



Dans ce numéro

Information pour la banque alimentaire – **p. 2**

Programmes et services – **p. 2**

Nouvelle image pour le CRCOC – **p. 3**

Collecte de fonds – **p. 4**

Jeunesse – **p. 4**

Centre pour l'enfant et la famille ON y va – **Au centre**

**Consultez
notre site Web
www.crcoc.ca**



240, boul. Centrum
 Unité 105
 Orléans ON K1E 3J4
 T 613-830-4357
info@crcoc.ca

Heures d'ouverture
 Lundi au vendredi
 8 h 30 à 16 h 30

Fermetures pour congés
Voir à la page 2

Autobus OC Transpo
 33, 135, 136, 137, 232
 arrêtent près de l'édifice
 (côté boul. Centrum)

Depuis 30 ans au service de la communauté

Cette année, nous soulignons le 30e anniversaire du Centre de ressources communautaires Orléans-Cumberland (CRCOC).

L'histoire du Centre remonte au milieu des années 1980. Pendant une crise économique, quelques citoyens et citoyennes ont uni leurs efforts pour venir en aide à des résidents et résidentes du comté de Cumberland qui faisaient face à des difficultés.

En 1988, le premier conseil d'administration a été élu. À l'époque, des services de base étaient offerts, tels qu'une banque alimentaire et de vêtements, ainsi qu'un service d'intervention de crise. L'année suivante, le Centre a embauché Mme Thérèse Preston, qui a été la première directrice générale.

Le Centre a commencé à offrir des services dans un petit édifice que tout le monde appelait à l'époque « La petite maison », et qui était situé sur le boulevard St-Joseph. En 1996, les services et activités du Centre ont déménagé au 210, boulevard Centrum; deux ans plus tard, la banque alimentaire a ouvert ses portes sur le chemin Taylor Creek. En 2002, le Centre de la petite enfance de l'Ontario a ouvert un bureau satellite au CRCOC. En octobre 2010, le Centre a emménagé dans son emplacement actuel situé au 240, boulevard Centrum. C'est là que tous les programmes et services du Centre, y compris ceux d'une douzaine de partenaires communautaires, sont maintenant offerts. Tous ces programmes et services regroupés sous un même toit font du CRCOC le plus important Centre de ressources communautaires multiservice de l'Est d'Ottawa!

Appuyés par une formidable équipe de professionnelles, de professionnels et de bénévoles, le Centre et ses partenaires communautaires continuent d'offrir un éventail de programmes et services en réponse aux besoins de la communauté.

Nous sommes également très reconnaissants envers un groupe de donatrices et de donateurs exceptionnels (individus et entreprises) qui appuient le Centre d'année en année. Depuis notre constitution en incorporation il y a 30 ans, nous avons recueilli plus de 3,4 millions de dollars en dons monétaires (1,7 million de dollars au cours des 10 dernières années). Grâce à ces sommes très importantes, nous avons pu continuer de bonifier au fil du temps l'éventail des programmes et services offerts par le Centre.

Aujourd'hui, le Centre jouit d'une solide réputation à titre d'organisation axée sur la communauté et qui joue un rôle important de défenseur d'intérêts particuliers en plus d'être le champion de changements positifs dans la société.

Les célébrations soulignant notre 30e anniversaire ont commencé par le lancement d'un nouveau site Web (page 3) et c'est loin d'être fini. Nous allons vous tenir au courant de divers événements communautaires qui sont prévus au cours de l'année à venir.

Merci à tous pour votre soutien constant!

Luc Ouellette
 Directeur général

Les bénévoles font grandir la communauté !

En 2017, notre équipe formée de plus de 259 bénévoles a donné au-delà de 10 000 heures de son temps en appui à de nombreux programmes et services du Centre. Le vaste éventail des habiletés et aptitudes des bénévoles est essentiel au maintien de services de qualité qui sont offerts aux résidents et résidentes de notre communauté. Les bénévoles contribuent beaucoup à la capacité du Centre à fournir des ressources aux individus et aux familles.

Le conseil d'administration et le personnel du CRCOC profitent de l'occasion pour remercier chaleureusement les bénévoles qui travaillent au Centre et à leur rendre hommage.

Un grand merci à tous les bénévoles qui contribuent au succès du CRCOC

— Nos programmes et nos services sont gratuits —

Adultes et familles

Programme d'accueil et d'intervention – Nous offrons un soutien, de l'intervention de crise, du counseling à court terme, de la défense des intérêts et des ressources communautaires appropriés.

Info. Tracy ou Lisa (613) 830-4357

Contact Nord – Éducation en ligne, les cours et les programmes, services de références et plus encore.

Info. Diane Iadaluca (613) 830-4357, poste 301 ou orleans@contactnorth.ca

Service familial catholique Ottawa (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 – Divers ateliers reliés au marché du travail. tous les ateliers sont offerts gratuitement en français et en anglais. **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.

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.org

Enrichissement à la vie des aînés [L.E.S.A.] Counseling pour adultes 55+ pour cesser ou réduire l'abus d'alcool, drogues, médicaments et jeu compulsif – vise à améliorer la santé physique, mentale, sociale, et spirituelle. Groupes de soutien **SMART Recovery** les lundis de 13 h à 14 h 30. **Info.** (613) 233-4443

Appui aux finances – Le cabinet Doyle Salewski offre des conseils et des solutions aux personnes qui connaissent des difficultés financières.

Info. Falak Saadalla au (613-830-4357)

Santé publique Ottawa – Cliniques satellite de santé-sexualité communautaire pour les jeunes de 29 ans et moins. Les mercredis de 14h à 17h. **Info.** (613) 830-4357 pour rencontrer Andrée Bourgault ou Marie-Odile Grayson, ou pour fixer un rendez-vous.

Test de dépistage du VIH – Le Centre de santé communautaire Somerset Ouest offre au CRCOC un dépistage anonyme et rapide du VIH aux hommes attirés par les hommes. Les 1^{er} et 2^e mercredi du mois • 16h30 à 18h30*. Aucun nom ou carte de santé sont requis – Résultats prêts en quelques minutes. Portes ouvertes ou rendez-vous en ligne au www.hivtest.setmore.com (en anglais). **Info. :** <http://www.swchc.on.ca/our-programs/anonymous-hiv-testing> (en anglais)

* Dates et heures des cliniques sujettes à changement.

Groupe social pour adulte 30 ans+ – Halte-accueil, au CRCOC, salle 212 les jeudis entre 13h-15h • jeux, artisanat et rafraichissements. Pour un soutien avec le transport/un lift communiquer avec Mélanie mjubinville-stafford@croc.ca ou Christine par [textos 613.799.7421](tel:613.799.7421).

Bébés, enfants et ados

Centre de la petite enfance : consultez le calendrier au milieu du bulletin

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

Clinique de dépistage dentaire – Offerte chaque 3^e 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 communauté. Ateliers sur les façons de contrer l'intimidation et groupes pour discuter d'aptitudes sociales et émotionnelles.

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

Programme jeunesse [14-18]

COUNSELING SANS RENDEZ-VOUS — les mardis soirs 16h-19h pour discuter un à un avec une intervenante de vos besoins et obtenir des ressources.

ESPACE JEUNESSE — les jeudis soirs 16h-19h où les jeunes de 13 à 18 ans peuvent rencontrer d'autres jeunes de leur communauté, partager leurs expériences, avoir du plaisir, discuter de leurs besoins et leurs préoccupations. Consultez notre site Web ou nos médias sociaux pour les horaires de soirées mixtes, soirées pour filles et les soirées pour LGBTQ2.

Info. Tanya Lapointe Harris (613) 830-4357, poste 140.

Ressources pour familles des militaires –

Le Centre de ressources les familles des militaires (CRFM-MFRC) offre des services de counseling au CRCOC. **Info.** (613) 998-4888 ou écrivez à capp@mfrc-ncr.org et www.forcedelafamille.ca

Banque alimentaire

Pour les individus et les familles

Heures d'ouverture :

Mardi — 16h00 à 19h00

Jeudi — 13h30 à 16h30

Vendredi — 9h à midi - **fermée le 30 mars et le 4 mai**

****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



Fermeture du Centre pour mars, avril et mai

Le centre sera fermé :

30 mars

1er avril

4 mai (**Centre pour l'enfant et la famille ON y va et la banque alimentaire sont fermés**)

23 mai

Bientôt dans votre boîte de courriels, un nouveau bulletin électronique!



L'an dernier, nous avons effectué un sondage auprès de nombreuses personnes qui nous ont dit clairement (à 70 %) qu'elles voulaient recevoir de l'information par courriel. Nous en avons tenu compte, et c'est pourquoi vous allez recevoir notre nouveau bulletin électronique dès ce printemps!

Tous les mois, ce bulletin électronique va vous donner des informations sur les programmes et événements à venir pour les jeunes, les adultes, les familles et plus encore. Vous n'aurez plus besoin de lire plusieurs bulletins pour vous informer sur les programmes qui vous intéressent. Un seul courriel va vous donner des renseignements sur tous nos programmes.

Nous réalisons que bien des personnes aiment recevoir de l'information en format papier. C'est pourquoi une version papier de l'horaire mensuel de nos programmes et ateliers va continuer d'être affichée au Centre vers le milieu de chaque mois. Par exemple, la version papier de l'horaire de mai sera affichée au Centre à compter de la mi-avril.

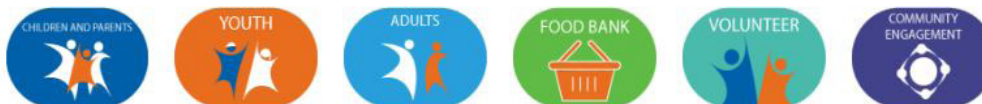
Tous les horaires des programmes vont aussi être affichés sur le nouveau site Web du Centre (croc.ca).

Comment s'inscrire au nouveau bulletin électronique

Si vous recevez déjà par courriel le bulletin du Centre, celui du Centre de la petite enfance ou celui du Programme Jeunesse, vous êtes automatiquement inscrit aux nouveaux courriels et vous allez recevoir nos nouveaux bulletins électroniques. Plus besoin de lire plusieurs courriels qui donnent chacun des informations uniquement sur un seul programme. Chaque bulletin électronique va vous donner des informations sur tous les programmes et événements à venir.

Si vous ne recevez pas actuellement les courriels réguliers du Centre, vous devez vous abonner au nouveau bulletin électronique. Pour cela, rendez-vous sur notre site Web (croc.ca) et repérez la boîte bleue S'abonner que vous trouverez presque au bas de la page d'accueil.

Nous vous annonçons une grande nouvelle : nous lançons un nouveau site Web!



www.croc.ca

Nous sommes très heureux de vous dévoiler le nouveau site Web du CRCOC (www.croc.ca). Vous allez remarquer de belles améliorations. Par exemple, l'information est organisée selon plusieurs secteurs et programmes, dont Enfants et parents, Jeunesse, Adultes, Banque alimentaire, Bénévolat, Engagement communautaire et Donner et contribuer à votre façon. De plus, vous pouvez facilement avoir accès à notre nouveau site Web à partir de votre ordinateur ou appareil mobile.

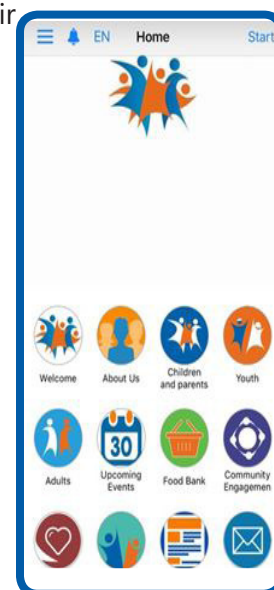
Jetez un coup d'œil à notre nouveau site Web et dites-nous ce que vous en pensez!

Le CRCOC innove : application mobile maintenant disponible!

Pas de doute, les appareils mobiles prennent de plus en plus de place dans nos vies bien remplies. Les gens se servent moins d'un ordinateur pour se tourner vers des appareils mobiles, surtout les téléphones intelligents, parce qu'ils sont facilement et rapidement accessibles.

C'est pourquoi le CRCOC a mis en place une application qui vous permet d'accéder directement à son site Web pour avoir de l'information sur les programmes et activités qui vous intéressent. C'est sur cette plateforme que nous allons afficher des changements et des mises à jour aussitôt qu'ils se produisent.

Nous vous invitons à télécharger l'application gratuite **CRCOC-OCRC** en allant sur le APP Store de Apple pour être au courant de tout ce qui se passe au CRCOC.



Activités et programmes à venir

Espace jeunesse

Tu voudrais savoir ce que le Centre planifie d'offrir au printemps aux groupes d'Espace Jeunesse (mixtes, filles, LGBTQ2+)? Voici de l'information pour toi :

- 1er mars (soirée mixte) : Foire aux questions avec une agente de police communautaire.
- 8 mars (soirée filles) : Célébration de la Journée internationale des femmes —atelier de design de bijoux et film (Mulan).
- 15 mars (soirée mixte) : Sortie à déterminer.
- 22 mars (soirée LGBTQ2+) : Activité à déterminer.
- 29 mars (soirée mixte) : Stressless, présentation de Réseau Ado.
- Activités, sorties et conférenciers invités à confirmer : yoga, chasse au trésor, visite d'un musée, Escape Room, atelier sur les finances, Bureau des services à la jeunesse, etc.

Pour les enfants et jeunes

Êtes-vous à la recherche de programmes qui pourraient intéresser votre enfant ou votre jeune? Consultez le site Web du CRCOC (www.crcoc.ca) ou suivez-nous sur Facebook ou Instagram pour des mises à jour sur les programmes et activités qui seront offerts aux enfants et aux jeunes au printemps.

- Camp de danse (J'aime danser) pendant la semaine de relâche de mars (du 12 au 16 mars) : Offert aux enfants de 7 à 10 ans provenant de familles à faible revenu.
- Activités pendant la semaine de relâche de mars (du 12 au 16 mars) : Offertes aux jeunes de 13 à 18 ans.
- Programme Plumes et Pinceaux (Réseau Ado) : Offert en anglais seulement aux jeunes de 13 à 18 ans; tous les mercredis, du 11 avril au 30 mai, de 16 h 30 à 18 h 30.
- Ateliers SELFIE : Apprentissage socio-émotionnel offert aux parents et aux jeunes de 12 à 18 ans.

Inscription obligatoire pour tous les programmes.

Dates, heures et endroits à déterminer.

À venir: des événements communautaires à ne pas manquer!

Êtes-vous à la recherche d'événements communautaires qui appuient les efforts du CRCOC pour bâtir une meilleure communauté? Joignez-vous à nous ainsi qu'à des entreprises, organisations et groupes formidables qui organisent des événements ce printemps.

Mars / Avril / Mai 2018 – 7e tournoi annuel de golf de charité Paul Rushforth – Pour être commanditaire ou pour offrir un article pour cet événement charitable de grande envergure, s'il vous plaît contactez-nous aujourd'hui à 613-830-4357 post 305/ prgolf@crcoc.ca

28 avril 2018 – Vente printanière de Capital Artisans Guild – Venez profiter de cette vente qui aura lieu le 28 avril à l'école secondaire Sir Wilfrid Laurier située au 1515, chemin Tenth Line, à Orléans. Pendant la vente, il y aura une collecte de fonds et de denrées non-périssables au profit de la banque alimentaire du CRCOC. Pour informations www.capitalartisansguild.org.

13 et 14 mai, 2018 – Vente en consignment du printemps Hot Tots – Ne manquez pas d'inscrire à votre calendrier cette vente. Pour informations : <http://www.hottots.ca/ottawa-east-sale.shtml>.

13 mai 2018 – Marchethon annuel caritatif « Marchez pour nourrir les enfants » – Nous vous invitons à participer à cette importante levée de fonds annuelle en appui aux nombreux programmes et services du CRCOC. Pour informations: www.ottawa-voyageurs.wikidot.com/charity-walkathon.

Mai 2018 – Collecte annuelle de denrées non-périssables à l'école secondaire St. Peter's – En appui à la banque alimentaire du CRCOC, l'événement est organisé par des étudiants et des membres du personnel de l'école secondaire St. Peter's qui vont y travailler très fort pendant tout le mois de mai. Pour informations : www.crcoc.ca