettes, le calcul des proportions;
- Favoriser le partage des connaissances des membres au sein du groupe;
- Gérer un budget;
- Apprendre à effectuer une planification efficace et économique grâce aux circulaires d'alimentation;
- Développer des liens de solidarité;
- Faire connaître davantage l'organisme;
- Recruter de nouveaux participants.

MOYENS SPÉCIFIQUES

- Planification des achats;
- Planification de la journée de cuisine;
- Évaluation des cuisines avec l'ensemble des groupes;
- Soutien individuel au besoin;
- Les recettes sont diversifiées, en tenant compte des principes de saines habitudes alimentaires et la découverte de nouveaux aliments.

CUISINES BÉNÉVOLES

À Pointe-du-Lac

De septembre à juin
45 semaines

1 cuisine bénévole / 2 semaines
2-3 bénévoles par cuisine

Entre 10 et 16 familles de Pointe-du-Lac
et de St-Étienne-des-Grès par année
bénéficient de ce service.

Livraison des repas à domicile par une intervenante du Centre, pour ceux qui sont dans l'incapacité de se déplacer.

- OBJECTIFS SPÉCIFIQUES** Permettre à nos membres d'avoir un soutien du Centre en cas de période difficile (accident, maladie et autres); Briser l'isolement en apportant des repas régulièrement au domicile de nos membres ou en les amenant à venir les chercher au Centre; Développer des liens de solidarité entre nos membres; Valoriser, acquérir et partager ses connaissances culinaires (pour nos bénévoles); Répondre à notre mission d'alphabétisation populaire en initiant la lecture des recettes, le calcul des proportions; Développer un sentiment d'appartenance envers l'organisme; Favoriser le maintien à domicile.
- MOYENS SPÉCIFIQUES** Un groupe de bénévoles se réunit aux 2 semaines, avec l'intervenante responsable pour cuisiner quatre recettes différentes pour des membres qui en ont besoin.; Ce service est offert temporairement à nos membres, le temps qu'ils puissent se remettre de la situation.

JARDIN COMMUNAUTAIRE

À Pointe-du-Lac

En démarche pour impliquer les jeunes de la Maison de jeunes de Pointe-du-Lac.

- OBJECTIFS SPÉCIFIQUES** Le don de bacs de jardinage reçu l'an passé par l'Office Municipal d'Habitation (OMH) va être utilisé dans un premier temps pour cultiver toutes les fines herbes utilisées en cuisines collectives, cuisines bénévoles et repas communautaires.
- Nous planterons également des légumes avec nos membres pour qu'ils puissent les récolter.

REPAS COMMUNAUTAIRES

De septembre à juin
45 semaines

Pointe-du-Lac

De septembre à juin

1er repas le **10 octobre** 2018

16 repas

Moyenne de 50 participants par repas

St-Étienne-des-Grès

De septembre à juin

1er repas le **17 octobre** 2018

8 repas

3 ateliers de conscientisation / mini conférences

Thèmes choisis en fonction de l'actualité ou des demandes de nos participants. L'alimentation pour prévenir les maladies de l'âge, les élections provinciales...

2 repas « cuisines du monde »

Moyenne de 60 participants par repas!!!

En augmentation!!!

OBJECTIFS SPÉCIFIQUES

- Offrir un repas équilibré à prix très abordable ;
- Maintenir un rythme constant d'un repas communautaire aux 2 semaines à Pointe-du-Lac et 1 repas par mois à St-Étienne-des-Grès;
- Briser l'isolement;
- Créer un sentiment d'appartenance envers le Centre;
- Développer et maintenir le climat familial au Centre et favoriser le milieu de vie;
- Favoriser la réflexion et la discussion chez les participants;
- Recruter de nouveaux membres pour les autres activités du Centre.

MOYENS SPÉCIFIQUES

- Maintenir notre partenariat avec Moisson Mauricie;
- Impliquer des membres dans la préparation des repas;
- Offrir régulièrement des ateliers de conscientisation variés;
- Sonder nos membres une fois par année pour connaître les thèmes souhaités;
- Les conscientisations sont animées par les intervenantes du Centre ou par des personnes-ressources, selon le thème abordé.

MARCHE SANTÉ

De septembre à juin
45 semaines

Pointe-du-Lac

Avant les repas communautaires

Entre 10 et 12 marcheurs

St-Étienne-des-Grès

Le mercredi à 11h

Une marche suivie d'un pique-nique pour clôturer l'année en juin pour les participants des deux Centres.

OBJECTIFS SPÉCIFIQUES Briser l'isolement; Développer de saines habitudes de vie; Développer des liens entre les participants; Recruter de nouveaux membres; Faire connaître l'organisme ; Développer un sentiment d'appartenance envers le Centre.

MOYENS SPÉCIFIQUES Le groupe de marche est sous la responsabilité d'une intervenante du Centre; Après la marche, les participants peuvent participer au repas communautaire et continuer à socialiser avec les autres membres de l'organisme.

Partenariat avec le CIUSSSMCQ

À Pointe-du-Lac et St-Étienne-des-Grès

Programme intégré d'équilibre dynamique (P.I.E.D.)

est offert gratuitement et s'adresse aux personnes de 65 ans et plus, qui ont fait une chute au cours de la dernière année ou qui sont préoccupées par leur équilibre ou par le risque de chutes. Il permettra d'améliorer l'équilibre, la force des jambes ainsi que la souplesse.

Caractéristiques du programme:

Évaluation individuelle au début et à la fin de la session ;
Animation faite par des professionnels de la santé avec formation reconnue ;
Contenu: exercices en groupe, programme d'exercice à faire à domicile et capsules d'information sur la prévention des chutes.

À l'hiver

12 semaines

2 rencontres de 1h / semaine

12 participants / groupe

Donné par un animateur du CIUSSS dans les locaux du Centre à Pointe-du-Lac

Ce partenariat nous a permis, en 2018-2019, de rejoindre de nouveaux membres, qui participent désormais à nos différentes activités.

Partenariat avec Solia Yoga

À St-Étienne-des-Grès

Initiation au Yoga.

En continu, les jeudi après-midi.

Entre 7 et 10 personnes

Demande pour Pointe-du-Lac : une séance d'initiation est prévue à l'automne pour voir l'intérêt

NOS REPRÉSENTATIONS

CFCM

Centre de Formation Communautaire de la Mauricie
siège sur le CA / Coordonnatrice

Centraide Mauricie

Participations aux rencontres et à l'AGA : coordonnatrice

CDC Trois-Rivières

AGA et rencontres ponctuelles
coordonnatrice

Moisson Mauricie Centre du Québec

Participation aux collectes, à la soirée Reconnaissance des bénévoles, à l'AGA et aux rencontres, au besoin : intervenante sociale

RGPAQ

Regroupement des groupes populaires en alphabétisation du Québec

AGA, participation aux journées sur l'alphabétisation populaire : intervenante alpha et coordonnatrice

Service des Loisirs de la Municipalité de St-Étienne-des-Grès

1 siège sur le CA / intervenante et coordonnatrice en alternance
Participation à quelques activités ponctuelles

Table Régionale de l'Éducation de la Mauricie (TREM)

Participation aux formations, colloques, rencontres...

TROC

Table des Organismes Communautaires de la Mauricie-Centre-du-Québec Participations aux activités de campagne : équipe

Participations aux journées de rencontres et à l'AGA : Coordonnatrice et adjointe administrative

Trois-Rivières en Action et en Santé (TRAS) : rencontres ponctuelles.
Intervenante famille

Collaborations ponctuelles avec les organismes en **alphabétisation** de la Mauricie : COMSEP, la Cité des mots de Shawinigan, La Clé de Louiseville

Collaborations régulières avec d'autres organismes **familles** de la Mauricie : Maison de la Famille Chemin du Roy, Ressource F.A.I.R.E., Maison le FAR, Maison des familles du Rivage

Et aussi : Association des massages pour bébés, Regroupement pour la valorisation de la paternité : rencontres ponctuelles

OBJECTIFS SPÉCIFIQUES : Favoriser le réseautage; Susciter les partenariats; Améliorer la visibilité de l'organisme; Acquérir, échanger, partager des outils et /ou développer de nouvelles façons de faire.

NOS BAILLEURS DE FONDS et PARTENAIRES FINANCIERS

Le **Ministère de l'Éducation et de l'Enseignement Supérieur (MEES)**

Centre intégré universitaire de santé et services sociaux de la Mauricie-Centre-du Québec (CIUSSS)

Agence de Santé Publique du Canada
Programme PACE

Centraide Mauricie

Fonds d'aide des Bingos
de Trois-Rivières

Conférence Religieuse Canadienne (CRC)
dons des communautés religieuses

Ville de Trois-Rivières

Municipalité de St-Étienne-des-Grès

AREQ 04
Fondation Laure Gaudreault

Merci!!!

NOS PARTENAIRES

Moisson Mauricie Centre du Québec

Corporation culturelle de Trois-Rivières

Stratégie carrière Trois-Rivières

Table Régionale de l'Éducation de la Mauricie (TREM)

Centre de formation des adultes
du Chemin du Roy Trois-Rivières

Comsep : projet parapluie à l'image de l'organisme pour exposition au Musée de culture pop

Le journal « Le Stéphanois »
Municipalité de St-Étienne-des-Grès

CIUSSMCQ
Volet enfance jeunesse famille 0-5ans

Table des Organismes Communautaire de la Mauricie-Centre-du-Québec (TROC)

Camp de jour Zone Famille

Éclair de St-Barnabé

L'association des Loisirs de la
Municipalité de St-Étienne-des-Grès

Service des Loisirs de la Ville
de Trois-Rivières

Club des Loisirs de la Ville de
Trois-Rivières

Bibliothèque Simone Roy
Pointe-du-Lac

École Beau Soleil Pointe-du-Lac

Service de garde de l'école Beau
Soleil de Pointe-du-Lac

CAB Laviolette
Paniers alimentaires de Pointe-du-Lac

Notre conseiller municipal
M. François Bélisle

UQTR Projet PICOM

Corporation de Développement
Communautaire (CDC)
Trois-Rivières

Service d'accueil des nouveaux
arrivants (SANA)
de Trois-Rivières

Marché IGA Raymald Giguère
Pointe-du-Lac

École Ami-Joie et des Grès
St-Étienne-des-Grès

Centre de Formation Communautaire
de la Mauricie (CFCM)

RGPAQ (Regroupement des groupes
populaires en alphabétisation du Québec)

Le bureau de notre député provincial
M. Marc H. Plante

Le bureau de notre députée fédérale
Mme Ruth-Hélène Brosseau

Et aussi:

La boutique O de St-Étienne, le Café du Marché, Collège Laflèche, CALACS Trois-Rivières, La Maison le FAR, La fondation pour l'Alphabétisation, André Lacombe Informatique, Le Festivoix de Trois-Rivières, CDEACF, Solia Yoga, Les Artisans de la Paix de Trois-Rivières, Savon de Campagne,...

OBJECTIFS SPÉCIFIQUES : Favoriser le réseautage; Améliorer la visibilité de l'organisme; Acquérir, échanger, partager des outils et /ou développer de nouvelles façons de faire, Échanger des services.

NOS ACTIVITÉS SPÉCIALES

Activité de sensibilisation pour la **journée internationale de l'alphabétisation (8 septembre)** : distribution de dépliants aux Paniers alimentaires, à l'IGA et affichage dans Pointe-du-Lac et St-Étienne, à la Boutique O et au Café du Marché

Fête de Noël pour nos membres
Le 7 décembre

2 à 3 activités spéciales pour les familles : sortie citrouilles, glissade, visite de ferme pédagogique, sortie à la piscine, ...

Activités bénéfice

Salon de l'artisanat à St-Étienne-des-Grès le 17 novembre 2018. Nous nous agrandissons : 2 salles sont prévues cette année : un côté artisan, un côté agroalimentaire.

Méga-vente de garage le 25 mai 2019 / Rallye des bonnes causes (en partenariat avec différents organismes de Pointe-du-Lac)

Une ou plusieurs petites activités se réaliseront pendant l'année

Assemblée Générale Annuelle et journée Portes Ouvertes le 19 septembre 2018

Journée Portes Ouvertes à St-Étienne-des-Grès
le 26 septembre 2018

Cabane à sucre
le 27 mars au Domaine du Sucrier

5 à 7 des bénévoles
Le 18 avril

Plusieurs repas communautaires « spéciaux » pendant l'année : Halloween, Noël, St-Valentin, Pâques, etc

Une **activité de fin d'année**, pour clôturer les activités régulières le 13 juin 2019

OBJECTIFS SPÉCIFIQUES

Renforcer le lien d'appartenance entre les membres et notre organisme; Renforcer le lien d'appartenance entre les bénévoles et notre organisme; Valoriser l'un ou plusieurs de nos membres lors d'une activité spéciale qui leur est dédiée; Passer un moment privilégié avec nos membres, en dehors des activités régulières du Centre; Améliorer la visibilité de notre organisme; Recruter de nouveaux membres.

PROMOTION ET RECRUTEMENT

Publication de notre journal
« Le Bavard », pour nos membres et la communauté ainsi
que sur le site Internet du Centre 5 fois par an

Recrutement aux paniers alimentaires de Pointe-du-Lac :
Distribution de dépliants et de coupons pour les repas
communautaires

Distribution de dépliants et de Bavards lors de la journée
de l'alphabétisation, le 8 septembre. À Pointe-du-Lac et à
St-Étienne-des-Grès

Recrutement et promotion des activités à la Boutique
O et au Café du marché de St-Étienne-des-Grès

Annonces régulières dans les médias gratuits, babillards,
feuilletts paroissiaux, Journal « Le Stéphanois » de
St-Étienne-des-Grès

Publipostages à St-Étienne-des-Grès, gracieuseté du service
des loisirs de la Municipalité de St-Étienne-des-Grès

Information auprès des agents d'aide sociale

Recrutement aux cliniques de vaccination de
Pointe-du-Lac et St-Étienne-des-Grès

Développement et maintien
de liens privilégiés avec les
autres organismes

 Page Facebook du Centre :
centre d'éducation populaire -
Ceppdl

Site Internet du Centre : www.ceppdl.ca
remis à jour en 2016

Affichage dans Pointe-du-Lac (lieux
publics, coop santé) et St-Étienne-des-
Grès

OBJECTIFS SPÉCIFIQUES

Distribution de dépliants et de Bavards au SANA et à
Stratégie Carrière

Pour recruter, mettre sur pied de nouveaux ateliers et pour une meilleure visibilité de l'organisme

Faire connaître le Centre d'éducation populaire de Pointe-du-Lac et de St-Étienne-des-Grès à la population mauricienne; Susciter l'intérêt de la population pour les services et activités offerts aux deux organismes; Inciter la population à venir nous rencontrer lors de nos journées « Portes ouvertes »; Recruter de nouvelles personnes dans chacun de nos volets / être visible au sein de notre communauté; Sensibiliser les personnes analphabètes à leur réalité et aux problèmes qui en découlent; Rendre l'alphabétisation plus accessible; Sensibiliser la population à la problématique de l'analphabétisme au Québec et aux enjeux qui y sont liés.

LE CONSEIL D'ADMINISTRATION

Notre C.A est composé de personnes de la communauté, de participants et de bénévoles au sein de notre organisme et d'un représentant d'un autre organisme communautaire

9 administrateurs sur le C.A.

Nous offrons des formations pertinentes pour nos administrateurs.
Exemple : Rôles et responsabilités d'un conseil d'administration dans un organisme communautaire,...

Note : nous travaillons toujours à conscientiser nos membres à l'importance du CA et de leur participation à notre assemblée générale annuelle

NOS BÉNÉVOLES

Nos bénévoles sont une part essentielle au bon fonctionnement de nos activités.
Chaque année, nous en accueillons entre 20 et 30.

Famille

Repas communautaire

Alphabétisation

Conseil d'administration

Aide aux devoirs et aux leçons

Cuisines bénévoles

Merci!!!

Le Centre d'Éducation Populaire de Pointe-du-Lac

490, rue Grande Allée
Trois-Rivières (Québec) G9B 7S3
Tel. : 819 377-3309
Télec. : 819 377-3052



Heures d'ouvertures du Centre :

Du lundi au jeudi de 8 h à 16 h 30
Le vendredi : de 8 h 00 à 16 h 00

Le Centre d'Éducation Populaire de St-Étienne-des-Grès

1260, rue St-Alphonse
St-Étienne-des-Grès (Québec) G0X2P0
Tel : 819 299-3859

Heures d'ouverture du Centre

Mardi et jeudi de 8h00 à 16h30

Site web : www.ceppdl.ca



centre d'éducation populaire