



Évoluer dans la communauté

Rapport annuel
2022-2023



**BOUFFE
ACTION**
De Rosemont
— Organisme —
Sécurité alimentaire



MOT DE LA PRÉSIDENTE

Chers membres et partenaires de Bouffe-Action de Rosemont, c'est avec un immense plaisir que nous vous présentons le bilan de notre année 2022-2023.

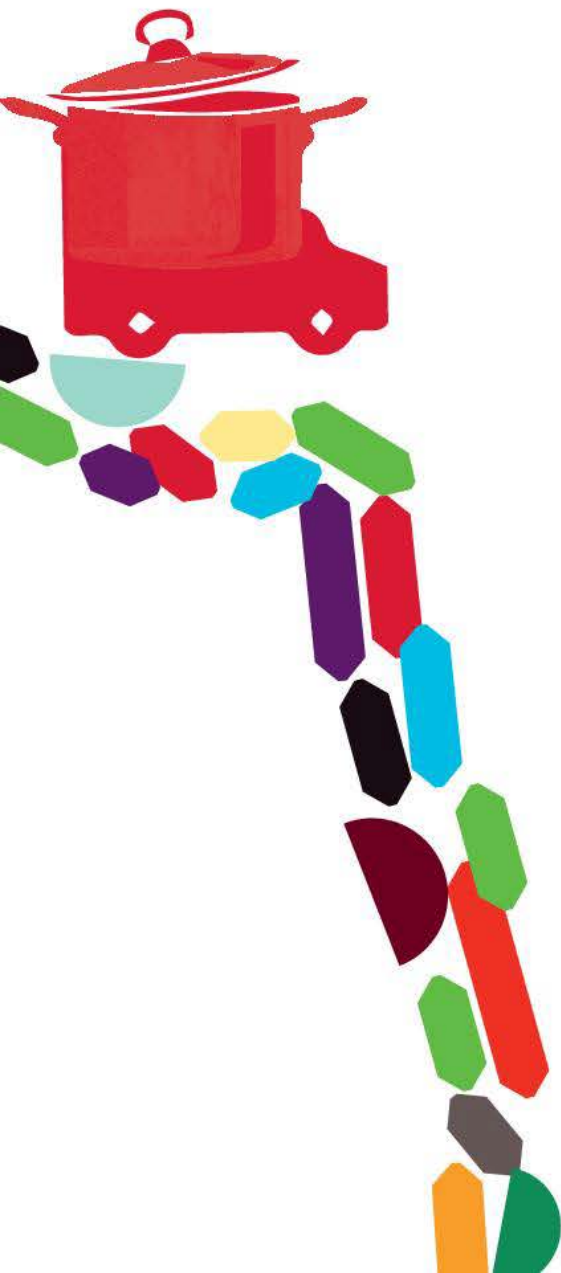
Cette année fut encore une fois une année bien remplie pour Bouffe-Action. Dans le contexte actuel, les enjeux en sécurité alimentaire sont bien présents pour plusieurs ménages québécois. Les besoins sont plus importants que jamais et Bouffe-Action a redoublé d'efforts afin d'appuyer la population de Rosemont dans ces temps difficiles et de contribuer à la santé et à l'autonomie alimentaire de nos membres. Devant une demande croissante pour nos activités, nous avons multiplié les démarches afin d'obtenir plus de financement et de développer de nouveaux axes pour soutenir le plus grand nombre de membres possible. Nous sommes par ailleurs très fiers et fières d'avoir inauguré cette année nos nouveaux locaux à Beer-Scheba grâce à un partenariat avec le Conseil d'église de Beer-Scheba afin de donner une nouvelle dimension au Pôle logistique alimentaire de Rosemont. Un autre exemple comme quoi Bouffe-Action continue sans cesse de trouver des solutions innovantes pour développer ses activités de lutte contre l'insécurité alimentaire.

Nous ne pouvons qu'être fiers et fières du travail incroyable de toute l'équipe de Bouffe-Action et de l'ambiance que vous tous, chers employés, bénévoles et membres, avez su y créer. Bouffe-Action est un lieu de rassemblement, d'entraide et d'acceptation où tout le monde a sa place. L'équipe de Bouffe-Action se dévoue chaque jour à mener la difficile bataille contre l'insécurité alimentaire et à faire de Rosemont une communauté où plus de gens auront accès à des aliments frais et sains et développeront une autonomie alimentaire.

Sur une autre note, j'en profite également pour remercier notre cher Xavier qui a accepté de prendre la relève de Laurence et d'assurer un intérim rempli de succès pour Bouffe-Action. Xavier continue de remplir ce rôle avec l'énorme dynamisme et dévouement qu'on lui connaît tous... Merci Xavier! Pendant ce temps, la grande famille de Bouffe-Action continue de s'agrandir puisque Laurence a donné naissance à la petite Lou il y a quelques mois... On lui souhaite donc la bienvenue dans la belle, grande et accueillante famille de Bouffe-Action!

En terminant, je tiens à tous et toutes vous remercier, les employés, la direction, les membres et bénévoles, les partenaires et les administrateurs pour votre constant support et votre travail acharné pour Bouffe-Action de Rosemont!

STÉPHANIE
LABRECQUE





MOT DE LA DIRECTRICE GÉNÉRALE

Plus de 30 ans que BAR évolue pour répondre aux besoins de la communauté et ce n'est pas près de s'arrêter!

Au cours de cette dernière année, nous avons eu le plaisir de retrouver nos membres et d'en accueillir plusieurs nouveaux dans nos ateliers de cuisine et dans nos jardins. En plein contexte postpandémique et d'importante inflation, c'était une année de développement majeur pour le Pôle logistique de Rosemont. Le rôle de Bouffe-Action est plus que jamais essentiel pour la communauté.

Sur une note plus personnelle, j'accueille cette année, un nouveau et merveilleux petit être dans ma famille. Ainsi, c'est avec une grande confiance que j'ai demandé à mon cher collègue Xavier de relever le défi de l'intérim en mon absence. Défi qu'il a accepté sans hésiter. Merci à lui, et merci aussi à l'équipe et au conseil d'administration d'assurer la poursuite des activités de l'organisme. Il y a tant de personnes extraordinaires qui gravitent autour de Bouffe-Action et prennent part à son évolution. J'ai l'immense joie d'être témoin de la fierté des participant.e.s, bénévoles, employé.e.s, partenaires, membres du conseil d'administration et bailleurs de fonds qui contribuent à l'atteinte de la mission de Bouffe-Action; je partage évidemment ce sentiment de fierté. Bouffe-Action, c'est une recette gagnante : une grande famille qui vous accueille immédiatement comme l'un des siens, sans contrepartie, avec dignité, et aussi longtemps que désiré.

A toutes et tous, merci pour votre implication, j'ai hâte de vous retrouver!

Ensemble, continuons à faire évoluer Bouffe-Action et sa communauté!

LAURENCE ARBOGAST



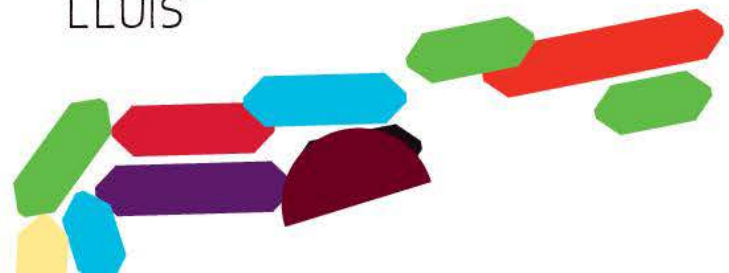
MOT DU DIRECTEUR GÉNÉRAL PAR INTÉRIM

Un jour, un collègue me demande : Puis Xavier, ton nouveau poste comme directeur général par intérim? Je réponds : stress, insomnie, crises de panique, acidité, plus de cheveux blancs, rendez-vous chez le psy...

Bref, un vrai défi que j'ai accepté de relever par amour pour Bouffe-Action que je porte depuis maintenant 17 ans. Mon choix a aussi été guidé par la volonté d'honorer la confiance que m'a accordée la direction et l'ensemble des membres du conseil d'administration de l'organisme.

C'est une fierté pour moi de faire partie de cette grande famille qui dessert depuis plus de 30 ans la communauté rosemontoise! Ce défi me serait insurmontable sans le support inconditionnel de mes collègues et des membres du conseil d'administration. Longue vie à Bouffe-Action!

XAVIER LLUIS





L'HUMAIN EST AU CŒUR DE NOS ACTIONS !



Notre mission

Dans la communauté depuis 1991, Bouffe-Action de Rosemont est un organisme communautaire qui travaille à améliorer la qualité de vie et le bien-être des Rosemontois.e.s en proposant des activités collectives, participatives et éducatives ainsi que des espaces d'échange autour de la sécurité alimentaire.

Notre vision

Nous œuvrons au cœur de notre communauté pour offrir, dans un esprit novateur, des activités porteuses d'apprentissages et de partage. L'objectif ultime est que chaque citoyen.ne acquière une plus grande autonomie alimentaire.

Notre approche

Afin que les citoyen.ne.s puissent mieux se nourrir en quantité et en qualité, nous favorisons une prise en charge et un soutien dans le développement de leurs compétences culinaires, horticoles et nutritionnelles. Les activités se déroulent en petits groupes, dans une atmosphère d'échange et d'apprentissage conviviale.

Nos activités

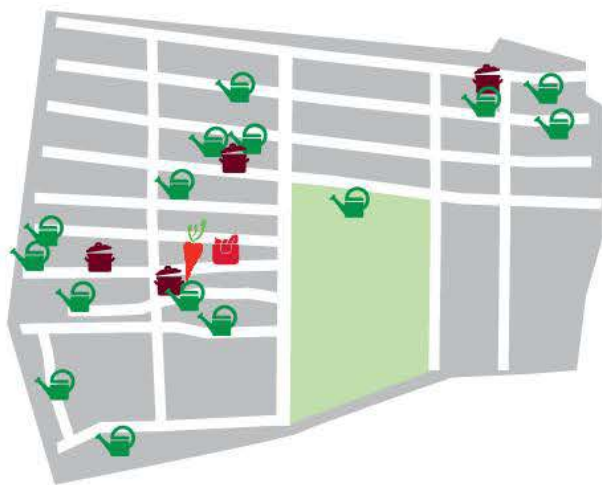
Notre mission se divise en cinq volets principaux : les cuisines collectives, les jardins collectifs, les ateliers enfance-famille, le Pôle logistique alimentaire de Rosemont ainsi que les activités d'éducation populaire.

À ces programmes s'ajoutent de nombreuses activités ponctuelles parfois organisées en partenariat avec d'autres organismes du quartier. De plus, Bouffe-Action est fiduciaire du Magasin-Partage de Noël de Rosemont.

Nos lieux d'intervention

Ayant le souci de répondre aux besoins en sécurité alimentaire de l'ensemble des citoyen.ne.s de Rosemont, Bouffe-Action de Rosemont diversifie ses lieux d'intervention. L'organisme est présent de l'ouest à l'est du quartier, et ce, depuis plus de 30 ans.

Bouffe-Action est particulièrement fier d'animer des jardins collectifs, des cuisines collectives ainsi que des ateliers pour les parents et les enfants dans l'est de Rosemont, un secteur reconnu comme un désert alimentaire et communautaire.



CUISINES



JARDINS



BOUFFE-ACTION
DE ROSEMONT



PÔLE
DE ROSEMONT

FAITS SAILLANTS



Ateliers Enfance-Famille

8 groupes incluant
68 familles participantes
69 ateliers de cuisines
8 790 portions cuisinées
ensemble



Jardins collectifs

15 groupes
de jardins dont
4 dans l'est
330 activités
de jardins
Plus de **1 300** kg
de fruits et légumes
récoltés



Cuisines collectives

12 groupes de
cuisines dont 2
dans l'est
82 activités de
cuisines
6 560 portions
de repas cuisinées
collectivement



Magasin-Partage de Noël

330 ménages à faible revenu
habitant Rosemont desservis
50 partenaires impliqués
dans le projet
Plus de **170** bénévoles ayant
donné de leur temps



Pôle logistique

152 tonnes de surplus
et d'invendus redistribués
dans **25** initiatives en
sécurité alimentaire
Plus de **1 000**
ménages desservis
chaque semaine via les
organismes partenaires
4 800 heures de
bénévolat réalisées

PORTRAIT DU QUARTIER



Rosemont–La Petite-Patrie est un arrondissement de la ville de Montréal. Sa superficie est de 11 km² et sa population est de 146 501 habitants, ce qui en fait le deuxième arrondissement le plus peuplé de Montréal.¹

La population de Rosemont est grande mais aussi très diversifiée. Certaines personnes sont plus aisées mais de nombreuses personnes qui habitent dans le quartier vivent avec des facteurs de vulnérabilité.

Une proportion non négligeable de Rosemontois.e.s vivent en situation d'insécurité alimentaire, donc ont un accès inadéquat ou incertain aux aliments. Ce sont particulièrement les jeunes, les familles et les personnes issues de l'immigration qui sont à risque de faire face à cet enjeu.² La principale cause d'insécurité alimentaire réside dans un budget insuffisant pour acheter des aliments.³ Cette problématique a été particulièrement prévalente dans la dernière année vu l'augmentation du coût la vie. En effet, les frais de loyers et du transport ont augmenté de même que le panier d'épicerie qui coûte en moyenne 10 % plus cher qu'il y a un an.⁴ Plusieurs autres facteurs influencent la capacité des habitants de Rosemont à se procurer de la nourriture, comme l'accessibilité géographique aux commerces du quartier.⁵ En fait, 27 % de Rosemont est considéré comme un désert alimentaire, ce qui complique les déplacements au supermarché, et ce, particulièrement pour les habitants de l'est du quartier.⁶

Il a également été soulevé que beaucoup de Rosemontois.e.s ont un réseau de soutien fragile. Les personnes séparées, veuves, vivant seules ou monoparentales sont particulièrement à risque de manquer de soutien de la part de leur entourage et donc, d'être plus vulnérables face aux difficultés du quotidien.⁷

Voici quelques statistiques qui dressent un portrait des habitants de Rosemont⁸ :

Familles



23 % des ménages sont composés d'enfant(s)
35 % des familles sont monoparentales

Aîné.e.s



14 % de la population est âgée de 65 ans et plus
31 % des personnes âgées sont à faible revenu (comparativement à 24 % à Montréal)

Personnes seules



51 % des ménages sont composés d'une personne vivant seule (comparativement à 42 % à Montréal)

Immigrant.e.s



20 % de la population du secteur est issue de l'immigration

Encore plus de personnes issues de l'immigration habitent dans l'est du quartier

Sources : 1) Ministère des Affaires municipales et de l'Habitation du Québec : Décret de population 2023 – Municipalités locales, arrondissements, villages nordiques et territoires non organisés. 2) INSPQ, COVID-19 – Pandémie et insécurité alimentaire : évolution du 2 avril 2020 au 26 avril 2021 : Sondages sur les attitudes et comportements de la population québécoise, 2021.3) Tarasuk V, Mitchell A. (2020). Insécurité alimentaire des ménages au Canada, 2017-18. Toronto : Research to identify policy options to reduce food insecurity. 4) Statistique Canada. Tableau 18-10-0004-03 Indice des prix à la consommation, données mensuelles, variation en pourcentage. 5) Comité technique Accès à une saine alimentation, Table métropolitaine en sécurité alimentaire de la CMM. 6) Le Devoir, Habitez-vous dans un désert alimentaire ?, 11 juillet 2022 7) Gravel, M. et al. (2016). Le positionnement de la région et des territoires de centres locaux d'emploi d'après l'indice de défavorisation matérielle et sociale, 2011; Montréal, Québec, Institut de la statistique du Québec. 8) Statistique Canada, Recensement de la population de 2021.

Revenu des ménages



16 % des habitants du quartier sont considérés à faible revenu

20 % des Rosemontois.e.s ont un revenu familial annuel inférieur à 30 000 \$

Locataires



69 % des ménages sont locataires

24 % des ménages consacrent au moins le tiers de leur revenu aux frais de logement

Plus de 1000 unités de logements sociaux et communautaires composent le quartier.

Dépannage alimentaire



Plus de 800 ménages par mois font appel à un dépannage alimentaire

8 centres de dépannage offrent du soutien alimentaire dans le quartier

À travers ses différents projets, Bouffe-Action apporte du soutien à de nombreux habitants de Rosemont qui vivent avec des facteurs de vulnérabilité au niveau alimentaire, social et bien plus!



PROFIL DES 270 MEMBRES



82 %

sont des femmes



15 %

sont des hommes



39 %

des membres ont 51 ans et plus



38 %

des membres font partie d'une famille avec enfant(s)



14 %

des membres sont monoparentaux



49 %

des membres vivent seuls



31 %

des membres sont issus de l'immigration



46 %

des membres ont un revenu familial annuel inférieur à 30 000 \$



JARDINS COLLECTIFS



OBJECTIFS

- Améliorer la sécurité alimentaire et la saine alimentation
- Apprendre à jardiner dans un cadre convivial et favoriser l'autonomie
- Favoriser l'inclusion des personnes en situation de vulnérabilité
- Briser l'isolement et développer l'entraide





Les Jardins collectifs invitent les gens du quartier Rosemont à jardiner ensemble sur un même site. Les tâches de plantation, d'entretien et de récolte sont partagées entre les membres du groupe.

Ayant pris beaucoup d'expansion l'année dernière, nous avons cette année misé sur la consolidation de l'équipe, des projets et de la relation avec les membres et les partenaires. Nous sommes fiers de pouvoir dire : mission accomplie! Une équipe dévouée, des membres engagé.es, des jardins luxuriants et des relations de confiance avec les différents acteurs.trices du quartier. C'est ainsi que nous avons choisi de prendre soin de notre communauté.

Nos participant.e.s

Les jardins collectifs sont des milieux de vie où les membres bénéficient d'un espace de socialisation et de support avec leurs pairs. C'est particulièrement important pour certaines personnes sachant que **plus de 50 % des participant.e.s sont des personnes vivant seules.**


Les jardins collectifs accueillent une très grande diversité de participant.e.s, ce qui en fait la richesse. Les animateurs.trices s'assurent que chacun.e trouve sa place dans cette activité collective.



Le jardin collectif Providence est situé dans la cour d'un CHSLD. Le potager est un tableau vivant qui change toutes les semaines. Je suis heureuse de voir l'émerveillement dans les yeux des résident.e.s du CHSLD et des enfants qui nous accompagnent. On s'entraide, on apprend beaucoup et je peux reproduire les techniques apprises chez moi de manière autonome.

Les enfants, qu'ils jardinent ou non, sont exposés à cet univers et apprennent eux aussi! Clémence a fabriqué des chasse-écureuils, des bombes de semences et a même ramené un hôtel à insectes à la maison! Les plus jeunes participent à la communauté et cultivent des aptitudes sociales comme l'autonomie et le respect! D'ailleurs, ce qui vaut pour les enfants vaut aussi pour nous!

Enfin, les jardins, ce n'est pas simplement semer, planter, récolter ou faire des économies sur mon panier d'épicerie, mais c'est surtout des rencontres et je me suis fait de nouveaux amis!

— Anne-Marie, accompagnée de sa fille Clémence 6 ans du jardin collectif famille de Providence 



Impacts

Favoriser l'accessibilité à une saine alimentation

En moyenne, chaque participant.e récolte 1,5 kg de fruits et légumes par semaine à partir de mi-juin. En plus de la satisfaction de cultiver et récolter ses propres aliments, cela vient donner un réel coup de pouce aux ménages, en rendant accessible gratuitement des denrées fraîches, biologiques et qui contribuent à une alimentation saine.

Offrir un lieu de socialisation

Les jardins collectifs sont avant tout un milieu de vie pour les participant.e.s qui s'approprient leur espace en groupe. Les jardins sont un moyen de briser l'isolement pour certain.e.s en plus d'être un milieu stimulant pour les enfants, un répit pour les parents et sans nul doute un lieu de rencontre pour toute.s.

Créer un lieu d'apprentissage par l'éducation populaire

Les jardins collectifs sont un lieu de partage de connaissances et d'expériences. Une approche biologique et écologique de l'agriculture urbaine est privilégiée. Que ce soit les animateurs.trices horticoles ou les participant.e.s eux-mêmes, chacun.e contribue au savoir collectif et au succès des jardins. Les participant.e.s sont accompagnés sur une période de plus de 5 mois, ce qui favorise l'apprentissage de nouvelles habiletés et le développement d'un sentiment d'accomplissement. Ils apprennent à s'occuper d'un jardin de A à Z et disent avoir plus le goût de cuisiner après les ateliers.

Promouvoir l'entraide

La notion de collectivité est essentielle dans ce projet puisqu'elle met en valeur l'entraide, le partage et le faire ensemble, des valeurs ancrées dans l'esprit des jardins de Bouffe-Action.




Bons coups


Cette année, Bouffe-Action a encouragé les habitant.e.s du complexe de logements sociaux de la 2^e avenue à se réapproprier le jardin se situant sur leur terrain. Des efforts déployés, tels que l'organisation de fêtes pour rejoindre les familles ainsi qu'une belle collaboration avec notre partenaire chez Gérer Son Quartier, nous ont permis d'encourager l'esprit de communauté. Les habitant.e.s sont majoritairement issus de l'immigration et leur participation encourage l'appropriation de leur propre espace et l'amélioration de leur tissu social, ce qui est bénéfique à leur sentiment d'intégration à la communauté. Nous avons pu remarquer que graduellement au cours de l'été, les familles se sentaient de plus en plus à l'aise d'échanger entre elles et de participer à ce beau projet collectif. Nous souhaitons garder cette formule et même la renforcer l'année prochaine.

Un autre bon coup a été le grand engouement pour les cuisines offertes à certains groupes de jardins. Les ateliers de cuisine, animés par la nutritionniste, étaient de très beaux moments laissant place à la créativité et à l'enthousiasme des participant.e.s, petits et grands. Les ingrédients cuisinés, inspirés des récoltes, ont permis d'obtenir des plats savoureux à déguster ensemble dans une ambiance chaleureuse.

Le jardin collectif est une belle occasion de se rapprocher de la nature tout en apprenant des techniques de jardinage dans un environnement rempli de bienveillance de la part des animatrices. Un bon moment pour se retrouver et passer du bon temps avec mes ami.e.s du jardin!

— Lyson, participante du jardin à mobilité réduite 

J'aime beaucoup ce temps passé au jardin, ces moments m'apportent calme et vie. Voir pousser ce que nous avons planté est une pure merveille. Le temps passé avec les mains dans la terre est magique. Merci pour ces moments.

— Vittoria Bavota, participante d'un jardin pour ainé.es 

230

participant.e.s

15

groupes ont jardiné
ensemble dans :

5

jardins réguliers

2

jardins parents-enfants

4

jardins enfants

4

jardins pour personnes
à mobilité réduite

4

jardins situés dans
l'est de Rosemont

330

ateliers de Jardins dont environ

22

séances par groupe

8

cuisines avec des jardinier.es
(enfants, familles ou adultes)

10

visites de la nutritionniste

Plus de 1 300 kg
de fruits et légumes récoltés
en 2022



Aller plus loin

La nature est régie par le cycle des saisons et limite la période de jardinage extérieur. Pour étendre sa saison et enrichir l'offre des fruits et légumes récoltés, les jardins collectifs souhaiteraient acquérir des infrastructures permettant la production de leurs propres semis au printemps.



CUISINES COLLECTIVES



OBJECTIFS

- Améliorer la sécurité et l'autonomie alimentaire
- Favoriser l'inclusion des personnes en situation de vulnérabilité
- Apprendre aux participant.e.s à gérer un budget d'épicerie
- Briser l'isolement, créer un réseau d'entraide et un milieu de vie

Les cuisines collectives sont des lieux d'inclusion qui permettent à un groupe de participant.e.s de préparer ensemble des plats économiques sains et appétissants à rapporter à la maison. Les cuisines collectives comptent plusieurs groupes : les groupes réguliers et les groupes spécialisés. Ces derniers groupes s'adressent spécifiquement à des personnes à mobilité réduite, vivant avec des maladies dégénératives, des déficiences intellectuelles légères, des traumatismes crâniens, des handicaps majeurs ou autres limitations. Collectivement, les cuisines donnent aux personnes le pouvoir d'accéder à une nourriture de qualité, en quantité suffisante et à moindre coût (environ 1 \$ par portion). Les cuisines permettent aux membres de comprendre les bases d'une saine alimentation et des techniques de cuisine tout en planifiant des repas avec un budget limité. Après chaque séance de cuisine, tous les participant.e.s repartent avec une vingtaine de portions de repas cuisinés prêts à congeler. Ces ateliers sont également une opportunité d'échanges dans une ambiance conviviale priorisant une démarche inclusive tout en respectant les connaissances et les limites de chacun.


Cette année, c'était un quasi-retour à la normalité pour les groupes de cuisines collectives ! Les participant.e.s apprécient de se rencontrer à nouveau lors des ateliers de cuisine. Les membres sont motivés et démontrent une fierté à participer aux activités de Bouffe-Action. Plusieurs considèrent les cuisines collectives comme un lieu important pour leur socialisation. En effet, de nombreux.se.s participant.e.s nomment l'isolement ou le désir de rencontrer d'autres personnes comme motivation première à participer aux cuisines. Quelques absences ont toutefois été observées dans les groupes, car les participant.e.s sont très prudents et sensibles à protéger les autres d'une possible infection.

Également, cette dernière année a été marquée par une inflation importante du coût des aliments. Les cuisines collectives ont toutefois réussi à réduire l'impact de cette charge supplémentaire en collaborant avec un autre projet de Bouffe-Action, le Pôle logistique alimentaire. Ce projet de récupération d'inendus a permis de fournir gratuitement une partie des ingrédients nécessaires lors des cuisines et donc, à maintenir et même à réduire le coût de la cuisine pour les participant.e.s! Ces efforts permettent de diminuer l'impact néfaste de l'augmentation du coût de la vie pour nos participant.e.s, qui, pour la grande majorité, vivent avec des facteurs de vulnérabilité. Ainsi, les cuisines collectives continuent à assurer l'accès des participant.e.s à de la nourriture saine et savoureuse.



Je me suis inscrite à la cuisine collective d'abord pour rencontrer des gens du quartier, et aussi parce que j'adore cuisiner ! J'ai eu la chance d'intégrer un groupe de personnes super sympathiques, que j'ai beaucoup de plaisir à revoir tous les mois. Mathilde, notre animatrice, nous aide à nous organiser pour que les recettes qu'on prépare restent dans le budget et que tout se passe bien le jour J.

Bref, on cuisine, on jase, on rit, et on repart avec de bons petits plats !

— Clotilde, participante aux cuisines collectives 

66
participant.e.s

12
groupes de cuisine dont :

6
groupes spécialisés (mobilité réduite, maladies dégénératives, déficience intellectuelle légère ou autres limitations)

6
groupes réguliers

82
activités de cuisines collectives

3
lieux de cuisines, dont 1 dans l'est de Rosemont

6 560 portions
cuisinées collectivement

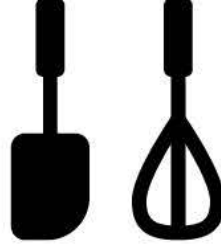
Plus de **200**
interventions (appels et visites)



D'entrée de jeu, je ne savais pas trop à quoi m'attendre de cette activité. Néanmoins, les animateurs/animateuses et les autres participant.e.s m'ont mis en confiance dès la première rencontre. De ce fait, je participe maintenant avec un malin plaisir et je m'investis beaucoup plus et mon implication est grandement appréciée. Merci encore à toute l'équipe de Bouffe-Action et aux autres participant.e.s.

— Philippe, participant aux cuisines collectives 





Impacts

Accompagner les participant.e.s vers une acceptation de soi, de leurs capacités et de leur autonomie en cuisine

Un des objectifs les plus importants dans les cuisines collectives est de cheminer avec les participant.e.s à leur propre rythme. En effet, l'organisme a vu passer de nombreuses personnes vivant des difficultés diverses. Les cuisines ont été pour eux un espace stimulant qui leur a permis de développer un sentiment d'appartenance et d'égalité au sein du groupe en focalisant sur le positif. De plus, les activités sont un lieu de partage respectueux, bienveillant et sécuritaire où la joie et l'humour allègent le quotidien des participant.e.s.

Briser l'isolement et créer un réseau d'entraide et de soutien dans une ambiance inclusive pour tou.te.s

En ce retour à la normalité, les cuisines collectives continuent à contribuer au bien-être global des participant.e.s. Les activités diminuent l'isolement et offrent du soutien aux participant.e.s, car notre équipe est toujours là pour eux et elles. Le sentiment de confiance et d'appartenance de nos membres envers notre organisme est plus fort que jamais.

Améliorer les habitudes alimentaires en introduisant des recettes saines et savoureuses

Les participant.e.s sont encouragé.e.s à développer leur curiosité en cuisine et plusieurs sont très ouverts et motivés à découvrir de nouvelles saveurs. Les ateliers proposent des recettes faciles et saines aux participant.e.s. Ainsi, ces recettes peuvent être reproduites à la maison, ce qui a un effet positif sur les habitudes alimentaires et la santé des participant.e.s.

Encourager les participant.e.s à développer leurs capacités de planification et de gestion budgétaire

Les repas préparés par soi-même sont moins coûteux et souvent plus savoureux que ceux vendus en épicerie et en restauration. De plus, les cuisines impliquent les participant.e.s dans la planification des recettes choisies en groupe ainsi que dans la gestion du budget, ce qui développe l'autonomie de chacun.e.



Pour la suite...

Les cuisines collectives souhaitent renforcer les différents groupes existants particulièrement ceux dans l'est de Rosemont ainsi que d'ouvrir un nouveau groupe spécialisé avec une clientèle bien particulière, à suivre!



ATELIERS ENFANCE-FAMILLE



OBJECTIFS

- Améliorer les habitudes alimentaires des familles et favoriser l'autonomie alimentaire
- Permettre aux futurs et nouveaux parents d'économiser temps et argent sur la préparation des repas
- Favoriser un plus grand sentiment de compétence parentale
- Créer un lieu de rencontre, d'échange et de solidarité en plus de briser l'isolement
- Encourager la connaissance et l'utilisation des ressources du quartier



Depuis 1994, Bouffe-Action innove pour diversifier les activités de cuisine offertes aux jeunes parents. Les ateliers enfance-famille sont conçus pour répondre à un besoin réel des parents et de leur famille en offrant un accompagnement dans la préparation des repas de la grossesse jusqu' à ce que les enfants atteignent 12 ans.

Ces ateliers sont avant tout des lieux accueillants, chaleureux et inclusifs dans lesquels les parents peuvent échanger sur leur réalité et recevoir du soutien en lien avec les différents défis vécus en contexte familial. En effet, devenir un parent est une expérience unique en son genre. Malgré tout le bonheur que la parentalité apporte, il ne faut pas nier qu'elle engendre aussi énormément de défis communs à tous les nouveaux parents peu importe leur revenu, leur niveau de scolarité, leur réseau de soutien, etc. Tous vivent des défis semblables, chacun à leur manière. Particulièrement cette année, en plus des défis du quotidien, se sont ajoutées les séquelles laissées par la pandémie et l'inflation des produits alimentaires. En effet, l'augmentation du coût de la vie a beaucoup affecté le pouvoir d'achat des familles en plus de changer leurs habitudes alimentaires et donc leur qualité de vie.

Le profil de nos participant.e.s a décidément changé et les facteurs de vulnérabilité avec lesquels ils et elles vivent au quotidien se sont multipliés. En fait, de plus en plus de participant.e.s ont un travail, mais n'arrivent tout de même pas à joindre les deux bouts. Plusieurs ont dû faire des sacrifices, revoir leurs plans et réviser leurs priorités pour pouvoir faire face à leur nouvelle réalité économique. Ce bouleversement peut apporter encore d'avantage de pression au sein du couple et dans la famille. Dans ce sens, les interactions lors des ateliers enfance-famille sont importantes car elles apportent du soutien à tous les membres du groupe en plus du plaisir de cuisiner ensemble!



Les ateliers enfance-famille de Bouffe-Action incluent quatre activités différentes :



Ateliers Alimentation futures mamans
(femmes enceintes)



Ateliers Nourrissons nos poupons
(parents de poupons)



Cuisines Parents-aux-fourneaux
(familles d'enfants de 6-12 ans)



Cuisines Boulot-Cuistot
(familles d'enfants de 0-5 ans)



Je me considère privilégiée d'avoir pu participer aux ateliers de purée ce printemps.


En premier lieu, l'atelier m'a permis d'offrir à mon bébé une alimentation saine et variée, tout en m'enlevant une partie de la charge mentale liée à l'introduction des aliments solides. Au fil des semaines, j'ai repris confiance en mes habiletés culinaires et j'ai eu envie de recommencer à cuisiner davantage à la maison, malgré les défis que cela représente.

Les ateliers étaient toujours bien organisés, se déroulaient efficacement et l'ambiance y était très bonne. L'accueil des participantes était impeccable.

Un grand nombre d'informations très utiles pour les familles nous ont été transmises pendant les ateliers, tant sur la nutrition que sur les services disponibles à proximité. J'ai apprécié les interventions de notre coordinatrice, qui étaient toujours faites de manière très délicate, ce qui crée un climat propice aux échanges, sans jugement.

J'ai apprécié rencontrer des mamans de mon quartier, provenant de différents milieux et de pouvoir échanger avec elles de notre expérience de la maternité. L'atelier est aussi un moyen de sortir de la maison, de briser l'isolement et d'apprendre à confier notre enfant à une gardienne pour la première fois.

Je recommanderais l'expérience à toutes les nouvelles mamans (et papas) sans hésiter. J'espère que le service demeurera offert très longtemps, car le besoin est réel.

– Raphaëlle, participante de Nourrissons nos poupons au printemps 2022 

Impacts

Nous avons observé une participation record lors de la dernière année, au grand bonheur de toutes ces mamans (et papas) qui avaient tout simplement hâte de reprendre le cours de leur vie, de faire une activité en présentiel avec d'autres parents, de partager leurs expériences, de profiter des conseils et du soutien des intervenantes.

Assurer les besoins de base

Les besoins des familles se sont accrus avec le contexte d'augmentation du coût de la vie. Les ateliers de cuisines ont permis de faciliter l'accès à la nourriture de qualité pour les familles participantes ainsi que d'offrir un espace d'échanges et de soutien.

Offrir un lieu de socialisation et de répit

Ces activités conçues pour les familles constituent un lieu de rencontre informel qui permet de briser l'isolement et d'offrir un répit parental. La garderie gratuite lors des activités offre un moment de stimulation de groupe pour les enfants et un répit pour les parents. Les ateliers sont également l'occasion pour les participant.e.s de créer des liens de solidarité en plus d'offrir un espace de partage des expériences et des défis propres à leur réalité dans une ambiance respectueuse et de non jugement.

Promouvoir les ressources du quartier

Les ateliers permettent aux participant.e.s de prendre connaissance des ressources du quartier offrant des services diversifiés aux familles.

Diminuer les coûts alimentaires tout en optimisant le temps

La réalisation en groupe de recettes nutritives à faible coût permet aux familles d'économiser du temps et de l'argent, qu'elles peuvent réinvestir dans leur famille ou pour elles-mêmes.

Partager des connaissances utiles

Les activités comprennent un volet d'éducation en nutrition qui enrichit les connaissances nutritionnelles des participant.e.s à travers le partage d'informations fiables. La nutritionniste assure une présence régulière afin de répondre aux interrogations des participant.e.s. Les ateliers sont un lieu d'apprentissage où les membres du groupe peuvent expérimenter les recettes sans craindre de les rater ou de gaspiller puisqu'ils travaillent en collaboration et sont soutenus par la responsable, et ce, dans un espace sans jugement. Ainsi, les participant.e.s sont mieux outillées et plus confiant.e.s quant à leur autonomie en cuisine et l'équilibre nutritionnel de leurs repas.

Allons plus loin...



Vu les besoins grandissants dans le quartier, nous aimerions ouvrir davantage de groupes de cuisines, en plus de renforcer nos liens avec les partenaires et de poursuivre l'implication dans l'est du quartier.

68

familles participantes
incluant 47 enfants de
quelques mois à 12 ans

69

ateliers de cuisine

8 790

portions cuisinées

26

ateliers Alimentation
futures mamans

27

ateliers Nourrissons
nos poupons

8

cuisines Boulot-Cuistot

8

cuisines
Parents-aux-foumeaux



Bons coups

- Participation de plusieurs papas aux différentes activités
- Animation de trois activités à l'Espace 40^e pour rejoindre les familles de l'est du quartier
- Partage d'expertise avec d'autres organismes et communications pertinentes dans les médias
- Renforcement du partenariat avec le CSLC de l'Est-de-Montréal et création d'un nouveau partenariat avec l'hôpital Maisonneuve-Rosemont
- Dépannages d'urgence (plats cuisinés, couches et préparation pour nourrissons)



PÔLE LOGISTIQUE ALIMENTAIRE DE ROSEMONT

OBJECTIFS DU PROGRAMME

- Réduire le gaspillage alimentaire par la récolte des invendus de divers commerces d'alimentation et la cueillette des surplus d'initiatives locales d'agriculture
- Bonifier la qualité et la quantité de l'offre en aliments sains et frais, principalement les fruits et légumes, dans les lieux de dépannage alimentaire de Rosemont et de l'est de Montréal
- Accroître la collecte et l'analyse de données sur la sécurité alimentaire, pour faciliter la prise de décision et permettre un meilleur transfert des apprentissages
- Renforcer la capacité d'agir des organismes en sécurité alimentaire par la mise en œuvre d'un projet de mutualisation

L'année qui se termine a été riche en action pour le Pôle logistique alimentaire de Rosemont (auparavant nommé le PLAN)! Après deux ans d'incertitude et d'opération en mode Covid, les activités ont pu prendre un nouveau rythme. Les efforts ont, encore cette année, été concentrés sur l'approvisionnement des lieux de dépannage alimentaire du quartier en aliments frais et sains, plus spécifiquement en fruits et légumes sauvés du gaspillage alimentaire.



Nouvel espace dédié au Pôle

La plus grande nouveauté pour le Pôle est sans contredit l'aménagement et l'inauguration d'un nouvel espace de travail, grâce à un partenariat avec l'Église Adventiste du 7^e jour de Beer-Schéba. L'équipe du Pôle peut désormais opérer dans un local réservé au tri d'aliments, équipé d'une chambre froide et d'une chambre congelée, en plus d'avoir accès à une cuisine commerciale pour la transformation. Le nouvel espace permet non seulement une grande amélioration pour les opérations quotidiennes, mais il nous a aussi donné l'occasion de raffiner nos pratiques de tri, d'entreposage et de distribution, en plus de pouvoir offrir un espace plus convivial aux nombreux bénévoles qui viennent prêter main forte.



Une distribution à plus grande échelle

Riche de ses deux années d'opérations, à développer des partenariats avec les commerces et les organismes du quartier, le Pôle a vu ses activités s'intensifier et se diversifier au cours des derniers mois. Le volume de denrées recueillies a augmenté considérablement par rapport à l'année précédente, tout comme le nombre de lieux de dépannage alimentaire desservis, dans Rosemont et d'autres arrondissements de l'est de Montréal. Chaque semaine, environ 1000 ménages du quartier ont reçu une aide alimentaire plus généreuse en fruits et légumes grâce aux activités du Pôle. Une bonne proportion des denrées reçues a aussi été partagée avec différentes initiatives en sécurité alimentaire, comme le Resto-pop éphémère de Rosemont, le Frigo-partage du parc Pélican, La Pélicantine et le Libre Espace. La relance des activités de transformation en cuisine a permis la préparation de plats sains et savoureux, qui ont grandement amélioré la qualité des repas régulièrement distribués à une trentaine de personnes à mobilité réduite ou en perte d'autonomie.

Mutualisation d'infrastructures

Le volet de mutualisation a également pris de l'ampleur pour accroître la capacité de nombreux organismes communautaires à lutter contre l'insécurité alimentaire, en offrant une solution de transport structurante, flexible et adaptée aux besoins. L'accès à des camions réfrigérés et à un espace de cuisine commercial est souvent difficile pour les organismes communautaires. Grâce à la mutualisation de ses infrastructures, et en assumant la coordination et la logistique du projet, le Pôle logistique offre une solution abordable et soulage la charge organisationnelle des organismes partenaires. Cette année, 8 organismes ont participé au volet de mutualisation et ont pu assurer efficacement, et de façon sécuritaire, l'approvisionnement, le transit ainsi que la distribution d'aliments frais et sains ou de repas préparés congelés destinés à des citoyens en situation de vulnérabilité.



Déroulement des activités

Collecte et tri

Les activités de collecte et de tri ont lieu six jours par semaine. Chaque journée débute par une tournée en camion auprès de divers partenaires (supermarchés, importateurs de fruits et légumes, fruiteries de quartier, etc.). Une fois le camion déchargé, les aliments sont pesés, triés et répartis dans des caisses ou des sacs qui seront par la suite partagés entre plusieurs organismes.

Transformation

Une partie des denrées que nous recevons nécessite un traitement rapide pour éviter le compost. Les fruits et légumes plus avancés (moches mais savoureux!), sont coupés et congelés. Une fois par semaine, la nutritionniste de Bouffe-Action rassemble une équipe de bénévoles en cuisine et transforme ces aliments en petits plats, soupes, compotes et autres délices.


Distribution des denrées

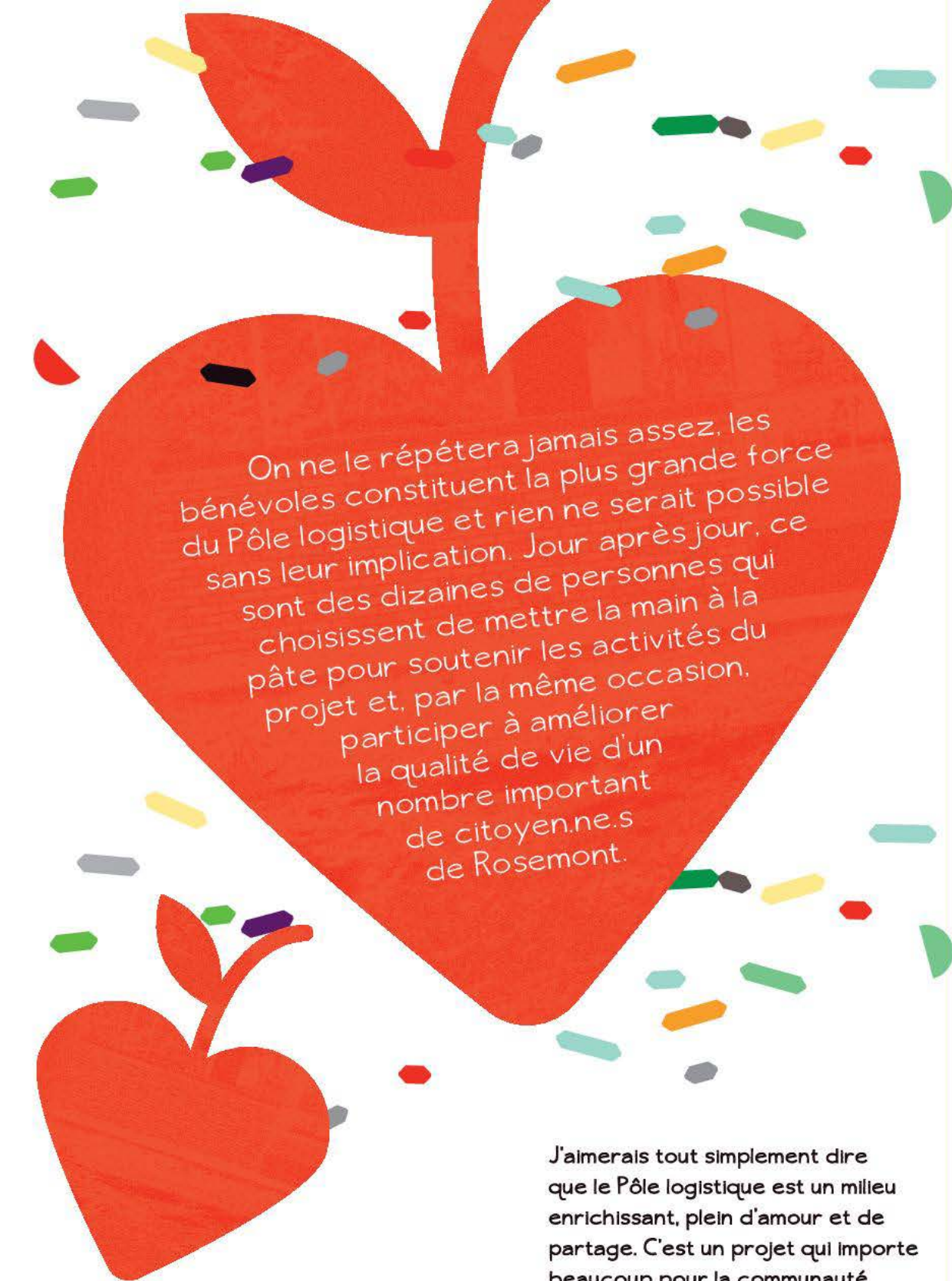
Les aliments triés sont distribués dans 15 lieux de dépannage alimentaire, selon les besoins et le nombre de familles desservies par chacun. Les denrées sont également acheminées vers d'autres initiatives en sécurité alimentaire, comme des refuges pour les personnes en situation d'itinérance, des organisations qui accueillent des nouveaux arrivants et des projets d'épicerie solidaire.

Collecte de données

La collecte de données occupe une place importante dans les activités du Pôle logistique alimentaire depuis les premiers jours. En documentant nos activités, nous sommes en mesure d'avoir un portrait assez précis de l'impact du projet sur la sécurité alimentaire de la population et sur la réduction du gaspillage alimentaire. L'analyse des données nous permet aussi de développer des outils pour la planification et pour le transfert d'apprentissages.

Les besoins des familles ont explosé dans la dernière année. On avait besoin de plus de diversité et la proposition du Pôle alimentaire était de compléter notre base, car il nous manquait notamment des aliments frais. Avec l'aide de Bouffe-Action, on est en mesure d'offrir des plus beaux paniers. Je suis fier de pouvoir offrir des aliments de bonne qualité avec des beaux fruits et légumes colorés. C'est parfois compliqué de demander du soutien alimentaire. Quand on a l'impression qu'on nous jette le fond du sac, ça ne fait pas du bien alors qu'avoir un sac de beaux produits ça joue sur la dignité des gens et pour moi c'est une énorme fierté. Avant, j'avais tendance à vouloir mettre les fruits et légumes moins en évidence alors que maintenant, c'est vraiment ce que je veux montrer en premier en haut du sac donc pour moi ce partenariat fait une énorme différence.


— Monique Lacombe, directrice de l'Oasis des enfants de Rosemont 




On ne le répétera jamais assez, les bénévoles constituent la plus grande force du Pôle logistique et rien ne serait possible sans leur implication. Jour après jour, ce sont des dizaines de personnes qui choisissent de mettre la main à la pâte pour soutenir les activités du projet et, par la même occasion, participer à améliorer la qualité de vie d'un nombre important de citoyen.ne.s de Rosemont.

Bouffe-Action : un accès simple, des gens chaleureux, le sentiment de communauté, des bons petits plats qui réchauffent aussi le cœur.

Merci de nous faciliter la vie!

— Gilles, bénéficiaire de la livraison de plats congelés 

J'aimerais tout simplement dire que le Pôle logistique est un milieu enrichissant, plein d'amour et de partage. C'est un projet qui importe beaucoup pour la communauté et qui entre dans mes valeurs écologiques et humanitaires. Je n'aurais pas pu trouver meilleur endroit pour poursuivre le chemin de ma vie.

— Christine Daigneault, bénévole au Pôle logistique 

152 tonnes d'invendus redistribués

27 partenaires pour l'approvisionnement de surplus et d'invendus

250 activités de tri d'invendus

4 800 heures de bénévolat réalisées

25 partenaires dans le milieu de la sécurité alimentaire pour la redistribution

Plus de **1 000** ménages desservis via des organismes partenaires chaque semaine

12 500 sacs de fruits et légumes distribués

32 activités de transformation en cuisine

Plus de **4 830** plats préparés distribués à des personnes à mobilité réduite ou en perte d'autonomie

MAGASIN-PARTAGE DE NOËL



OBJECTIFS

- Réduire l'insécurité alimentaire des ménages à faible revenu du quartier durant la période des Fêtes
- Poursuivre et renforcer le lien avec la communauté via les participant.e.s, les partenaires et les bénévoles
- Intégrer des personnes avec une problématique de sécurité alimentaire à un réseau d'entraide local



Cette année, le Magasin-Partage de Noël a fêté sa 30^{ème} édition dans le quartier Rosemont ! Ce projet, établi dans le quartier depuis 1992, est géré par Bouffe-Action de Rosemont, en collaboration avec le comité organisateur composé de quatre autres organismes du quartier : la Corporation de développement communautaire (CDC) de Rosemont, le Centre communautaire Petite-Côte, le Service des Loisirs Angus-Bourbonnière et Bouffe-Action de Rosemont.

L'évènement consiste à la mise en place d'une épicerie temporaire sur trois jours où des familles à faible revenu viennent choisir elles-mêmes les denrées qui leur conviennent, parmi un large éventail de produits de qualité. Les ménages peuvent choisir des aliments selon leurs goûts, leurs besoins et leurs préférences culturelles, quelques jours avant le temps des fêtes.

Les familles inscrites ont contribué à 10 % de la valeur de leur panier, déterminée selon le nombre de personne(s) composant leur ménage. La participation au coût et au choix des denrées permet aux familles de recevoir en toute dignité ce coup de pouce de la communauté.

Le Magasin-Partage de Noël de Rosemont s'est tenu les 13, 14 et 15 décembre 2022. L'évènement était à notre grand bonheur en présentiel, ce qui nous a permis de nous réunir et d'échanger dans une ambiance conviviale.

L'évènement répond d'abord à un besoin primaire qui est la faim et, par son ancrage dans le quartier, amène les Rosemontois.e.s vivant dans une situation de vulnérabilité vers une prise en charge, en les intégrant dans un réseau local d'entraide.

Cet évènement a été rendu possible grâce :

- Au comité organisateur
- À l'implication des organismes du quartier
- À l'implication de bénévoles
- À nos précieux donateurs et bailleurs de fonds
- Aux commerces qui ont réalisé des guignolées pour le Magasin-Partage
- Aux dons en produits offerts par les partenaires commerçants du Pôle logistique alimentaire
- Au précieux travail du Regroupement-Partage
- Au soutien de nos élus



Témoignages de participant.e.s

Ce n'est pas donné à tout le monde d'avoir des cadeaux pour Noël alors mon panier de Noël, c'est mon cadeau d'un organisme que je considère comme ma famille.

Première visite. Ébahie de voir l'organisation, le nombre de bénévoles, la générosité et le respect des personnes. Quantités surprenantes de produits diversifiés, pour tous les goûts. J'ai beaucoup apprécié ce premier contact, et remercie toutes les équipes du travail extraordinaire.

Votre aide est inestimable pour une personne seule et sans beaucoup de revenu comme moi. Merci infiniment à toutes et tous les intervenant.e.s!

Ce fut un énorme cadeau pour moi, le seul d'ailleurs. Je me suis sentie gâtée. Un gros gros merci!

Témoignage d'un représentant d'organisme-partenaire

Une tellement riche expérience! Ça a été de très belles rencontres, fous rires et moments d'échanges avec d'autres organismes, partenaires et citoyen.ne.s. C'était aussi très stimulant de voir l'implication et l'enthousiasme des enfants et des jeunes qui ont participé comme bénévoles!

330

ménages à faible revenu habitant Rosemont desservis

711

personnes bénéficiaires de ces denrées

249

enfants ont reçu des cadeaux

50

partenaires impliqués au niveau financier, organisationnel et plus encore!

173

bénévoles participants

Plus de 700

heures de bénévolat

92 %

des participant.e.s ont rapporté être très satisfaits de leur expérience

98 %

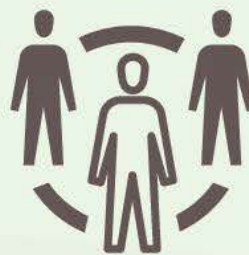
des participant.e.s ont rapporté être satisfaits de la variété des produits



Pour la suite...

Le Magasin-Partage de Noël de Rosemont souhaite, par son ancrage dans le quartier, continuer de desservir les ménages en difficulté de Rosemont et d'augmenter le nombre de bénéficiaires d'année en année car le besoin d'aide alimentaire dans le temps des fêtes est criant et en croissance.

DÉVELOPPER DANS L'EST



OBJECTIFS

- Documenter la sécurité alimentaire dans l'est de Rosemont
- Établir un plan de déploiement des services en sécurité alimentaire adaptés à l'est
- Accroître l'offre de services pour améliorer la sécurité et l'autonomie alimentaire

L'insécurité alimentaire vécue par les résident.e.s de l'est de Rosemont préoccupe Bouffe-Action depuis plusieurs années. Ce secteur étant considéré comme un désert alimentaire et communautaire, nous augmentons graduellement l'offre d'ateliers et d'activités de cuisine et de jardinage collectif depuis maintenant quatre ans.



3 animations dans le cadre des ateliers enfance-familles ont été réalisées à l'Espace 40^e, afin de rejoindre plus de familles dans l'est. Ces ateliers avaient pour thèmes l'inflation du coût de la vie et des aliments, les programmes gouvernementaux pour soutenir les familles vivant avec des facteurs de vulnérabilité et la cuisine entre parents et enfants dans le cadre du mois de la nutrition

Voici quelques
exemples
de notre implication
dans l'est de
Rosemont :



2 groupes de cuisines collectives sont établis dans l'est, dans le local de l'Église Bonaventure



2 ateliers de cuisine offerts aux participant.e.s des jardins ont également été offerts au cours de la saison estivale dans l'est du quartier



4 groupes de jardins collectifs se rassemblent dans l'est, dont un destiné aux aînés d'un CHSLD, un autre aux familles de l'est et un dernier aux enfants du camp de jour local



Ensemble, on va toujours plus loin!

Bouffe-Action a toutefois la volonté d'aller plus loin dans cet objectif de développement dans l'est. Cette démarche doit avant tout débuter par une bonne compréhension de la situation dans cette portion du quartier et de la réalité vécue par ses habitant.e.s.

L'initiative de récolter de l'information pour obtenir des chiffres clairs et précis a débuté avec le Pôle logistique alimentaire de Rosemont. Ce projet collecte quotidiennement des données en lien avec la récupération et la distribution des surplus et invendus. L'analyse de ces données permet de documenter le gaspillage alimentaire, ainsi que l'insécurité alimentaire dans le quartier. Après plus de 3 ans de collecte, nous estimons pouvoir établir des redondances dans les produits invendus reçus et ainsi anticiper la distribution selon les besoins spécifiques de la population.

Un autre projet est également en cours. Celui-ci a pour but premier de caractériser l'insécurité alimentaire dans Rosemont et spécifiquement dans l'est de Rosemont. En collaboration avec la Table en sécurité alimentaire de Rosemont et une firme externe, Bouffe-Action sonde les habitants du quartier vivant avec des facteurs de vulnérabilité pour comprendre leur réalité et leurs besoins. Ces données, complétées par des statistiques provenant du recensement et d'autres sources fiables, nous permettront de dresser un portrait de l'insécurité alimentaire dans tout le quartier, mais particulièrement dans l'est, une portion connue comme désert alimentaire et communautaire. La prochaine étape sera ensuite de trouver des solutions concertées aux problématiques soulevées précédemment, en impliquant les organismes du quartier pour développer un plan de déploiement d'initiatives concrètes luttant contre l'insécurité alimentaire vécue par les Rosemontois.e.s.

En résumé, Bouffe-Action a à cœur l'objectif d'accroître l'offre de service pour améliorer la sécurité et l'autonomie alimentaire des habitants de l'est du quartier et souhaite impliquer d'autres acteurs importants de Rosemont, car ensemble, on va toujours plus loin !



RAYONNEMENT ET IMPLICATION DANS LA COMMUNAUTÉ



Bouffe-Action de Rosemont est à l'écoute de sa communauté, collabore pleinement avec les organismes et partenaires du quartier et s'implique dans différentes instances et initiatives en sécurité alimentaire. Nous avons à cœur d'apporter notre contribution aux différents comités de projets collectifs et tables de concertation concernant le quartier.

Décider Rosemont ensemble : Groupe d'action Resto-Pop

Le projet du Resto-Pop découle d'une volonté citoyenne d'établir un restaurant communautaire dans le quartier. Le comité coordonnateur du projet Resto-Pop Rosemont est composé d'organismes et de citoyens impliqués. Bouffe-Action siège au comité, en tant qu'organisme co-répondant de l'initiative avec la CDC de Rosemont et souhaite faciliter les démarches et l'avancement du projet. Au cours de la dernière année, plusieurs Resto-Pop éphémères ont été réalisés afin de valider la faisabilité du projet. Le projet est maintenant en phase de rédaction de son plan d'affaire, étape nécessaire à l'établissement d'un Resto-Pop permanent.

Table de concertation en sécurité alimentaire de rosemont (TSAR)

Dans une approche d'autonomie alimentaire, la TSAR rassemble et outille les acteurs Rosemontois impliqués au sein d'initiatives en sécurité alimentaire ou encore fortement interpellés par ces enjeux. L'objectif de cette concertation est de contrer l'insécurité alimentaire sous toutes ses formes, tout en assurant la cohérence des actions dans le quartier. Bouffe-Action de Rosemont est un membre actif de la TSAR depuis plusieurs années, s'implique dans plusieurs initiatives découlant de cette table et contribue à sa mission.

Mois de la nutrition à Rosemont

Le Mois de la nutrition a pour thème général la sécurité alimentaire dans le quartier Rosemont et Bouffe-Action a poursuivi son implication dans le comité organisateur lors de cette 15e édition. De plus, cette année, Bouffe-Action a réalisé trois activités au cours du mois de mars en collaboration avec des partenaires. La première était un atelier portant sur la saine alimentation avec des aîné.e.s aux Habitations Nouvelles Avenues. La deuxième activité était destinée à un groupe de parents-enfants rassemblés dans l'est du quartier à l'Espace 40°. La troisième activité a réuni des personnes non voyantes et mal-voyantes pour un atelier de cuisine novateur et enrichissant.

Opération Sac à Dos

Bouffe-Action de Rosemont s'est joint au comité coordonnateur du Magasin-partage de la rentrée. Notre équipe a offert un soutien à la coordination dans la planification et la préparation des paniers alimentaires qui accompagnent le matériel scolaire distribué aux enfants de familles en situation de vulnérabilité. Le chauffeur et le camion de Bouffe-Action ont été mis à contribution du projet. Dans cet effort collaboratif, 425 enfants ont reçu du matériel et des paniers en août 2022.



Cyclistes solidaires

Tout au long de l'année, Bouffe-Action de Rosemont a collaboré étroitement avec le regroupement bénévole Cyclistes solidaires pour assurer la livraison de plats préparés congelés à des personnes âgées à mobilité réduite dans Rosemont. Ce partenariat s'inscrit dans les valeurs de développement durable de l'organisme.

Table de concertation en petite enfance de Rosemont

La Table de concertation en petite enfance de Rosemont (TCPER) est un regroupement d'organismes qui œuvrent dans le quartier Rosemont pour le bien-être des familles et des tout-petits. Bouffe-Action participe à ces rencontres et à certains des projets et des actions qui en émergent.

Des soupes pour la Tablée de Jeannette de l'ALPAR

Grâce à la collecte d'invendus provenant d'épiceries et d'autres fournisseurs alimentaires, Bouffe-Action de Rosemont a fourni de la soupe aux aîné.e.s et aux proches aidants de la Tablée de Jeannette à plus de 40 reprises au cours de l'année.



Projet impact collectif

Le Projet impact collectif (PIC) est une démarche d'ensemble qui vise à « aller vers » les personnes vulnérables ou plus difficiles à rejoindre. Par exemple, l'espace 40^e favorise une plus grande présence des organismes dans l'est du quartier, mais aussi une meilleure visibilité des enjeux et particularités de cette portion de Rosemont auprès des organismes et des espaces de concertations. Au cours de la dernière année, plusieurs activités ont pu être réalisées par Bouffe-Action à l'espace 40^e.

Pélicantine

L'initiative Pélicantine est portée par un comité composé de citoyen.ne.s et d'organismes du quartier dont Bouffe-Action fait partie. La Pélicantine est un espace d'accueil, d'échange et d'écoute où, sur l'heure du diner, il est possible de se procurer un repas gratuit, de prendre un café, de briser son isolement et d'obtenir des renseignements sur les ressources communautaires. Bouffe-Action contribue à fournir les denrées provenant des surplus et des invendus collectés par le Pôle logistique alimentaire de Rosemont qui sont utilisées dans la confection des repas offerts.





Partage de connaissances, d'outils et de bonnes pratiques concernant les activités du Pôle logistique alimentaire et la mutualisation avec plusieurs organismes incluant :

L'Épicentre St-Henri, le Centre Communautaire l'Amitié Québec, En mouvement Saguenay-Lac-St-Jean, le Regroupement des cuisines collectives de Gatineau, la Table de concertation en sécurité alimentaire de Portneuf et Moisson Saguenay-Lac-St-Jean.

Autres implications

- Bouffe-Action a participé à la Foire des possibles ayant eu lieu en septembre dans le but de se faire connaître auprès des habitants du quartier.
- Une cuisine spéciale a été organisée en septembre afin de créer des liens entre la communauté et les élus. Des membres de Bouffe-Action ont eu du plaisir à préparer de la pizza avec Vincent Marissal, député provincial de Rosemont à l'Assemblée générale du Québec.
- Bouffe-Action accueille régulièrement des jeunes au Pôle logistique alimentaire de Rosemont effectuant des travaux bénévoles dans le cadre de la LSJPA, dans le but d'offrir à ces adolescents des perspectives positives et de renforcer leur respect pour les valeurs de la société.
- Bouffe-Action a participé au projet Maillages et Mentorat (Vivre en ville) et au projet Synergie Montréal (développement durable et économie circulaire).
- Des membres de l'équipe ont aussi participé au 1er Sommet sur l'alimentation durable de l'est de Montréal (RAEM) et au Forum SAM (insécurité alimentaire et systèmes alimentaires locaux).

Participation à des tables de concertation et à des projets concertés du quartier

- Table en sécurité alimentaire de Rosemont (TSAR)
- Table de concertation en petite enfance de Rosemont (TCPER)
- Comité des partenaires des Habitations Rosemont
- Comité de coordination du Magasin-partage de Noël de Rosemont
- Comité de coordination de l'Opération Sac à Dos de Rosemont
- Groupe d'action Resto-Pop « Décider Rosemont ensemble »
- Vivre et vieillir à Rosemont (VVR)
- Comité du Mois de la nutrition à Rosemont

Concertations régionales et provinciales

- Regroupement des cuisines collectives de Montréal (RCCM)
- Regroupement des cuisines collectives du Québec (RCCQ)
- Regroupement Partage
- Table de concertation sur la faim et le développement social du Montréal métropolitain
- Réseau alimentaire de l'Est de Montréal (RAE)

Conseil d'administration

- Association d'aide et de loisirs pour les personnes à autonomie réduite (ALPAR)
- Réseau alimentaire de l'Est de Montréal (RAE)
- Table de concertation sur la faim et le développement social du Montréal métropolitain

PRÉSENCE MÉDIATIQUE

Participation à un article du Journal de Montréal

Djamila, une employée de Bouffe-Action, a partagé son point de vue dans un article intitulé *Quand la classe moyenne devient incapable de se payer à manger* qui a paru en juin. Ce regard sur le changement vécu par nos participant.e.s et de la vulnérabilité accrue en contexte de pandémie a fait rayonner l'expérience de notre équipe et l'importance de l'organisme dans la communauté.

Mention dans Le Bulletin de l'arrondissement de Rosemont-La Petite-Patrie

Dans l'édition d'hiver 2022-2023 du Bulletin, le Magasin-Partage de Noël et le Pôle logistique alimentaire de Rosemont ont été présentés. Le but de chaque projet a été mis en valeur et l'appel aux partenaires a été fait, ce qui a permis à Bouffe-Action d'augmenter sa visibilité dans l'ensemble du quartier.

Présence sur les réseaux sociaux de l'organisme

Bouffe-Action tente d'avoir une présence active et dynamique sur les réseaux sociaux. Notre page Facebook compte d'ailleurs presque 2 000 mentions « j'aime » et a rejoint plus de 3 500 personnes dans la dernière année. Ce moyen de communication permet de présenter chaque semaine du contenu sur différentes facettes de l'organisme et des nouvelles des nombreux projets

Quand la classe moyenne devient incapable de se payer à manger

Finis le temps où seuls les assistés sociaux utilisaient les banques alimentaires



PHOTO CHANTAL POIRIER

Rosepatrie près du cœur

Accompagnés de bénévoles, des organismes de l'arrondissement rivalisent d'ingéniosité pour rendre meilleur le quotidien des personnes vulnérables.



Opération des Fêtes

Le quartier de Rosemont compte un Magasin-Partage, un agit d'une opération temporaire où des bénévoles à faible revenu viennent choisir les repas pour Noël. Les bénévoles sont recrutés par Bouffe-Action de Rosemont lors des manifestations et sont mis à disposition dans le magasin pour le triage, le distribution, l'acquisition et le rangement des familles, de même qu'assurer le ramassage, la conduite de véhicules et l'emballage des denrées.

Pour s'impliquer, les bénévoles doivent non seulement avoir un intérêt pour les projets, mais aussi avoir conscience des enjeux alimentaires, d'ici, de la région et de l'ensemble social des personnes à faible revenu.

Plus d'informations au bouffe-action.org

Quand il est difficile d'avoir des aliments sains et nutritifs en quantité suffisante

Dans Rosemont, le Pôle logistique alimentaire et nutrition (PLAN) collecte les invendus agricoles et des surplus d'agriculture pour les transformer en aliments nutritifs à différents lieux de distribution alternatifs : les marchés, les écoles et les restaurants.

Le PLAN est financé par de deux comités régionaux et d'une grande entreprise locale, le Centre de formation. Les organismes approuvés dans le domaine de la sécurité alimentaire peuvent y avoir accès (contribution demandée). Il est essentiel de collaborer et de mutualisation des ressources dans le quartier. Notre organisme vous en informe! Contactez le PLAN, coordonnateur.plan@bouffe-action.org ou 514-525-2460.



Bouffe-Action rayonne!

VIE ASSOCIATIVE ET DÉMOCRATIQUE

Bouffe-Action de Rosemont a à cœur la vie associative et démocratique qui contribue à créer des liens entre l'équipe, les membres et les bénévoles.

Assemblée générale annuelle et assemblée générale extraordinaire

L'assemblée générale annuelle a permis de rassembler 59 personnes au mois de juin. Encore une fois cette année, plusieurs membres nous ont fait l'honneur de partager des témoignages touchants. L'équipe a également partagé les accomplissements d'une année empreinte de solidification des projets et d'esprit de relance.

Une assemblée générale extraordinaire a également eu lieu au mois d'octobre afin de ratifier les modifications aux règlements généraux.

Événement de reconnaissance auprès des bénévoles et des membres

Début décembre, un événement de reconnaissance a été réalisé afin de remercier chaleureusement l'apport inestimable des bénévoles au projet Pôle logistique alimentaire de Rosemont de Bouffe-Action. Dans ambiance conviviale, les bénévoles et l'équipe se sont rassemblés autour d'un buffet dinatoire cuisiné maison dans nos locaux de l'Église adventiste de Beer-Schéba.

Un dîner des membres a aussi été organisé en janvier pour souligner l'apport des membres aux différents projets de Bouffe-Action et les remercier pour leur participation. Dans une atmosphère joyeuse et détendue, un repas cuisiné par l'équipe a été servi à la quarantaine de membres présents.

Moments entre les membres de l'équipe et du conseil d'administration

En juin, une aventure a mené l'équipe en campagne pour une journée ensoleillée dans un chalet. Un repas partagé en bonne compagnie, des jeux collaboratifs et des moments détente ont permis à chacun de décompresser en bonne compagnie!

En septembre, quelques membres de l'équipe et du CA se sont rassemblés pour une sortie aux pommes. Cette journée d'automne très ensoleillée a permis de passer un moment sympathique et détendu ensemble.

Pour l'halloween, l'équipe a été invitée à se déguiser et le concours du meilleur costume a mené à une compétition saine mais féroce.

En décembre, l'équipe et son conseil d'administration se sont rencontrés pour un souper de Noël. Cette initiative festive a permis de se rassembler et de passer un moment agréable tous ensemble.



FORMATIONS DE L'ÉQUIPE

L'équipe de Bouffe-Action se fait un devoir de faire de la formation continue pertinente au milieu de travail afin de maintenir un environnement sain et collaboratif.

Formation santé mentale

Toute l'équipe a suivi une formation portant sur la santé mentale afin d'être mieux outillée dans les relations interpersonnelles au sein de l'équipe et aussi auprès des participant.e.s des différents projets.

Formation premiers soins

Des membres de l'équipe ont suivi une formation sur les premiers soins afin d'être outillés pour réagir adéquatement aux problématiques de santé pouvant se produire dans les différents lieux d'action.

Formation préventive sur le harcèlement en milieu de travail

L'équipe de Bouffe-Action a également suivi une formation sur le harcèlement en milieu de travail afin de bien comprendre les concepts en découlant et de s'entendre sur une politique commune aux membres du personnel et du CA ainsi qu'aux participants et aux bénévoles de l'organisme.



PERSPECTIVES 2023

Bouffe-Action souhaite avant tout répondre aux besoins de la population. Pour cela, nous choisissons de mettre notre énergie sur nos principaux programmes, ceux qui font la force de l'organisme depuis plusieurs années :

- Jardins collectifs
- Cuisines collectives
- Ateliers enfance-familles
- Pôle logistique alimentaire de Rosemont
- Éducation populaire

DÉPLOIEMENT DANS L'EST DE ROSEMONT

- Poursuivre l'enquête et la documentation sur la sécurité alimentaire
- Organiser une journée de réflexion avec les acteurs significatifs du quartier, afin de partager les résultats de la recherche et réfléchir ensemble aux premières actions à mettre en place
- Développer un plan de déploiement concerté, basé sur l'enquête réalisée préalablement
- Poursuivre le déploiement des activités de Bouffe-Action dans l'est par les jardins collectifs, les cuisines collectives, les activités d'éducation populaire et des ateliers enfance-familles dans l'est de Rosemont

RESSOURCES FINANCIÈRES, HUMAINES ET MATÉRIELLES

- Accroître et diversifier les sources de revenus
- Poursuivre les formations auprès des membres de l'équipe afin de renforcer nos compétences

GOVERNANCE ET STRUCTURE ORGANISATIONNELLE

- Amorcer une réflexion stratégique
- Poursuivre un mode de gestion basé sur les meilleures pratiques et la collaboration
- Poursuivre l'implantation d'une culture d'évaluation des résultats basée sur les meilleures pratiques
- Accroître notre présence sur les réseaux sociaux et dynamiser le site Web

DÉVELOPPEMENT DU PÔLE LOGISTIQUE ALIMENTAIRE DE ROSEMONT

- Consolider le financement du projet
- Poursuivre la mutualisation des infrastructures (camions + cuisine) auprès des organismes en sécurité alimentaire
- Poursuivre la collecte de données sur la sécurité alimentaire et sur la réduction de l'empreinte carbone
- Développer une méthode pour une saisie de données systématique et efficace
- Développer davantage d'activités de transformation des invendus



RESSOURCES HUMAINES

L'équipe de Bouffe-Action est constituée de personnes engagées en faveur de l'autonomie et de la sécurité alimentaire, qui ont à cœur le bien-être de chacun des membres dans leur individualité. Un grand merci à toutes celles et à tous ceux qui coordonnent, planifient et animent les activités au quotidien.



Laurence Arbogast, directrice générale

Xavier Lluis, coordonnateur cuisines collectives puis directeur général par intérim

Séverine Barthe-Roux, adjointe de direction

Djamila Graichi, coordonnatrice des Ateliers enfance-familles

Eric Bédard, coordonnateur du Pôle logistique alimentaire de Rosemont

Sarah Martin, coordonnatrice des Jardins collectifs

Thibaut Lorente, coordonnateur — Magasin-Partage de Rosemont

Audrée Lebrun, nutritionniste

Mathilde Bigras, animatrice — Cuisines collectives

Cendres Rivière, animateur — Jardins collectifs

Isabelle Grouin, animatrice — Jardins collectifs

Olivier Moore, animateur — Jardins Collectifs

Gabrielle De Geronimo, animatrice — Jardins Collectifs

Idelca Pereyra, responsable des bénévoles et du tri alimentaire — Pôle logistique

Lucie Lefebvre, responsable des bénévoles et du tri alimentaire — Pôle logistique

Marthe St-Louis, responsable des bénévoles et du tri alimentaire - Pôle logistique

Sylvain De Tilly, responsable de développement — Pôle logistique

Steve Arsenault, chauffeur-manutention — Pôle logistique

Iliass Hanine, chauffeur manutention — Pôle logistique

Bianca Laloche, réceptionniste — Service de référencement et d'aide alimentaire



Conseil d'administration 2022-2023

Le conseil d'administration de Bouffe-Action est composé de personnes impliquées dans le milieu communautaire et dévouées à la sécurité alimentaire. Ses membres accomplissent avec professionnalisme et bienveillance leur rôle et voient au respect de la mission, de l'atteinte des objectifs et du développement de l'organisme.

Stéphanie Labrecque
Présidente

Hannah Liu
Vice-présidente

Wayne Juarez
Trésorier

Takerkart Olivia
Secrétaire

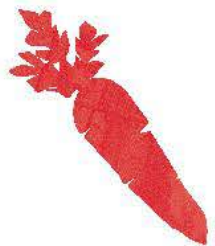
Administratrices et administrateurs

Bianca Laloche
Janie Babin
Jonathan Marcario
Sandra Dessources
Xavier Lluis (employé)

Il est aussi crucial de mentionner l'apport de nos chers et chères bénévoles ! Le don de votre temps a un impact direct et positif sur l'ensemble des activités de Bouffe-Action.

Chacun et chacune de vous apporte son savoir-faire et surtout un amour honnête et généreux envers nos concitoyens les plus démunis.

Mille fois merci!



PARTENAIRES

Accès Bénévolat	Comité du jardin communautaire Étienne-Desmarteau	Gouvernement du Canada	Première Moisson
Accès-Cible Jeunesse Rosemont	Comité du jardin communautaire Pré-carré	Gouvernement du Québec	Prolifte inc
Alternative Naissance	Comité du jardin communautaire Rosemont	Habitations communautaires Loggia	Provigo Marc Bougie
Armée du Salut	Comité des locataires des Habitations de Rosemont	Habitations Nouvelles Avenues	Rachelle Béry Famille Barcelo
Arrondissement Rosemont-La Petite-Patrie	Conférence Saint-François-Solano de la Société de Saint-Vincent de Paul de Montréal	Habitations Le Pélican	RECYC-QC
Association d'aide et de loisirs pour personnes à autonomie réduite (ALPAR)	Conférence Saint-Léonard de la Société de Saint-Vincent de Paul de Montréal	Hôpital Maisonneuve-Rosemont	RCCM
Association des locataires des Habitations de Rosemont	Coopère Rosemont	IGA, extra Marché Tellier	RCCQ
Atelier Le Fil d'Ariane	Corporation de développement communautaire (CDC) de Rosemont	IGA, Marché Tellier Beaubien Inc.	Regroupement Partage
Banque TD	Costco Anjou	Imprime-Emploi	Répit Providence
BNP Paribas	Courchesne Larose	ID2EM	Réseau Alimentaire de l'Est de Montréal
Boulangerie Brioche à tête	Cultiver l'espoir	Jardin botanique de Montréal	Rosemount Bible Church
Boulangerie St-Méthode	Cyclistes solidaires	Jardin Vertical	Service des loisirs Angus-Bourbonnière (SLAB)
Caisse Desjardins du Cœur-de-l'île	Église adventiste du 7e jour Beer-Schéba	L'Accorderie de Rosemont	Service Obstétrique de l'hôpital Maisonneuve Rosemont
CAP St-Barnabé	Église Baptiste Évangélique de Rosemont	La Cantine pour tous	Société d'habitation et de développement de Montréal (SHDM)
Carrefour Communautaire Montrose	Église Mont Sinaï	La Maison bleue Saint-Michel	Société de Saint-Vincent de Paul de Montréal
Carrefour Familiale l'intermède (CFI)	Emissions Réduction Now	La Maison grise	Sport Montréal
Centraide	Entre Mamans et Papas	La Pomme d'api- Épicerie santé	Sucre Lantic
Centre communautaire Petite-Côte	Epices de cru	La Tablee des Chefs	Synapse C
Centre d'aide Nouveau Départ	Fondation Choquette Legault	La Transformerie	Université de Montréal, Département de nutrition
Centre d'entraide a la famille	Fondation Collège Jean-Eudes	Laboratoire sur l'agriculture urbaine (AU/LAB)	Université McGill
Centre d'hébergement et de soins de longue durée Providence-Saint-Joseph	Fondation Dufresne et Gauthier	Le Chic Resto Pop	Y'a QuelQu'un l'aut'bord du mur (YAM)
Centre il est Écrit	Fondation Jacques Francoeur	L'Épicerie solidaire de Rosemont	
CHSLD Providence Saint-Joseph	Fondation J.A DeSève	Lettre en main	Liste des élu.e.s
CIUSSS de l'Est-de-l'Île-de-Montréal/CLSC de Rosemont	Fondation Jeanne-Esther	Location Brossard Inc.	Toujours présent.e.s et engagé.e.s dans nos activités :
Clinique physio Théra plus	Fondation Le Bon Pilote	Loisirs récréatifs et communautaires de Rosemont (LRCR)	Alexandre Boulerice, député fédéral de Rosemont - La Petite-Patrie
Club Optimiste Montréal-Rosemont	Fondation Munro-Brown	Mamie Clafoutis Angus	François Limoges, maire de l'arrondissement Rosemont - La Petite-Patrie
CLSC Rosemont	Frigo de l'Est	Maxi Montréal Masson	Jocelyn Pauzé, conseiller de la Ville, district Marie-Victorin, Rosemont - La Petite-Patrie
CLSC Olivier Guimond	Fruits et Légumes Gaétan Bono	Méto Marcanio	Soraya Martinez Ferrada, députée fédérale d'Hochelaga
Comité du jardin communautaire Basile-Patenaude		Méto Saint-Joseph	Vincent Marissal, député provincial de Rosemont
		Moisson Montréal	
		Oasis des enfants de Rosemont	
		Paroisse Saint-Esprit de Rosemont	
		PCEIM – Projet Collectif en Inclusion à Montréal	
		PME MTL Centre-Est	

PARTENAIRES FINANCIERS



ASSEMBLÉE NATIONALE
DU QUÉBEC
Vincent Marissal
Député de Rosemont



Agence de la santé
publique du Canada

Public Health
Agency of Canada



Agriculture et
Agroalimentaire Canada

Agriculture and
Agri-Food Canada



Employment and
Social Development Canada

Emploi et
Développement social Canada



Centraide
du Grand Montréal



**Fondation
Bon départ**



FONDATION
DUFRESNE &
GAUTHIER



Fondation TD
des amis de
l'environnement



mission
inclusion
LE NOUVEAU NOM
DE L'ŒUVRE LÉGER



Centre intégré
universitaire de santé
et de services sociaux
du Centre-Sud-
de-l'Île-de-Montréal



Direction régionale de santé publique

Centre intégré
universitaire de santé
et de services sociaux
de l'Est-de-
l'Île-de-Montréal



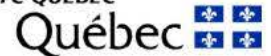
Emploi
et Solidarité sociale



Ministère de la Santé
et des Services
sociaux



RECYC-QUÉBEC



Et autres partenaires financiers, tels que la Fondation J.A. DeSève et la Fondation Munro Brown. Merci à nos nombreux donateurs et donatrices!

Évoluons
ensemble
Faites un don





BOUFFE
ACTION
De Rosemont
— Organisme —
Sécurité alimentaire

L'inclusion, la dignité et
l'entraide guident nos
activités au quotidien.

5350, rue Lafond, bureau 1. 210

Montréal (Québec) H1X 2X2

Téléphone : 5 14 523-2460

administration@bouffe-action.org

Rédaction

Audrée Lebrun, nutritionniste
Djamilia Graichi, coordonnatrice des Ateliers enfance-famille
Eric Bédard, coordonnateur du Pôle logistique alimentaire de Rosemont
Mathilde Bigras, animatrice des Cuisines collectives
Sarah Martin, coordonnatrice des Jardins collectifs
Séverine Barthe-Roux, adjointe de direction
Xavier Lluis, directeur général par intérim

Design graphique

Marlène-b

bouffe-action.org





Évoluer dans la communauté

Rapport annuel
2022-2023



BOUFFE
ACTION
De Rosemont
— Organisme —
Sécurité alimentaire