



Centre d'action bénévole MRC L'Assomption

RAPPORT ANNUEL 2025-2026



Le plus beau cadeau que tu puisses
faire à quelqu'un, *c'est ton temps.*

Parce que tu lui donnes une partie
de ta vie qui ne te reviendra jamais.

-P. Coelho



Sommaire

02
Légende des sceaux
de l'ACA

07
Notre conseil
d'administration

Rapport d'activités

15
Impacts économiques

20
Programme des effets
scolaires

25
Le CCPA et l'Amicale
du CAB

28
Formations

30
Gouvernance

34
On parle de nous!

38
Remerciement
aux bénévoles

04
Mot de la présidente

08
Notre équipe

13
Répartition des revenus
et des charges

16
L'accompagnement-
transport

22
Coup de main

26
SécuriCAB

28
Accompagnement
d'organisme

31
Revue de presse

35
Priorités 2026-2027

40
Un grand merci!

05
Mot de la directrice
générale

10
Le CAB MRC L'Assomption

14
Bénévolat

19
Programme des impôts

24
Activités de socialisation et
de maintien de l'autonomie

27
Nos communications

29
Représentations

32
Témoignages

36
Nos partenaires et
collaborateurs

La légende des sceaux de l'action communautaire autonome (ACA)

Les critères de l'action communautaire



Notre organisme est un organisme à but non-lucratif. Il a obtenu les lettres patentes (ou charte) auprès du Registraire des entreprises du Québec. Les règlements généraux sont la base de son organisation démocratique. Nous respectons nos obligations légales de mise à jour des informations annuellement et les Lois en vigueur pour les OBNL.



Notre organisme est reconnu dans sa communauté et il a des liens avec d'autres organismes ou partenaires. Notre CA représente bien la communauté visée par notre mission.



Notre organisme est libre de déterminer sa mission, ses orientations, ses pratiques et ses approches. Notre vie associative et démocratique permet de définir nos politiques, notre réponse aux besoins exprimés par les membres et notre développement comme organisme. Notre expertise se développe grâce à notre action dans la communauté.

Les critères de l'action communautaire autonome



Notre organisme est né de la volonté d'un groupe de citoyennes et de citoyens ou de membres de notre communauté qui souhaitent s'organiser afin de répondre à une problématique, un enjeu, une situation et se donner une voix pour y répondre. Notre mission a été définie par les membres fondateurs, puis a été mise à jour en fonction de la réalité d'aujourd'hui par les membres. C'est une volonté citoyenne qui fait que notre organisme existe.



Notre organisme est administré par un conseil d'administration indépendant du réseau public. Nos administratrices et nos administrateurs participent au conseil d'administration librement et dans la volonté d'un développement cohérent avec les aspirations de nos membres. Aucun siège n'est réservé pour un.e représentant.e du réseau public et gouvernemental et il n'y a pas d'élus local, provincial ou fédéral sur notre conseil administration.

Les revendications communes



Notre organisme adhère aux revendications communes du mouvement d'action communautaire autonome lanadois et québécois notamment pour un meilleur financement à la mission des OCA, le respect de la politique gouvernementale sur l'action communautaire et une meilleure justice sociale.



Notre organisme priorise le financement à la mission globale afin d'actualiser sa mission en cohérence et en concordance avec les huit critères de l'action communautaire autonome. Ce mode de financement est le meilleur afin de permettre l'atteinte de nos objectifs et de notre mission.



Mot de la présidente

Louise Rainville

L'année qui vient de s'écouler s'est distinguée par une volonté ferme de consolider les assises de notre organisme. Fidèles à notre mission, nous avons concentré nos efforts sur l'optimisation de nos processus de gestion et sur le respect des standards de saine gouvernance qui sont le gage de notre pérennité. Je compare d'ailleurs la saine gestion à un orchestre: elle exige une justesse constante et une écoute attentive de chaque pupitre pour créer une harmonie durable.

Cette année a notamment été jalonnée par l'élaboration d'un plan stratégique sur trois ans dont l'objectif premier est d'assurer la pérennité et la qualité des services offerts à notre clientèle. Parallèlement, nous procédons à une refonte complète de nos règlements généraux afin de moderniser notre cadre de gouvernance et de l'aligner sur les meilleures pratiques actuelles.

Je tiens à exprimer ma gratitude envers mes collègues du conseil d'administration pour leur engagement, ainsi qu'envers nos employés qui travaillent au quotidien à la réalisation de notre mission. Un merci tout particulier s'adresse à nos bénévoles; votre dévouement et votre générosité sont la pierre angulaire de cet organisme et une source d'inspiration constante.

C'est avec le sentiment de devoir accompli que je vous présente ce rapport annuel, en souhaitant que les jalons de rigueur posés cette année servent de fondations durables pour l'avenir.

Bonne lecture.

Louise Rainville



Mot de la directrice générale

Sylvie Hamel

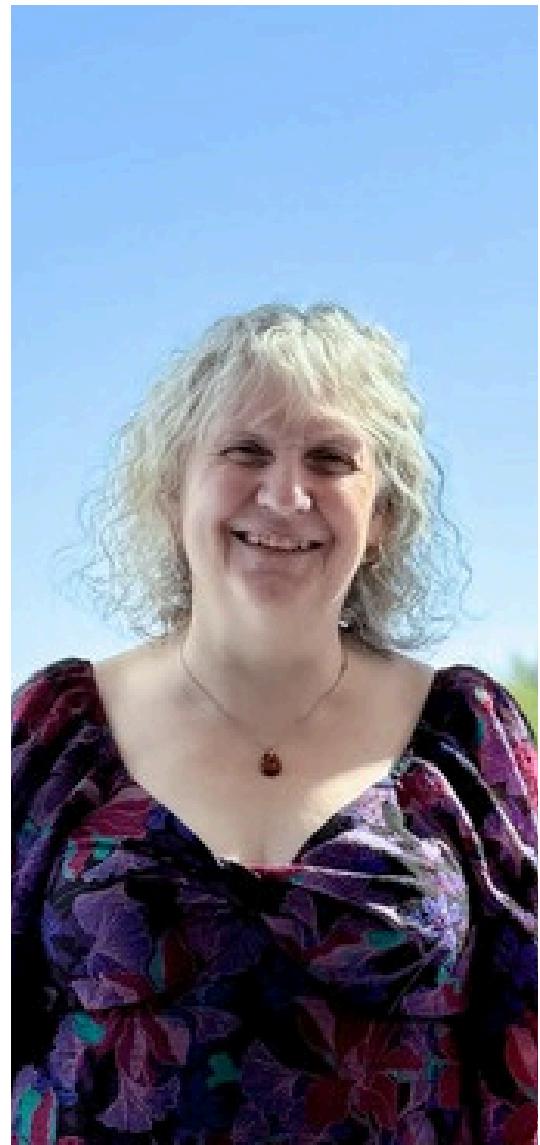
Cette année a été marquée par de nombreux défis, mais aussi par de belles avancées. Grâce à l'engagement exceptionnel de notre équipe et de nos bénévoles, nous avons pu traverser ces transitions avec cœur et détermination.

Nous avons eu le plaisir de lancer un nouveau service de menus travaux, Coup de main, qui répond déjà à des besoins essentiels dans notre communauté. Par ailleurs, la fin des activités du CCPA, devenue inévitable en raison de son déficit malgré les efforts investis, a ouvert la voie à l'Amicale du CAB, un espace de socialisation apprécié, notamment grâce à son bingo et à ses fameuses collations. Ce virage a été rendu possible suite à un travail d'analyse rigoureux avec les administrateurs bénévoles.

La décision du Centre La Croisée de transférer la gymnastique cognitive et de la gymnastique douce dans leurs locaux à Terrebonne a représenté un autre changement important. La baisse de participation nous a toutefois amenés à mettre fin au cours de gymnastique douce. En parallèle, le lancement du Groupe Amitié a permis de briser l'isolement de plusieurs personnes en favorisant les rencontres de groupe et aider au jumelage pour des visites d'amitié.

Nous avons également renforcé notre présence sur les réseaux sociaux, notamment avec notre arrivée sur LinkedIn, ce qui nous permet de mieux faire rayonner nos actions.

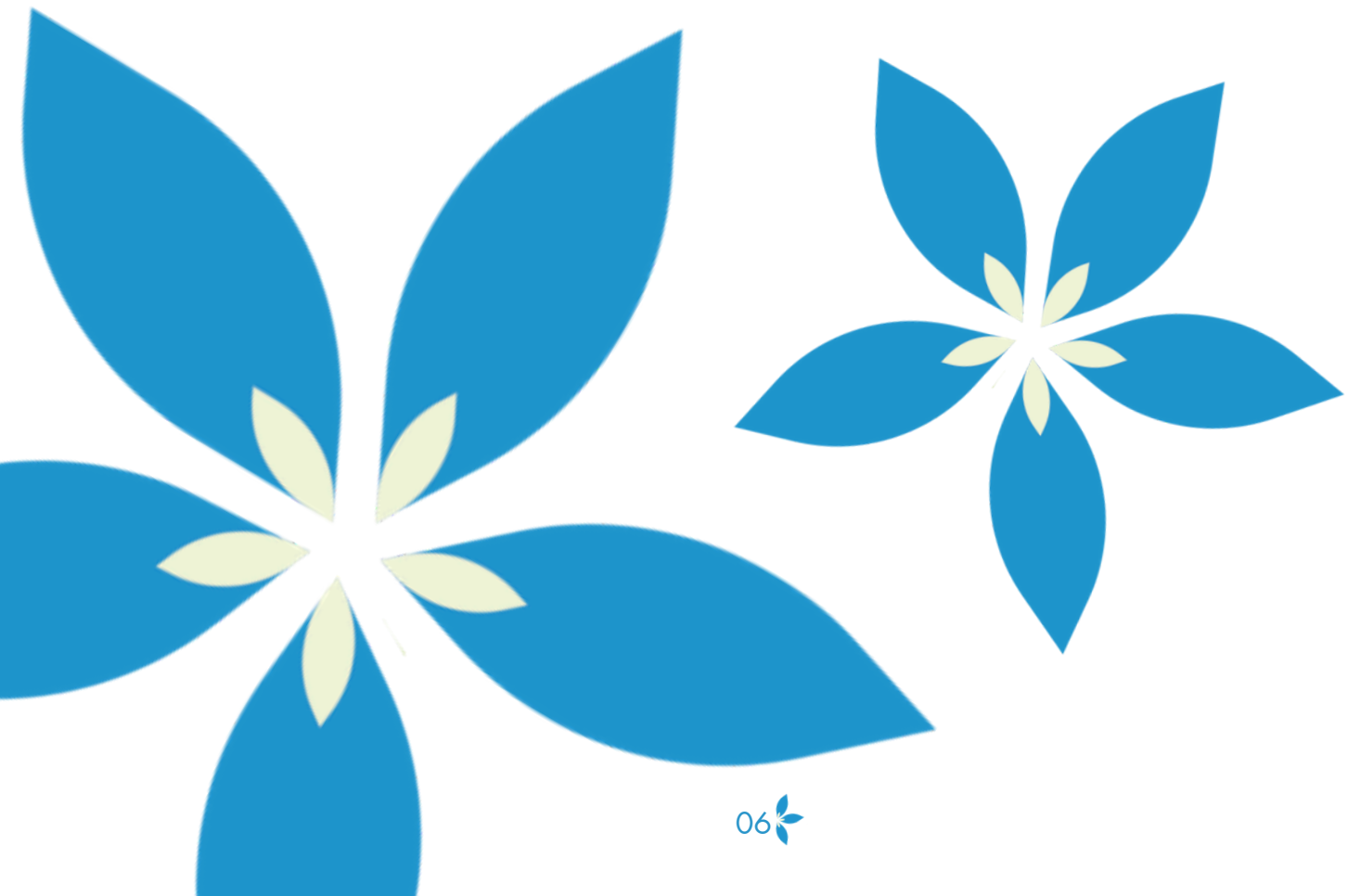
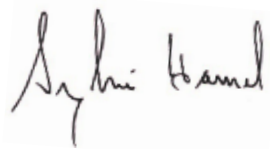
Nous avons amorcé une évaluation de nos processus internes afin d'améliorer notre efficacité et avons mis l'accent sur la formation, afin de soutenir leur développement professionnel et leur bien-être au travail.



Pour l'année à venir, nous devons consolider nos sources de financement dans un contexte économique incertain, tout en poursuivant nos efforts de recrutement et de mobilisation des bénévoles. Nous continuerons aussi le travail d'évaluation de nos programmes et de nos pratiques afin d'offrir toujours de meilleurs services.

Je remercie le conseil d'administration pour son appui constant ainsi que notre équipe d'employés pour son dévouement. Merci à nos bénévoles, véritables piliers de notre mission pour leur générosité, leur compréhension et leur présence fidèle. Ils sont, sans contredit, le cœur battant de notre organisation. Enfin, je tiens à remercier nos donateurs, nos bailleurs de fonds et nos partenaires. Leur confiance et leur soutien financier sont essentiels pour poursuivre notre mission et offrir des services qui font une réelle différence dans la vie des personnes.

Ensemble, forts de ce que nous avons accompli, nous poursuivrons notre chemin avec enthousiasme et solidarité. Chaque geste, aussi modeste soit-il, contribue à tisser une communauté plus forte, plus humaine et plus bienveillante.



Notre conseil d'administration



Louise Rainville
Présidente



Isabelle Beau pied
Vice-présidente



Michel Perreault
Trésorier



Suzanne Hamel
Secrétaire



Robert Bruneault
Administrateur



Jean-Pierre Blais
Administrateur



André Joly
Administrateur



Réjane Pepin
Administratrice



Serge Laurin
Administrateur

Notre équipe



Sylvie Hamel
Directrice générale



Marie-Josée Dagenais
Adjointe à la direction générale et
responsable finances et comptabilité



Guylaine St-Arnault
Agente au service
de la comptabilité



Océane Nadeau
Agente de communication
et de développement et adjointe
équité, diversité, inclusion



Geneviève Armstrong
Responsable du service
d'accompagnement-transport



Agata Barletta
Adjointe au service
d'accompagnement transport



Nathalie Locas
Adjointe au service
Coup de main



Sophie Beaulieu
Responsable des activités de
socialisation et du programme
des impôts



Marcela Bolaños
Agente à l'accueil

Merci à...



Francis-Anthony Plante

Coordonnateur du service
Coup de main
jusqu'en mars 2026



Alicia Methou

Agente de communication et
de développement
jusqu'en septembre 2025



Nathalie Gougeon

Responsable du service
d'accompagnement-transport
jusqu'en juillet 2025



Francine Complaisance

Préposée à la cuisine
jusqu'en juin 2025



Jacinthe Beaudoin

Préposée à la cuisine
jusqu'en juin 2025



Suzanne Hébert

Préposée à la cuisine
jusqu'en juin 2025

Le CAB MRC L'Assomption

Mission

La mission du Centre d'action bénévole MRC L'Assomption est de promouvoir et développer le bénévolat, de développer des collaborations et des concertations avec d'autres organismes pour répondre aux besoins de la population et d'offrir des services à une multientèle en ciblant principalement les personnes en situation de vulnérabilité.

Nous voulons favoriser l'engagement social et la mobilisation afin de renforcer le tissu social de notre communauté.



Valeurs



Solidarité



Dignité



Bienveillance



Équité



Respect

Territoire desservi

Située à l'est de l'Île de Montréal, la MRC de L'Assomption est la principale porte d'entrée de la région de Lanaudière.

La MRC de L'Assomption est composée de cinq municipalités:

Charlemagne,
L'Assomption,
L'Épiphanie,
Repentigny
et Saint-Sulpice.



Heures d'ouverture

Lundi au jeudi: 8 h 00 à 12 h 00 et 13 h 00 à 16 h 30

Vendredi: 8 h 00 à 13 h 00

Accompagnement-transport: ouvert 24/7

Notre histoire

Noms

1979	Service Amitié Repentigny
1983	Service bénévole 3 ^e âge
1991	Service bénévole comté L'Assomption
2019	Centre d'action bénévole MRC L'Assomption



Développement

1981	Officiellement reconnu comme organisme
1992	Affiliation à la Fédération des centres d'action bénévole du Québec (FCABQ)
1998	Prise en charge des cliniques d'impôts
1999	Participation à la création de la Coopérative en soutien à domicile de la MRC de L'Assomption
2000	Participation à la création du Regroupement des aidants naturels du comté L'Assomption
2001	Prise en charge du Programme d'aide aux familles à faible revenu pour la rentrée scolaire (effets scolaires)
2005	Participation à la création du Comité pour Orienter et Mobiliser la Protection des Aînés (COMPA)
2009	Participation à la création de Service d'aide à la famille immigrante de la MRC L'Assomption (SAFIMA)
2023	Déménagement dans de nouveaux locaux
2023	Lancement de Bénévolons L'Assomption
2025	Lancement du service Coup de main

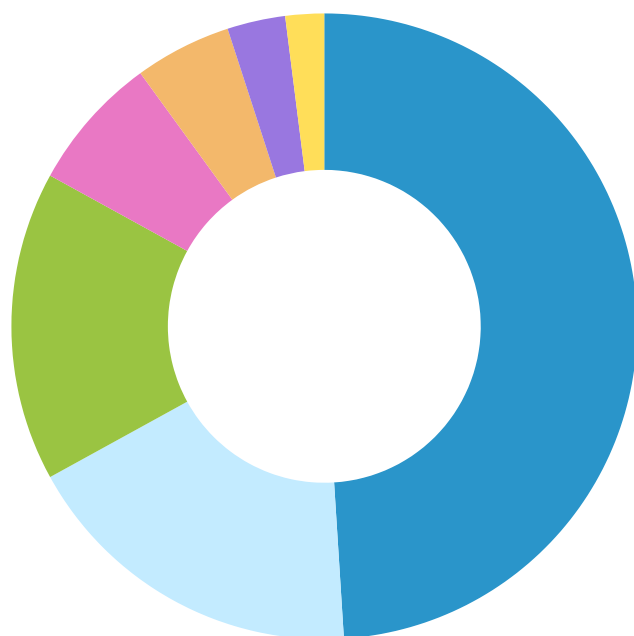


RAPPORT D'ACTIVITÉS 2025-2026

Répartition des produits et des charges



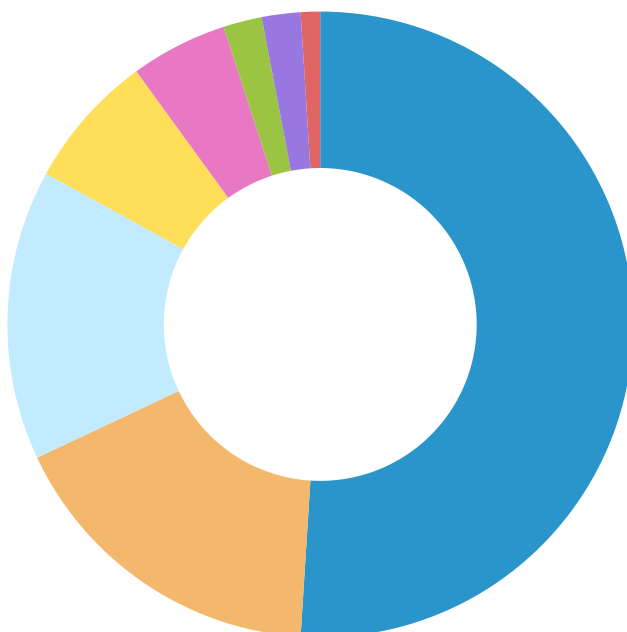
Produits



- **Santé Québec de Lanaudière (49%)**
PSOC, PIED
- **Accompagnement-transport (18%)**
- **Subventions (16%)**
Ministères, députés, CSSDA, BVCS
- **Revenus divers (7%)**
Amicale du CAB, dons, intérêts sur les placements, programme des impôts
- **Programme des effets scolaires (5%)**
Ministères, députés, municipalités, CSSDA, dons divers
- **Centraide (3%)**
- **Cartes de membre (2%)**

Charges

- **Salaires (51%)**
- **Accompagnement-transport (17%)**
- **Gestion administrative et technologique (15%)**
- **Programme des effets scolaires (7%)**
- **Loyer et locations de salles (5%)**
- **Activités (2%)**
- **Déplacements et repas (2%)**
- **Formations (1%)**



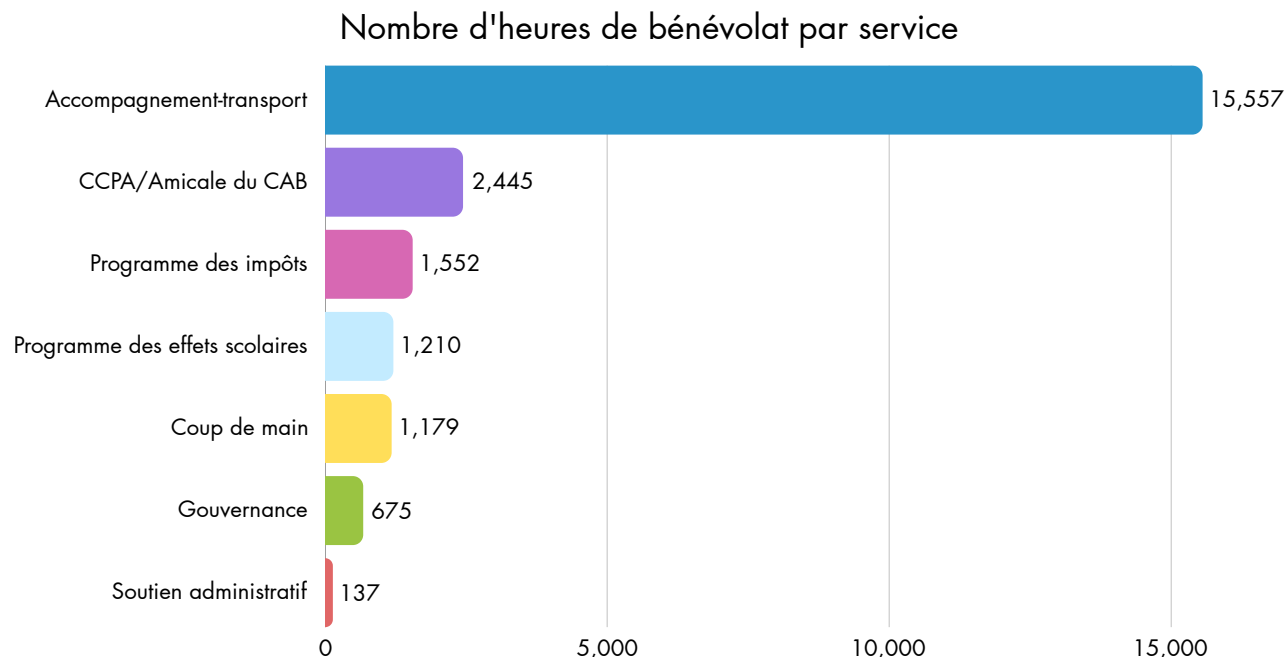
Bénévolat

22 755 heures de bénévolat

Cette année, 192 bénévoles (nos précieux membres actifs et trente jeunes adolescents et adolescentes) ont offert leur temps, leur énergie et leur cœur pour accompagner nos usagers. Leur présence bienveillante est une véritable force: elle insuffle chaleur, solidarité et humanité à chacune de nos actions. L'engagement bénévole, c'est l'âme même de notre organisation.

Grâce à eux, des services essentiels et des activités bienfaitantes prennent vie et rayonnent dans notre communauté. Leur générosité contribue à bâtir un milieu plus juste, plus accueillant et plus équitable pour tous.

Notre défi demeure toutefois le recrutement de nouvelles personnes désireuses de s'impliquer, particulièrement dans le secteur de l'accompagnement-transport et des visites d'amitié. Chaque nouveau bénévole représente une main tendue de plus, un sourire de plus, une possibilité de plus d'aider quelqu'un qui en a besoin.



Impacts économiques

2 232 569,79\$ impact économique global approximatif

Issues des travaux de la CDC MRC de L'Assomption¹, les données présentées ici sont basées sur des indicateurs économiques reconnus et recommandés par la firme d'économistes AppEco pour démontrer une partie des impacts et retombées économiques de l'organisme dans la communauté.

La provenance des revenus

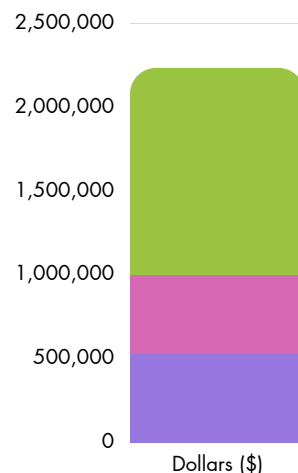
Voici l'ensemble des revenus en 3 grandes sources de fonds: financement global à la mission, financement par projets ou ententes de services et autofinancement ou autres sources.



Notre effet levier

Voici comment chaque dollar crée une richesse supplémentaire.

- Directs:** investissements directs dans la communauté.
(1 230 066,00\$)
- Indirects:** La production générée chez les fournisseurs (souvent locaux).
(528 928,38\$)
- Induits:** La consommation faite par les employés avec leur salaire.
(473 575,41\$)



Écart du financement à la mission dans la dernière année

Augmentation de **10 677\$**.

Impacts sur la réduction des dépenses en santé (sur 6 ans)² → **202 969,77\$**

Impact du bénévolat

22 755 heures cette année

Valeur économique:
789 370,95\$

Équivalent employés (ETP):
11,85

¹Pour plus de détails, veuillez vous référer à l'étude dans son intégralité (CDC MRC de L'Assomption, novembre 2025) <https://www.cdclassomption.org/impactcdc>

²Source méthodologique IRIS-Recherche

L'accompagnement-transport

15 557 heures de bénévolat

Le service d'accompagnement transport permet aux bénéficiaires de se rendre à leurs rendez-vous médicaux, à des services essentiels ou à des activités de soutien en toute sécurité et à coût abordable. Lorsque la demande est effectuée dans les délais prescrits, la personne est jumelée à un bénévole accompagnateur.

Ce service est avant tout un geste de proximité et de bienveillance. Par leur engagement volontaire, les bénévoles offrent beaucoup plus qu'un simple déplacement: ils donnent leur temps, leur écoute et une présence rassurante à des personnes qui vivent parfois l'isolement, la maladie ou une perte d'autonomie.

Chaque trajet devient ainsi une occasion de créer un lien humain empreint de respect, d'empathie et de discrétion. Grâce à leur générosité, les bénévoles contribuent à maintenir l'autonomie et la dignité des personnes accompagnées, tout en favorisant leur participation à la vie sociale et communautaire.

Bien que leur implication se manifeste souvent dans la simplicité du quotidien, son impact est considérable. Par leur présence constante et attentionnée, les bénévoles du transport communautaire participent activement à renforcer l'entraide, la solidarité et le tissu social de notre communauté.

Cette année nous avons accueilli 13 nouveaux bénévoles.

La demande pour ce service est en hausse constante, le défi de recrutement de nouveaux accompagnateurs sera un enjeu important pour la prochaine année.



Services rendus par municipalité

Municipalité	Nombre d'usagers	Nombre de services	Kilomètres parcourus (km)	Coût (\$)*
Repentigny	958	9 321	249 962	130 474,58
L'Assomption	196	1 810	86 799	45 252,88
L'Épiphanie	104	1 228	67 419	35 158,22
Charlemagne	79	756	17 860	9 312,20
Saint-Sulpice	11	57	3 549	1 858,80
Autres	8	159	5 560	2 898,22
TOTAL	1 356	13 331	431 149	224 954,90

*Montant remboursé aux accompagnateurs

Raisons des déplacements

Secteur	Nombre de services	Nombre de kilomètres (km)	Coût (\$)*
Accompagnement médical	5 628	226 376	118 089,62
Centre de jour/Santé Québec de Lanaudière	2 207	34 184	17 841,56
Centre local d'emploi	2 061	84 736	44 189,26
Transport Amicale du CAB	900	10 416	5 429,60
Clientèle vulnérable	830	27 570	14 423,58
Service Coup de main	613	8 959	4 693,14
Emplettes	299	6 996	3 659,70
Formations et ateliers	263	1 959	1 019,12
Hémodialyse (CISSSL)	252	20 952	10 911,76
Curateur public	118	2 590	1 348,96
APHPRN	106	5 350	2 789,08
SOS dépannage	43	804	425,82
Pavillon les épis de l'aube	8	152	79,04
Entente 211	3	105	5,466
TOTAL	13 331	431 149	224 954,90

*Montant remboursé aux accompagnateurs

Programme des impôts

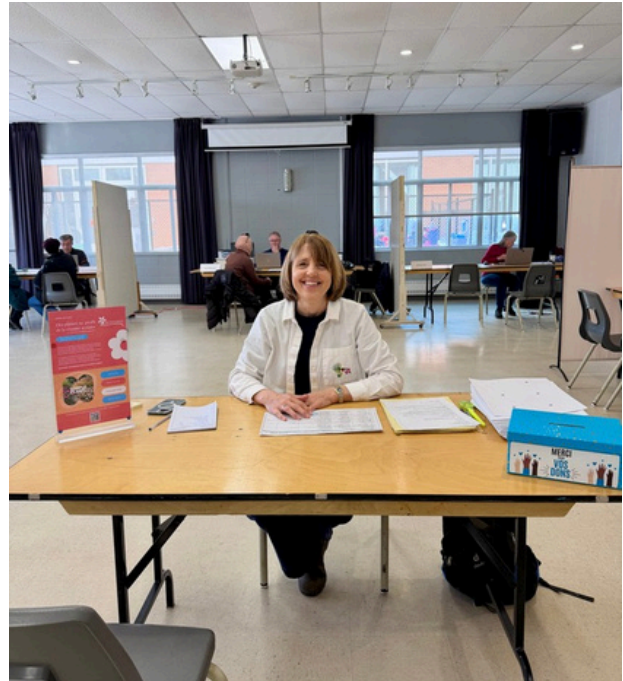
1 552 heures de bénévolat

C'est grâce à notre implication au Service d'aide en impôt Programme des bénévoles (SAIPB), programme conjoint entre Revenu Québec et l'Agence de revenu du Canada, que nous pouvons desservir une clientèle à faible revenu tout au long de l'année avec l'engagement de nos bénévoles et le soutien de nos employés.

Pour l'année d'imposition 2025:

- 5 bénévoles étaient disponibles à compter du 23 février 2026 pour fixer les rendez-vous aux contribuables,
- Dès le 3 mars, ce sont 12 bénévoles qui ont été présents pour la production des déclarations de revenus,
- 27 jours de clinique au Centre à Nous de Repentigny, 4 jours au Centre communautaire Guy-Melançon de l'Épiphanie et 4 jours à la Maison de la culture de L'Assomption.

Au 2 mai 2026, ce sont 4 048 déclarations de revenus fédérales et provinciales qui avaient été produites. Nous recevons 5\$ de subvention pour chaque déclaration produite. Le total de 1 552 heures de bénévolat démontre l'ampleur et l'importance de ce programme.



SERVICE D'AIDE
EN IMPÔT

PROGRAMME
DES BÉNÉVOLES
DEPUIS 1988



Agence de revenu
du Canada

REVENU
QUÉBEC



Programme des effets scolaires

Opération Sac à Dos



1 210 heures de bénévolat

41 bénévoles

789 élèves aidés



Le Programme des effets scolaires, offert gratuitement tout au long de l'année, c'est une communauté mobilisée pour soutenir les familles et rappeler l'importance de la réussite éducative. En partenariat avec Regroupement Partage, nous organisons l'Opération Sac à Dos: trois journées de distribution permettant aux enfants de commencer l'année scolaire avec tout le matériel nécessaire.

Ce programme repose sur une équipe exceptionnelle de bénévoles. Du montage et démontage des salles à l'accueil des familles, du choix des sacs avec les enfants à la remise des bons aux parents, de la préparation des sacs et leur livraison en cours d'année à l'inventaire du matériel, leur engagement rend tout cela possible. Merci à chacun d'eux.

Nous collaborons aussi avec Vire-Vent, service d'accueil et de francisation du Centre de services scolaire des Affluents, ainsi qu'avec SAFIMA, afin d'offrir rapidement des effets scolaires aux nouveaux arrivants en processus d'intégration. De plus, la subvention pour activités spécifiques pour des services auprès des communautés ethnoculturelles (PSOC) nous a permis de mieux répondre aux demandes.

Enfin, la contribution financière de citoyens, fondations, entreprises et commerces permet au programme de prendre toute son ampleur. C'est tout un village qui se mobilise pour éduquer nos enfants.

**Immigration,
Francisation
et Intégration**

Québec

Faits saillants de l'année

789 enfants de familles à faible revenu ont été rejoints.

57% des enfants, soit 446, sont issus de communautés ethnoculturelles. Parmi eux, 295 sont des nouveaux arrivants installés au Québec depuis moins de cinq ans.

Les demandes proviennent des intervenants du milieu scolaire, de la santé et des services sociaux, des organismes communautaires et des services de garde.

Les intervenantes du Carrefour informationnel et social ont rencontré les parents afin de présenter leurs services et les ressources disponibles dans la communauté.

Plusieurs partenaires sont venus prêter main-forte pour la préparation des sacs.

Merci à l'Entrepôt Costco de Terrebonne pour la remise de 400 sacs à dos neufs et de matériel scolaire.

Merci à la Chambre de commerce de la MRC de L'Assomption pour le prêt d'un local accessible toute l'année.

Merci au Centre à Nous pour le prêt des salles pour accueillir les familles.

Coup de main

Menus travaux, visites et appels d'amitié
et accompagnement-transport

1 179 heures de bénévolat

78 bénévoles

595 personnes aidées



Un nouveau service

Grâce au financement Bien vieillir chez soi, le service Coup de main a officiellement été lancé le 28 août 2025 en présence de 70 personnes. Offert par des bénévoles, ce nouveau service inclut des menus travaux ainsi que la bonification des services d'accompagnement-transport et de visites et appels d'amitié. Pour cette première année, il s'adressait aux personnes de 55 ans et plus en situation de vulnérabilité résidant à Repentigny et à Charlemagne. Le financement a pris fin le 31 mars 2026, mais nous continuerons à offrir ce service essentiel.

Nous voulons remercier Vanessa Dinelle, organisatrice communautaire du Santé Québec de Lanaudière, Stéphanie Gilbert et Mélissa Désilets de la ville de Repentigny, Hélène Fortin de l'APHRN ainsi que Maria Barbosa et Isabelle Lebeau, du Carrefour informationnel et social pour leur aide et leur support tout au long de cette grande aventure du service Coup de main.

Menus travaux

Les menus travaux ont été mis en place dès août 2025. Les statistiques recueillies ont dépassé nos attentes. Nous avons prévu rejoindre 80 aînés, mais ce sont finalement 125 personnes qui ont bénéficié de nos services gratuitement. Nos bénévoles ont principalement isolé des fenêtres, installé des climatiseurs, pelleté la neige, aidé au désencombrement, fait des réparations mineures, entretenu des cours, lavé des vitres, offert des livraisons vers Chez Vincent Magasin d'occasion et offert de l'aide à l'informatique.



Accompagnement-transport

Le service Coup de main a permis de bonifier le service d'accompagnement-transport pour les aînés vulnérables, en leur offrant un service gratuit pour l'année 2025-2026, notamment pour aller aux banques alimentaires et pour faire certaines commissions.

Visites et appels d'amitié

Le service de visites et appels d'amitié s'est élargi en accueillant de nouveaux bénévoles. Une collaboration a aussi été mise en place avec Services Amitiés L'Assomption pour couvrir leur région. Un groupe, le Groupe Amitié, a aussi été mis en place afin de réunir les aînés qui avaient besoin de sortir de la maison plutôt que de recevoir des personnes chez eux. Le groupe réunit des bénévoles et des usagers qui désirent également un jumelage individuel à la maison. C'est une occasion de faire les jumelages dans un cadre convivial, de rencontrer des gens bienveillants, de tisser des liens, de s'amuser et d'apprendre de nos conférenciers invités.

28 bénévoles 413 services



Financé par l'initiative
Bien vieillir chez soi du
Gouvernement du Canada

Canada

Activités de socialisation et de maintien de l'autonomie

Cette année encore, nos ateliers ont offert bien plus que de simples moments de détente: ils ont constitué un véritable soutien au maintien de l'autonomie des participants, en leur permettant de s'épanouir, rester actifs, engagés et confiants.

Ces activités adaptées aux intérêts, capacités et besoins des participants leur permettent de continuer à exercer leurs habiletés, développer de nouvelles compétences et préserver leur autonomie, tout en redonnant une place active et valorisée à chaque personne au cœur de la vie collective.

Ces rencontres contribuent à briser l'isolement et à nourrir un sentiment d'appartenance à la communauté. Elles soutiennent l'autonomie et ravivent la confiance en soi.

Activités offertes en partenariat avec le Centre de services scolaire des Affluents

Activités	Participants
Gymnastique douce	17
Gymnastique cognitive	22
Chorale	75
Journal créatif	25
TOTAL	139

Activité offerte en partenariat avec Santé Québec de Lanaudière

Activités	Participants
Programme P.I.E.D.	24
TOTAL	24



Centre
de services scolaire
des Affluents

Québec 

Le CCPA et l'Amicale du CAB

2 445 heures de bénévolat

200 participants (CCPA)

126 participants (Amicale du CAB)



Révision des activités du mercredi (CCPA) et création de l'Amicale du CAB

Au printemps, le conseil d'administration a mis sur pied un comité spécial pour revoir les activités du mercredi (CCPA), qui présentaient un déficit important depuis plusieurs années. L'objectif était de trouver une solution durable tout en respectant quatre critères essentiels: maintenir le bingo, préserver un moment de socialisation, offrir un coût abordable et assurer l'autofinancement de l'activité.

Le coût des denrées ayant fortement augmenté, l'analyse a démontré qu'il n'était plus possible d'offrir un service de dîner sans hausse majeure de prix ou augmentation du déficit, lequel aurait affecté l'ensemble des services de l'organisme. Aucune de ces avenues n'était viable.

La solution retenue a été de transformer l'activité en proposant une collation copieuse plutôt qu'un dîner et de tenir l'activité en après-midi seulement. Afin d'en mesurer l'impact, un projet-pilote a été lancé de la mi-septembre au début décembre. Pour marquer clairement le changement, la nouvelle activité a été nommée l'Amicale du CAB.

Un comité composé de quelques bénévoles a été formé pour planifier les collations et assurer le bon déroulement de l'activité. Fidèles au principe «Pour-Par-Avec», nous avons ajusté la formule afin de rendre l'Amicale du CAB toujours plus conviviale et adaptée aux besoins exprimés par les participants et les bénévoles. Nous remercions tous ceux et celles qui ont contribué par leurs suggestions, leur compréhension et leur respect.

Les résultats ont surpassé nos attentes. Dès le mois de novembre, la fréquentation avait déjà dépassé le niveau anticipé pour la fin du projet-pilote.

L'Amicale du CAB devient désormais notre nouvelle activité officielle de socialisation du mercredi, répondant à la fois aux besoins des participants et aux impératifs financiers de l'organisme.

SécuriCAB

25 nouvelles inscriptions

146 alertes traitées



Depuis janvier 2025, le Centre d'action bénévole a pris le relais du service PAIR, qui s'appelle maintenant SécuriCAB.

SécuriCAB a été mis en place afin d'offrir aux personnes âgées du Québec un service favorisant leur sécurité et leur tranquillité d'esprit, tout en rassurant leurs proches et les personnes proches aidantes.

Le service comprend trois types de rappels automatisés: sécurité, alimentation et prise de médication. Les appels sont effectués à l'heure choisie par la personne inscrite.

Dans le cadre du rappel de sécurité, si l'abonné ne répond pas, des vérifications sont faites auprès d'un répondant identifié. Si aucune communication n'est possible, les services d'urgence (911) sont contactés.

À ce jour, 116 personnes sont inscrites, dont 25 nouvelles cette année, à l'un ou l'autre des services offerts. Au cours de l'année, 146 alertes ont été traitées, incluant une intervention ayant permis de sauver une vie.

Nos communications

En 2025, nous avons créé un compte LinkedIn afin de rejoindre un nouveau public: nos partenaires. Nous y partageons nos actions, nos projets et des nouvelles de l'organisme dans le but de développer notre image professionnelle et de renforcer nos liens avec notre réseau. Nos comptes Instagram et Facebook s'adressent davantage à nos bénévoles, à nos usagers et à la communauté. Nous vous invitons à nous suivre!



Comme une partie de notre clientèle n'est pas présente en ligne, nous faisons aussi de la promotion dans les lieux qu'elle fréquente. Nous avons diffusé des publicités sur les panneaux numériques de plusieurs municipalités et dans l'Hebdo Rive Nord, affiché du matériel promotionnel sur des babillards, distribué des dépliants dans différents organismes partenaires, etc. Ces moyens nous permettent de rejoindre plus efficacement notre clientèle et de faire connaître nos services dans la communauté.



Formations

Nous avons offert des formations variées au personnel, aux membres du CA ainsi qu'à nos bénévoles. Voici quelques formations que nous aimerions mettre en lumière:

43 formations **378 heures**

RABQ: Géo Bénévoles

RABQ: Cap sur les jeunes bénévoles

RABQ: Cap sur les bénévoles de 50 ans et +

Les personnalités MBTI

Formations de la FCABQ

MAPAQ: Gestionnaire en contexte alimentaire

Les premiers soins psychologiques

CNESST: Secourisme en milieu de travail

SAFIMA: Formation interculturelle

EDI par et pour ESAC

Employeur D

Vérification des antécédents judiciaires

...

Accompagnement d'organisme

5 heures

Service d'aide à la famille immigrante de la MRC L'Assomption (SAFIMA)

Représentations

384 heures de représentations

Kiosque aux Galeries Rive Nord (27 au 29 juin 2025)

Participation à 8 concertations régionales (à l'année)

Comité du Salon des ressources en soutien
à domicile de la MRC de L'Assomption (à l'année)



Journée mondiale du refus de la misère
17 octobre 2025



Forum mondial de l'économie sociale
et solidaire 2025
27 au 31 octobre 2025



Forum sur le
vivre-ensemble
15 novembre 2025



Passage à l'émission Le Bulletin de TVRM
18 décembre 2025

Gouvernance

Formations et représentations du conseil d'administration

9 bénévoles

675 heures de bénévolat

Le conseil d'administration, composé de neuf membres, a démontré un engagement remarquable au cours de l'année. Avec neuf rencontres régulières et cinq rencontres extraordinaires, ce sont 371 heures de bénévolat qui ont été consacrées à la gouvernance de l'organisme.

Trois comités ont été créés pour soutenir l'analyse de dossiers prioritaires, totalisant 70 heures de travail. Les administrateurs et administratrices ont également investi 54 heures de formation, renforçant leurs compétences et la qualité de leurs décisions.

La représentation de l'organisme lors d'événements externes a compté pour 32 heures, contribuant à accroître la visibilité et les partenariats.

Enfin, les tâches essentielles liées à la préparation des réunions, à la rédaction des procès-verbaux et au suivi administratif ont nécessité 148 heures supplémentaires.

L'ensemble de ces contributions témoigne d'une gouvernance solide, engagée et orientée vers le développement durable de l'organisation.



Revue de presse

HEBDO **RIVE NORD**
INFORMER + INSPIRER

DANIEL ANCELIL
COMMUNAUTAIRE

LES ORGANISMES À BOUT DE SOUFFLE
À lire en page 3

MEDIALO

ALBI LE COCART JOYEUX
OBTENEZ TOUJOURS PLUS POUR VOTRE ÉCHANGE!
VOYEZ NOS OFFRES À LA PAGE 5!

Vous avez des droits concernant votre santé ou votre état proche?

Le CENTRE du SOURIRE
Centre de soins dentaires et orthodontiques

450 657-1000

À la une

«Communautaire à boutte!»
Des centaines de manifestants pressent le gouvernement d'agir

Même si le froid mordait pour un début de printemps, quelques centaines d'acteurs du milieu communautaire ont répondu, samedi 26 mars, devant les bureaux du premier ministre François Legault, à Québec, au 27 mars dernier, à l'occasion de la manifestation régionale du mouvement «Communautaire à boutte!».

Manocheville Bouchée
Rassemblement des organismes de tous les âges visant particulièrement en aide à des milliers de Québécois, les manifestations ont eu lieu devant les bureaux du premier ministre François Legault, à Québec, le 27 mars dernier, à l'occasion de la manifestation régionale du mouvement «Communautaire à boutte!».

Des conditions de travail décentes pour les travailleuses.
Un financement suffisant à la mission.
La reconnaissance pleine et entière des organismes communautaires.
La protection de l'autonomie et de la fin du financement précaire.

Milieu de vie décent, accès à des services de santé adéquats, accès à des services sociaux et autres qui devraient être des responsabilités gouvernementales, l'heure est grave. «Les taxes d'attente dévastent les gens économiquement, l'heure est grave. «Les taxes d'attente dévastent les gens économiquement, l'heure est grave. «Les taxes d'attente dévastent les gens économiquement, l'heure est grave.

«On est sous-financé. On fait des petits miracles avec ce qu'on a, mais on est épuisé. Et puis, tous les jours, on est témoin de la détresse des personnes», s'est désolée M^{me} Hamel. Alors que la pauvreté et la détresse connaissent une augmentation flagrante, la directrice du CAB L'Assomption a lancé un cri du cœur afin que l'apport du communautaire soit enfin reconnu à sa juste valeur.

«Durant la COVID, on disait qu'on était des anges. On est encore là. Il est temps que la reconnaissance ne soit pas que des mots, mais soit de l'action.» Car en dépit de tous les maux qui frappent le communautaire, Sylvie Hamel a souligné que le caractère dévoué des artisans du milieu les mène souvent à faire des pieds et des mains pour couper le moins possible dans les services, au détriment de leur propre bien-être.

BAZAR DU NORD
ELECTROMÉNAGERS RECOORDINÉS
30^e année #1
+ Marques et modèles de qualité, certifiés et garantis
+ Prix imbattables
+ Livraison et installation rapide
+ 30 000 \$ d'économie et valeur d'expertise

999, Chemin du Côté, Terrebonne 450 961-0707 450 961-2023



Le 26 mars 2026, Sylvie Hamel, la directrice générale, a participé à la manifestation lanauoise du Communautaire à boutte devant les bureaux du premier ministre François Legault.

- L'objectif de ce rassemblement était de revendiquer:
- Des conditions de travail décentes pour les travailleuses et travailleurs du communautaire
 - Un financement suffisant à la mission
 - Une reconnaissance pleine et entière des organismes
 - Une protection de l'autonomie et de la fin du financement précaire
 - Un investissement dans le modèle communautaire comme pilier stratégique.

Son témoignage a été repris dans l'édition du 1^{er} avril 2026 de l'Hebdo Rive Nord.

Des miracles avec rien
Pour Sylvie Hamel, directrice du Centre d'action bénévole (CAB) de la MRC L'Assomption, des investissements significatifs dans le milieu communautaire sont effectivement essentiels afin de retenir dans le filet social les personnes les plus vulnérables de la société.

«On est sous-financé. On fait des petits miracles avec ce qu'on a, mais on est épuisé. Et puis, tous les jours, on est témoin de la détresse des personnes», s'est désolée M^{me} Hamel. Alors que la pauvreté et la détresse connaissent une augmentation flagrante, la directrice du CAB L'Assomption a lancé un cri du cœur afin que l'apport du communautaire soit enfin reconnu à sa juste valeur.

«Durant la COVID, on disait qu'on était des anges. On est encore là. Il est temps que la reconnaissance ne soit pas que des mots, mais soit de l'action.» Car en dépit de tous les maux qui frappent le communautaire, Sylvie Hamel a souligné que le caractère dévoué des artisans du milieu les mène souvent à faire des pieds et des mains pour couper le moins possible dans les services, au détriment de leur propre bien-être.

Témoignages

«Vous m'avez donné un beau coup de pouce pour la rentrée.
Je vous en remercie 1 000 fois!»
-Usagère du programme des effets scolaires

«Un grand MERCI pour la contribution annuelle que vous effectuez pour les parents d'élèves rencontrant des difficultés financières. C'est très apprécié.»
-Partenaire

«Je veux vous dire du bien de Marcela Bolaños à la réception. Elle a été une bonne enseignante pour moi avec un calme inouï. Elle m'a supporté dans l'utilisation de certaines touches du clavier de mon ordinateur. Un merci sincère!»
-Membre

«Une amie m'a dit que j'ai l'air d'avoir rajeuni depuis que j'ai commencé à faire du bénévolat!»
-Raymond, bénévole au service Coup de main

«Le service d'accompagnement-transport est vraiment formidable. Les bénévoles sont courtois, agréables, polis et serviables. Une chance que vous êtes là!»
-Usager de l'accompagnement-transport

«Le bénévolat me garde en bonne santé mentale. Je m'ennuyais énormément dans mon condo. Ça m'a sauvé!»
-Marie-France, bénévole au service Coup de main

«Les bénévoles du déneigement sont tellement gentils! Chaque fois qu'il y a une tempête, ils viennent chez moi. Ils sont super bons! Je ne pourrais pas me passer de leur aide. Merci!»
-Usagère du service Coup de main

«Vos activités me permettent de sortir de chez moi et de socialiser. Elles sont indispensables!»
-Usagère

On parle de nous!



Patrick Bonin - Député fédéral de Repen... 28 août 2025

Quel bonheur d'avoir assisté aujourd'hui au lancement officiel du projet Service coup de main du **Centre d'Action Bénévole MRC L'Assomption**! Il aura fallu de la persévérance et beaucoup de détermination pour en arriver là, mais ce service essentiel est enfin une réalité. 🙌

Un merci tout particulier à Sylvie Hamel, dont la ténacité et l'engagement sans relâche ont permis la concrétisation de ce projet. Grâce à elle et à toute l'équipe du CAB, des centaines de personnes âgées et de familles auront désormais accès à un soutien précieux pour rester à domicile, vivre avec dignité et bénéficier de répit. 🙏

Les besoins sont grands, et aujourd'hui nous faisons un pas de plus vers une société plus humaine, où bien vieillir chez soi devient réellement possible. 🌱

Merci à toutes celles et ceux qui ont contribué à cette belle avancée pour notre communauté!
[#BienVieillirChezSoi](#) [#Solidarité](#) [#CAB](#)
[#MRCdelaAssomption](#) [#FiertéLocale](#)



Nicolas Dufour - Maire de Repentigny 25 avr.

Chaque année, le **Centre d'Action Bénévole MRC L'Assomption** organise son traditionnel brunch des bénévoles 🍷

Une magnifique façon de reconnaître les piliers de notre communauté repentignoise, nos bénévoles! 🙏

Merci au comité organisateur, vous prenez soin de nos bénévoles, et ça, c'est précieux ❤️



Patrick Bonin - Député fédéral de Repen... 25 avr.

Le **Centre d'Action Bénévole MRC L'Assomption**, c'est bien plus qu'un organisme : c'est un pilier de notre communauté. Ce matin, lors d'un brunch, nous avons pris un moment pour reconnaître l'engagement exceptionnel de

Le CAB, c'est 26 000 heures de bénévolat! 26 000 heures données pour les autres, pour soutenir, accompagner, briser l'isolement.

Sous la direction de Sylvie Hamel, une équipe de feu œuvre chaque jour sur le terrain :

- ✅ Le programme des effets scolaires, pour soutenir les jeunes et les familles
- ✅ Le programme d'impôts, pour accompagner les personnes à faible revenu
- ✅ Le service Coup de main, pour les personnes âgées, en perte d'autonomie ou vivant avec un handicap
- ✅ Le service de transport pour les rendez-vous médicaux, essentiel pour assurer l'accès aux soins
- ✅ Les activités de socialisation, pour briser l'isolement...

Leur mission est claire : personne ne doit être laissé pour compte.

Et derrière tout ça... il y a vous, les bénévoles. On ne connaît pas tous vos noms, mais on voit votre impact. Vous êtes celles et ceux qui tiennent notre filet social.

🙏 Merci à Sylvie Hamel, à toute son équipe, et à chacun et chacune des bénévoles.

Parce que sans vous... notre communauté ne serait tout simplement pas la même. ❤️



Priorités 2026-2027

Mettre en œuvre la planification stratégique 2026-2029

Poursuivre l'évaluation de la conformité de nos programmes et activités à notre mission et au Cadre de référence d'un CAB

Planifier la bonification de notre offre de services pour répondre à notre mission

Poursuivre l'évaluation de nos processus internes afin de les optimiser

Déployer une plateforme de gestion

Offrir de la formation aux bénévoles et au personnel

Nos partenaires et collaborateurs



Nous avons été très présents dans la communauté pour faire connaître nos services, discuter des enjeux importants, être à l'affût des besoins des citoyens et établir des collaborations pour toujours mieux desservir la population.

Carrefour informationnel et social	Collaboration avec ce service d'accueil et d'accompagnement personnalisé du Centre à Nous par le référencement des personnes et par le développement de nouveaux services.
CDC	Participation aux rencontres organisées par la Corporation de développement communautaire MRC de L'Assomption pour informer, partager, s'entraider et consolider le milieu communautaire.
COMPA	Implication au sein du Comité pour Orienter et Mobiliser la Protection des Aînés.
Le PACTE	Depuis 2019, nous participons à la démarche de mobilisation de la MRC de L'Assomption. Le Plan d'Action Collectif Territorial Engagé regroupe des intervenants de plusieurs sphères (communautaire, scolaire, santé et services sociaux, municipal, provincial, fédéral) afin de déterminer des priorités et mettre des mesures en place pour améliorer nos conditions de vie.
SAFIMA	Plusieurs projets ont été développés en collaboration avec le Service d'aide à la famille immigrante de la MRC de L'Assomption pour nous aider à mieux accompagner les communautés ethnoculturelles de plus en plus nombreuses dans notre région.
Service de police de la Ville de Repentigny	L'espace de concertation du SPVR invite certains intervenants du milieu communautaire à discuter des problèmes liés à des clientèles plus vulnérables et susceptibles d'être victimes de préjugés ou de biais cognitifs et à travailler ensemble à suggérer des solutions.
RCABAL	Plusieurs dossiers régionaux et nationaux discutés au Regroupement des centres d'action bénévole de Lanaudière.

TSAD	Plusieurs rencontres de discussion sur les enjeux de la Table de soutien à domicile visant différentes clientèles (aînés, handicaps physiques, proches aidants, etc.).
TSP	La Table Solidarité Pauvreté MRC L'Assomption permet à plusieurs organisations travaillant auprès des personnes en situation de vulnérabilité de mettre en commun nos ressources pour créer un filet de sécurité autour d'elles.

Merci à...

Centre à Nous	Ville de Repentigny
Santé Québec	Municipalité de Saint-Sulpice
Centre de services scolaire des Affluents	Centre local d'emploi de Repentigny
Table régionale des organismes communautaires autonomes de Lanaudière	Opération Sac à Dos du Regroupement Partage
Députée provinciale de Repentigny	Maison des jeunes de Repentigny
Député de L'Assomption	Député fédéral de Repentigny
Fédération des centres d'action bénévole du Québec	Chambre de commerce de la MRC de L'Assomption
Ville de Charlemagne	Ville de L'Assomption
Ville de L'Épiphanie	Club Lions de la Seigneurie de Repentigny
Chambre de commerce de la MRC de L'Assomption	Le Sociétés Saint-Vincent de Paul de la MRC de L'Assomption
Club Lions de Repentigny	Costco Terrebonne
Hallé Location	Fondation Camplone
IGA extra Éric Hauptman	Balle en Fête
Bénévoles du programme conjoint en impôt PCBMI (fédéral) et SAIPB (provincial)	

Remerciement aux bénévoles

Vous, chers bénévoles, êtes bien plus que des personnes qui donnent de leur temps: vous êtes les artisans silencieux du vivre-ensemble et les gardiens de notre cohésion sociale. Par votre bienveillance, votre disponibilité et votre générosité, vous créez des liens là où l'isolement menace, vous soutenez celles et ceux qui traversent des moments difficiles et vous contribuez à bâtir une communauté plus forte, plus humaine et plus solidaire.

Sans votre engagement, notre communauté ne se porterait tout simplement pas aussi bien. Votre présence permet de briser l'isolement, de renforcer les réseaux d'entraide, d'offrir un accompagnement humain et rassurant, de commencer l'année scolaire avec dignité et confiance. Vous jouez un rôle essentiel, souvent peu valorisé mais si important, dans la prévention de la détresse sociale et dans la création d'un environnement où chacun peut trouver sa place.

Votre contribution dépasse largement le cadre humain: elle a aussi un impact réel sur notre économie locale. En soutenant des services essentiels, en permettant à des initiatives communautaires de voir le jour, vous allégez la pression sur les ressources publiques et participez activement à la vitalité et à la résilience de notre milieu.

Avec vous, nous pouvons faire une véritable différence dans la vie des gens. Grâce à vous, notre communauté est plus forte, plus unie, plus vivante. À toutes et à tous, merci. Votre engagement est indispensable, et nous vous en sommes profondément reconnaissants.



Un grand merci!

Le support et l'aide financière de nombreux acteurs sont essentiels pour accomplir notre mission.

Merci à nos **élus des gouvernements municipal, provincial et fédéral** pour leur soutien indéfectible.

Merci au **Centre de services scolaire des Affluents** et à **Santé Québec de Lanaudière** pour leur accompagnement.

Merci au **Centre à Nous** pour une bonne collaboration et échange de services.

Merci à **tous nos donateurs** qui contribuent au succès de nos activités.

Nos collaborateurs dans le milieu sont nombreux, nous travaillons ensemble à répondre aux besoins des citoyens.

Merci à **Bell Canada!**

Dans le cadre du Programme de bénévolat reconnaissant le travail bénévole de leurs retraités qui s'engagent dans un organisme enregistré, nous avons reçu, depuis 2015, une aide financière de plus de 31 000\$, dont 3 000\$ cette année, grâce au bénévolat de Yves Rainville, Antonine Rouleau Bilodeau et Jean-Guy Lajoie.





Si le bénévolat n'est pas payé, ce n'est pas parce qu'il ne vaut rien, mais parce qu'il *n'a pas de prix.*

-Sherry Anderson

Nous joindre



www.cabmrclassomption.com



50 rue Thouin, Bureau 201, Pavillon Desjardins, Repentigny



informations@cabmrclassomption.org



(450) 581-5033



[@cab.mrc.lassomption](https://www.instagram.com/cab.mrc.lassomption)



[@cabmrclassomption](https://www.facebook.com/cabmrclassomption)



[@Centre d'action bénévole MRC L'Assomption](https://www.linkedin.com/company/Centre%20d%27action%20b%C3%A9n%C3%A9vole%20MRC%20L%27Assomption)



Centre d'action bénévole
MRC L'ASSOMPTION