



Cuisines Collectives
du Haut-Saint-François

RAPPORT D'ACTIVITÉS
2017-2018



Table des matières

Table des matières	3
Liste des acronymes	4
Mot de la présidente	5
Mot de la directrice	6
Mission, objectifs et valeurs.....	7
Conseil d'administration	8
Équipe de travail.....	9
Membres et bénévoles	10
En statistiques	11
Ateliers	12
Enjeux collectifs.....	15
Engagements, implications communautaires et concertations	16
Notre contribution dans la communauté	17
Nos partenaires	18
Communication et promotion	19
Coordonnées et points de service	20

Liste des acronymes

AGA : Assemblée générale annuelle

C.A.: Conseil d'administration

CAL: Comité d'action locale

CCHSF : Cuisines collectives du Haut-Saint-François

CDC du HSF : Corporation de développement communautaire du Haut-Saint-François

CJE : Carrefour jeunesse-emploi

CRDI-TED : Centre de réadaptation en déficience intellectuelle et en troubles envahissants du développement

CRE: Centre de réadaptation de l'Estrie

CSEP : Centre de services éducatifs populaires du Haut-Saint-François

CSHC: Commission scolaire des Hauts-Cantons

CIUSSS de l'Estrie-CHUS: Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de l'Estrie - Centre hospitalier universitaire de Sherbrooke

ETSB : Eastern Townships School Board

FIS : Formation en intégration sociale

HSF : Haut-Saint-François

HSF en forme : Haut-Saint-François en forme (filiale de Québec en forme-Fondation Chagnon)

JCS : Jardin communautaire de Sawyerville

MRC : Municipalité régionale de comté

PEPINES: Promotion des Estriennes pour initier une nouvelle équité sociale

PSOC: Programme de soutien aux organismes communautaires

RCCE : Regroupement des cuisines collectives de l'Estrie

RCCQ : Regroupement des cuisines collectives du Québec

ROC de l'Estrie : Regroupement des organismes communautaires de l'Estrie

SAE : Service d'animation estivale

Mot de la présidente

Bonjour à tous et à toutes.

Il me fait plaisir de vous revoir cette année en tant que présidente de ce bel organisme, les cuisines collectives du HSF.

Comme vous vous souvenez sans doute, l'an passé fut difficile, mais non insurmontable. Le C.A était confiant de se relever pour le mieux, avait une vision élargie et ouverte pour le futur des cuisines.

Ce temps est arrivé! Nous sommes fières des nouveaux projets en cours, de la belle énergie qui plane et respire de l'air bien frais, comme nous l'avions souhaité.

Nous avons fait face à de durs moments qui nous ont amenés sur la route d'une alternative d'aide, soit la planification stratégique. En cours de route, nous avons laissé ce projet sur la glace et sommes aperçus que nous n'en avons tout simplement plus besoin! Nous avons déniché une perle rare comme directrice qui, avec son équipe, mènent la barque de façon remarquable !

Notre équipe est dynamique pleine d'idées nouvelles et d'ouverture d'esprit. Les cuisines habiteront des nouveaux locaux avec plus d'espace laissant place à d'autres idées et d'autres projets qui sait? Nous restons positifs quant à l'avenir. Les membres du conseil ainsi que les employées travaillent ensemble pour y arriver.

La nouvelle direction mise en place nous rend que plus fières. Des ressources humaines structurées et respectées étaient notre priorité et croyez- moi, c'est fait !

Dans ce bel élan de positivisme, je vous remercie de faire en sorte que nous sommes toujours là après 20 ans.

Nous allons continuer de travailler en écoutant et en respectant nos membres en suivant notre belle mission.

Je vous souhaite une autre belle année et vous dis personnellement merci d'être là et d'y croire avec nous.

Karine Fontaine St-Louis
Présidente



Mot de la directrice

Nous voici rendus au terme de la 20^e année d'existence des CCHSF et ma première année en poste à la direction. C'est un honneur de me joindre au mouvement des cuisines collectives et de travailler à promouvoir l'autonomie alimentaire et la saine alimentation. Dans un contexte de société où les produits transformés sont abondants, le manque de transparence face aux ingrédients qui s'y trouvent est indignant et le gaspillage alimentaire est chose commune, la mission des Cuisines collectives du Haut-Saint-François me paraissait comme l'outil qui nous permet de transformer nos habitudes de vie et de reprendre le pouvoir sur notre alimentation.

Pour permettre cette transformation, ça prend une équipe de travail stable ce qui fût un défi au courant de la dernière année. L'équipe a joué à la chaise musicale avec des trous d'absence de quelques mois tant du côté de la direction que de l'animation ce qui demande des efforts supplémentaires d'adaptation et de réorganisation. Malgré tous ces rebondissements, c'est un bilan bien intéressant que nous vous présentons dans ce rapport d'activités. Le résultat de tous nos efforts mis en commun durant l'année.

L'autoévaluation d'ACA, un exercice fort enrichissant fût réalisé par l'équipe et le conseil d'administration qui nous a permis de réfléchir, entre autres, à la façon dont les décisions sont prises au sein de l'organisme. En résumé, nous en avons conclu que la structure présente permettait peu l'implication des membres. Il devenait donc une évidence de se pencher sur la vie associative et démocratique pour inviter nos membres à prendre la place qui leur revient. Pour cela, nous souhaitons offrir un lieu qui permettrait non seulement la cuisine, mais la rencontre et l'échange. Nous avons donc saisi l'opportunité de partager des locaux avec l'organisme Moisson Haut-Saint-François et déménagerons dès le mois de juin. Cette nouvelle alliance permettra un soutien mutuel aux organismes et l'espace souhaité pour favoriser l'implication et le sentiment d'appartenance de nos membres.

Je tiens particulièrement à remercier toutes les personnes qui ont soutenu l'organisme, les membres du C.A. et l'équipe durant cette dernière année. Merci aussi d'avoir permis à de nombreuses personnes de s'initier, de redécouvrir et de prendre goût à la cuisine en groupe et ainsi, de développer de nouvelles compétences, de bâtir un réseau d'entraide et de briser l'isolement. Votre soutien à la mission est vital !

Au plaisir et bonne lecture !

Vee Langlois
Directrice



Notre mission

Promouvoir l'autonomie alimentaire et de saines habitudes de vie dans le but d'améliorer la santé et la qualité de vie de la population de la MRC du Haut-Saint-François.

- En formant des petits groupes de personnes afin de planifier et cuisiner des plats économiques et nutritifs: ce qu'on appelle: **cuisine collective**;
- En réalisant des activités d'information, d'éducation et de formation sur les divers aspects de l'alimentation et de la promotion de la santé par une alimentation saine et variée;
- En créant et en soutenant des projets qui sont en conformité avec la mission de l'organisme.

Objectifs

- Contribuer à améliorer la qualité de vie et le niveau de santé globale des individus;
- Diminuer les effets de la pauvreté concernant la faim et la nutrition;
- Favoriser l'acquisition et l'échange des connaissances sur l'alimentation;
- Briser l'isolement social.

Nos valeurs

Toutes nos actions sont inspirées par des valeurs que l'organisation met au cœur de ses priorités. Celles-ci sont portées par toute l'équipe et les membres des Cuisines collectives du Haut-Saint-François.

ACCUEIL ♥ ÉQUITÉ ♥ AUTONOMIE ♥ SOLIDARITÉ ♥

Conseil d'administration

Les membres du conseil d'administration se sont réunis 13 fois cette année et ont particulièrement pris soin de l'organisme en l'absence d'une direction lors des quatre premiers mois. Certains diront que c'est leur rôle, mais nous tenons particulièrement à souligner le sérieux de leur engagement envers l'organisme. C'est grâce à des gens comme elles que l'organisme grandit encore après 20 ans et répond aux besoins de notre communauté.

Karine Fontaine-St-Louis	Présidente
Chantal Éthier	Vice-présidente
Lucie Baillargeon	Secrétaire-trésorière
Marie-France Chartrand	Administratrice
Nathalie Cotnoir	Administratrice



Équipe de travail

Au courant de l'année, l'engagement et la détermination de chacune des membres de l'équipe ont permis de mettre la main à la pâte et de continuer à réaliser la mission. Grâce à l'apport de chacune, mais particulièrement à la solidité de notre doyenne Julie qui croit avec conviction depuis 6 ans à la mission des CCHSF, et à notre nouvelle directrice Vee qui s'est lancée sans retenue dans ce projet de communauté, l'équipe a su garder le cap.

Vee Langlois Directrice
depuis juillet 2017

Julie Gagnon Adjointe administrative
depuis novembre 2011

Nathalie Martin Animatrice
novembre 2016 à octobre 2017

Alexandra Lemieux Animatrice communautaire
novembre 2017 à février 2018



Membres et bénévoles

Les membres des CCHSF sont des gens qui sans aucun doute ont à cœur leur alimentation et celle de leur famille. C'est ainsi que des milliers de repas ont été cuisinés.

Nos **91 membres** forment **17 groupes réguliers**.

Parmi ceux-ci, mentionnons entre autres Les mères indignes, Les Tupps, Les manches relevées et Les poules pas d'tête.

5 groupes partenaires (CJE, CRDI-TED, CRE, CSEP et FIS).

Les groupes ont cuisiné pour un total de **98 journées**.

Au final, c'est **10 650 portions cuisinées** pour **1 101 bouches nourries** cette année.

Soulignons également la grande générosité des **14 bénévoles** qui ont offert leur précieux temps et leur présence. Merci! Vous êtes une grande richesse pour l'organisme. C'est exactement **355 heures** d'investies dans notre communauté et vous avez toute notre reconnaissance.



En statistiques

- 46% de nos membres sont âgé-es de 18 à 34 ans
- 22% des personnes qui fréquentent les cuisines n'ont pas de diplôme d'études secondaires
- Parmi nos membres, 32% ont un revenu familial de moins de 20 000\$
- 26% des gens inscrits aux CCHSF sont bilingues
- Notre membership est composé de 16% d'hommes

Âge	
17 ans et moins	2%
18 à 34 ans	46%
35 à 50 ans	38%
51 à 64 ans	12%
65 ans et plus	2%

Genre	
Femmes	82%
Hommes	16%
Autre	2%

Langue(s) parlée(s)	
Français	70%
Anglais	4%
Les deux	26%

Situation actuelle	
Salarié-e	46%
Assurance emploi	6%
Aide sociale	16%
Retraité-e	6%
Mère/père au foyer	14%
Subvention gouvernementale	2%
Étudiant-e	8%
N'ont pas répondu	2%

Études complétées	
Primaires	22%
Secondaires	42%
Collégiales	24%
Universitaires	12%

Revenu familial	
- de 15 000\$	16%
15 000\$ à 20 000\$	16%
20 000\$ à 30 000\$	14%
30 000 et +	46%

Ateliers

L'*Escouades des gourmands*, ce sont des ateliers de cuisine dans toutes les écoles primaires de la MRC du HSF ainsi que dans les camps de jour des SAE - Services d'Animation Estivale. Le but des ateliers offerts est d'enseigner la sécurité, l'hygiène et la salubrité, de faire des recettes simples et santé, de développer les compétences et l'autonomie en cuisine, de reconnaître les outils de cuisine et de comprendre les mesures, de responsabiliser les enfants face à leurs choix alimentaires et de développer le goût pour de nouveaux aliments.

Escouades des gourmands – Volet SAE

9 municipalités
281 enfants
728 portions

Escouades des gourmands – Volet Écoles

Printemps 2017 : 4 écoles (6^e année)
93 élèves
252 portions

Hiver 2018 : 4 écoles (1^{ère} à 6^e année)
321 élèves
353 portions

Total : **414 élèves** et **605 portions**

Ateliers (suite)

7 septembre - Atelier-récolte à Dudswell

À l'automne, c'est environ 100 élèves de l'école primaire de Dudswell, ainsi que 25 parents et professeurs, qui ont participé à l'atelier-récolte. L'atelier avait pour but d'utiliser les légumes récoltés au jardin communautaire de Dudswell pour les transformer en muffins aux carottes et courgettes. C'est plus de 200 muffins qui ont été cuisinés pour offrir une collation aux élèves et permettre d'en congeler pour des élèves qui en auraient besoin au courant de l'année.

1^{er} décembre - Atelier de confection de biscuits pour le repas de Noël de Saint-Isidore-de-Clifton

Accompagnée par des grands-mamans, l'animatrice a cuisiné une variété de biscuits qui ont été servis lors de la fête de Noël.

9 décembre - Atelier de confection de biscuits en pain d'épice pour le Sentier de Noël avec la Maison des jeunes « Chez nous de Dudswell »

Quelques jeunes et leurs intervenants, accompagnés d'une animatrice, ont préparé des biscuits en pain d'épice qui ont été distribués par la suite lors de la fête du Sentier de Noël.

19 et 20 décembre - Atelier de cuisine à l'école secondaire

Deux journées d'atelier ont été réalisées avec une soixantaine d'élèves en besoin de l'école secondaire Alexander Galt. Les ateliers leur ont permis de s'outiller grâce à l'acquisition de nouvelles compétences en cuisine, mais aussi de repartir à la maison avec des portions de soupe, sauce bolognaise et biscuits à partager avec leur famille pendant le temps des fêtes.



Source: Journal Régional Le Haut-Saint-François



Source: Journal Régional Le Haut-Saint-François

Ateliers (suite)

15 février - Atelier de préparation d'un repas intergénérationnel

Les élèves de 5^e et 6^e année de l'école primaire des Trois-Cantons de St-Isidore-de-Clifton ont organisé un repas intergénérationnel pour amasser des fonds pour leur échange-étudiant avec des élèves de la Colombie-Britannique. Au menu : soupe, ragoût de boulettes et pattes de cochon et dessert.

Nous les avons aidés à calculer les quantités nécessaires pour servir 150 repas. Nous avons fourni de notre fonds de base et avons aidé à la préparation en vue de la grande journée qui a rassemblée plus de 140 personnes.

21 février - Atelier de pâte à tarte à Scotstown

Dans le cadre du 20^e anniversaire, une membre de la communauté a accepté de partager son savoir-faire et son expérience en offrant un atelier PAR et POUR les membres dans le but de réussir nos pâtes à tarte. Djinn Bertrand a accepté de relever le défi ce qui a permis à 6 participant-es de confectionner des abaisses de tarte ainsi que des tartes aux pommes au local de Scotstown.

16 mars - Atelier Parent éducateur

Projet en partenariat avec le CSEP, la nutritionniste du CIUSSS et La Relève du HSF ayant pour but de développer de saines habitudes alimentaires et de nouvelles compétences en cuisine (135 portions : 75 biscuits déjeuner et 60 boules d'énergie) – 4 participantes



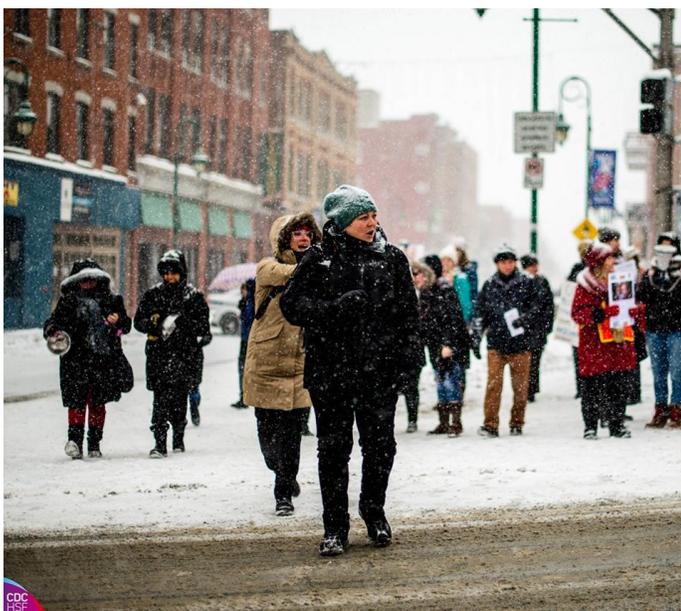
Source: Journal Régional Le Haut-Saint-François et CCHSF



Enjeux collectifs

L'organisme a participé à diverses actions de mobilisation locales, régionales et nationales dans le cadre de la campagne "Engagez-vous pour le communautaire" et « Estrie Unie »:

- Rencontre régionale de mobilisation à Magog
- Manifestation nationale et chaîne humaine à Québec
- Journée de grève et de mobilisation régionale au Théâtre Granada à Sherbrooke
- Collecte de noms pour la pétition « Financement des organismes d'action communautaire autonome »



Crédit photo: Martin Mailhot



Les CCHSF ont aussi manifesté leur appui à la Déclaration pour le droit à une saine alimentation au Québec adoptée par les membres du RCCQ :

- Lettre d'appui à la déclaration
- Collecte de noms pour la pétition « Adoption d'une politique alimentaire québécoise et d'une loi-cadre sur le droit à l'alimentation »



Engagements, implications communautaires et concertations

Lieux de concertation :

- Comité d'Action Local (CAL) pour le HSF en Forme
- Forum du Continuum des ressources et des services du HSF
- Table Énergie Jeunesse

Regroupements :

- Membre du RCCQ
- Membre du RCCE
- Membre de la CDC du HSF
- Membre du ROC de l'Estrie

Représentations :

- Le Show de l'entraide de Centraide Estrie
- Le Casse-croûte de la rentrée du CSEP
- Pelletée de terre officielle pour la construction du Centre de femmes *La Passerelle* à Cookshire-Eaton
- « Parce qu'on est en 2017 » organisé par les PEPINES
- Ouverture officielle du milieu de vie du Centre des femmes du Haut-Saint-François *La Passerelle*
- Confection de tartes à la citrouille pour la fête des récoltes du JCS
- Inauguration du nouveau local de Moisson HSF
- Confection de collations pour la fête d'Halloween à Scotstown (100 doigts de sorcière et ogre, 65 balais de sorcière et 12 fantômes-bananes)



Source: Journal Régional Le Haut-Saint-François



Notre contribution dans la communauté

- La fête de la famille avec La Relève à Scotstown (200 muffins)
- La course au profit de la bibliothèque de Dudswell (118 muffins et biscuits)
- "Nos œuvres en Haïti" à Johnville (équipement)
- Enregistrement d'une capsule "Elle n'a pas dit oui" en collaboration avec le Centre de femmes La Passerelle, la CDC du HSF et La Méridienne (local et participation de l'équipe)
- Journée internationale des droits des femmes à Weedon avec le Centre de femmes La Passerelle (équipement)
- Confection de muffins pour les bénévoles de la distribution de la campagne du pain partagé de Caritas-Estrie (453 muffins avril 2017 et mars 2018)
- Souper paroissial à Johnville (équipement)
- Atelier de fabrication de produits ménagers par le Domaine Coquelicots (local)
- Prêt du local et fonds de base pour la confection de muffins pour les cadets (60 muffins)
- Fête de Noël du Centre des femmes (confection d'une bûche sans gluten)
- Marche/Cours pour le Haut avec le vélo à smoothie



Nos partenaires

Un énorme remerciement à tous celles et ceux qui nous permettent d'exister. C'est votre appui envers la mission des CCHSF qui nous permet de rejoindre la population dans les quatre coins de notre grande MRC. Au nom des membres, MERCI!

Partenaires de groupe et de projet

- Animation Jeunesse du HSF
- Carrefour Jeunesse Emploi
- La Relève du Haut-Saint-François
- CSEP
- Centre de Réadaptation de l'Estrie
- Centre de Services Éducatifs Populaires du HSF
- CSHC – écoles francophones et le programme FIS en éducation aux adultes
- ETSB – écoles anglophones
- Maison des jeunes « Chez nous de Dudswell »

Partenaires financiers

- CIUSSS de l'Estrie CHUS (PSOC)
- Centraide Estrie
- HSF en forme - Fondation Chagnon
- Maxi
- Fondation Caritas – Caritas Estrie
- Fondation Laure-Gaudreault
- Tous celles et ceux qui ont généreusement fait des dons

Contributions en prêt de locaux, matériel et autres

- Les municipalités de Bury, Cookshire-Eaton, La Patrie, Scotstown et Weedon pour le prêt de locaux
- Ville de East Angus pour le prêt de la salle au Centre Culturel et pour la publicité sur le panneau d'affichage électronique (AGA)
- CDC du HSF pour leur écran projecteur (AGA)
- Jardin communautaire de Sawyerville pour le prêt d'une table à la fête des récoltes
- Merci au CSEP, CJE, CIUSSS de l'Estrie-CHUS, HSF fou de ses enfants (les accompagnatrices de milieu et Les Petites Tournées), La Relève du HSF ainsi que Moisson HSF pour le référencement tout au long de l'année!

Communication et promotion

L'organisme communique principalement ses informations via courriel et par la page Facebook. Celle-ci est un moyen de communication fortement utilisé par nos membres. Au 31 mars 2018, c'est 424 mentions *J'aime* sur la page des CCHSF en comparaison à 335 l'année précédente.

Les activités et services de l'organisme ont été diffusés de différentes façons :

- Présentation dans les organismes de la région, auprès d'intervenant-es et de participant-es (CSEP, CIUSSS de l'Estrie CHUS, Townshippers Association, Les petites tournées, la fête des récoltes du JCS, la Bambinerie de La Relève du HSF)
- Participation à trois (3) bulletins vidéo produit par la CDC du HSF pour la promotion des activités communautaires de la MRC
- Publication d'un article dans le Journal L'Événement / Scotstown-Hampden pour expliquer le fonctionnement des groupes de cuisine collective et la façon d'y participer
- Tenue d'un kiosque pour la fête des récoltes du JCS
- Tenue d'un kiosque pour la fête de l'Halloween de Scotstown



Source: Journal Régional Le Haut-Saint-François



Nos coordonnées et points de service

Nos bureaux et notre cuisine principale se trouvent à **East Angus** au 17, rue Angus Sud, mais nous offrons aux membres la possibilité de cuisiner dans sept (7) locaux municipaux situés sur le territoire de la MRC du Haut-Saint-François :

Cookshire-Eaton (Cookshire) au 100, rue Principale Est

Cookshire-Eaton (Sawyerville) au 6, rue Church

Cookshire-Eaton (Johnville) au 62, chemin Jordan-Hill

Scotstown au 101, chemin Victoria Ouest, Scotstown

La Patrie au 18, rue Chartier

Weedon au 209, rue des Érables

Bury au 563, rue Main

Depuis novembre 2017, les CCHSF ont entrepris de se déplacer dans n'importe quel local municipal muni d'une cuisine équipée pour ainsi répondre à toutes les demandes provenant de citoyennes et citoyens dispersé-es à travers la MRC.

Merci!

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

Québec 



Centraide
Estrie

