



Centre de ressources  
communautaires  
Orléans-Cumberland

# Bulletin

## et Lien d'entraide communautaire

mars • avril • mai 2016

### Programme jeunesse d'Orléans-Cumberland

Dans notre bulletin de l'automne 2015, nous vous informions de la mise en œuvre d'un nouveau programme pour les jeunes d'Orléans âgés entre 14 à 18 ans. Ce programme a commencé en septembre grâce en partie aux dons que nous avons reçus de notre communauté et à une subvention d'un an de 10 000\$ de la Fondation Communautaire d'Ottawa. En janvier 2016, nous avons reçu une autre subvention d'un an au montant de 28 000 \$ provenant de la Fondation Trillium de l'Ontario. Les dons de la communauté et les subventions reçues, nous permettront d'offrir une programmation variée répondant aux besoins des jeunes adolescents et adolescentes de notre communauté.

En quelques mois seulement, nous avons rencontré plus de 70 jeunes qui ont bénéficié de cours de guitares, de counseling individuel, d'ateliers sur la cyber intimidation, sur la résolution de conflits, et sur la confiance en soi. Les jeunes viennent au Centre et participent, sur une base hebdomadaire, au programme Espace jeunesse qui leur permet de faire des activités et d'interagir ensemble.

*« Nous les jeunes, on a besoin d'une place pour parler entre nous autres et interagir pour mieux se comprendre, se connaître et s'amuser ... ça me donne confiance en moi. » Jeunes participants au programme*

Nous utilisons en ce moment les salles de rencontres du Centre que nous transformons pour chaque activité afin des les adapter pour les jeunes. Nous rechercherons dans les prochains mois un lieu de rencontre mieux adapté et conçu pour les jeunes de notre communauté.

Bien que ce programme en soit à ses tous débuts, il est évident qu'il répond à un besoin important pour les jeunes de notre communauté. Un financement permanent devrait y être accordé afin que ce programme soit offert sur une base permanente.

### Un vent de changement au CRCOC

Notre chère commis/réceptionniste, Carmelle Legault, nous quitte après 25 ans pour prendre une retraite bien méritée. Durant ses années au centre de ressources, elle a accueilli des milliers de personnes de façon très attentionnée et professionnelle, et avec beaucoup de compassion. Carmelle a accueilli avec un grand respect et une grande dignité quiconque se présentait au Centre, et bien sûr toujours avec un sourire. Son appui indéfectible et sa fiabilité envers ses collègues étaient remarquables. Carmelle quittera officiellement son poste le 31 mars 2016. Elle nous manquera énormément. *Bonne retraite Carmelle !*

Notre gestionnaire des programmes, Joffré Malette, a quitté notre Centre au début du mois de janvier 2016 afin de continuer sa carrière dans un autre Centre. M. Malette a joué un rôle clé au cours des sept dernières années dans le développement ainsi que dans la mise en œuvre et la gestion de nombreux programmes et initiatives du Centre. Rassembleur et toujours à la recherche de solutions efficaces, constructives et innovatrices, il a exercé au sein de notre organisation un leadership exceptionnel. Au nom des membres du personnel, ainsi qu'au nom des membres du Conseil d'administration, des bénévoles et des donateurs du Centre, nous désirons sincèrement remercier M. Malette pour sa grande contribution et nous désirons lui souhaiter bonne chance dans ses nouvelles fonctions.

Nous avons l'immense plaisir de vous annoncer l'arrivée de Chantal Pomerleau à titre de nouvelle gestionnaire des programmes. Elle a travaillé dans trois Centres de ressources et de santé communautaires et a occupé des postes dans différents secteurs d'activités. Elle connaît très bien la mission et les valeurs qui animent notre Centres. Nous sommes très heureux que Madame Pomerleau ait choisi de se joindre à notre équipe. Elle entrera officiellement en fonction le mardi 1er mars 2016. Nous lui souhaitons la bienvenue et nous lui souhaitons bonne chance.



### Dans ce numéro

Information pour la banque alimentaire – p.2

Clinique d'impôt – p.2

Événements à venir – p.3

Remerciements – p.4

Consultez  
notre site Web  
[www.croc.ca](http://www.croc.ca)



Find us on  
Facebook

240, boul. Centrum  
Unité 105  
Orléans ON K1E 3J4  
T 613-830-4357  
[info@croc.ca](mailto:info@croc.ca)

### Heures régulières

Lundi au vendredi  
8 h 30 à 16 h 30  
Fermé entre midi et 13 h

### Le Centre sera fermé

Le 25, 26, 27, 28 mars  
Le 23 mai

.....

### Autobus OC Transpo

135, 136, 137  
arrêtent près de l'édifice  
Tél. 613-741-4390

## Adultes et familles

**Programme d'accueil et d'intervention** – Parlez avec quelqu'un de stress, de violence, d'emploi, de deuil, counseling à court terme, défense des intérêts. Nous offrons un soutien et des ressources communautaires appropriés. Info. Tracy ou Lisa (613) 830-4357

**Contact Nord** – Éducation en ligne, possibilités d'aide financière, références aux services de placement, et plus encore. Info. Christina Patterson (613) 830-4357, poste 301 ou [orleans@contactnorth.ca](mailto:orleans@contactnorth.ca)

**Appui aux aînés** – Offert dans Gloucester, Orléans, et Cumberland. Info. (613) 741-6025 – Centre de jour est ouvert aux personnes aînées offrant davantage de services—1515, chemin Tenth Line.

**SFCO** – Counseling offert aux individus, couples et familles. (services disponibles selon l'échelle de revenu). Info. Carole Barrette (613) 830-4357, poste 406

**Emploi Ontario** – Votre emploi existe quelque part ... et nous voulons vous aider à le trouver. Nous pouvons vous aider à recevoir la formation, les compétences et l'expérience nécessaires pour atteindre vos objectifs. Info. (613) 741-9042.

**Action logement** – Par rapport à des problèmes de logement pour locataires, chambreurs et sans abri. Services de médiation entre propriétaires et locataires. Info. Eddy Francillon (613) 830-4357, poste 400

**Programme du diabète** – Séances offertes en groupe tous les mois, le jour et le soir, en français et en anglais. Inscription (613) 233-6655.

**Association francophone de parents d'enfants dyslexiques** – Fournit des renseignements et de l'appui aux parents et aux intervenants. Info. [www.afped.ca](http://www.afped.ca)

**Société franco-ontarienne de l'autisme** – Offre des programmes et des activités en français qui visent à répondre aux besoins de la personne atteinte d'autisme ainsi qu'aux besoins de sa famille. Info. [www.sfoautisme.ca](http://www.sfoautisme.ca).

**Enrichissement à la vie des aînés [L.E.S.A.]** Counseling pour adultes âgés de 55 et plus pour cesser ou réduire l'abus d'alcool, de drogues, de médicaments et le jeu compulsif – vise à améliorer la santé physique, mentale, sociale, et spirituelle.

## Banque alimentaire

**Pour les gens qui fréquentent la banque alimentaire**

**Heures d'ouverture :**

Mardi — 16h à 19h

Jeudi — 13h30 à 16h30

Vendredi — 9h à midi

\*\*\*S.v.p. arriver 30 minutes avant la fermeture.

**Pour les dons de nourriture**

**Heures d'ouverture :**

Mardi — 11h30 à 15h

Mercredi — 9h à midi

Jeudi — 9h à 16h30

Vendredi — 9h à midi

(fermé pour le dîner de midi à 13h)



## Bébés, enfants et ados

[Centre de la petite enfance : calendrier au centre du bulletin]

**Ligue La Leche Canada [LLLC]** – LLLC anime des rencontres (en anglais seulement) pour discuter d'allaitement – le 3<sup>e</sup> mardi du mois 18h30–21h. Les monitrices fournissent des renseignements sur l'allaitement et de l'appui aux parents et un appui d'après un modèle de soins continus de l'allaitement jusqu'au sevrage.

**Premiers Mots** [services d'orthophonie] – Prévention, dépistage précoce et traitement de problèmes phoniques et/ou langagiers des jeunes enfants. Info. Santé publique Ottawa (613) 580-6744 ou consultez le [www.firstwords.ca](http://www.firstwords.ca)

**Clinique de dépistage dentaire** – Offerte chaque 3<sup>e</sup> vendredi du mois au CRCOC de 9 h à midi.

**Programme jeunesse [7–13]** – Counseling individuel pour discuter de situations difficiles à la maison, à l'école ou dans leur entourage. Ateliers sur les habiletés sociales, façons de contrer l'intimidation. Soirées de rencontres sociales.

Info. Hélène Leblanc (613) 830-4357, poste 152

**Programme jeunesse [14–18]** – Halte-accueil jeunesse – mardis soirs 16h–19h pour discuter un à un avec une intervenante de leurs besoins et ressources. Espace Jeunesse – jeudis soirs 16h–19h où les jeunes rencontrent d'autres jeunes de leur communauté, partagent leurs expériences, ont du plaisir, discutent de leurs besoins. Info. Tanya Lapointe Harris (613) 830-4357, poste 140

**Bureau des services à la jeunesse** – Services sur l'emploi, la santé mentale, les services communautaires, information sur la justice pour les jeunes.

Info. Almarine Thomas (613) 830-4357, poste 147

**Ressources pour familles des militaires** –

Évasion du samedi (répit pour service de garde de relève) au Centre de la petite enfance (CPE) du CRCOC. Inscription à l'avance (613) 998-4888. Porte-ouverte le mercredi de 9h30 à 11h30 au CPE. Info. (613) 998-4888 ou [capp@mfrnc-ncr.org](mailto:capp@mfrnc-ncr.org) et [www.forcedelafamille.ca](http://www.forcedelafamille.ca)

## Un geste de bonté chaque mois

Saviez-vous que vous pouvez répartir vos dons sur une base mensuelle au lieu de donner une fois par année? Faire un don de façon mensuelle est la façon la plus efficace d'appuyer votre communauté. Votre contribution mensuelle assure un mécanisme de financement fiable disponible pour appuyer le CRCOC tout en permettant au Centre de réduire ses coûts de collecte de fonds. Donner sur une base mensuelle est la meilleure façon de faire une différence. Contactez-nous et aidez-nous à lutter contre la pauvreté ici dans notre communauté. ~ Devenez membre de notre Lien d'entraide communautaire et un donateur mensuel dès aujourd'hui!



**Clinique d'impôt 2016** pour le CRC Orléans-Cumberland  
Samedi – 2 avril / 9 avril / 23 avril :: 9h à midi et de midi à 15h  
Mardi – 5 avril / 26 avril : 16h à 19h  
Inscription requise : 613-830-4357, poste 408

Pour les centres de santé et ressources de Coalition Ottawa

Vous pouvez aussi communiquer avec le Centre d'éducation financière au (613) 746-0400 ou Acorn au (613) 746-5999.

## Mon implication aux programmes du CRCOC

### Qu'est-ce qui vous motive à faire du bénévolat pour notre organisme ?

« Je voulais m'impliquer dans ma communauté et le Centre offrait plusieurs programmes communautaires. J'ai parlé avec une amie qui est bénévole au Centre et c'est à ce moment que j'ai décidé de m'impliquer. Le Centre m'offrait la possibilité d'apprendre en quoi consistaient les différents programmes, de connaître les besoins dans ma communauté et de quelle façon je pouvais aider. »

### Quel est votre rôle au Centre ?

« Je n'ai pas de rôle déterminé au Centre. Je réponds aux demandes d'aide qui sont transmises par la Coordinatrice du Programme des Bénévoles. Ainsi, j'ai participé au triage des dons recueillis lors de la campagne de collecte de nourriture des pompiers; j'ai trié et rempli les tablettes à la Banque alimentaire durant la période de Noël; j'ai participé au Programme de Noël en préparant des cadeaux pour les familles selon leur profil; j'ai administré un sondage lors du mois de sensibilisation à la faim; j'ai préparé des lettres de remerciement pour les personnes qui ont acheté des items lors de notre encan; j'ai assisté les instructeurs dans un programme préscolaire. »

### Qu'aimez-vous le plus de votre bénévolat ?

« Avec le bénévolat, j'ai le sentiment d'apporter une contribution valable durant ma retraite. Le bénévolat me donne également l'opportunité de redonner à ma communauté. Maintenant que j'ai de l'information au sujet des différents programmes offerts au Centre, j'en fais la promotion auprès de mes amis et je les encourage à s'impliquer. »

### Le bénévolat a-t-il changé quelque chose dans votre vie ?

« J'ai bénéficié d'une très belle vie et le temps que je passe au Centre me fait réaliser à quel point je suis chanceuse. Je suis plus au courant des besoins dans ma communauté et de la façon dont je peux contribuer.

*Diane Bertrand bénévole au centre depuis 2013*

## Une année record pour Noël



Un grand merci à notre communauté formidable pour leur incroyable appui durant la saison de Noël. Vos dons ont donné lieu à une année record. Grâce à vos dons, nous avons pu aider plus de 900 personnes dans notre communauté ~



**Merci !!!**

## Événements à venir

**Avril 2016 – Vente du printemps de Capital Artisans Guild** – Soyez des nôtres les 23 et 24 avril pour cette vente printanière qui aura lieu à l'École secondaire Sir Wilfrid Laurier (1515, ch. Tenth Line, Orleans). Il y aura une collecte de fonds et d'aliments non-périssables pour la Banque alimentaire d'Orléans-Cumberland. [Info.: www.capitalartisansguild.org](http://www.capitalartisansguild.org)

**Avril 2016 – Vente en consignment du printemps OutGrow OutPlay** – Soyez des nôtres les 23 et 24 avril pour cette vente qui aura lieu à Prairieland Park au 503, rue Ruth ouest. Il y aura une collecte d'aliments non-périssables pour la Banque alimentaire d'Orléans-Cumberland. [Info.: www.orleans.outgrowoutplay.com](http://www.orleans.outgrowoutplay.com)

**23 et 24 avril 2016 – Vente en consignment du printemps Hot Tots** – Cette vente printanière aura lieu à l'École secondaire Béatrice Desloges (1999, avenue de Provence, Orleans). Il y

## Les anniversaires prennent de l'ampleur dans notre communauté !

### Des fêtes d'anniversaires pour des œuvres de bienfaisance...une nouvelle façon de donner

Nous souhaitons offrir un grand merci à Daniel, Gabriel, Isabelle, Kasra, et Nathaniel. Ces formidables donateurs sont tous des enfants de moins de 7 ans et pour leur anniversaire, ils ont tous décidé de donner au lieu de recevoir ! Chacun d'entre eux ont célébré leur anniversaire et ont demandé qu'on leur des dons d'argent ou d'aliments non-périssables au lieu de cadeaux pour aider la Banque alimentaire d'Orléans-Cumberland. Ces jeunes philanthropes nous inspirent et nous voulons qu'ils sachent que nous sommes très reconnaissants envers leurs actes de gentillesse.



*Gabriel n'a que 2 ans et il a décidé qu'il préférerait collecter de la nourriture pour son anniversaire au lieu de recevoir des cadeaux !*



*Voici Nathaniel lors de son 3e anniversaire qui a aussi décidé de demander à ses amis d'apporter de la nourriture au lieu de cadeaux, pour donner à la banque alimentaire. Quels petits garçons remarquables ! Merci beaucoup de montrer un si bel exemple pour nous tous.*

aura une collecte d'aliments non-périssables pour la Banque alimentaire d'Orléans-Cumberland.

[Info.: www.hottots.ca/ottawa-east-sale.shtml](http://www.hottots.ca/ottawa-east-sale.shtml)

**7 mai 2016 – Marchez pour nourrir les enfants - Marchethon annuel caritatif** – Participez à ce grand événement dont les fonds aident à appuyer les programmes et les services du Centre. [Info.: www.ottawa-voyageurs.wikidot.com/charity-walkathon](http://www.ottawa-voyageurs.wikidot.com/charity-walkathon)

**Mai 2016 – Collecte de nourriture annuelle de l'École secondaire St. Peter** – Les étudiants et le personnel organise une collecte de nourriture pour la banque alimentaire CRCOC.

**Février/Mars/Avril 2016 – 5e Tournoi annuel de charité de Paul Rushforth** – Pour être commanditaire ou offrir un article pour notre encan, composez le 613-830-4357, poste 305.

# Étoiles montantes de la communauté

## Un grand merci aux gens de nos quartiers

Chaque jour, c'est avec humilité que nous, au CRCOC, témoignons du merveilleux appui que nous recevons de notre communauté. Nous voulons profiter de cette occasion pour remercier toutes les personnes qui ont pris de leur temps durant les derniers trois mois pour collecter des aliments ou des dons d'argent durant des collectes de nourriture ou des événements communautaires pour garantir le succès du programme alimentaire du CRCOC.

- AMYA Ottawa East
- BDO Ottawa
- Club de nage synchronisée de Gloucester
- Club Kiwanis d'Orléans
- Club Lions de Cumberland
- Dust Evans Grandmaitre Lawyers
- Église Bilberry Creek Baptist
- J.P. Seguin Electric Inc.
- Kathryn & William Windeler
- Louis Delorme
- Louise Ouellette
- MaxBounty Inc.
- Mobile Emissions Testing Inc.
- Navan Arts & Crafts Group
- Royal Canadian Legion Orleans Branch 632
- Services d'incendie d'Ottawa

**Et plusieurs autres...  
merci à tous pour votre  
généreux appui !**

Et plusieurs autres... merci pour votre généreux appui !

## Vous remercier ne semble pas suffisant...

La liste ci-dessous indique plusieurs personnes qui font des dons d'aliments ou d'argent au CRCOC sur une base mensuelle ~ MERCI ! C'est grâce à votre chaleureux appui que notre banque alimentaire est bien approvisionnée pour les personnes qui en ont besoin.

- Kardish Health Food Centre – Innes Rd.
- Royal Canadian Legion Orleans Branch 632
- Good Shepherd Catholic Parish
- Queenswood United Church
- Pantry Plus – St. Joseph Blvd.
- Divine Infant Catholic School
- Redeemer Alliance Church
- Navan-Vars United Church
- St. Mary's Anglican Church
- Giant Tiger St. Joseph Blvd.
- St. Marks Anglican Church
- St. Helen Anglican Church
- Your Independent Grocer
- Starbucks – Innes Rd.
- Sobeys Orleans
- Orleans United Church



## Orléans et les communautés environnantes apportent un soutien incroyable... MERCI !

### Une soirée de célébration



#### Pour célébrer ceux et celles qui appuient nos efforts...

Le 4 février 2016, le CRCOC organisait son événement annuel de Vin et fromage : Soirée de reconnaissance des donateurs pendant laquelle nous avons célébré tous les gens qui ont fait des dons de nourriture, d'articles, et d'argent à notre Centre durant 2015. C'est grâce à l'appui d'individus, de familles, d'entreprises, d'organisations, de groupes communautaires, et d'églises de notre communauté que nous

pouvons répondre aux besoins des personnes dans notre région. Ce fut une soirée formidable ~ merci à plus de 100 personnes qui ont assisté. Nous exprimons notre profonde reconnaissance envers ceux qui ont pris la parole - **Catherine Priestman (donatrice et propriétaire de CP Business Solutions), Julien Chan (participant au programme jeunesse) et Tanya Lapointe-Harris (personnel du CRCOC – coordonnatrice du programme jeunesse)** - nous avons grandement apprécié vos aimables paroles, vos faits encourageants, vos expériences personnelles, et votre temps.



#### Conférenciers

(de gauche à droite)

**Catherine Priestman**

(donatrice)

**Julien Chan**

(participant au programme jeunesse)

**Tanya Lapointe-Harris**

(personnel- intervenante jeunesse)



Anick Tremblay, Chef Marc Miron  
Chantal Gagné & Jason Bellefleur



Plus de 100 personnes ont assisté cette année ~  
Merci !



Suzanne Wert, Norm Houle, Tanya  
Lapointe-Harris, MPP Marie-France  
Lalonde & Luc Ouellette



Un très grand merci au **Domaine Perrault & Sobeys** pour leur généreux don qui ont rendu cette soirée possible.

### Désirez-vous...

- Recevoir le bulletin par courriel ? Écrivez à [info@crcoc.ca](mailto:info@crcoc.ca).
- Devenir membre du **Lien d'entraide communautaire** (LEC) ? Composez le 613-830-4357, poste 305.
- Faire un don au CRCOC ? Voici le formulaire affiché sur notre site Web sur la page « Impliquez-vous » <http://crcoc.ca/fr/impliquez-vous/appuyez-votre-communaute-2/>