



# Popotage

Bulletin de liaison du Bureau central  
des Services alimentaires bénévoles

**AUTOMNE  
2008**



## La promenade de Marjorie



## Sommaire

**CENTRE  
D'ACTION  
BÉNÉVOLE DE  
MONTREAL  
VOLUNTEER  
BUREAU OF  
MONTREAL**

**CABM.NET  
info@cabm.net**

Le Bureau central des Services  
alimentaires bénévoles est un  
programme du Centre d'action  
bénévole de Montréal

Critères d'admissibilité pour recevoir la Popote roulante .....	Page 2
Un mot de Marjorie .....	Page 3
Au revoir à deux fidèles amies de la Popote roulante .....	Page 3
Une bénévole très spéciale! .....	Page 4
Aux bénévoles des Popotes et des Lunch Clubs... au revoir! .....	Page 5
La Popote roulante « Petit Bedon » – des jeunes et des aînés qui font connaissance! .....	Page 6
Les potins de Sylvie .....	Page 7
Demande d'aide financière .....	Page 8
Demande de remboursement de la TPS et de la TVQ .....	Page 8

# Critères d'admissibilité pour recevoir la Popote roulante

Il nous arrive assez souvent de répondre à la demande de personnes qui veulent connaître les critères d'admissibilité pour recevoir les services de la Popote. Voici donc un rappel :

Pour recevoir le service de la Popote roulante, le client doit avoir un besoin précis engendré par une ou plusieurs des conditions suivantes :

- être dans une situation de perte d'autonomie ;
- être en convalescence suite à une intervention chirurgicale ou une hospitalisation ;
- avoir une incapacité physique et/ou cognitive.

Les critères pour établir l'admissibilité des clients n'ont aucun rapport avec la situation financière ou l'âge de ceux-ci.

Le client doit être référé par un professionnel d'un CLSC ou d'un

hôpital, un médecin ou un membre du clergé. Dans certains cas, d'autres sources de références, tels des centres communautaires, seraient acceptables.

D'autres facteurs ayant une influence sur la priorité des demandes sont les suivants :

- incapacité pour le client de se préparer des repas convenables et équilibrés ;
- impossibilité de trouver dans l'entourage du client une personne pour lui préparer ses repas de façon régulière ;
- possibilité pour le client de s'alimenter seul si on lui apporte ses repas ;
- condition matérielle de logement non propice à la conservation des aliments ;
- incapacité pour le client de sortir de chez lui pour prendre ses repas.

Notes pour les modalités :

- l'intervenant devra expliquer au client les modalités du service ;
- les clients doivent être avisés par l'intervenant qu'une demande a été soumise en leur nom ;
- les clients qui requièrent des repas kascher doivent être référés au centre Cummings au 514.342.1234.
- en principe, une réévaluation des clients sera faite par un intervenant du CLSC après six mois à un an de service.

L'agente de liaison du CABM maintient un client sur une liste d'attente pour un maximum de deux mois. La demande doit être renouvelée par l'intervenant suite à cette période. ■

## Page couverture :

Les photos illustrent la « promenade relaxe » de Marjorie, du centre-ville à NDG.

Le **Popotage** est publié par le Bureau central des Services alimentaires bénévoles, à l'intention des bénévoles des Popotes roulantes et repas communautaires.

## Bureau central des Services alimentaires bénévoles

2015, rue Drummond, bureau 300  
Montréal QC H3G 1W7  
Téléphone : 514.842.3351  
Télécopieur : 514.842.8977

[www.cabm.net](http://www.cabm.net)  
[info@cabm.net](mailto:info@cabm.net)

**Mise en page :** Axel Pérez de León\*

**Coordination :** François Lahaise

**Collaborateurs :** Sylvie P. Valade, Kevin Cohalan, Elisabeth Dohrendorf\*, Marjorie Northrup et Louise Larivière\*

\* Bénévole



Le CABM est fier de vous annoncer que le présent *Popotage* est imprimé sur du papier recyclé à 100 %.



# Un mot de Marjorie

**Par Marjorie Northrup**

Coordonnatrice aux Services alimentaires bénévoles

[mnorthrup@cabm.net](mailto:mnorthrup@cabm.net)

Bonjour à tous ! J'espère que vous avez su profiter de l'été malgré la pluie omniprésente ! Ici, au Bureau central, l'année se déroule sous le signe du changement. Comme la plupart d'entre vous le savez déjà, Céline Lesage a quitté le Centre après plus de 20 années de service.

Lors d'une petite fête donnée en son honneur, nous l'avons remerciée pour ses nombreuses années de service et lui avons offert un ordinateur portable comme cadeau de départ. Nous lui souhaitons la meilleure des chances dans ses nouveaux projets.

Nous avons depuis eu la grande joie d'accueillir une nouvelle collègue en or, Sylvie P. Valade, qui assume avec brio le poste d'agente de liaison depuis le mois d'avril. Sylvie, j'espère que ta carrière au sein du Bureau sera longue et agréable ! Comme vous pouvez le constater dans l'article de Kevin, ce dernier nous quitte pour une retraite bien méritée après plus de 22 années de loyaux services. C'est pour moi une grande tristesse de voir partir un magnifique patron, collègue et ami qui a toujours été



*Marjorie entourée par le boxeur Otis Grant et son père Ken lors d'une soirée bénéfice au Centre Espoir nouveau.*

une source intarissable de joie et d'inspiration. Si les Services alimentaires bénévoles se portent bien aujourd'hui, c'est en large parti dû au leadership de Kevin.

Notre assemblée annuelle, date importante à inscrire dans vos agendas, aura lieu le mercredi 22 octobre, encore une fois cette année à l'hôtel La Plaza. C'est une bonne occasion de se ressourcer, se motiver et apprendre ensemble. La convocation et les détails entourant le déroulement de la journée vous seront expédiés sous peu.

Comment gérez-vous le stress dans ce monde de plus en plus complexe ? Un de mes moyens préférés est d'être toujours à l'affût des joies de la nature au sein de notre magnifique ville. Pour « décompresser » après le travail, je retourne souvent chez moi à pied, (petite promenade

d'une heure). J'en profite pour visiter les beaux coins qui abondent partout. Le montage de la page couverture illustre quelques-uns de mes endroits préférés. Y a-t-il des coins de votre quartier que vous aimeriez nous faire découvrir ? Il nous ferait plaisir de recevoir vos photos et de les publier dans une prochaine édition du *Popotage*.

Nous souhaitons la bienvenue à plusieurs nouveaux groupes : Le Carrefour Montrose, à Rosemont, L'Anneau d'or et d'argent et le Centre ABC de Saint-Laurent, et le Centre de bénévoles Ahuntsic Sud.

Faites-nous parvenir vos commentaires, suggestions d'articles, anecdotes, témoignages et bons coups. Ils pourraient se retrouver dans une prochaine édition du *Popotage*. ■



# Une bénévole très spéciale

**Par Elisabeth Dohrendorf**

Présidente de la Popote  
de Rosemère

**Madame Jutta Zinzius, bénévole à Rosemère** depuis bien des années et décédée en août, était une bénévole très spéciale. Jutta fut bénévole pour la Popote pendant plus de 20 ans, beau temps mauvais temps.

Elle a débuté en faisant des appels pour une amie bénévole, pour éventuellement assumer la responsabilité de coordonner les bénévoles. Avec grande diplomatie, elle s'assurait que les bénévoles étaient toujours à l'heure pour accomplir leurs diverses tâches. Jutta était passée maître dans l'art de solutionner les urgences de dernière minute.

Jutta croyait fermement aux valeurs du bénévolat, et a choisi d'aider la Popote roulante parce que, selon ses dires, « j'en aurai peut-être besoin un jour, alors pourquoi pas l'essayer ! »

Femme d'une grande discrétion, Jutta œuvrait calmement et dans l'ombre. Ses efforts furent grandement appréciés par les clients de la Popote ainsi que par les résidents de plusieurs maisons d'aînés qu'elle visitait régulièrement. Beaucoup de bénévoles appréciaient sa jovialité et sa bonne humeur quand elle les appelait pour leur rappeler leurs tâches.

De la part des habitants de Rosemère et des bénéficiaires de la Popote, nous tenons à exprimer nos sincères condoléances aux membres de sa famille.

Merci encore, de tous vos amis de la Popote de Rosemère. ■



## **Au revoir à deux fidèles amies de la Popote roulante**

C'est avec tristesse que nous disons au revoir à deux bénévoles exceptionnelles, mesdames Thérèse Gariépy et Pierrette Lévesque de la Popote Saint-Victor. Madame Gariépy œuvrait comme co-présidente depuis 27 ans et madame Lévesque depuis 29 ans ! Quelle belle inspiration pour l'avenir du bénévolat au Québec ! Nos deux amies ont su diriger la Popote Saint-Victor avec amour, tact et diplomatie. Elles demeureront disponibles pour faciliter la transition.

Nous souhaitons la bienvenue aux deux nouvelles responsables, mesdames Lise Desgroseilliers et Jocelyne Saloto. Merci du fond du cœur, Thérèse et Pierrette ! Nous vous souhaitons bonne chance dans vos nouveaux projets. ■

# Aux bénévoles des Popotes et des Lunch Clubs... au revoir !

---



## Par Kevin Cohalan

---

Directeur général du Centre d'action bénévole de Montréal

---

kcohalan@cabm.net

**En quittant le Centre d'action bénévole de Montréal, après 22 ans, comme directeur général, je quitte en même temps, bien sûr, le rôle de direction que je joue au Bureau central des Services alimentaires bénévoles.**

La présence des Popotes roulantes et des repas communautaires au sein du CABM lui prête un caractère spécial qu'il n'aurait pas autrement.

Nous travaillons bien sûr avec des centaines et des centaines d'organismes communautaires pour qui nous recrutons des bénévoles

et à qui nous offrons des séances de formation.

Mise à part notre équipe d'une vingtaine de « bénévoles internes » – c'est-à-dire, nos conseillères et conseillers, réceptionnistes et autres – notre contact avec les bénévoles est limité. En général, le bénévole est une personne que l'on voit une fois seulement avant de le référer à un organisme ayant besoin de ses services.

Grâce à notre relation spéciale avec les Popotes et les Lunch Clubs, nous ne perdons jamais de vue ce que ça veut dire, être bénévole. Nous sommes constamment en lien avec une vaste équipe – quelque 1 500 – de bénévoles dont le dévouement, la fidélité et l'assiduité représentent tout ce qu'il y a de formidable en l'engagement bénévole, non seulement en terme de contribution à

leur communauté, mais aussi en voyant toujours à quel point le bénévole est une personne épanouie qui mène une vie plus riche, plus productive et plus satisfaisante grâce à son engagement.

C'est vous, les bénévoles des Popotes et des Lunch Clubs, qui nous ont aidés à garder les pieds sur terre. Oui, notre centre fait partie des « infrastructures » du milieu communautaires avec tout ce que ce terme peut impliquer des dangers de la bureaucratiation. Heureusement que vous êtes là pour nous rappeler toujours ce que c'est que d'être un bénévole.

C'est un privilège pour le Centre, et il a été, pendant 22 ans, un grand plaisir pour moi de vous connaître. ■

# La Popote roulante « Petit Bedon » – des jeunes et des aînés qui font connaissance !

**Quand l'intergénérationnel se conjugue aux verbes être et aimer!**

**Par Louise Larivière**

Reporter bénévole

L'été, la plupart des gens en profitent pour faire une pause. Pour un petit groupe d'irréductibles, la saison estivale est synonyme de mains tendues pour aider à mieux manger. Le Carrefour Saint-Eusèbe, présent auprès des aînés du quartier Sainte-Marie depuis maintenant 25 ans, a développé une activité de Popote roulante au nom évocateur de « Petit Bedon », avec ceci de particulier : l'été, ce sont les jeunes qui à vélo, distribueront les repas. Ils viennent des centres Jeunesse de Montréal, comme Marilou et Mylène que j'ai eu le bonheur d'accompagner. Ils ont entre 15 et 18 ans pour la plupart et devront voler de leurs propres ailes sous peu. « Petit Bedon » est une excellente introduction au monde du travail et à la vie.

Du lundi au vendredi, l'équipe du Carrefour prépare de 250 à 300 repas dans une cuisine communautaire où tous s'affairent avec soin à concocter des mets succulents. Les jeunes qui feront la tournée sont aussi de la partie. Après la cuisine, le vélo : chacun organise son chargement et s'assure que tout y est. On part vers 10h, l'itinéraire est long et il ne faut



*Mylène, une jeune femme remplie d'espoir, en pleine action.*

oublier personne. Les visites dureront deux heures, souvent plus. Ces jeunes seront le lien entre l'organisme et les aînés, le temps d'une livraison.

Une centaine de Popotes roulantes sont à l'œuvre dans la région de Montréal, mais seulement une vingtaine d'entre elles font appel aux jeunes : c'est plus difficile, les 15-17 arrivent avec leurs bagages de vie, des hormones en folie et toute la nonchalance propre à leur âge. Mais paradoxalement, ces jeunes semblent être parfaits pour l'emploi.

Quand Mylène et Marilou entrent dans la pièce, le visage de Nicole s'illumine, les rides s'assouplissent,

laissant un grand sourire monté jusqu'aux yeux. Et ça, ce bref temps d'échanges entre ces deux mondes parallèles est rempli à ras-le-bord de sensibilités extrêmes, ce moment de grâce et de bonheur, je vous le dis, ça donne foi en la vie.

Quand être et aimer se conjuguent au même temps, il est possible d'améliorer des situations qui autrement seraient insupportables. Le Carrefour Saint-Eusèbe gère le tout avec brio! ■

Louise Larivière est reporter bénévole et a suivi l'équipe « Petit Bedon » du Carrefour Saint-Eusèbe pendant quelques semaines. Les commentaires qu'elle émet sont personnels et n'engagent en rien l'organisme.





# Les potins de Sylvie

**Par Sylvie P. Valade**

Agente de liaison des Services  
alimentaires bénévoles

svalade@cabm.net

**Tout d'abord, bonjour ! et un énorme merci ! pour votre chaleureux accueil.** Depuis le début avril, je « patauge » dans le merveilleux monde des Popotes roulantes et je me sens comme un poisson dans l'eau. C'est peut-être parce que je suis née la même année que les Popotes au Québec, en 1966 ? Ou parce que Marjorie vient du même petit village acadien que ma mère (le plus drôle, c'est qu'on ne se connaissait absolument pas avant mon embauche) ? Ou encore, parce qu'il y a quelques années, dans mon petit village de Lanaudière, j'ai eu l'idée de démarrer une Popote ?

Bien sûr, certains jours, on peut s'attrister en écoutant le témoignage de certaines personnes, et parfois, les eaux sont plus troubles et le courant plus fort, mais c'est votre force, votre courage,

votre implication, additionnés bien sûr aux nombreux besoins de notre clientèle, qui m'inspirent et font naître en moi le désir d'offrir le meilleur service possible.

Dans cette optique, il est très important que je sois au courant de ce que vous souhaiteriez voir s'améliorer, que ce soit en terme de fonctionnement, de matériel, de quoi que ce soit qui pourrait vous rendre la vie plus facile. Bien sûr, si vous avez des trouvailles, de grâce, partagez-les. Je vous lance donc un défi : pour la journée de l'assemblée annuelle, je vous invite à m'apporter au moins une suggestion ; il y aura une boîte pour les déposer. Soyez sans crainte, tout est permis, soyez créatif, osez, ça ne fait pas mal de demander ou d'offrir. Je ne vous promets pas de répondre à toutes les demandes, tout de suite, mais je ferai mon possible pour en mettre de l'avant le plus grand nombre.

Les suggestions qui s'adresseront plus au champ d'expertise de Marjorie, lui seront transmises. Pour ceux et celles qui ne pourrons

malheureusement pas être des nôtres, vous pourrez me la ou les faire parvenir par courrier postal ou électronique.

Ce printemps, j'ai eu le plaisir de participer au congrès de PRASAB, notre regroupement national des Popotes roulantes, où j'ai assisté à quelques ateliers très intéressants sur différents sujets qui nous concernent tous. Comme je suis très en faveur d'une alimentation saine, j'ai beaucoup apprécié les trucs de la nutritionniste adaptés à notre clientèle, mais mon atelier préféré fut la présentation sur le bonheur au boulot. Tout ça pour vous dire qu'il nous ferait plaisir d'organiser des ateliers sur différents sujets, si tel était votre désir.

J'ai une suggestion pour vous : faites-moi parvenir votre adresse courriel et je vous ferai parvenir les dernières nouvelles croustillantes du monde des Popotes et des aînés.

Merci de votre précieuse collaboration et au plaisir de vous rencontrer, en personne ou au téléphone. ■

## Quelques anniversaires

**Bravo et félicitations à tous !**

*Entraide Ahuntsic-Nord, Vieux-Moulin*

*et Midi-Express : 20 ans*

*Saint-Émile : 30 ans*

*Saint-Lambert, St-Malachy's et Ville Mont-Royal : 40 ans*

# Demande d'aide financière

---

Numéro et nom du groupe \_\_\_\_\_

Nom du (de la) président(e) \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_ Téléphone \_\_\_\_\_

Nbre. de bénévoles \_\_\_\_\_ Nbre. de bénéficiaires \_\_\_\_\_ Nbre. de repas par semaine \_\_\_\_\_

Coût de préparation d'un repas \_\_\_\_\_ Prix demandé \_\_\_\_\_ Montant actuel en caisse \_\_\_\_\_

Montant d'aide demandé \_\_\_\_\_ Utilisation prévue de ce montant \_\_\_\_\_

---

---

---

Signature

Nom en lettres moulées

Poste au sein du groupe

Date \_\_\_\_\_ Retourner au : Comité central

2015, rue Drummond, Suite 300

Montréal H3G 1W7

---

---

---

# Demande de remboursement de la TPS et de la TVQ

---

**Saviez-vous** que vous avez droit à un remboursement de 50 % sur le montant total des taxes payées (TPS ou TVQ) quand votre groupe effectue des achats pour la Popote roulante ou le repas communautaire? Vous bénéficiez de cet avantage en tant que membre du réseau des groupes affiliés au Centre d'action bénévole de Montréal, ce dernier étant reconnu comme oeuvre de charité. Tout ce que vous avez à faire, c'est de conserver vos coupons de caisse, vos factures ou toute autre preuve d'achat, et de les faire parvenir au Centre d'action bénévole de Montréal, accompagnés du coupon ci-dessous dûment complété.

Le comptable du Centre fera la demande de remboursement et vous acheminera le montant auquel vous avez droit. Dans certains cas, les montants sembleront minimes, mais c'est votre argent ! Alors, n'oubliez pas de conserver vos coupons de caisse ainsi que ce formulaire de demande de remboursement.

Numéro et nom du groupe \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_ Téléphone \_\_\_\_\_

Au Centre d'action bénévole de Montréal :

Veuillez trouver ci-joint les originaux des reçus, coupons de caisse ou d'autres pièces justificatives indiquant un montant total de \_\_\_\_\_ \$ payé à titre de TPS ou TVQ depuis \_\_\_\_\_. Nous certifions que toute dépense visée par la présente demande a été effectuée aux fins de notre service de Popote roulante ou de repas communautaires.

Veuillez inclure ces paiements dans votre prochaine demande de remboursement à Revenu Canada et au Ministère du revenu du Québec et nous faire parvenir la somme qui nous revient.

Signature

Nom en lettres moulées

Poste au sein du groupe

Date \_\_\_\_\_ Retourner au : Comité central

2015, rue Drummond, Suite 300

Montréal H3G 1W7