

QUELQUES NOUVELLES DU CAB

COVID-19

Malgré le contexte difficile dû à l'épidémie de COVID-19, le Centre d'action bénévole est fier d'avoir réussi à maintenir de nombreux services (popote roulante, dépannages alimentaires, etc.) et même à en offrir de nouveaux (aide aux commissions, appels téléphoniques amicaux aux aînés).

Le CAB a mis en place des processus afin de respecter les recommandations sanitaires de la Direction de la santé publique et ainsi assurer la sécurité de ses bénévoles, usagers et employés.

Assemblée générale annuelle 2020

À cause du confinement lié à l'épidémie de COVID-19, le CAB n'a pu tenir sa traditionnelle assemblée générale annuelle (AGA) en juin dernier, alors l'AGA aura lieu le jeudi 24 septembre prochain, à 19 h, au Pavillon des arts et de la culture de Coaticook.

Le rapport d'activité 2019-2020 et le rapport financier 2019-2020 y seront notamment déposés. Bien sûr, il y aura également les élections pour des places au sein du conseil d'administration du CAB. Les convocations à cette AGA seront bientôt envoyées par la poste aux membres bénévoles du CAB.

Fermeture le 7 septembre

Le lundi 7 septembre, jour de la Fête du Travail, nous serons fermés. Il n'y aura donc pas de livraison de la popote roulante.

Horaire régulier

L'horaire régulier reprendra à partir du mardi 8 septembre. Le CAB sera ouvert du lundi au vendredi, de 8 h 30 à 12 h et de 13 h à 16 h 30, sauf les mardis après-midi où nous serons fermés.

La popote roulante sera à nouveau livrée le vendredi à partir du vendredi 11 septembre.

Départ de Jim Arévalo

Notre collègue, Jim Arévalo, agent de participation sociale des aînés, nous a quittés au cours de l'été afin de relever de nouveaux défis à Sherbrooke. Nous le remercions pour l'excellent travail qu'il a accompli dans la MRC.

Bienvenu Catherine

Nous souhaitons la bienvenue à Catherine Desjardins qui occupe le poste d'agente de participation sociale des aînés depuis le 24 août.



VENTE DE GARAGE DU CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE

Le CAB vous invite à venir trouver des aubaines lors de la vente de garage qu'il tiendra les 5 et 6 septembre prochains.

Tout au long de la dernière année, nous avons reçu en don différents objets, livres et toutous et nous les mettrons en vente à très petit prix lors de cette fin de semaine là.

Nous tiendrons la vente de garage de 8 h à 16 h lors de ses deux journées.

De plus, notre Boutique Mod-Écolo sera exceptionnellement ouverte de 9 h à 15 h ce samedi et ce dimanche là.

Au plaisir de vous y voir!



CENTRE D'Action BÉNÉVOLE
DE LA MRC DE COATICOOK

AU CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE
23, RUE CUTTING, COATICOOK

VENTE DE GARAGE

Samedi 5 et dimanche 6
septembre
de 8 h 00 à 16 h 00

L'ARGENT RECUEILLI SERA RÉINVESTI DANS LES DIFFÉRENTS SERVICES DU CAB



Nous vous rappelons que **des consultations budgétaires sont offertes gratuitement à la population de la MRC de Coaticook**. Elles sont données par Serge Bélanger, bachelier en administration des affaires de l'Université du Québec à Chicoutimi. Grâce à une formation suivie à l'organisme *Solutions Budget Plus*, Serge vous conseillera judicieusement pour gérer un budget. Les consultations sont offertes à tout le monde, et ce, peu importe le revenu gagné. Réservez une place au **819 849-7011 poste 224**.

CALENDRIER DES ACTIVITÉS EN LIGNE

www.cabmrccoaticook.org/calendrier

Pour tout savoir sur les activités du CAB, même à long terme, allez le consulter !



BABILLARD DES ACTIVITÉS



CONFÉRENCE POUR TOUS: MANDATS DE PROTECTION ET TESTAMENTS

Mercredi 30 septembre à 18 h 30

Pub l'Épervier : 80 rue Saint-Jacques Sud à Coaticook

Conférence de Me Anne-Sophie Francoeur, notaire, parce qu'il est important de bien savoir se protéger du point de vue légal.

N'oubliez pas votre masque ! Les inscriptions sont limitées en raison du contexte sanitaire.

Gratuit

Inscription requise : 819-849-7011 poste 223 ou aidants@cabmrccoaticook.org

VOLET PROCHES AIDANTS

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



5 @ 7 - LANCEMENT DES RECUEILS DE TEXTES DES PROCHES AIDANTS

Mercredi 2 septembre à 17 h

Pub l'Épervier : 80 rue Saint-Jacques Sud à Coaticook

Venez découvrir les merveilles écrites par les proches aidants lors des ateliers d'écriture !

Cet hiver, les proches aidants ont assisté à des ateliers d'aquarelle qui ont servi de prémisses au 2e recueil de textes. Vous recevrez gratuitement les 2 recueils de textes ainsi que des petites bouchées.

N'oubliez pas votre masque. Les places sont limitées en raison du contexte sanitaire.

Inscription requise : 819-849-7011 poste 223 ou aidants@cabmrccoaticook.org



GROUPE DE SOUTIEN : L'ART AU SERVICE DE SOI

Mercredi 16 septembre de 18 h 30 à 20 h 30

Centre d'action bénévole, 23 rue Cutting, Coaticook, 3e étage

Enfin, le premier groupe de soutien en personne depuis le début de la pandémie ! Pour la première fois, ce sera Janie Martel qui l'animera. On commencera par un court moment de relaxation avec musique. Ensuite, nous aurons une activité ludique pour laisser aller notre imaginaire et bien sûr, il y aura un moment pour que chacun et chacune puisse s'exprimer librement.

N'oubliez pas votre masque. Les places sont limitées en raison du contexte sanitaire.

Inscription requise : 819-849-7011 poste 223 ou aidants@cabmrccoaticook.org

BÉNÉVOLES RECHERCHÉS : 819-849-7011 poste 215



CONVOYEUR/CONVOYEUSE
DE LINGE

Déplacer les sacs de vêtements donnés par la population. Vous devez avoir une bonne forme physique et une certaine mobilité pour effectuer des mouvements répétitifs (se pencher, soulever des sacs, pousser le chariot, etc.). Selon vos disponibilités.



LIVREUR DE REPAS DE LA
POPOTE ROULANTE

Effectuer la livraison de repas de la popote roulante à domicile (tout au long de l'année), un ou deux jours par semaine, entre 11 h et 12 h 30.