



Corbeille de Pain

LAC ST. LOUIS

Rapport Annual 2022-2023

Pierrefonds
Roxboro
Montréal

Dur à produire, délicieux dans l'assiette
Le travail de nos fermiers locaux mis en valeur ici
Good to eat, hard to produce
Valuing the work of our local farmers

*Votre ressource pour
la sécurité
alimentaire dans
l'Ouest de l'île.*

► Table des matières

Aperçu organisationnel	2
À propos de nous	3
Mot de la présidente	4
Conseil d'administration et comités	5
Mot du la directrice générale	6
Personnel	7
Partenaires communautaires & affiliations	8
Bailleurs de fonds	9
Collecte de fonds	10
Statistiques	11
Témoignages	12
Programmes - Cuisines	13
Programmes - Jardins	15
Programmes-Marchés	16
Éducation nutritionnelle	17
Plan stratégique	19



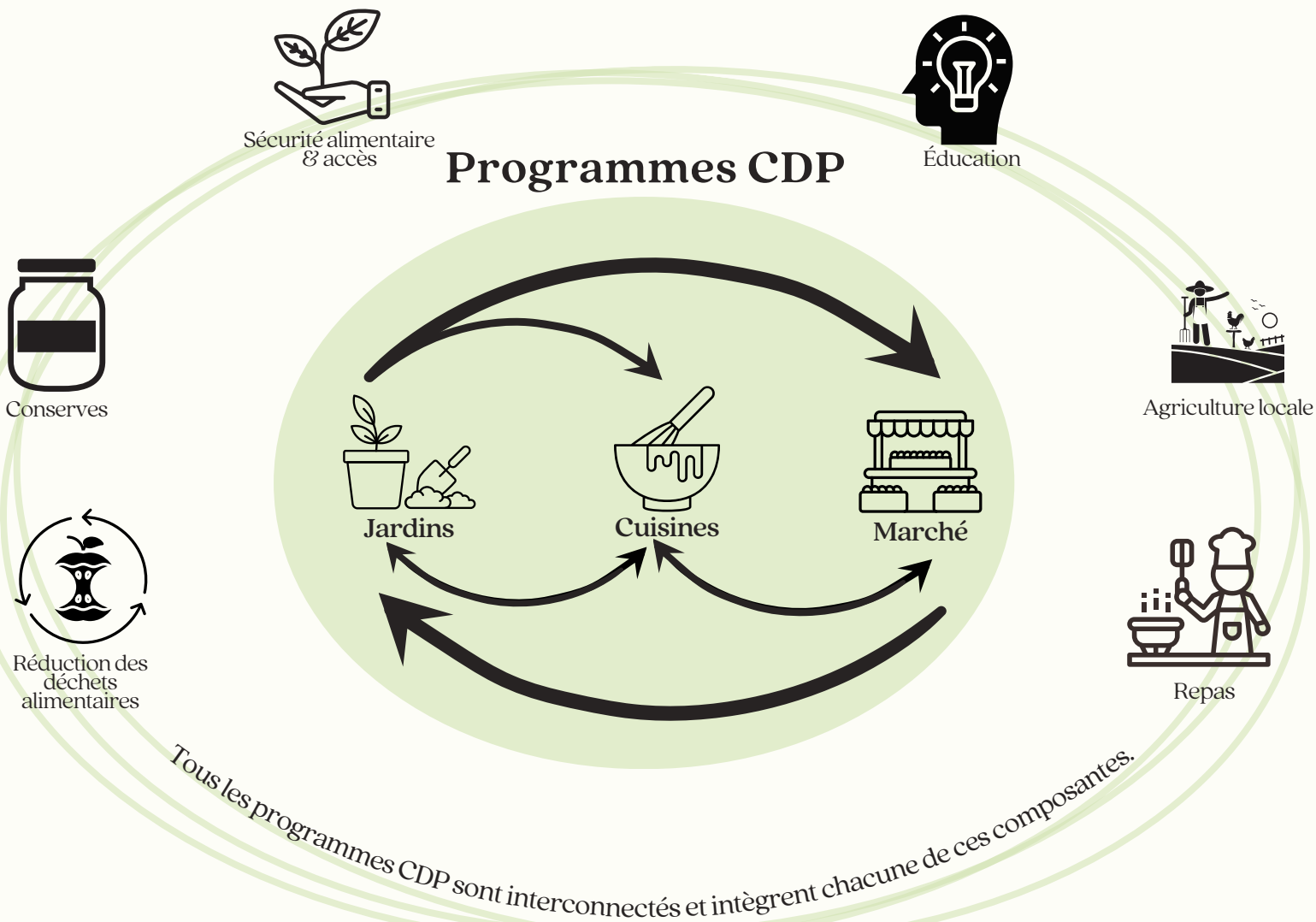
Aperçu organisationnel

Notre mission

Promouvoir la sécurité alimentaire dans l'Ouest-de-l'Île de Montréal grâce à des programmes éducatifs, de développement des communautés et augmenter l'accès à des aliments nutritifs, en collaboration avec des partenaires communautaires.

Notre vision

Nous envisageons un réseau solide d'organisations, de fermes locales et d'institutions de l'Ouest-de-l'Île qui travaillent ensemble pour assurer l'accès à une alimentation nourrissante en tant que droit humain fondamental et pour fournir à tous des compétences et des connaissances en matière d'alimentation.



À propos de nous

La Corbeille de Pain a débuté en 2003 en tant que comité de sécurité alimentaire dans l'Ouest-de-l'Île de Montréal, évoluant d'abord vers un programme de cuisine communautaire en 2005, avant de devenir officiellement un organisme de bienfaisance enregistré à but non lucratif en 2008. Bien que notre programme de cuisine communautaire demeure au cœur de l'organisation, nous avons maintenant trois programmes principaux, auxquels se sont ajoutés les jardins communautaires au cours de la première année (2008) et les marchés solidaires en 2019. Tous nos programmes sont éducatifs et ont pour but d'accroître l'accès à des aliments nourrissants et d'améliorer la sécurité alimentaire de nos participants. Au fil des ans, notre équipe et notre capacité en tant que ressource pour la sécurité alimentaire dans l'Ouest-de-l'Île se sont développées. En tant qu'organisation, nous continuons à participer aux comités locaux de sécurité alimentaire et à fournir une éducation sur la nutrition.



Le programme des cuisines est destiné aux membres de la communauté de l'Ouest-de-l'Île qui pourraient bénéficier d'un accès à l'information et à l'éducation en matière de nutrition, de techniques de cuisson et de recettes économiques et agréables. Les ateliers de cuisine donneront aux participants l'occasion d'apprendre à préparer des repas délicieux et nutritifs en respectant un budget.



Le programme du jardin communautaire contribue à éduquer les participants sur le jardinage et les écosystèmes qui l'entourent. Grâce à une approche pratique et théorique, les participants reçoivent les outils nécessaires pour assurer la prospérité de leur jardin tout en améliorant leur bien-être en se connectant à la nature.



Nos deux coordinateurs des jardins d'été, Reza et Michelle - 2022.



Le programme du marché solidaire permet d'améliorer la disponibilité de produits frais, locaux et abordables tout en contribuant à un système alimentaire durable et équitable. Le budget de chaque personne peut être accommodé grâce à l'utilisation de modèles de paiement variés.



Participants de la cuisine communautaire Gerry Robertson-2023.



Tia et Yoko au Marché du quartier 2022.

Mot de la présidente

Après une autre année à faire face aux impacts continus de la pandémie de Covid, nous avons continué à adapter nos programmes et nos services en conséquence, tout en continuant à avancer avec courage dans le cadre de notre nouveau plan stratégique.

Deux nouveaux membres du conseil d'administration, Karina Renaud et Stephanie Childs, se sont joints à nous au cours de l'année 2022-2023. Elles ont toutes deux apporté une expérience, une énergie et un engagement inestimables à nos délibérations et à nos prises de décision en matière de gouvernance. Le conseil, dans son ensemble est devenu un soutien solide pour Lyse Beaudette et l'équipe du personnel alors qu'ils faisaient face aux changements quotidiens et aux défis de l'insécurité alimentaire dans l'Ouest-de-l'Île.



Notre plan stratégique 2022-2025 avait établi quatre piliers pour nous guider efficacement vers l'avenir : l'éducation alimentaire, les partenariats, la fondation organisationnelle et l'équité, la diversité et l'inclusion. Au cours de cette première année, nous nous sommes attelés à la mise en œuvre de notre plan d'action afin d'atteindre nos buts, objectifs et points de référence pour chaque programme et comité.

L'éducation alimentaire étant au cœur de notre mission, les programmes Compétences alimentaires, Jardins et Marchés de la CDP ont été essentiels à la prestation de nos services, en partenariat avec les banques alimentaires de l'Ouest-de-l'Île, les agriculteurs locaux et les municipalités, ainsi que d'autres organismes communautaires desservant les personnes vulnérables de notre territoire vaste et diversifié. Au cours de l'année, l'équipe de la CDP a proposé des ateliers sur les compétences alimentaires destinés à tous les âges, allant des adolescents aux personnes âgées. Avec l'augmentation des coûts du logement et des prix des denrées alimentaires au cours de l'année écoulée, ces programmes sont devenus encore plus vitaux et appréciés.

Le renforcement de la base organisationnelle de la CDP était également un objectif clé pour 2022-2023. Les délibérations du Conseil et les comités des ressources humaines, des communications et de la collecte de fonds ont travaillé dur pour améliorer l'équité, la diversité, l'inclusion et la durabilité de la CDP et de ses programmes et services au sein d'un système alimentaire complexe et souvent mis à l'épreuve.

Je suis ravie que tous les membres de notre conseil d'administration soient reconduits pour la nouvelle année 2023-2024. Il reste encore une place pour un bénévole intéressé à soutenir le travail important de la CDP et à renforcer notre équipe de gouvernance alors que nous faisons face aux défis connus et inconnus qui nous attendent sûrement.


Sheila Laursen

Présidente du conseil d'administration

Conseil d'administration et comités

Le conseil d'administration 2022-2023

Sheila Laursen, *Présidente*

Warren Thomas, *Trésorier*

Geneviève Lussier, *Secrétaire*

Caroline Begg

Gary Spiller

Isabelle Dallaire

Stephanie Childs

Karina Renaud



Comités

Comité des compétences alimentaires

Comité des jardins

Comité du marché

Comité de planification stratégique

Comité de nomination

Comité de collecte de fonds

Comité des ressources humaines

Nous voulons remercier les 27 bénévoles qui ont généreusement donné de leur temps à Corbeille de pain pendant la année 2022-2023.



Nous voulons remercier les membres sortants du conseil d'administration pour leurs services :

Cynthia Homan, Kaitlin Rollins et Gabriela Pedrosa.

Elles ont toutes contribué au succès de Corbeille de pain.

Mot de la directrice générale

Nous avons achevé avec succès une nouvelle année d'activités et, en tant que directrice générale, je ne pourrais être plus heureuse des résultats obtenus. Nous avons atteint plus de participants que jamais auparavant, nous avons établi des partenariats avec plusieurs nouvelles organisations, nous nous sommes impliqués dans de nouveaux comités intéressants, nous avons augmenté notre capacité de collecte de fonds et, grâce à cela, nous sommes devenus plus visibles et plus reconnus comme une ressource en matière de sécurité alimentaire dans l'Ouest-de-l'Île.



Comme toute petite organisation à but non lucratif, nous avons également dû faire face à des défis tels que du financement précaire, une pénurie de ressources humaines, trop peu d'heures dans une journée et les besoins de la population qui ne cessent d'augmenter en raison des difficultés économiques, du manque de connaissances sur notre système alimentaire et de l'accès limité aux fruits et légumes frais.

L'équipe actuelle est incroyablement dévouée, acharnée, intelligente, créative et fait toujours un effort supplémentaire, ce qui permet un excellent fonctionnement. Les membres de notre conseil d'administration sont tout aussi engagés et nous offrent un soutien incroyable. Ensemble, nous avons réussi à faire en sorte que notre petite organisation reste efficace et continue à faire un travail significatif. Il faut un village pour élever un enfant, comme on dit.

Je suis très fière de ce que la Corbeille de Pain (CDP) est devenue et très optimiste quant à ce que nous avons encore la capacité de réaliser. Nous clôturons l'année 2022-2023 et nous nous réjouissons de toutes les opportunités (et de tous les défis) qui attendent notre organisation en 2023-2024. Allons-y !


Lyse Beaudette
Directrice générale

Personnel



Rencontrez les employées

Lyse Beaudette, *Directrice générale*

Eleni Tsoklis, *Coordinatrice de la communication et du bureau*

Robyn Rees, *Coordinatrice de la communication et du bureau*

Tia Bergeron, *Coordinatrice de projet*

Yoko Bergeron, *Assistante de marché*

Elaine Monaco, *Coordinatrice de la cuisine*

Rania Abunowara, *Animatrice de cuisine*

Lea Capuano, *Animatrice de cuisine*

Mary Ann Lecompte, *Comptabilité*



Coordinateurs de l'été 2022

Ariane Séguin, *Animatrice de cuisine*

Michelle Faerstein, *Coordinatrice des jardins et assistante de marché*

Reza Nekouei, *Coordinateur de jardin et assistant de marché*



2022-2023 Stagiaires

Justine Masson (*McGill*)

Roop Kamal Sekhon (*McGill*)

Zoha Ahmad (*McGill*)

Laureanne Brisebois (*UdM*)

Andra Dima (*UdM*)

Tiniha Yahia (*UdM*)

Savann-Melissa Son (*McGill*)

Sandy Iskander (*McGill*)



Nous voulons remercier Anne Massacré (*directrice adjointe*) et Esme Terry (*comptable*) pour leur travail acharné. Nous leur souhaitons bonne chance dans leurs projets futurs.

Partenaires communautaires & affiliations

Comme au cours des années précédentes, les collaborations et les affiliations que nous avons avec d'autres organisations nous rendent plus forts, nous permettent d'élargir notre champ d'action et nous offrent un soutien, des informations, des points de vue et la possibilité de travailler ensemble pour mieux servir notre communauté. Merci à tous nos partenaires de leur confiance.



Résidence Edwin Crawford'
Manoir Roger Bernard

Bailleurs de fonds

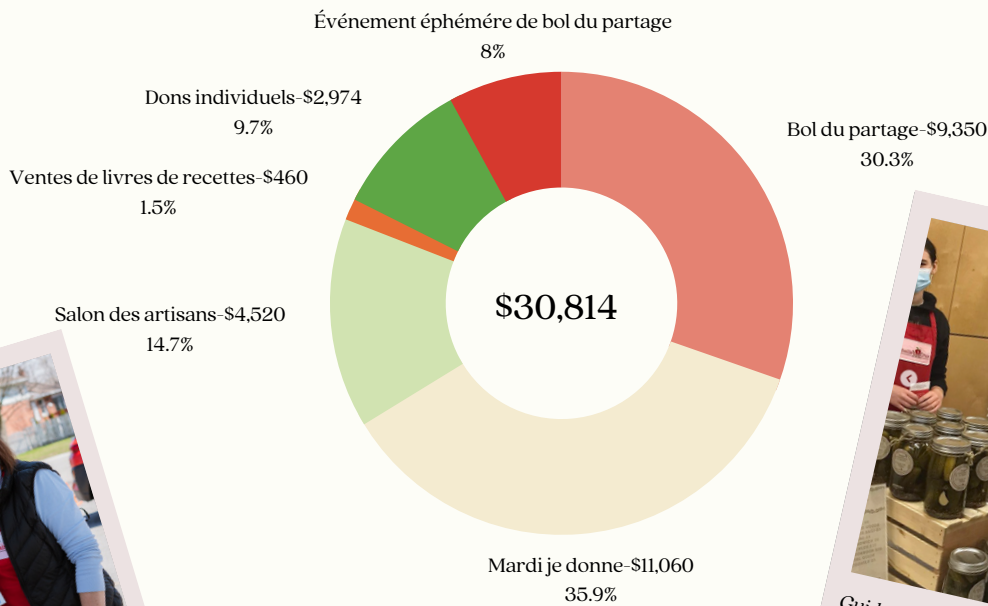
Bien que nous apprenions à devenir plus autonomes financièrement, nous avons indéniablement besoin du soutien important que nous recevons de nos bailleurs de fonds. Nous avons la chance et la gratitude d'être reconnus et financés par plusieurs organismes gouvernementaux et municipaux, fondations, organisations communautaires et entreprises. Sans leurs encouragements et leur confiance, nous ne serions pas en mesure de faire ce que nous faisons et nous tenons à les remercier chaleureusement pour leur précieux soutien.



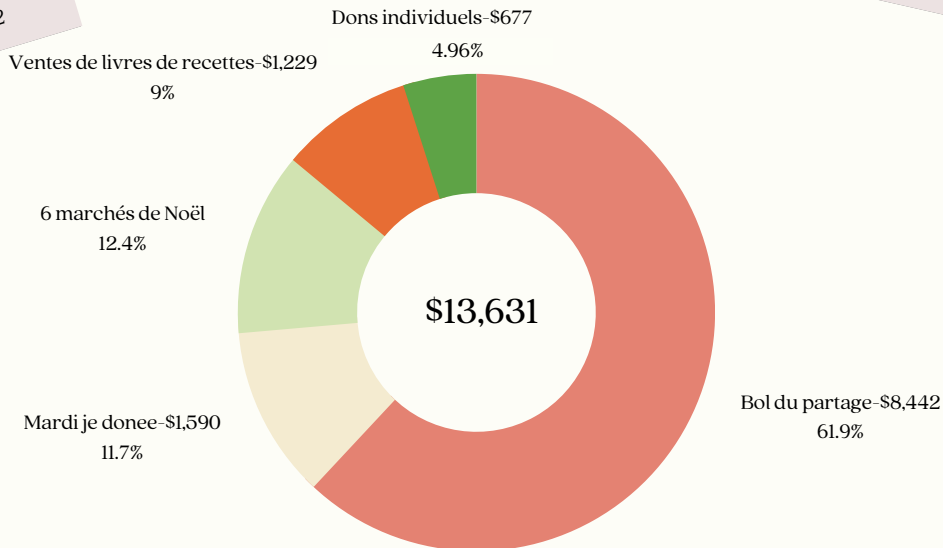
Collecte de fonds

Cette année, nous avons amassé 30,814\$ grâce à diverses activités de collecte de fonds, ce qui dépasse le total de l'année dernière. Notre événement annuel Bols du partage en avril a rapporté 9,350\$. Le mois de novembre a été le plus chargé en termes de collecte de fonds, car nous avons participé à la campagne du Mardi je donne qui a duré un mois, ainsi qu'à la foire artisanale du Centre culturel de Stewart Hall, qui était une nouveauté pour nous. La campagne du Mardi je donne a généré 11,060\$ grâce à trois grands donateurs et à l'importante participation du public. Vous trouverez ci-dessous une brève présentation :

2022-2023



2021-2022



*Photo prise à partir du compte Instagram de la Ville de Pointe-Claire. Tous les crédits photographiques sont attribués à @ville.city.pointe.claire.

Statistiques

2021-2022

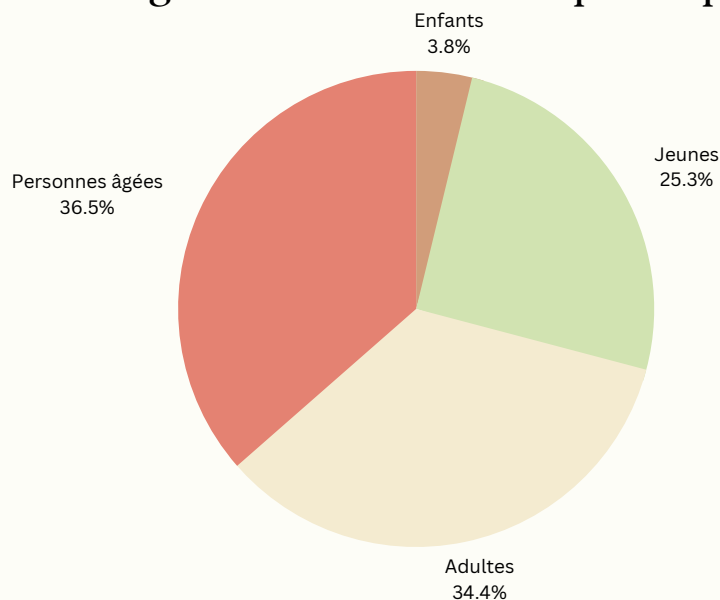
2022-2023

Total des activités: 314 → Total des activités: 204*

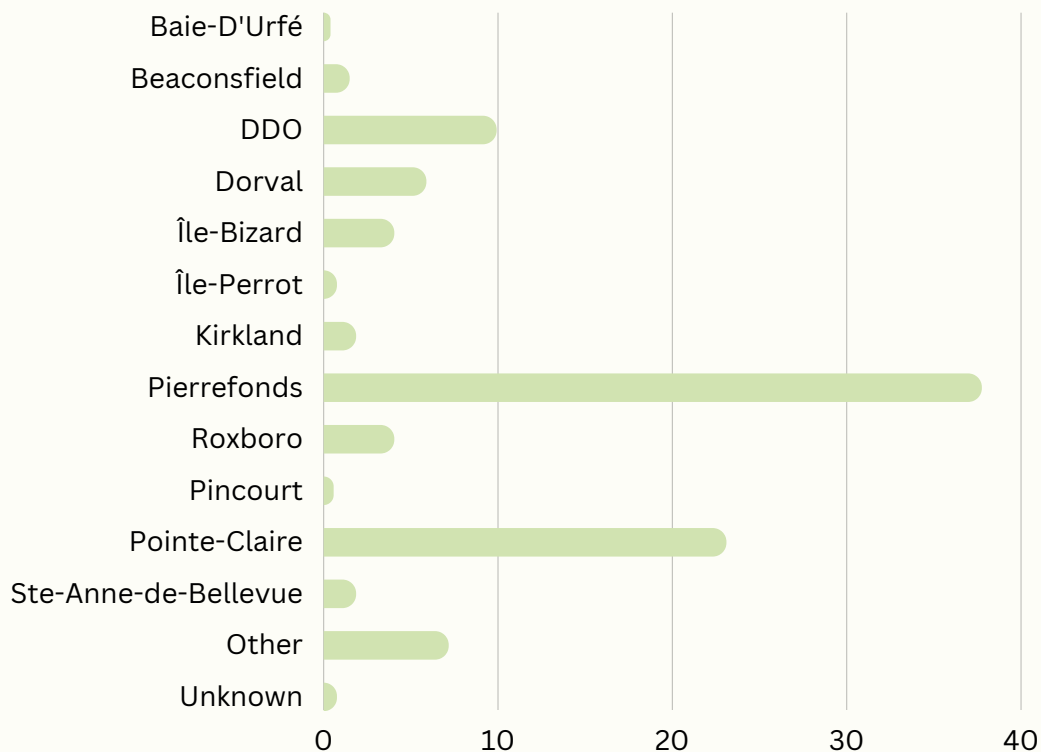
Total des participants: 423 → Total des participants: 546

*La baisse du nombre d'activités est dû au fait qu'en 2021-2022, le calcul de ces activités incluait Facebook Live (62), les déjeuners à l'Ecole Joseph Henrico (84) et les paniers de Second Life (26). Nous n'avons fait aucune de ces activités cette année, donc si nous comparons les chiffres après avoir éliminé ces activités, notre nombre d'activités a en fait augmenté de plus de 40 %.

Tranche d'âge du nombre total de participants



Les quartiers de nos participants**



*Les données sont représentées en pourcentage.

Témoignages

« J'ai découvert l'article sur la Corbeille de pain le 31 janvier dans la Gazette de Montréal. Le cours de cuisine m'a permis de découvrir bien d'autres choses, de nouvelles amitiés et de nouvelles recettes. Le cours m'a donné envie de recommencer à cuisiner et à faire des pâtisseries. Les recettes que nous préparons sont différentes de celles auxquelles je suis habituée. Cela me permet d'essayer différents aliments et épices et d'apprendre d'autres femmes qui ont plus d'expérience [...] tout le monde est si chaleureux et accueillant. Je craignais que mes compétences culinaires ne soient pas à la hauteur de celles des femmes plus expérimentées. Je ne savais pas comment couper un oignon, jusqu'à ce qu'on me le montre. Chacun apporte des compétences différentes à la table et tout commence par une bonne instructrice [...] »

~Darleen Maselli, qui a participé à sa première cuisine communautaire au début du mois de mars 2023



Une participante de notre cuisine communautaire à Cedar Park-2022



« J'avais passé beaucoup trop de temps dans l'isolement et j'avais hâte d'avoir une sortie sociale. [...] Je ne connaissais personne, mais j'ai été accueillie par des visages amicaux et des sourires bienveillants [...] J'ai bavardé amicalement avec mon partenaire de cuisine [...] c'était tout simplement agréable d'être entourée d'un bavardage amical. Nous nous sommes assis ensemble pour déguster un repas copieux, sain et satisfaisant. Il y avait suffisamment de restes pour que chacun puisse les emporter chez lui. J'ai vraiment apprécié de ne pas avoir à préparer un repas le lendemain [...] J'ai vécu une expérience formidable - c'était en fait le point fort de ma semaine ! »

~Helen Wong



« J'apprends beaucoup. C'est pour cela que je reviens. »

~Participante à l'atelier de jardinage et résidente du Manoir Roger-Bernard



Participants à nos ateliers de jardinage-2022.

« Heureux d'avoir des légumes frais et de soutenir les fermes locales. »

Client du marché solidaire À-Ma-Baie pendant la saison 2022



Un ragoût de légumes copieux, préparé lors de notre cuisine communautaire à St-Columba-by-the-Lake-2022.



Notre marché À-Ma-Baie -2022.

Programmes-Cuisines

Cette année, nous avons enfin pu reprendre nos activités régulières dans la cuisine, bien que nous ayons débuté avec un nombre restreint de participants pour finir l'année avec une salle pleine. Nous avons également connu une nouvelle vague de demandes d'ateliers de cuisine de la part d'anciens et de nouveaux partenaires. L'un des catalyseurs de l'augmentation de la demande d'ateliers est la hausse spectaculaire du prix des denrées alimentaires. Savoir faire ses courses avec un budget limité et préparer des aliments sains avec des ingrédients simples et économiques est devenu essentiel, en particulier pour les personnes à revenu fixe. L'équipe de trois animateurs de cuisine a partagé ses connaissances et ses recettes à base de produits de base, de protéines économiques et de produits de saison. L'accent a été mis sur les conseils de planification des repas, la réduction des déchets alimentaires et les moyens de réduire nos factures d'épicerie.



Participants: 322



Activités: 139



Portions préparées : 3,400

Le comité des compétences alimentaires s'est réuni cinq fois au cours de la saison.

Cuisines Communautaires

- Église St-Columba by-The-Lake
- Église Cedar Park United
- Manoir Roger Bernard
- Centre Communautaire Gerry Robertson



Faire les gros titres dans la Gazette de Montréal-2023.

Programmes-Cuisines

Ateliers de cuisine dans les écoles

- École secondaire Dorval-Jean XXIII
- École secondaire Des Sources
- École primaire Perce Neige

Nouveauté cette année :

- CEGEP John Abbott
- Université de McGill
(Campus MacDonald)



Ateliers de cuisine avec des organisations communautaires

- Carrefour Jeunesse Emploi (CJE)
- Îles des amis
- Regroupement des séparés(es) et divorcés(es) de l'Ouest (RSDO)

Nouveauté cette année :

- Centre Omega
- Cumulus
- Li-ber-t House
- Les Guides (Valois)
- West Island Women's Center (WIWC)



Programmes-Jardins

Pendant l'été 2022, nous avons eu deux coordinateurs de jardin enthousiastes, Michelle et Reza, que nous avons pu embaucher grâce au Programme d'emploi d'été Canada, et qui ont offert des ateliers hebdomadaires à trois endroits : Résidence Edwin Crawford, Manoir Roger Bernard et Île des Amis. Les objectifs de ce programme ont été modifiés pour être moins axés sur la sécurité alimentaire et plus sur l'éducation au jardinage, la santé mentale et le renforcement de la communauté. Nous avons commencé la saison par la distribution de semences et de plants, puis nous avons proposé des ateliers sur les thèmes suivants : les pollinisateurs et les ruches, la lutte contre les parasites, les oiseaux, ainsi que des ateliers de cuisine tels que le pesto, la sauce piquante et la salsa. Les coordinateurs ont récolté l'ail qui avait été planté à l'automne 2021 et l'ont apporté à nos marchés solidaires pour le vendre. Les coordinateurs ont également contribué au programme Verger de Chez Nous et ont cueilli une variété de fruits qui ont ensuite été transformés en conserves.

 Participants: 53

 Activités: 42

Le comité des jardins s'est réuni trois fois au cours de la saison.

Ateliers :

- Distribution et plantation de semences et de plants
- Notions de jardinage
- Atelier sur les pollinisateurs et les maisons d'abeilles solitaires
- Jeopardy sur le thème du jardinage, de l'alimentation et des animaux
- Atelier sur la lutte contre les parasites
- Atelier sur les oiseaux
- Préparation d'une salade de pesto et d'une salade de fruits
- Jeu de société Trivia



Programmes-Marché

Bien que nous ayons démarré la saison des marchés dans des conditions financières précaires, nous avons encore une fois, et pour la quatrième année, été en mesure d'offrir des marchés de la solidarité à Pointe-Claire (toutes les deux semaines) et à Pierrefonds (toutes les semaines).

Nous avons été bien soutenus par l'arrondissement Pierrefonds-Roxboro et la Ville de Pointe-Claire et nous avons poursuivi notre collaboration avec Carrefour Solidaire, ce qui nous a permis d'offrir la Carte Promixité à de nombreuses personnes et familles qui avaient besoin d'un petit coup de pouce pour payer leurs factures d'épicerie. Les détenteurs de cette carte recevaient un montant déterminé à dépenser au marché, renouvelé chaque mois de juillet à octobre. Avec l'augmentation du coût des denrées alimentaires, l'accès à des produits frais, locaux et souvent biologiques par le biais d'une carte-cadeau ou en utilisant notre modèle "payez ce que vous pouvez", a été très utile et apprécié par de nombreuses personnes dans notre communauté.

Nous sommes également ravis des relations que nous continuons à développer avec les agriculteurs locaux et le fait de participer aux efforts communautaires qui se développent est très encourageant. Notre objectif de rapprocher les agriculteurs et les consommateurs et d'offrir un prix équitable aux uns et aux autres a été atteint.



Nombre moyen de participants : 171



Nombre total de marchés : 23 (15 à Pierrefonds, et 8 à Pointe-Claire)



Aliments préparés : 741 articles



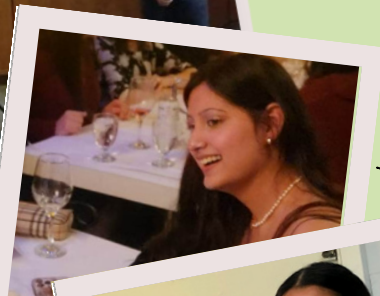
La nouvelle commission du marché s'est réunie deux fois au cours de la saison.

Éducation nutritionnelle

Dans le cadre du programme de l'alimentation humaine de l'Université McGill, nous recevons régulièrement des étudiants qui effectuent leur stage de diététique. Cette année n'a pas dérogé à la règle et nous avons eu la chance de recevoir huit étudiants différents qui ont contribué à la mise en place d'une variété d'ateliers et de matériel éducatif de grande valeur. De plus, pour la première fois, nous avons reçu trois étudiants du programme de nutrition de l'Université de Montréal qui ont préparé et présenté un atelier et un guide pour la préparation d'une boîte à lunch équilibrée. Nous les remercions tous pour votre participation et leurs contributions significatives.



Laureanne
Andra
Tiniha



Zoha



Melissa



Kamal



Éducation nutritionnelle

Ateliers sur la nutrition :

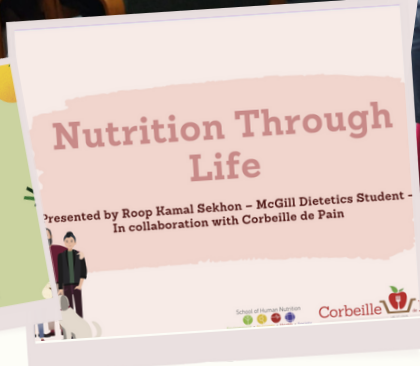
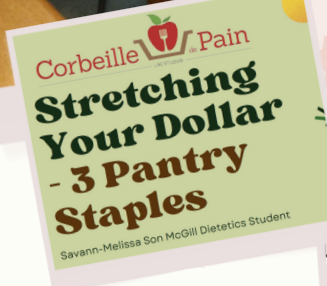
- Introduction à la nutrition
- Assiette saine et gestion du diabète
- Goutte
- Atelier sur la boîte à lunch équilibrée

Projets vidéo :

- Dépensez votre argent - 3 produits de base pour le garde-manger
- Recettes saines et faciles sans cuisson

Guides et fiches d'information :

- Courge Delicata et courge spaghetti
- Guide de lecture des recettes
- Qu'est-ce que la goutte ?
- Assembler une boîte à lunch équilibrée



Plan stratégique

Le comité de planification stratégique, composé de membres du conseil d'administration et du personnel, s'est réuni six fois au cours de l'année pour examiner le matériel et les intentions énoncés dans notre plan stratégique 2022-2025.

Les quatre piliers directeurs continuent d'être notre cadre pour transformer nos objectifs en décisions concernant la mise en œuvre, les objectifs et les améliorations des programmes.

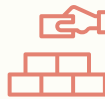
Éducation alimentaire



Partenariats



Fondement organisationnel



Équité, diversité et inclusion

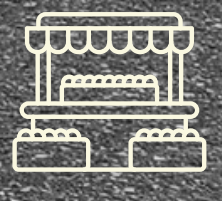


Nous avons identifié certaines forces et faiblesses dans le processus d'intégration des quatre piliers dans nos programmes. Afin d'honorer l'engagement que nous avons pris avec enthousiasme lors de la création du plan stratégique, notre stratégie consiste à élaborer des politiques, à former le personnel et le conseil d'administration et à affiner nos outils d'évaluation.

En 2023-2024, nous nous engageons à créer un programme de formation complet pour tous les membres du conseil d'administration et du personnel afin de nous aider à avoir un langage et une compréhension communs du système alimentaire et de la justice sociale.



Nous nous attendons à une excellente année 2023-2024.





Corbeille de Pain

LAC ST. LOUIS

corbeilledepain



11 av. Rodney
Pointe-Claire, Quebec
H9R 4L8

info@corbeilledepain.com

514-894-5850

www.corbeilledepain.com

Conçue par Eleni Tsoklis pour Corbeille de pain