

Cuisines Collectives



RAPPORT ANNUEL 2018-2019

Présenté le 23 mai 2019

Rapport d'activités

Du 1^{er} avril 2018 au 31 mars 2019



Table des matières

Mot de la directrice / Mot du président.....	3
Historique des Cuisines.....	4
Mission et objectifs des Cuisines.....	5
Plus que de la cuisine !.....	6
Statistiques des membres.....	7
Bilan des activités.....	8
Impacts sociaux.....	9
Graphiques.....	10-11
Activités sociales / Assemblées / Photos.....	12-13
Témoignages.....	14
Bailleurs de fonds / collaborateurs.....	15
Perspectives d'actions.....	16
Ressources humaines.....	17
Conseil d'administration.....	18
Revue de presse.....	19-20

Mot de la directrice / Johanne Lavallée

Nous débutons 2018-2019 par le lancement de la bière « La Collective » pour souligner notre 25^e année d'existence dans la communauté de la MRC Memphrémagog. Cette activité d'autofinancement se poursuivra pendant toute l'année à la Microbrasserie Memphrémagog. Nous verrons les résultats de la vente de bière en 2019-2020.

Nous ne manquons pas d'occasions pour souligner cet anniversaire. Nous nous penchons sur nos outils de promotions, nous retravaillons notre logo, nous actualisons notre mission et ses objectifs pour les ajouter sur notre nouveau carton publicitaire.

À l'AGA de mai 2018, et ce après 25 ans, nous votions pour l'augmentation des frais de la carte de membre adulte qui sont passés d'un dollar à cinq dollars par bouche à nourrir à la maison. Cela ne freine en rien notre membership qui suit la même courbe à la hausse que l'an dernier; les nouveaux membres sont en majorité des individus de 55 ans et plus. Les groupes maintiennent leur assiduité.

Nous poursuivons notre implication sur différentes tables de partenaires dans la MRC afin de bien cibler les besoins de la communauté et de trouver des moyens d'y répondre adéquatement.

Un lieu de cuisson voit le jour à Bolton-Est et Cuisi-mots la nouvelle activité en dyade parent-enfant est animée à Magog.

Nous clôturons nos 25 ans dans le cadre de la Journée nationale des Cuisines Collectives du Québec par le dévoilement de notre carton publicitaire qui arbore le nouveau logo.

Le conseil d'administration s'est impliqué à bien mener cette année marquante avec toute la visibilité qu'elle a connue pour ses 25 ans.

On peut conclure que cette année fut festive et notre mission accomplie.

Mot du président/ Claude Bolduc

Depuis 6 ans, je suis membre des cuisines, dont 5 années comme président et toujours enthousiasmé et satisfait de ma participation au sein de notre bel organisme. Mon implication dans les cuisines m'a fait connaître l'esprit d'entraide et de collaboration de tous ses participants. En plus de partager des recettes entre nous dans un climat de camaraderie et de ramener des plats santé et économiques à la maison, certains d'entre nous ont noué des liens d'amitié. Cela se traduit par une belle ambiance lors de nos cuissons, de nos activités annuelles et de nos nombreux ateliers. Je ne peux que constater que la cuisine c'est plus que de la cuisine.

Mes nombreuses années d'expérience en bénévolat dans des organismes sans but lucratif et ma maîtrise en gestion des petites et moyennes organisations (MScPMO) m'ont permis d'apprécier notre équipe de gestion et d'animation dévouée, expérimentée et dynamique. Je félicite donc Johanne, Chantal, Louise et tous nos stagiaires pour leur implication quotidienne dans nos cuisines. Je dois aussi remercier et souligner l'implication et le professionnalisme de tous les membres du conseil d'administration qui ont permis un développement constant de notre organisme.

En débutant notre 26^e année d'existence, on ne peut que souhaiter longue vie aux Cuisines Collectives « Bouchée Double ».

Historique des Cuisines

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

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

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

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

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

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

Nous verrons les impacts en 2019-2020. À suivre...

Mission et objectifs des Cuisines

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

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

Objectifs de la corporation

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

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

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

Plus que de la cuisine!

Notre organisme, au cœur de Magog, est le principal lieu de cuisson. Il réalise le besoin de la communauté qui exprime sa volonté d'avoir un lieu de cuisson.

Depuis plusieurs années, notre organisme met en place des lieux de cuisson avec tout l'équipement nécessaire, pour un bon fonctionnement, soit dans 6 lieux différents :

- **Maison mère**, *Centre communautaire de Magog*
- **Villa Pierrot de Magog**, *résidence pour jeunes mères monoparentales*
- **Bolton-Est**, *Le Rucher*
- **Eastman**, *cuisine du Club de l'Âge d'or*
- **Mansonville**, *École le Baluchon*
- **Stanstead**, *local de Phelps Helps*

Avec les années, nous avons constaté des besoins très variés qui ont donné naissance à différents outils d'animation.

Le volet jeunesse vise à sensibiliser et à éduquer les jeunes de 6 à 17 ans dans l'amélioration de leur alimentation. Nos activités auprès des jeunes sont concentrées, pendant la période estivale, dans les différents camps de jour de la région.

Nous sommes convaincus que l'action des cuisines collectives a un effet positif sur la communauté quant à la rentabilité sociale et économique. Nos données statistiques nous permettent d'évaluer nos affirmations.

Statistiques des membres

TOTAL DES PERSONNES TOUCHÉES PAR LES CUISSONS / ATELIERS : 546

Lieux de cuissons	Total des groupes 28	Volet Adulte			Volet Jeunesse			
		Membres adultes 145		Nombre de Bouches à nourrir	Total des cuissons	Nombre de participations aux cuissons	Nombre d'enfants 6 - 12	Halte-garderie
Magog- Centre communautaire	19	H	F	318	275	1 158	228	17 enfants différents
Magog – Villa Pierrot	3	30	115					24 familles
Bolton-Est – Le Rucher	3							108,75 h
Eastman – Club de l'âge d'or	1	GRAND TOTAL ADULTES ET JEUNES : 373 MEMBRES						
Mansonville – École Le Baluchon	1							
Stanstead – Phelps Helps	1							

GROUPE D'ÂGE	18 - 29 ans	30 – 54 ans	55 – 64 ans	65 – 74 ans	75 et +	P : personne
		23 p - 16%	37 p - 25%	30 p - 21%	39 p - 27%	
SCOLARITÉ	Primaire	Secondaire	DEP	Collégial	Universitaire	MEMBRES À FAIBLE REVENU
	22 p - 15%	36 p - 25%	20 p - 13%	24 p - 17%	43 p - 30%	
REVENU	15 000 \$ et -	15 à 25 000 \$	25 à 35 000 \$	35 à 55 000 \$	55 000 \$ et +	99 p - 68%
	49 p - 35%	23 p - 15%	25 p - 17%	18 p - 12%	30 p - 21%	
SOURCE	Salariés	Assurance emploi	Sécurité du revenu	Parent à la maison	Congé parental	Pension de retraite
	21 p - 14%	4 p - 3%	42 p - 29%	4 p - 3%	4 p - 3%	70 p - 48%
STATUT	Familles monoparentales	Familles avec enfants	Personnes seules	Couples sans enfant	BÉNÉVOLATS – 29 bénévoles	
	7 p - 5%	17 p - 11%	68 p - 47%	53 p - 37%	CA - 5 membres 6 réunions – 60 h	
RÉSULTATS	Plats préparés	Portions	Coût	Coût total des achats	Activités 22 bénévoles - 146 h	
	1 300	18 197	1,13 \$ / portion	16 108,11 \$	2 stagiaires 100 h	

Bilan des activités avec animation

10 GROUPES DE CUISSONS 61 PERSONNES	6 GROUPES EN PARTENARIAT 24 PERSONNES		5 GROUPES EN DÉMARRAGE 26 PERSONNES		21 GROUPES / 111 PERSONNES	
Ateliers animés	Nombre de présentations	Inscriptions adultes	Participations adultes	Inscriptions enfants	Participations enfants	Temps total
Atelier Cuisine d'automne	1	8	8	0	0	6 h
Atelier Mise en conserve	1	5	5	0	0	7 h
Atelier Congélation	1	6	6	0	0	6 h
Atelier Chocolat	1	5	5	0	0	4 h
Atelier Biscuits de Noël	1	5	5	0	0	2 h 5
Éducation aux adultes / FIS	14	14	76	0	0	56 h
Carrefour Jeunesse emploi	1	4	4	0	0	3,5 h
Parents en action	1	4	4	0	0	3,5 h
Sous totaux	21	51	113	0	0	88,5 h
GROUPES JEUNESSE						
Camps de jour Magog (2 animatrices)	16			155	155	17 h
Camps de jour Stanstead (2 animatrices)	35			57	312	35 h
Cuisi-mots	6	7	21	9	27	16,5 h
Souper parent-enfant	1	6	6	7	7	3 h
Atelier Boîte à lunch St-Jean Bosco	1	8	8	11	11	2 h
Sous totaux	59	21	35	239	512	73,5 h
GRANDS TOTAUX	80	72	148	239	512	162 h

RÉCUPÉRATION DES VIANDES – OCTOBRE 2018 À MARS 2019

Les groupes de Cuisines Collectives ont contribué à diminuer le gaspillage alimentaire en cuisinant des viandes récupérées provenant de Moisson Estrie. Nous avons reçu 383 kilos de viande et cela a permis à nos membres de faire des économies d'une valeur totale de 6 174 \$.

Une moyenne de 27 cuissons par mois

Approximativement 140 livres de viande cuisinée par mois

Impacts sociaux

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

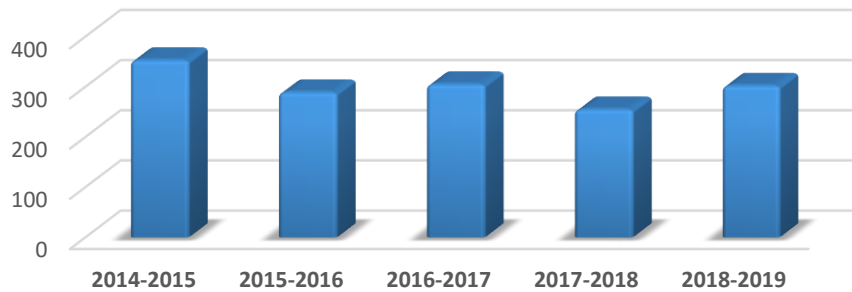
- 87% d'assiduité de présence des membres à leurs activités de cuisines collectives.
- 70% du maintien des activités de cuissons de septembre à juin qui représente entre 15 à 20 cuissons en fonction de la création du groupe.
- 58% de rétention des membres qui renouvellent leur membership.
- 64% de nos groupes nécessitent le soutien, l'accompagnement et la supervision d'une animatrice.
- 2 279 utilisateurs et 6 427 vues sur notre site Web.

Nos activités de cuissons amènent les individus à une démarche d'autonomie et de prise de pouvoir sur leur vie. Voici les impacts directs observer :

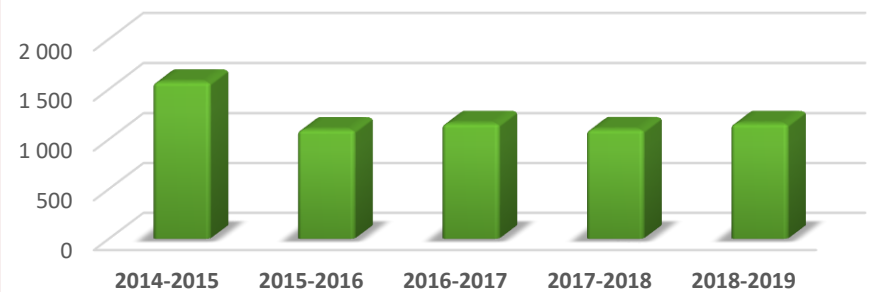
- Ponctualité et assiduité aux rencontres de cuisson.
- Habiletés relationnelles pour travailler en équipe.
- Respecter des consignes.
- S'affirmer adéquatement avec les autres participants.
- Suivre une recette, quantifier et mesurer les aliments.
- Apprendre le fonctionnement de la cuisinière et du four micro-ondes.
- Apprendre le fonctionnement des petits appareils électriques.
- Utiliser adéquatement les bacs de compost, de récupération et de déchets.
- Faire une liste d'épicerie à partir des spéciaux dans les circulaires et les sites d'épicerie.
- Évaluer les produits alimentaires selon leur rapport qualité/prix.
- Gérer un garde-manger et les restants du réfrigérateur.
- Gérer le budget alimentaire des cuissons deux fois par mois.
- Apprendre à lire une recette, à l'exécuter et à la réaliser.
- Maintenir un réseau social par l'activité de cuisson (4 à 6 personnes).
- Reproduire les recettes à la maison.
- Modifier leurs habitudes alimentaires.
- Intégrer de nouveaux aliments.
- Développer et/ou maintenir leurs habiletés culinaires.
- Utiliser davantage les autres ressources.

Graphiques

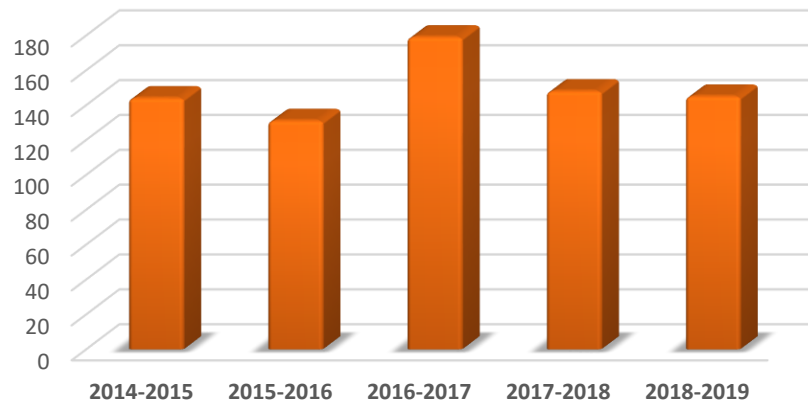
Nombre de bouches nourries



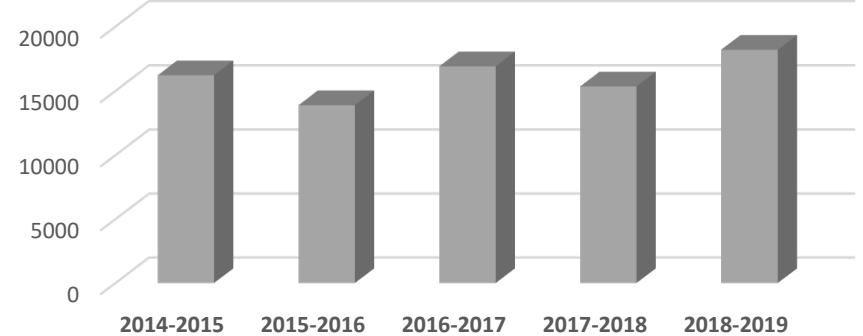
Nombre de participations



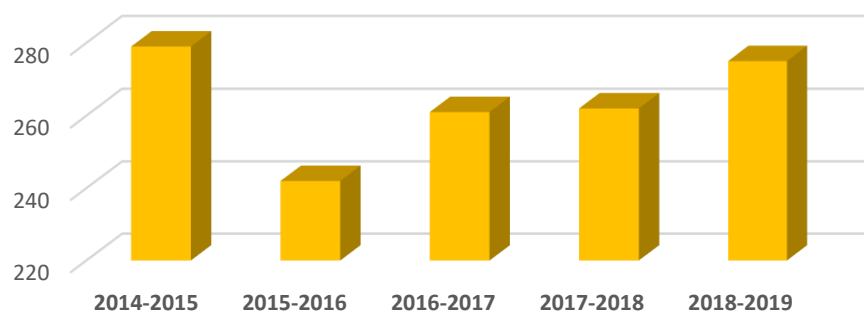
Nombre de membres



Nombre de portions



Nombre de cuissons



S
T
A
N
S
T
E
A
D

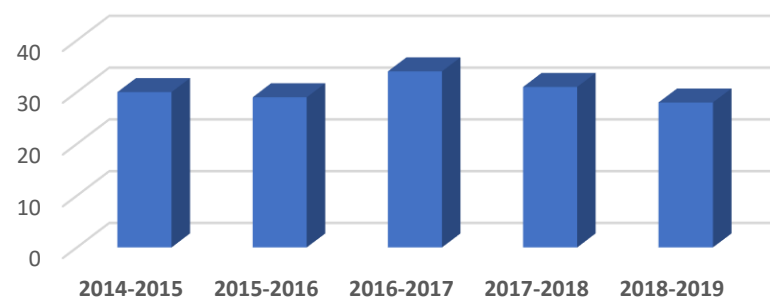


Nota Bene :

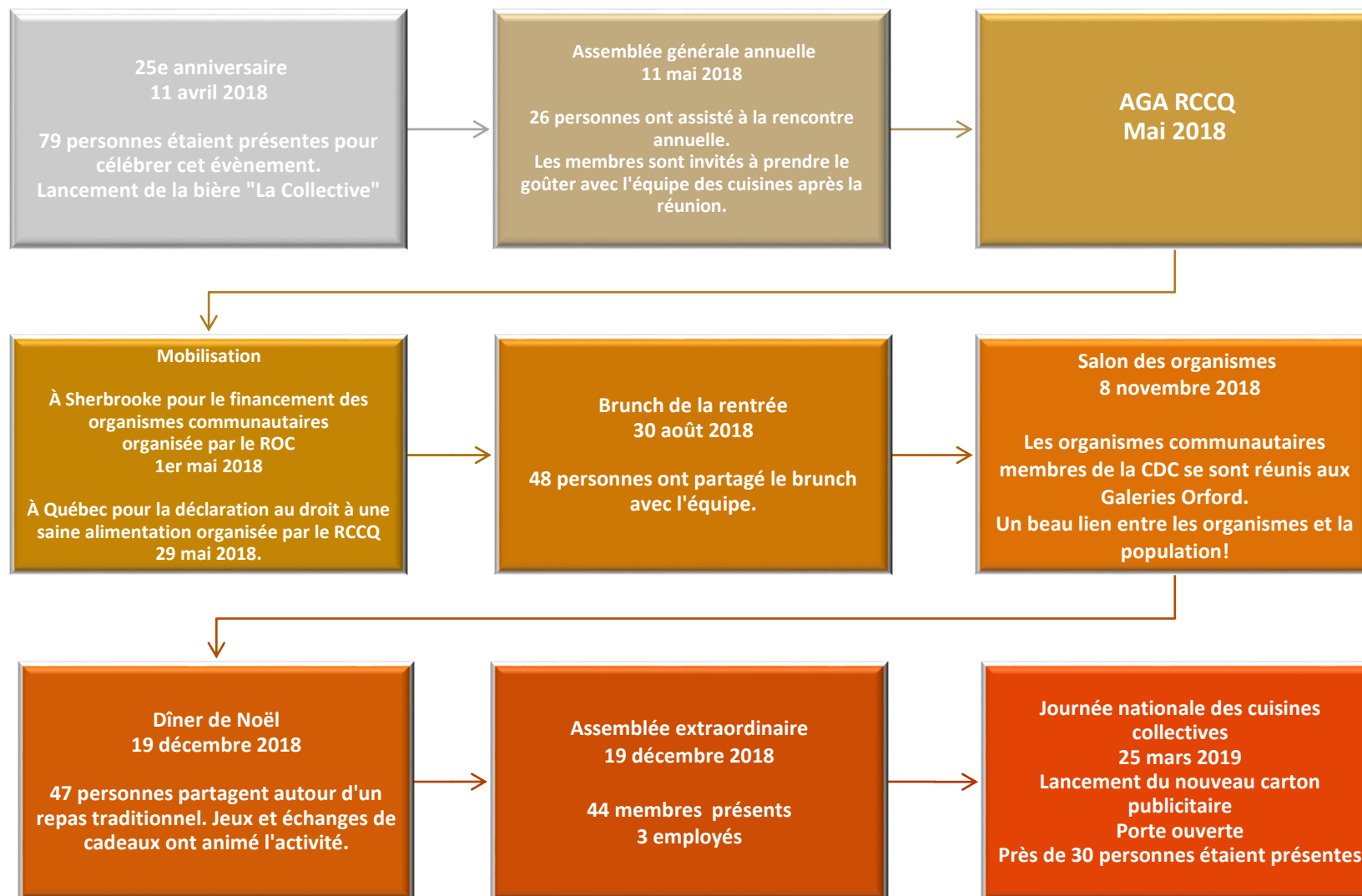
Les graphiques sont basés sur la participation des membres adultes seulement.

De plus en plus de personnes (hommes ou femmes) vivant seules de 55 ans et plus participent à un groupe de cuisine collective.

Nombre de groupes de cuissons



Activités sociales/mobilisation et assemblées





Brunch de la rentrée
30 août 2018



Lancement du nouveau carton
publicitaire



25e anniversaire
11 avril 2018
Lancement de la bière
"La Collective"
Vidéo sur Facebook
(875 personnes atteintes et 463 vues)



Atelier Cuisi-mots
En dyade souper parent-enfant



Camp de jour Collations Magog
Été 2018



Dîner de Noël
19 décembre 2018

Témoignage de Fléchère

Lorsque je suis arrivée en Estrie en 2010, je ne connaissais personne et je me sentais bien isolée...à la lecture du journal de quartier (Refllet du Lac) c'est là que j'ai découvert les Cuisines Collectives... Malgré ma gêne, j'ai rencontré Johanne et elle m'a présenté au groupe. J'avais déjà la passion de cuisiner, mais de pouvoir le faire en groupe et à un coût vraiment minime m'apporte beaucoup de bonheur. Merci à vous tous !

Témoignage de Monique

Mon mari était décédé. Notre fils avait quitté le nid. Je vivais beaucoup de solitude à la campagne. Je n'avais plus envie de cuisiner. À quoi bon. Ouvrir une conserve de soupe était facile, de toute façon, l'appétit ne se faisait plus sentir.

J'ai vu dans le bulletin de ma ville que des ateliers de Cuisines Collectives allaient se mettre sur pied. Je m'y suis inscrite aussitôt.

Ça a changé ma vie. Cela me fait plaisir à chaque fois de m'y rendre pour cuisiner dans la joie, avec des femmes qui sont devenues des personnes chères dans ma vie. C'est l'une des bonnes choses dans ma vie actuellement, sans compter les savoureux plats que nous partageons et rapportons à la maison. L'appétit m'est revenu !

Témoignage de Raymonde

Une expérience enrichissante... Oui, les cuisines collectives m'apportent des échanges entre les membres du groupe, qui partagent leurs recettes et leurs connaissances.

J'ai surtout appris comment gérer une cuisson, en fonction des fours et de la durée de cuisson de chaque aliment.

Consulter les circulaires pour profiter des rabais et diminuer le prix de l'épicerie.



Bailleurs de fonds / collaborateurs

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

Principaux bailleurs de fonds :



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

- Ville de Magog
- Municipalité de Stanstead
- Villa Pierrot
- Carrefour Jeunesse Emploi
- Éducation des adultes
- École Le Baluchon, Mansonville
- Phelps Helps
- Club d'âge d'or Eastman
- Le Rucher, Austin

Tables de concertation et/ou comités :

- Table de développement social
- Comité de financement RCCQ
- Gestion Multi loisirs
- Comité Santé éducation Stanstead
- Memphré en mouvement
- Table de jeunesse
- Comité de lutte à la pauvreté
- Comité SESAM

Nous sommes membres de :

- | | | |
|---|------|---|
| • Corporation de développement communautaire Memphrémagog | CDCM | Membre |
| • Regroupement des cuisines collectives de l'Estrie | RCCE | Vice-présidente au conseil d'administration |
| • Regroupement des cuisines collectives du Québec | RCCQ | Membre |
| • Regroupement des organismes communautaires de l'Estrie | ROC | Membre |

Perspectives d'action 2019 - 2020

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

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

Développer et soutenir les lieux de cuissons éloignés.

Promouvoir notre nouveau carton publicitaire dans toute la MRC.

Poursuivre nos activités jeunesse avec les partenaires.

Ressources humaines

Johanne Lavallée
DIRECTRICE



- Mandaté au fonctionnement de l'organisation à tous les niveaux
- Représente l'organisme à différents comités, tables ou regroupements
- En poste depuis 1998
- À temps plein (35 h /semaine)
- 1 731 heures de travail

Formations

- 4 formations
- Total : 4 h

Représentations

- 19 représentations
- Total : 64 h

Comités

- 41 rencontres
- Total : 125 h

Chantal Lambert
ANIMATRICE



- Anime des groupes de cuissons
- Anime différents ateliers thématiques.
- En poste depuis septembre 2003
- À temps plein (35 h/semaine)
- 1 629 heures de travail

Formations

- 4 formations
- Total : 12,5

Représentations

- 3 représentations
- Total : 7

Louise Lessard
ADJOINTE



- Assiste la direction.
- Accueille les gens et réponds aux demandes d'informations.
- Secrétariat
- En poste depuis février 2016
- 4 jours/semaine - 28 h/semaine
- 1 254 heures de travail

Formations

- 3 formations
- Total : 22,5 h

Représentations

- 2 représentations
- Total : 6 h

STAGIAIRES



- 1 Stagiaire en nutrition
4 semaines à raison de 35 h
Total : 140 h
- 1 Stagiaire en médecine
30 h

Conseil d'administration

Membres 2018 – 2019

Président : *Claude Bolduc* • **Vice-présidente** : *Lisane Boisclair*
Trésorière : *Francine Lefebvre* • **Secrétaire** : *Natasha Dionne*
Administratrice : *Julie Villeneuve*



Sur la photo, de gauche à droite
Francine Lefebvre, Lisane Boisclair, Natasha Dionne,
Johanne Lavallée, Julie Villeneuve et Claude Bolduc

Son rôle

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

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

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

Une bière au profit des Cuisines collectives

PATRICK TRUDEAU
ptrudeau@refletdulac.com

FINANCEMENT. Ayant l'habitude de supporter différentes causes à travers la communauté, la Microbrasserie La Memphré s'implique cette fois au profit des Cuisines collectives « Bouchée double » Memphrémagog, un organisme qui fête cette année son 25^e anniversaire.

L'organisme un montant d'un dollar pour chaque bière la « Collective » qui sera vendue au cours de la prochaine année. Cette ristourne est valable pour tous les formats offerts à ce populaire resto-bar, allant du verre de 10 onces jusqu'au pichet.

M. Pouliot agira également comme président d'honneur de cette campagne de financement, qui devrait rapporter plusieurs milliers de dollars.

Fondées officiellement en 1993, les Cuisines collectives « Bouchée double » ont

« Notre clientèle va même en augmentant. Au cours de la dernière année, on comptait sur 355 membres (réparties en 31 groupes) qui ont totalisé plus de 1000 participations », affirme la directrice générale et membre fondatrice de l'organisme, Johanne Lavallée.

« La campagne de financement arrive à un très bon moment pour nous. On a fait plusieurs changements au cours des dernières années (agrandissement des locaux, mise sur pied d'un site web, etc.), mais nos

sources de revenus ont stagné », ajoute-t-elle.

En plus d'offrir aux membres un moyen économique de préparer plusieurs repas et portions à l'avance, les Cuisines collectives permettent de briser l'isolement de façon agréable et utile. « Ce concept est vraiment intelligent. On devrait tous cuisiner en groupe de temps à autre et utiliser les produits de nos maraichers locaux », a fait valoir Todd Pouliot, lors du lancement officiel de la « Collective », le 11 avril dernier.

Revue de presse

Reflet du Lac ► Journal de Magog

► Cogeco Télévision



Les Cuisines collectives Bouchée Double Memphrémagog, représentées par Johanne Lavallée et Chantal Lambert, bénéficient des produits des bacs. Elles sont accompagnées d'Olivier Marleau (Jardins du Marais), Dominic Lamarre (Ilot innovatives) et Charles Alexandre Pelletier (Les Enfants Terribles). (Photo Le Reflet du Lac - Maryse Maffre)



Accompagnés de représentants d'organismes, la mairesse Vicki-May Hamm ainsi que les coprésidents d'honneur Jean-Claude Lapière et Marcel Lavoie ont dévoilé un montant record de 50 000 \$, au terme du 20^e Tournoi de golf du conseil municipal de Magog. Benoit Tremblay (prés.), à l'avant, sont ici accompagnés par quelques représentants d'organismes participants. (Photo Le Reflet du Lac - Patrick Trudeau)

Cuisines collectives « Bouchée double » Memphrémagog

Notre service s'adresse aux résidents de la MRC de Memphrémagog, hommes et femmes, de tout âge. Les cuissons sont d'une durée de 4 heures toutes les 2 semaines, du lundi au vendredi, entre 8 h 30 et 16 h 30. Un fonds de cuisine de denrées non périssables est fourni gratuitement.

Prochains ateliers: Cuisi-mots avec la Tableée des chefs/ateliers culinaires parents-enfants (6-12 ans) les lundis 26 novembre et 10 décembre, de 17 h 15 à 19 h 15. Gratuit. Pour infos et inscription: 819 868-2153 ou secretariat@cuisinescollectivesmagog.com

Cuisines collectives « Bouchée double » Memphrémagog

25 personnes ont souligné notre 25^e anniversaire lors de notre AGA le 11 mai dernier. Les membres du CA sont: Lisane Boisclair, Claude Bolduc, Natasha Dionne, Francine Lefebvre et Julie Villeneuve.

Notre service s'adresse aux résidents de la MRC de Memphrémagog, hommes et femmes de tout âge. Les cuissons sont d'une durée de 4 heures toutes les deux semaines du lundi au vendredi, entre 8 h 30 et 16 h 30. Un fonds de cuisine de denrées non périssables est fourni gratuitement. Vous pouvez vous joindre à un groupe en tout temps de l'année. Pour plus d'infos et inscription: 819 868-2153



À l'instar des 3 Mousquetaires, les organismes de la CDC Memphrémagog vont unir leurs forces le 8 novembre prochain, lors de leur journée annuelle. Les dirigeants de la CDC sont: coprésidents d'honneur Jean-Claude Lapière et Marcel Lavoie (à l'extrême droite) ont dévoilé la bonne nouvelle en compagnie de Johanne Lavallée (Cuisines collectives), Manon Couture (Chambre de commerce), et Benoit Tremblay (MRC de Memphrémagog). (Photo Le Reflet du Lac - Patrick Trudeau)

Un tournoi de golf réussi sur toute la ligne

Le 20^e Tournoi de golf du conseil municipal de Magog a été un succès sur toute la ligne (voir autre texte en page 18). Voici quelques photos supplémentaires qui témoignent de l'ambiance qui régnait tout au long de cette journée, le 7 septembre dernier au Club Venise.



Bénévole de longue date, Lucie Lessard.

Des bénévoles et représentants d'organismes étaient sur le terrain pour donner de l'information et offrir un peu de ravitaillement aux joueurs. On reconnaît ici Lyne Leblond (Banque alimentaire), Sophie Camille (Carrefour jeunesse emploi) et Claudia Poirier (Carrefour jeunesse emploi). (Photo Le Reflet du Lac - Marc Bergeron)



Une somme record de 50 000 \$ a été amassée lors de cette 20^e édition. La mairesse Vicki-May Hamm et le coprésident d'honneur Marcel Lavoie (à l'extrême droite) ont dévoilé la bonne nouvelle en compagnie de Johanne Lavallée (Cuisines collectives), Manon Couture (Chambre de commerce), et Benoit Tremblay (MRC de Memphrémagog). (Photo Le Reflet du Lac - Patrick Trudeau)



Brunch de la rentrée

Les Cuisines collectives « Bouchée double » Memphrémagog ont tenu leur brunch annuel de la rentrée, le 30 août dernier, en compagnie d'une cinquantaine de personnes. Les Cuisines collectives s'adressent à toute la population de la MRC de Memphrémagog et on peut joindre un groupe de cuisson en téléphonant au 819 868-2153. (P.T.)

Les membres des Cuisines collectives ont préparé près de 16 000 portions

PATRICK TRUDEAU
ptrudeau@lerefletdulac.com

BILAN. Une soixantaine de nouveaux membres et un total de 15 990 portions cuisinées, voilà une partie du bilan de l'organisme Cuisine collectives « Bouchée double » Memphrémagog, qui vient de compléter une 25^e année d'opération.

Implantées pour permettre à des citoyens de cuisiner en groupe et de briser l'isolement dans

certains cas, les Cuisines collectives ont vu leur clientèle se modifier au fil des ans.

Alors qu'on comptait beaucoup plus de jeunes adultes en 2003 (68% de 18-40 ans et 32% de 41 ans et plus), cette proportion était à l'inverse en 2018 (34% de 18-40 ans et 66% de 41 ans et plus). « Il y a plus de personnes seules et à un groupe des cuisines collectives, la diversité est vraiment présente. La doyenne est âgée de 85 ans. La directrice de l'organisme, J

Au cours de la dernière année, on notait aussi un total de 148 membres répartis à travers 31 groupes de cuisson.

Afin de souligner ce quart de siècle en beauté, les dirigeants des Cuisines collectives ont

aussi actualisé leur logo, qui se retrouvera dans le présentoir du Centre communautaire de Magog et dans différents lieux publics de la MRC de Memphrémagog.

Pour info : 819 868-2153

Centraide redistribue 92 767 \$ dans la MRC de Memphrémagog



La nouvelle directrice générale de Centraide Estrie, Marie-Hélène Wolfe (au centre), était accompagnée des représentants d'organismes lors de la remise annuelle à la MRC de



Le Comité de lutte à la pauvreté Memphrémagog invite les citoyens à son activité annuelle, le 17 octobre au Centre communautaire de Magog.

(Photo Le Reflet du Lac - Patrick Trudeau)

ORGANISMES



Dons annuels de l'AREQ

La section Memphrémagog de l'AREQ (Association des refuges alimentaires de Québec) a récemment procédé à sa remise annuelle de dons à la Fondation Laure-Gaudreault. Cette année, le Centre d'activités, les Cuisines collectives « Bouchée double » (250 \$) et la Banque alimentaire (250 \$) se partagent un total de 782 \$. De gauche à droite, on reconnaît Nathalie Noël (CAB de Magog), Brigitte Roy (prés. AFQ), et la Fondation Laure-Gaudreault. Les représentantes des Cuisines collectives et la Banque alimentaire étaient absentes au moment de la photo. (P.T.) (Photo Le Reflet du Lac)

Prochaine activité : Les délices de Noël (cuisson de biscuits de Noël) le jeudi 6 décembre de 13 h à 15 h 30. Gratuit. Les enfants de 3 ans et plus, accompagnés de leurs parents, sont les bienvenus. Inscription avant le 29 novembre. Pour infos et inscription : 819 868-2153 ou secretariat@cuisinescollectivesmagog.com



Quelques représentants d'organismes étaient présents à Magog récemment pour la remise de dons par Caritas Estrie. De gauche à droite: Louise Lévesque (Loisirs Actifs), Léo Richard (Centre catéchétique), Yvon Bélair (Chevaliers de Colomb), Johanne Lavallée (Cuisines collectives), Valérie Grandbois (Banque alimentaire), Bernard Guay (prés. Caritas Estrie), Johanne Martel (Partage Sainte-Catherine), Yvon R. Couture (dir. gén. Caritas Estrie) et Collin Côté (Villa des Cœurs-unis). (Photo gracieuSeté - Caritas)



Des représentants de 25 organismes posent ici en compagnie d'élus magogois, lors de la remise de subventions qui a eu lieu le 11 février dernier à l'Hôtel de Ville.

(Photo gracieuSeté - Ville de Magog)

Nos coordonnées

CUISINES COLLECTIVES « BOUCHÉE DOUBLE »

95, rue Merry Nord, 3^e étage
Magog (Québec) J1X 2E7
☎ Tél : 819-868-2153

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



Facebook :

Cuisines Collectives « Bouchée Double »
Memphrémagog



Mangez bien,
portez-vous bien!

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

Cuisinez en groupe
de 3 à 6 personnes.



Pour nous joindre:
☎ 819-868-2153
direction@cuisinescollectivesmagog.com
animation@cuisinescollectivesmagog.com
secretariat@cuisinescollectivesmagog.com

Suivez-nous 

cuisinescollectivesmagog.com