

LE CAB EXPRESS

819-849-7011 - www.cabmrccoaticook.org

COLLECTE DE CONTENANTS CONSIGNÉS

Les samedis 16, 23 et 30 mai, le IGA de Coaticook a organisé une collecte de canettes et bouteilles consignées au profit du Centre d'action bénévole. Ce sont **10 906 \$** qui ont ainsi été recueillis.

Le CAB remercie Dominic Arsenault, propriétaire du IGA, la ville de Coaticook et tous les bénévoles qui ont permis la réussite de ces journées de collecte. Un grand merci, également, à toutes les personnes qui ont fait don de leurs contenants consignés au CAB.



RAPPEL: SERVICES EN ACTIVITÉ

LA POPOTE ROULANTE ET LES PLATS CONGELÉS

Nous continuons à préparer et livrer des repas aux aînés, aux personnes à mobilité réduite ou malades et aux nouvelles mamans. Nous préparons aussi des repas congelés qui sont livrés une fois par semaine. Le prix est de 4 \$/plat et les mêmes critères d'admissibilité que pour la popote roulante s'appliquent.

Pour commander: **819-849-7011 poste 225.**

APPELS AUX ÂÎNÉS ISOLÉS

Après autant de semaines de confinement, les personnes de 70 ans et plus peuvent se sentir seules.

Alors si vous connaissez une personne de 70 ans et plus qui serait heureuse de recevoir un appel d'un de nos bénévoles, veuillez-nous le faire savoir en contactant Jim Arévalo au **819-849-7011 poste 216** ou à participation@cabmrccoaticook.org

AIDE AUX COMMISSIONS

Le CAB offre un service d'aide aux commissions aux personnes de 70 ans et plus qui doivent rester en isolement et qui ne peuvent faire de commandes par internet ou téléphone.

Il suffit d'appeler le **819-849-7011 poste 201.**

LES DÉPANNAGES ALIMENTAIRES

Notre service de banque alimentaire est toujours fonctionnel pour ceux et celles qui en ont besoin.

Pour ce service, appelez le **819-849-7011 poste 239.**

L'ACCOMPAGNEMENT À DES RENDEZ-VOUS MÉDICAUX ESSENTIELS

Ce service a été réduit aux rendez-vous vitaux, par exemple en hémodialyse et en chimiothérapie.

Pour réserver un accompagnement: **819-849-7011 poste 204.**

LA BOUTIQUE MOD-ÉCOLO

notre boutique de vêtements usagés est de nouveau ouverte. Pendant l'été, la boutique est ouverte les mardis et mercredis de 13 h à 16 h et le jeudi de 13 h à 18 h.

Notez que **nos cloches de récupération de linge restent fermées.** Par civisme, veuillez ne pas laisser vos sacs près de nos cloches situées dans toute la MRC.

BABILLARD DES ACTIVITÉS



WEBINAIRE POUR TOUS: LA PROTECTION DES PERSONNES VULNÉRABLES

Mercredi 17 juin à 13 h 30

Offert via la plateforme numérique ZOOM

Par Corinne Harbec-Lachapelle, responsable des événements publics, Curateur public du Québec

Inscription requise : 819-849-7011 poste 223

VOLET PROCHES AIDANTS - EN LIGNE

Les activités du projet Ressourçaidant sont **gratuites** grâce au soutien de L'APPUI pour les proches aidants d'aînés de l'Estrie.



GROUPE DE SOUTIEN : L'ISOLEMENT SOCIAL ET TECHNIQUES D'AUTO-MASSAGE

Mercredi 10 juin à 18 h 30

Offert via la plateforme numérique ZOOM et animée par Lucie L'Heureux

La rencontre débutera avec Jacinthe Desbiens, massothérapeute, qui vous offrira un **atelier sur les techniques d'auto-massage** !

Inscription requise : 819-849-7011 poste 223



ATELIERS D'EXPLORATION THÉÂTRALE

Mercredis 8 et 22 juillet à 18 h 30

Offert via la plateforme numérique ZOOM

par Patricia-Anne Blanchet, professeur de théâtre et doctorante en éducation artistique

Inscription requise : 819-849-7011 poste 223



GROUPE DE SOUTIEN : CONTE POUR ADULTES

Mercredi 15 juillet à 18 h 30

Offert via la plateforme numérique ZOOM et animée par Lucie L'Heureux

Inscription requise : 819-849-7011 poste 223

FERMETURE TEMPORAIRE DE LA POPOTE ROULANTE



La popote roulante prendra une **pause du 20 juillet au 14 août 2020**. Toutefois, vous pouvez **commander des repas de surplus** afin de combler ces quatre semaines de congé. De plus, il n'y aura **pas de livraison de la popote roulante les vendredis, du 19 juin 2020 au 4 septembre 2020 inclusivement**. Les repas du vendredi seront livrés avec les repas du jeudi. Pour plus d'informations, veuillez contacter Sandra Boss au **819-849-7011 poste 225**

SERVICE D'IMPÔTS POUR PERSONNES À FAIBLES REVENUS

ATTENTION

Notre service d'impôts pour personnes à faibles revenus **prendra fin le 12 juin**.

Pour vous inscrire, veuillez contacter nos bénévoles du lundi au vendredi, de 9 h à 12 h, au 819-849-7011, poste 232.

Ils vous expliqueront la procédure à suivre.