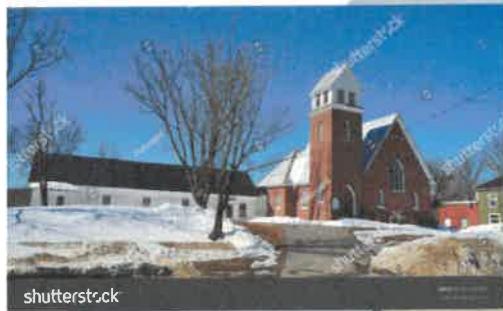


# RAPPORT D'ACTIVITÉS 2022-2023



CENTRE  
D'*Action* BÉNÉVOLE  
DE LA MISSISQUOI-NORD  
MISSISQUOI NORTH VOLUNTEER CENTRE

# TABLES DES MATIÈRES

CABMN

Anglais .....	37
Présentation du CABMN .....	2
Historique et Mission du CABMN .....	4
Inscriptions des membres ayant le droit de vote .....	5
Proposition du jour .....	5
Procès Verbal de la 39e assemblée générale annuelle ....	6
Un mot de notre Présidente .....	7
Message de la Directrice .....	8
<b>Rapports d'activités 2022</b>	
Coordination des bénévoles .....	9
Soutien à l'autonomie des personnes aînées (SAPA) ....	10
Partage/Share (banque alimentaire) .....	13
Nutri Santé .....	14
Autres Services offerts par le CABMN .....	15
Maison des jeunes et des services spéciaux .....	20
Merci .....	29
Collaborations .....	31
Support Volet Financiers .....	32
Plan D'action 2023-2024 .....	33
Témoignages .....	34
États financiers 2022-2023 .....	71



Bureau principale  
314 rue Principale  
Mansonville, Qc  
JOE 1X0

Maison des Jeunes  
282 rue Principale  
Mansonville, Qc  
JOE 1X0

Centre La Plume aux Vent  
309 rue Principale  
Mansonville,Qc  
JOE 1X0

# CONSEIL D'ADMINISTRATION

## 2022-2023



CATHY RIENDEAU  
PRÉSIDENTE



BRENDA CLARK  
VICE-PRÉSIDENTE



MADELEINE LANGLOIS  
SÉCRÉTAIRE



HILARY HEAD  
ADMINISTRATRICE



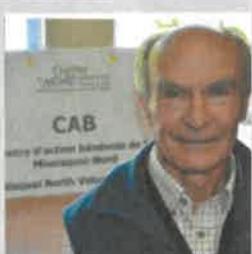
DANIELLE  
COUSINEAU  
ADMINISTRATRICE



RONALD JONES  
ADMINISTRATEUR



JAMES EBY  
ADMINISTRATEUR



DAVID STIRLING  
ADMINISTRATEUR



ROBERT GAGNON  
ADMINISTRATEUR



HARTLAND PATERSON  
ADMINISTRATEUR



Bureau Principal

## Rencontrez notre équipe

CENTRE  
D'ACTION BÉNÉVOLE  
DE LA MISSISQUOI-NORD  
MISSISQUOI NORTH VOLUNTEER CENTRE



**Mable Hastings**  
Directrice Générale



**Debra Harding**  
Assistante à la directrice



**Jennifer McGeean**  
Administration



**Gail Seymour**  
Coordination des bénévoles



**Krysten Vanier**  
Communication/bureau/  
coordination des bénévoles



**Centre La Plume au  
Vent**



**Angelle Laplume**  
Services aux aînés



**Marie-Claude Joly**  
Services aux aînés



**Lucie Beaudoin**  
Services aux aînés



**Linda Orefice**  
Services aux aînés



**MAISON DES JEUNES-  
CENTRE KEN  
JONES/CIUSSE-CHUS  
CENTRE DE JOUR**



**Karen Tinker**  
Animatrice du centre de jour  
CIUSSE-CHUS



**Theresa Stott**  
Animatrice du centre de jour  
CIUSSE-CHUS  
et pour le Centre Ken Jones



**Sheila Samborsky**  
Animatrice pour le centre Ken  
Jones



**Ethan Ball**  
Coordinateur pour La Maison  
des Jeunes et des programmes  
spéciaux



**Karina Rose Coates**  
Animatrice pour la  
Maison des Jeunes



Et nos bénévoles de la réception  
**Madeleine, Carmen, JP, Lucie, Mary and  
Josiane**

# Historique de notre CABMN

Le Centre d'action bénévole de la Missisquoi-Nord (CABMN) est un organisme communautaire sans but lucratif reconnu et financé en partie par le CIUSSS de L'Estrie-CHUS comme partenaire du réseau de la santé et des services sociaux. En 1993, notre organisme est devenu membre de la Fédération des centres d'action bénévole du Québec et à ce titre, en plus d'offrir des services directs, nous soutenons maintenant les bénévoles, les organismes bénévoles et faisons la promotion du développement communautaire et de l'action bénévole. Depuis 1987, à la différence de tous les autres CAB, le CABMN (qui s'appelait alors Parrainage civique des Cantons-de-l'Est) exploite également un centre pour les jeunes et a créé un programme pour les clients ayant des besoins spéciaux, en particulier les adultes ayant une déficience intellectuelle.



Bureau Principale-314B

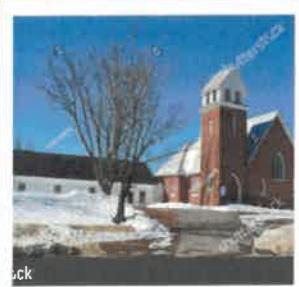


Maison des Jeunes  
282 Principale

## MISSION du CABMN

L'objectif du Centre d'action bénévole de la Missisquoi-Nord est de s'occuper des questions relatives à la santé, aux services sociaux, à la protection, à l'éducation et à d'autres questions liées à la qualité de vie pour tous, mais surtout pour les personnes marginalisées et les jeunes.

Les valeurs qui nous guident sont les suivantes :  
**Respecter et honorer tout le monde,**  
**Faire partie intégrante de la communauté**  
**Fixer des objectifs clairs et être responsable de leur efficacité, et**  
**être des administrateurs responsables des fonds publics.**



Centre La Plume aux vent  
309 Principale

**"AMÉLIORER LA QUALITÉ DE VIE TOUT EN DÉVELOPPANT LE BÉNÉVOLAT"**

## **Inscription des membres ayant le droit de vote**

Les membres ainsi que la population peuvent assister à l'assemblée générale annuelle et à la séance publique d'information. Seuls les membres ont le droit de vote, mais la population a un droit de parole.

**Il y a cinq catégories de membres :**

- a) Individuel : tout membre du CABMN, membre d'un comité, donateur et bénévole (16 ans et plus), actif au cours des deux dernières années et soutenant librement le travail de l'organisme, est automatiquement autorisé à adhérer gratuitement au CABMN.  
L'adhésion est ouverte aux personnes âgées de 16 ans et plus et aux organismes qui soutiennent la mission du CABMN et souscrivent aux statuts, politiques, procédures, buts et objectifs du CABMN;
- b) Corporatif : les organismes publics, parapublics ou sans but lucratif, y compris les groupes de bonne foi reconnus par le Conseil, peuvent également être membres. Les membres corporatifs nomment un représentant votant qui paie la cotisation applicable.
- c) Honoraire : de temps à autre, le Conseil peut octroyer gratuitement le statut de membre honoraire à des personnes qui ont exceptionnellement aidé l'organisme à atteindre ses objectifs par le biais du travail, d'actions ou de dons financiers. Les membres honoraires participent aux activités de l'organisme, sont invités aux assemblées générales annuelles et spéciales, mais ne peuvent pas devenir administrateurs.
- d) Jeunesse : tout jeune âgé de 12 à 15 ans peut adhérer à titre de jeune membre. Les jeunes membres sont reconnus comme membres sans droit de vote.
- e) Employés : les employés de l'organisme sont membres, mais n'ont pas le droit de vote.

## **Proposition d'ordre du jour**

### **1. Mot de bienvenue de la présidente**

1.1 Présentation des membres du conseil d'administration et du personnel

1.2 Nomination d'un(e) président(e) et d'un(e) secrétaire d'assemblée

1.3 Vérification du quorum

2. Lecture et adoption de l'ordre du jour

3. Lecture, si nécessaire et adoption du procès-verbal de l'AGA du 16 juin 2022

4. Présentation du rapport d'activités 2022 -2023

5. Présentation des états financiers au 31 mars 2023

6. Présentation du budget 2023-2024

7. Nomination de la firme comptable pour la vérification

8. Présentation du rapport du comité de sélection et élection

9. Période de questions et commentaires

Levée de l'assemblée

**Procès-verbal de la 38ième assemblée générale annuelle**

Centre Action Bénévole Missisquoi Nord

16 juin, 2022, 18:30

Tenue au Centre La plume au vent

Membres votants présents : Jason Ball, Brenda Clark, Danielle Cousineau, James Eby, Sharon Fewtrell, Robert Gagnon, Hilary Head, Janet Jones, Ron Jones, Mary Lachance, Madeleine Langlois, Murielle Parkes, Cathy Riendeau, Laurette Rouleau, David Stirling, Carmen Aubin, Pierre Pradier, Hartland Paterson, Jean-Louis Granger, Deborah Dimitruk, Beatrice Baass, Peter Blatter, Fiona Campbell, June Peacock, Terry Stott, Marie Timperley, Gislin Lévesque, Francine Hemmings.

Membres non-votants présents : Ethan Ball, Eleanor Cote, Monique Gilbert, Mable Hastings, Angelle Laplume, Jennifer McGeean, Sheila Samborsky, Krysten Vanier, Karen Tinker, Bruno Côté.

1. Mot de bienvenue de la présidente. Brenda Clark souhaite la bienvenue à tous. Elle remercie tous les participants d'être venus en personne et de leur soutien extrêmement généreux.

Brenda Clark présente Mable Hastings, la directrice du CABMN, en précisant qu'il s'agit de la sixième année de Mable en tant que directrice exécutive.

1.1 Présentation du conseil d'administration et du personnel. Mable Hastings présente les membres du conseil d'administration et du personnel.

1.2 Nomination d'un président et d'un secrétaire de séance. Mable Hastings propose la nomination de Brenda Clark comme présidente et de Madeleine Langlois comme secrétaire de l'assemblée générale annuelle.

Proposée par Cathy Riendeau, appuyée par Danielle Cousineau.

Adoptée

1.3 Vérification du quorum. Le quorum est atteint. Il a été confirmé par Mary Lachance qui a pris les présences. Vérifié par Brenda Clark.

2. Lecture et adoption de l'ordre du jour. Il n'y a pas d'ajouts à l'ordre du jour proposé. Aucune main ne se lève pour indiquer un désaccord. Proposition d'adoption de l'ordre du jour.

Proposée par June Peacock.

Adoptée

3. Lecture, si nécessaire, et adoption du procès-verbal de l'AGA du 17 juin 2021. La lecture du procès-verbal n'est pas demandée. Motion d'adoption du procès-verbal de l'AGA du 17 juin 2021.

Proposée par Ron Jones, Appuyée par Cathy Riendeau.

Adoptée

4. Dépôt du rapport d'activités 2021-2022. Mable énumère les services et les programmes que le CABMN offre, en soulignant certains programmes et détails. Une présentation vidéo spéciale a été projetée pour célébrer le 40e anniversaire du CABMN.

5. Présentation des états financiers au 31 mars 2022. Brenda présente les états financier. Mable explique le rapport. Motion pour l'adoption du rapport financier au 31 mars 2022.

Proposée par Danielle Cousineau, Appuyée par David Stirling.

Adoptée

6. Présentation du budget 2022-2023. Mable présente le budget 2022-2023. Elle explique les catégories du budget et détaille certains postes. Les services sont plus étendus que ce qui est offert par les autres CAB. De longues explications ont été données sur le Centre de jour CIUSSE-CHUS CABMN (Dixville) et les dépenses liées à l'acquisition de l'église anglicane.

7. Nomination d'un vérificateur. Proposition de nommer MNP LLP comme vérificateur pour l'exercice financier 2022-2023.

Proposée par June Peacock, appuyée par David Stirling.

Adoptée

8. Rapport du comité de nomination et élection du conseil d'administration. Le rapport du comité de nomination est présenté par Madeleine Langlois (membre du CA et représentante du comité de nomination). Le comité est reconnaissant à Hilary Head d'avoir accepté de revenir au conseil pour un autre mandat et Hartland Paterson a été nommé comme nouveau membre. Proposition d'adopter le rapport de la commission des nominations.

Proposée par Murielle Parkes, Appuyée par Danielle Cousineau.

Adoptée

9. Questions et commentaires. Il y a eu quelques questions sur les priorités du CAB et quelques commentaires et témoignages.

10. Levée de la séance. La séance est levée à 20h18.

Proposée par June Peacock, Appuyé par Cathy Riendeau.

Adoptée



## MOT DE LA PRÉSIDENTE

Une autre année s'est écoulée et notre organisme à but non lucratif continue d'avancer après la pandémie. Je tiens à féliciter les employés et les bénévoles du CAB de la Missisquoi Nord pour leurs efforts soutenus en vue de maintenir et d'améliorer les nombreux services et programmes importants offerts par notre organisme sans but lucratif. Avec un nombre accru de demandes et une variété de besoins supplémentaires, le personnel et les bénévoles du CABMN ont travaillé fort pour mieux servir la population.

Je suis très fière de lire le rapport annuel de cette année pour 2022-2023 et je m'émerveille des réalisations de tous ceux qui composent notre équipe dynamique. Le CABMN continue d'être une lumière positive dans la communauté qui fait de la diversité de la clientèle desservie sa priorité en améliorant la qualité de vie des autres d'une multitude de façons.

Sans le soutien des bénévoles (un nombre impressionnant de personnes talentueuses) et les dons reçus, tout ce que fait le CABMN ne serait pas possible. Le CABMN bénéficie du soutien du Conseil de santé CIUSSSE-CHUS et d'une variété de professionnels qui sont toujours là pour donner un coup de main. Nous sommes une organisme à caractère humain et la MRC Memphrémagog Ouest est l'une des plus riches en dons de temps et de talents.

En terminant, je tiens à remercier les membres du conseil d'administration pour le temps qu'ils consacrent à l'organisme et à souligner encore une fois la contribution des bénévoles. Sans votre soutien, les programmes et services communautaires fournis ne seraient pas ce qu'ils sont. Je suis fière de travailler avec vous tous et d'offrir ma contribution en faisant ce que je peux à vos côtés.

Cathy Riendeau  
Présidente du CABMN



# MOT DE LA DIRECTRICE GÉNÉRALE MABLE HASTINGS



LE MONDE A REFAIT SURFACE APRÈS LA PANDÉMIE ET, AVEC CETTE RÉSURGENCE, NOUS SOMMES CONFRONTÉS À DES BESOINS PLUS IMPORTANTS ET DIFFÉRENTS DANS NOS COMMUNAUTÉS. LE SECTEUR OUEST DE LA MRC DE MEMPHRÉMAGOG EST UN VASTE TERRITOIRE ET NOTRE CABMN A MIS L'ACCENT SUR L'IMPLICATION ET L'ACTIVATION DES BÉNÉVOLES POUR RÉPONDRE AUX BESOINS QUI SE PRÉSENTENT POUR SOUTENIR LA CLIENTÈLE DIVERSIFIÉE DESSERVIE ET POUR AMÉLIORER LA VIE DE CEUX QUI VIVENT DANS LA RÉGION DANS LES CINQ MUNICIPALITÉS QUE NOUS DESSERVON.

AU COURS DE L'ANNÉE ÉCOULÉE, LE CABMN A CONNU QUELQUES CHANGEMENTS AU NIVEAU DU PERSONNEL. NOS SERVICES AUX PERSONNES ÂGÉES SONT MAINTENANT OFFERTS PAR UNE ÉQUIPE DE QUATRE PERSONNES, SOIT ANGELLE LAPLUME, LUCIE BEAUDOIN, LINDA OREFICE ET MARIE-CLAUDE JOLY. NOUS AVONS CONSACRÉ BEAUCOUP D'EFFORTS À LA MISE EN PLACE ET AU FONCTIONNEMENT DE NOTRE CENTRE POUR PERSONNES ÂGÉES " LA PLUME AU VENT ", Y COMPRIS UNE LISTE CONTINUE D'AMÉLIORATIONS ET DE RÉNOVATIONS NÉCESSAIRES. GRÂCE AU FINANCEMENT DU PROGRAMME NOUVEAUX HORIZONS DU GOUVERNEMENT FÉDÉRAL, NOUS AVONS PU REMPLACER LES FENÊTRES ET LES PORTES DE L'AIRE COMMUNE ET NOUS AURONS BIENTÔT DE NOUVELLES TOILETTES ACCESSIBLES À TOUS. IL RESTE ENCORE BEAUCOUP À FAIRE : UN NOUVEAU TOIT POUR L'AIRE COMMUNE, L'ISOLATION DU PLANCHER ET BIEN D'AUTRES CHOSES ENCORE... IL S'AGIT D'UN ESPACE MAGNIFIQUE ET TRÈS PROMETTEUR. UN GROUPE SE FORMERA BIENTÔT POUR FAIRE DES RECOMMANDATIONS AU CONSEIL D'ADMINISTRATION SUR L'UTILISATION FUTURE DE LA PARTIE "ÉGLISE" DU BÂTIMENT.

UN NOUVEAU MEMBRE A ÉTÉ AJOUTÉ À NOTRE ÉQUIPE DE COORDINATION DES BÉNÉVOLES, GAIL SEYMOUR, QUI TRAVAILLE DÉSORMAIS AVEC DEBRA HARDING DANS CE RÔLE. TOUTES DEUX CONTINUENT D'ENCOURAGER LES BÉNÉVOLES À S'INSCRIRE POUR ENREGISTRER LEURS HEURES SUR LE SYSTÈME " TRACK IT FORWARD " ET CONTINUENT D'ENREGISTRER CHAQUE SEMAINE DE NOUVEAUX BÉNÉVOLES DE TOUTES LES RÉGIONS DE LA MRC MEMPHRÉMAGOG OUEST.

LES PROGRAMMES DE LA MAISON DES JEUNES ONT ÉGALEMENT CONNU QUELQUES CHANGEMENTS. LE COORDONNATEUR, ETHAN BALL, A ACCUEILLI UNE NOUVELLE ANIMATRICE POUR LES PROGRAMMES DESTINÉS AUX JEUNES, KARINA ROSE COATES, QUI TRAVAILLE AUX CÔTÉS D'ETHAN POUR ANIMER LES PROGRAMMES HEBDOMADAIRES, NOTAMMENT : LE GROUPE DE CUISINE ÉCONOMIE DOMESTIQUE LE GROUPE AGRICOLE MAYO/JAM, LE GROUPE DE DANSE DU VENDREDI ET LES ÉTUDIANTS SADD (STUDENTS AGAINST DESTRUCTIVE DECISIONS) LE CENTRE DE JOUR CIUSSSE-CHUS POUR LES PERSONNES SOUFFRANT DE DÉFICiences INTELLECTUELLES ET PHYSIQUES A TERMINÉ SA PREMIÈRE ANNÉE SOUS LA GESTION DU CABMN EN MARS. LE PROGRAMME SE POURSUIT DEUX JOURS PAR SEMAINE AVEC THERESA STOTT ET KAREN TINKER COMME ANIMATRICES.

AVEC LES CHANGEMENTS DE PERSONNEL ET LES ABSENCES DUES À DES PROBLÈMES DE SANTÉ DE CERTAINS MEMBRES DU PERSONNEL, NOUS NE POUVONS PAS RECONNAÎTRE NI EXPRIMER SUFFISAMMENT NOTRE GRATITUDE AUX BÉNÉVOLES QUI ONT TANT FAIT POUR SOUTENIR LE PERSONNEL, LES SERVICES ET LES PROGRAMMES. NOUS REMERCIONS LES BÉNÉVOLES DE LA RÉCEPTION, SOUS LA DIRECTION DE MADELEINE LANGLOIS (SECRÉTAIRE DU CONSEIL D'ADMINISTRATION), POUR TOUT CE QU'ils ONT FAIT. NOUS SALUONS FIÈREMENT LES NOMBREUX CHAUFFEURS, LES BÉNÉVOLES DE L'IMPÔT SUR LE REVENU, LES BÉNÉVOLES DES COMITÉS, LES INITIATIVES DE COLLECTE DE FONDS ET PLUS ENCORE...

MERCI À L'ÉQUIPE DU PERSONNEL, C'EST TOUJOURS ÉMOUVANT POUR MOI DE VOIR LE TRAVAIL QUE VOUS FAITES TOUS ET LE CŒUR AVEC LEQUEL VOUS LE FAITES. VOUS AVEZ TOUTES LES RAISONS D'Être Fiers DE VOS EFFORTS.

AUX COMMUNAUTÉS QUE NOUS SERVONS... MERCI À TOUS CEUX QUI COLLABORENT AVEC NOUS ET QUI ACCROISSENT NOS EFFORTS PAR LEUR IMPLICATION ET LEUR SOUTIEN.

# Coordination des Bénévoles

Le CABMN vise à :

Développer le bénévolat et promouvoir le travail bénévole

Soutien aux bénévoles

Soutien aux organismes



241 bénévoles  
enregistrés

150 utilisateurs de suivi  
sur la plateforme "Track  
it Forward"



3597 heures cumulées  
de bénévolat  
enregistrées sur "Track  
it Forward"



24 services différents

Desservant la MRC Memphrémagog Ouest avec numérotation des bénévoles :

Potton: 165

Autre: 34

Bolton-Est: 20

Stukely-Sud: 4

Saint-Étienne-de-Bolton: 4

Eastman: 14

Journée internationale des Bénévoles - 5 décembre, 2022

Célébration autour d'un vin et fromage en présence de

60 personnes

La Semaine de l'action bénévole (du 16 au 22 avril, 2022)

en collaboration avec la municipalité de Potton.

**TRACK IT FORWARD**   **TRACK IT FORWARD**   **TRACK IT FORWARD**

# SAPA (SOUTIEN A L'AUTONOMIE DES PERSONNES AINEES)

## Une année de changement

Grâce au succès de sa campagne de financement, le CABMN a pu augmenter ses services dans la MRC de Memphrémagog-Ouest. Les heures de services de soutien aux ainés (SAPA) ont augmenté et, grâce à l'achat de l'église anglicane St-Paul, un centre pour ainés, La Plume au Vent, a été créé dans la salle attenante à l'église.

Le CABMN a dû revoir à la coordonnatrice des services aux ainés, Monique Gilbert, qui a quitté pour occuper un poste à la municipalité de Potton. Une nouvelle équipe d'employés à temps partiel a été embauchée pour travailler aux côtés d'Angelle Laplume qui continue de s'occuper des services aux personnes âgées au sein du CABMN.

La nouvelle équipe est composée de Lucie Beaudoin, Marie-Claude Joly et Linda Orefice. Grâce à une entente avec le CIUSSSE-CHUS, nous offrons les services aux ainés sous l'acronyme SAPA « Soutien à l'autonomie des Personnes Aînées ».

Grâce aux fonds obtenus du gouvernement fédéral, dans le cadre du programme Nouveaux Horizons, des rénovations ont été effectuées au Centre des ainés, soit l'isolation du plafond, l'installation d'une thermopompe et le remplacement de toutes les fenêtres et portes de la salle et de la cuisine. De plus une subvention récente permettra d'installer des toilettes entièrement accessibles dans la salle et changer les toilettes dans la cuisine. D'autres travaux restent à faire et nous continuons d'aller de l'avant.

### Objectifs :

Constituer et gérer une banque de ressources pour répondre aux besoins des ainés:

Création & gestion de listes utiles aux ainés;

Liste de travailleurs autonomes qui offrent du répit;

Liste de travailleurs autonomes pour différents travaux d'entretien à domiciles;

Liste de fournisseurs de repas préparés, frais ou congelés.

### Projet Vigile:

Le projet VIGILE nous a permis de faire des interventions individuelles auprès des ainés de 70 ans et plus sur le territoire desservi par le CABMN. Nous avons recruté une équipe extraordinaire de bénévoles qui ont su bien évaluer les besoins lors des appels, ce qui nous a permis :

D'accroître notre présence et créer de nouveaux contacts dans le secteur Ouest de la MRC;

De rejoindre des ainés vulnérables;

D'accompagner et de fournir des références selon les besoins;

D'intervenir en offrant un soutien individuel aux ainés ;



Des bénévoles effectuent régulièrement des appels auprès de certains ainés nécessitant davantage de soutien. Ces bénévoles sentent combien ces appels font une différence dans la vie de bon nombre de personnes.

D'intervenir en offrant un soutien individuel aux ainés ;  
D'accompagner et de fournir des références selon les besoins;  
De travailler en concertation et favoriser les partenariats au sein des communautés desservies;  
Au besoin accompagner ou référer les ainés;

Appels et visites d'amitié: des bénévoles ont appelé certains ainés ayant besoin de plus de soutien. Ce service a permis d'améliorer la situation de ces personnes.

#### Participation à différents comités :

Membre de la table de concertation des ainés-TCAM, est un sous-comité de soutien aux proches aidants et un comité vigie qui veille aux acquis du réseau de la santé;

#### Soutien aux proches aidants:

Nous avons réussi à identifier les ainés aidés et les proches-aidants. Cette précieuse information nous permettra de mieux soutenir les proches aidants et les personnes aidées par de l'information, du répit ou de la socialisation dans les cinq municipalités.

Organiser différents types d'activités, individuelles ou en groupe, sur des sujets et besoins identifiés par les proches aidants et communiquer l'information pertinente.

Ateliers, formation et conférences permettant l'échange et le transfert de connaissances;

#### Statistiques:

- 16 mars 2023 - cabane à sucre un événement sur place - 61 participants
- 22 mars 2022 - coop funéraire - 5 participants
- 11 mai 2022 - potager écologique - 21 participants
- 22 mai 2022 - potager écologique - 21 participants
- 21 juillet 2022 - pique-nique amical
- 23 septembre 2022 - Marche à St-Benoit-du-Lac - 21 participants
- 29 septembre 2022 - Atelier de fusain - 13 participants
- 26 octobre 2022 Journée des ainés - 57 participants
- En novembre 2022 - Société Alzheimer - anglais, 5 participants, français, 5 participants;
- 22 novembre 2022 - Yoga du rire - 4 participants
- 6 décembre 2022 - Atelier Rennes de Noël - 2 participants
- 14 décembre 2022 Diner de Noël - 47 participants

#### Jouons ensemble (cribbage):

- 6 avril 2022 - 4 participants 1er juin 2022 - 17 participants
- 15 juin 2022 - 12 participants
- 21 septembre 2022 - 13 participants
- 12 novembre 2022 - 9 participants



Le club de marche a permis à un petit groupe d'ainé(e)s de marcher chaque semaine, débutant par un échauffement, des exercices pour renforcer les muscles et, à la fin, des étirements.

P.I.E.D. - Programme d'exercices en groupe visant à améliorer l'équilibre et la mobilité, en plus d'augmenter la force des jambes et à garder les os en santé afin de prévenir les chutes et ainsi aider à maintenir l'autonomie des participants.

Musclez vos méninges, ce programme offert l'automne dernier en français et en anglais, vise à maintenir la vitalité intellectuelle des personnes de 55 ans et plus. Organisé par le CABMN, ce programme a débuté à Stukely-Sud.

#### D'hier à aujourd'hui

Du 24 janvier au 24 mars, la bibliothèque municipale accueillait une exposition de photos et de récits de vie intitulée D'hier à aujourd'hui. L'exposition mise sur pied par Danielle Poitras et Monique Gilbert, deux résidentes de Potton, avait pour but de changer les perceptions habituelles sur la vieillesse. Le recrutement des participants s'est fait à l'été 2022 avec l'appui du CABMN et de l'organisme Acte d'amour. Vingt-trois personnes âgées de plus de 80 ans acceptèrent de participer. Comme Danielle Poitras dit: « Chaque récit de vie est en fait un fragment d'histoire qui nous fait réaliser qu'il y a tellement de façons différentes de vieillir ».



## SAPA—services aux personnes aînées statistiques 2022-2023

- Interventions individuelles - 343
- Services dispensés - 429
- Références données - 427
- Ateliers, formations et conférences - 112 participations
- Heures de bénévolat - 395
- Appels Vigile 5 municipalités - 825 appels
- Événements - 181 participations
- Info-lettre: 11 publications et 2025 receveurs
- Viactive Potton (programme d'exercices) 406 - participations
- Viactive Stukely-Sud - 406 participations
- Club de Marche - 268 participations
- Journée de jeux illimités - 37 participations
- Événements spéciaux - 321 participations
- La Chouette Chorale - 140 participations
- Club de bridge - 244 participations
- Musclez vos méninges (Stukely) - 66 participations
- Programme PIED - 130 participations
- Soutien technique - 79 participations
- Soutien amical - 8 jumelages
- Cuisines collectives - 81 participations



# PARTAGE/Sshare BANQUE ALIMENTAIRE



**48 DEMANDES  
74 ADULTES  
23 ENFANTS**

**38 PANIERS DE NOËL  
64 ADULTES  
15 ENFANTS**

PROJET DE COUPONS POUR LE MARCHÉ PUBLIC

AUGMENTATION en 2022 à 10 familles/individus

(19 ADULTES ET 6 ENFANTS)

AUGMENTATION en 2022 à 18 semaines (JUIN à OCTOBRE)

AUGMENTATION DU MONTANT DES COUPONS en 2022 à 30 \$ par semaine.

#### Comité Partage/Share :

- **Gère la banque alimentaire d'urgence**
- **Organise sa propre collecte de fonds et ses propres activités de financement.**
- **Facilite l'accès à la banque alimentaire BAM Memphrémagog**
- **Fournit des rapports réguliers au conseil d'administration du CABMN.**
- **respecte la vie privée et la confidentialité**



#### Comité 2022-23:

June Peacock,  
Claire Alger,  
Christian Donaldson,  
Rejean Véron,  
Cathy Riendeau,  
Julia Eldridge,  
Judith Ball and Kathy  
Mullins

# NUTRI SANTÉ

Le comité Nutri Sante a pour mission d'organiser des ateliers d'apprentissage visant à promouvoir une alimentation saine et à susciter une passion pour la cuisine chez les jeunes..

## Membres du comité :

Suzanne Côté, Danielle Cousineau, Christian Donaldson, Danielle Galipeau, Monique Hébert (Présidente), Christine Médaille (Secrétaire), Janine Sourdif

### Réunions du comité

Le Comité Nutri-Santé a tenu quatre réunions, deux régulières et deux rencontres supplémentaires pour la préparation des ateliers. Les suivis entre les réunions ont été faits par échanges de courriels.

### Réunions régulières:

Le 26 septembre 2022

Le 2 février 2023 - Rencontres pour la préparation des ateliers:

Le 18 mai et le 12 octobre 2022

### Ateliers

Les membres du comité ont donné trois ateliers à l'école primaire Le Baluchon de Mansonville. L'atelier prévu en décembre a dû être annulé.

### Rapport annuel Nutri-Santé, 1er Avril 2022 au 31 mars 2023:

Le 15 juin 2022 : Salade d'orzo aux légumes. L'idée d'une salade avait été proposée par des enfants lors de l'atelier précédent. Les enfants ont coupé les légumes, préparé une vinaigrette et dégusté le tout.

Le 12 octobre 2022 : Salade de pommes de terre. Plusieurs ont découvert de nouveaux ingrédients : aneth, échalote ou moutarde forte, bien appréciés pour la plupart.

Le 21 mars 2023 : Brochettes de légumes, jambon et fromage. Les enfants ont préparé les aliments et les ont ensuite découpés à l'aide d'emporte-pièces variés. Par la suite ils les ont montés sur une brochette pour créer un beau montage créatif et nutritif.

### Reconnaissance

Nous apprécions sincèrement le soutien du CAB et de son personnel. Sans leur précieux support, Nutri-Santé ne pourrait fonctionner.

Nous souhaitons reconnaître le travail remarquable de collaboration des professeurs de l'école du Baluchon de Mansonville, en particulier Alexandra Bruneau pour son professionnalisme et son enthousiasme.

Nous souhaitons aussi reconnaître l'apport important de Hether Fankhauser au sein de notre Comité pendant plusieurs années. Elle a pris sa retraite mais son influence restera avec nous. En conclusion, nous tous du Comité sommes très heureux de constater que les enfants participent avec enthousiasme aux ateliers et nous souhaitons que ça les inspire à cuisiner et à découvrir de nouveaux aliments.



01



### Intervention en situation de crise

Ce service consiste à offrir un soutien et une défense aux personnes en détresse qui se présentent à nous. Nous faisons le tour de la situation avec la personne pour recueillir le plus d'information possible afin de l'orienter vers la ressource appropriée. Nous offrons une aide directe ou nous la référons au CLSC, à la SQ, à l'Aide juridique ou ailleurs.

02



### Référence, information et orientations

La population qui n'a pas de rendez-vous peut recevoir des informations ou être orientée vers une ressource appropriée. Nous disposons d'un grand nombre de formulaires gouvernementaux, sur papier ou accessibles via Internet.

03



### Photocopies et fax

Ces services, dont certains sont payants, sont disponibles pendant les heures de bureau. Les demandes plus importantes peuvent nécessiter un rendez-vous.

04



### Liaison avec les gouvernements

Le CAB aide les personnes qui ont des difficultés à communiquer avec le gouvernement ou d'autres agences.

# Prêt d'équipement médical



Ce service s'adresse aux personnes qui ont besoin de matériel médical pendant leur convalescence ou leur période de transition. Le CABMN dispose d'une variété de fauteuils roulants, de sièges de bain, de sièges de toilettes surélevés, de commodes, de béquilles et de déambulateurs. Les statistiques de prêts cette année :

- 7 fauteuils roulants
- 4 paires de béquilles
- 12 Sièges de bain ou de toilettes
- 6 Cannes
- 13 Sièges de toilettes surélevés
- 5 Autres (extension de la portée...)

# PROGRAMME D'AIDE EN IMPÔT

Pour les familles et les personnes à faible revenu

**74 RAPPORTS  
D'IMPÔTS  
COMPLÉTÉS**



**5 BÉNÉVOLES FORMÉS**

**PLUSIEURS  
MUNICIPALITÉS  
DESSERVIES !**



**UN TARIF MINIMUM POUR  
UN RÉSULTAT MAXIMUM !**

**LE NOMBRE DE  
RAPPORTS  
COMPLÉTÉS A  
AUGMENTÉ AINSI  
QUE LE NOMBRE DE  
BÉNÉVOLES**

# TRANSPORT- ACCOMPAGNEMENT

Le service est offert aux clients qui ont besoin de se déplacer pour des raisons de santé ou pour des besoins sociaux essentiels de la communauté, y compris le transport adapté et collectif par le Transport des Alentours, ainsi que la protection des utilisateurs en assurant le filtrage de tous les chauffeurs bénévoles.

## TRANSPORT BÉNÉVOLE

Les personnes qui ont besoin d'être transportées pour aller faire des courses ou rendre visite à un ami peuvent faire appel à un chauffeur, mais elles doivent payer le kilométrage, etc. demandé. Ces demandes ne sont satisfaites que si le temps du personnel le permet.



## Statistics 2022-2023

166 Transports

23 Utilisateurs divers

**STATISTIQUES  
DU BUREAU**  
**2608 APPELS**  
**ENTRANTS**  
**1301**  
**ENTRÉES**  
**DIRECTES**



# La Maison des jeunes

## 2022-2023

### Sommaire :

Cette année, la Maison des jeunes a fonctionné avec une force tranquille. Alors que les autres programmes et secteurs du CAB subissaient des changements et des rénovations importants, nous avons bien compris ce que nous avions à faire : maintenir le cap et faire tourner les rouages de notre centre et de ses programmes; l'absence de nouveauté étant parfois une bonne nouvelle. Bien que cette année n'ait pas été exempte de défis, notre bâtiment a connu des avancées considérables, tout compte fait. Nous avons embauché trois nouveaux employés.

CIUSSSE - Terry Stott et Karen Tinker, membres du personnel du centre de jour, ont commencé à animer des programmes pour des personnes souffrant de troubles mentaux ou physiques les lundi et mercredi de chaque semaine. Karina Coates a été embauchée en octobre en tant qu'animatrice pour les jeunes et pour assister Ethan (coordinateur des jeunes) dans l'animation des programmes. Elle a créé un nouveau programme de danse qui a lieu tous les vendredis.

Cette année a été une année unique pour Ethan Ball (coordinateur de la Maison des jeunes) : "Alors que mes deux premières années de coordination de la maison des jeunes ont été consacrées à l'élaboration de programmes et à imaginer de nouvelles activités, cette année m'a permis de relever de nouveaux défis afin de maintenir le rêve en vie et entretenir les choses que nous avons construites. L'un de mes principaux objectifs cette année était d'augmenter le nombre de participants et de repousser les limites qui nous avaient été imposées par la Covid-19. Avec l'aide de Karina et des jeunes qui participent aux programmes, j'ai triplé la fréquentation hebdomadaire par rapport à l'année dernière. Nous avons travaillé sur la base de trois principes fondamentaux au cours de l'année 2022-2023 et nous avons obtenu de grands succès.

### 1. Renforcer l'assiduité au centre de jeunesse.

Le club d'agriculture (MAYO/JAM) se réjouit d'une soirée pizza et montre des signes de croissance puisque nous sommes passés de 8 à 15 membres, en acceptant 5 de plus dans les mois qui ont suivi.

2. Maintenir une programmation cohérente tout au long de l'année. Alors que nous avons passé beaucoup de temps à créer de nouvelles activités pour les participants l'année dernière, cette année nous avons élaboré des variantes de ces activités et nous avons essayé de rester cohérents avec les six groupes qui opèrent dans notre bâtiment (SADD, Économie domestique, MAYO/JAM, danse, CKJ, Centre de Répit etc.).

### 3) "Un leader réussira lorsque ses disciples goûteront tous au succès".

Extrait d'un livre intitulé "The 360 Degree Leader" de John C. Maxwell, nous croyons fermement à ce principe. Bien que la définition du succès puisse varier d'une personne à l'autre, dans ce contexte, nous pensons que le succès se mesure au sentiment

d'accomplissement et c'est l'une des choses que nous nous sommes efforcés d'atteindre cette année. Nous avons estimé qu'il était important qu'à chaque fois que quelqu'un pénètre ou quitte le bâtiment, il ait le sentiment d'avoir accompli quelque chose. La réglementation Covid-19 ayant été levée, Ethan s'est rendu dans les écoles pour promouvoir nos groupes et a apporté des publicités et des formulaires d'inscription aux enfants. Notre participation aux activités parascolaires nous a permis d'augmenter nos effectifs. Il va sans dire que les efforts de Karina et de nos membres ont aussi contribué à faire connaître nos programmes de manière positive. Ethan tient notre page Facebook à jour avec des photos que Karina et lui ont prises au centre et la municipalité a souvent la gentillesse de promouvoir les groupes. La garderie Jenny's Daycare a également offert à Ethan de rencontrer les groupes du camp d'été afin de parler du Centre des jeunes.

Nous ne nous sommes pas limités aux programmes pour les jeunes; nous nous sommes également efforcés d'utiliser le bâtiment en toutes occasions, en accueillant diverses réunions de comités, des cours de boxe, des groupes de Pilates et des programmes de répit. Bien qu'il y ait eu peu de conflits au sein du personnel, nous avons essayé de toujours résoudre les confusions ou d'exprimer les désaccords au fur et à mesure qu'ils se présentaient, afin d'éviter les grosses "explosions".

Le 5 avril 2023, notre comité immobilier s'est réuni pour la première fois depuis la pandémie et a constaté avec satisfaction que le bâtiment était bien entretenu. Bien sûr, nous rêvons de rénovations, mais nous avons été现实istes en pensant qu'il n'y a pas toujours assez de fonds pour rénover tous nos espaces en même temps. Nous avons pu maintenir des programmes cohérents chaque semaine et continuer à trouver des idées novatrices qui les rendent tous uniques.

Il n'est pas toujours facile de réussir, mais nous avons tous atteint une certaine forme de succès cette année.

Terry et Karen ont passé l'année de leur "voyage inaugural" et leurs réalisations sont peut-être les plus visibles parmi toutes les nôtres. Avec des clients souffrant d'un handicap mental ou physique, Karen et Terry se surpassent, intégrant les clients dans la communauté, partageant leurs passions et animant véritablement les membres de leur groupe.

Sheila, notre employée du Centre Ken Jones, a été notre pierre angulaire tout au long de l'année et est une personne à qui nous avons pu demander de l'aide chaque fois que nous en avons eu besoin.

Karina a trouvé un professeur de danse et, face à un problème de budget, est devenue professeur de danse. Ethan a orchestré l'affaire.

**Spécificités par groupe :**

**Notre Mandat :**

Aborder les questions relatives à la programmation et à la collecte de fonds pour les jeunes participants, en particulier les enfants de niveau élémentaire âgés de 5 à 11 ans.

**Le groupe d'aujourd'hui :**

Notre dernière nouveauté à la maison des jeunes est un programme de danse qui se déroule de 14 h 30 à 17 h chaque semaine, le vendredi.

Sans groupe de danse depuis près de deux ans (depuis l'animation de Mable Hastings et Patricia Lachance), Karina a dû réinventer ce groupe.

Elle a d'abord choisi d'embaucher un professeur le vendredi, puis a décidé d'enseigner elle-même (Karina) lorsque nous ne pouvions plus assumer le coût du professeur supplémentaire; les participants sont restés dédiés au programme pendant tout le temps qu'ils ont passé au Centre.

**En conclusion :**

Nous pensons que le programme de danse devrait continuer sans la présence d'un professeur certifié, mais Ethan a également obtenu une subvention qui nous permettra de payer un professeur une fois de plus lorsque nous reviendrons en septembre.

**13 Membres /**



(De gauche à droite) Ariana, Sophie, Eliza, Kloee, Ava, Emma, Kendra, Evan E. et Evan P. prenant la pose avec leur chapeau à trèfle, lors de la danse célébrant la Saint-Patrick



Les 13 membres du groupe de danse

## **Économie domestique**

**Mandat :**

Programme de cuisine après l'école pour les jeunes de 5 à 11 ans.

**Le groupe d'aujourd'hui :**

Inspiré par Karina, notre club d'économie domestique est le fruit d'un double effort d'Ethan et de Karina pour proposer aux enfants des recettes nouvelles et passionnantes chaque semaine, dans le but d'élaborer un beau livre de cuisine que chacun pourra

ramener à la maison à la fin de l'année. Ce programme a représenté un défi incroyable, car il exigeait des connaissances en art culinaire, du matériel et équipement, un budget pour la nourriture et plus encore... toutes choses que nous n'avions pas.

Nexkemia et les membres du conseil d'administration de SADD sont deux groupes qui ont soutenu ce programme et nous ont aidés à obtenir les fonds nécessaires à son fonctionnement.

Ce club est organisé après l'école jusqu'à 17 heures les mercredis (qui ont été rendus disponibles par la fusion des deux clubs d'agriculture).



Un membre du groupe  
d'économie domestique

#### SADD (Students against destructive Decisions)

##### Mandat :

- Traiter les questions relatives à la programmation et à la collecte de fonds pour les jeunes participants, en particulier les enfants âgés de 11 à 14 ans.
- Former de jeunes leaders.
- Travailler sur le travail d'équipe et les compétences en communication.
- S'assurer que tous les services sont appropriés et conformes à la politique du Centre D'action bénévole de la Mississauga Nord (CABMN).

##### Programme d'aujourd'hui :

Notre conseil d'administration SADD a travaillé fort cette année pour maintenir un équilibre entre le plaisir et la collecte de fonds.

Avec moins de membres que l'an dernier et seulement un animateur, le groupe a compensé en fournissant un effort supplémentaire quand est venu le temps d'organiser des activités ou des collectes de fonds.

Le conseil d'administration de SADD s'est réuni tous les samedis de 9h à 15h à la Maison des Jeunes.

Ils prenaient le petit déjeuner ensemble et organisaient une réunion d'une heure avant de s'arrêter pour planifier des jeux et des activités qui favorisaient l'épanouissement personnel.

#### En conclusion :

Le groupe SADD est un groupe de jeunes gens dévoués qui, malgré un nombre réduit de membres cette année, ont été en mesure de porter le fardeau de la poursuite de SADD. Comme les Goonies, les membres de SADD ne disent jamais "mourir" et si vous connaissez le film de Steven Spielberg de 1985, vous saurez qu'ils sont tenaces, aventuriers et les amis les plus drôles.

5 membres



Les cinq membres de SADD

#### MAYO/JAM (JEUNES AGRICULTURE MANSONVILLE) :

##### Mandat :

- S'occuper des questions relatives à la programmation et à la collecte de fonds pour les jeunes participants, en particulier les enfants de niveau élémentaire âgés de 5 à 11 ans.

##### Programme d'aujourd'hui :

Notre club d'agriculture se réunit chaque semaine à la maison des jeunes de 14 h 30 à 17h le mardi. MAYO/JAM a été notre groupe le plus populaire cette année, avec plus de 22 membres.

Bien que notre nombre nous ait parfois empêchés de nous rendre dans les fermes, cela nous a permis de passer une saison passionnante entre nous.

Ce groupe semblait être la "pièce de résistance" car il est devenu notre groupe le plus fréquenté, commençant à 12(+-) et augmentant à plus de 22 membres inscrits à la fin de la saison.

Fondé en 2019, le projet MAYO/JAM a pour objectif d'amener les enfants à réfléchir sur l'agriculture et l'élevage, à promouvoir un mode de vie sain et à sortir en plein air !

#### En conclusion :

Nous sommes impatients de voir ce que l'avenir réserve à MAYO/JAM et nous travaillons actuellement à la recherche d'un bus ou d'une camionnette qui pourrait être utilisé pour transporter notre groupe lors de sorties plus fréquentes dans des fermes.



Les membres MAYO/JAM



Le club d'agriculture (MAYO/JAM) se réjouit d'une soirée pizza et montre des signes de croissance puisque nous sommes passés de 8 à 15 membres, en acceptant 5 de plus dans les mois qui ont suivi.

**Centre Ken Jones :**

**Mandat :**

-S'occuper des questions relatives à la programmation, à l'intégration et à la collecte de fonds pour les clients ayant des besoins spéciaux - en particulier les adultes ayant une déficience intellectuelle ou les victimes d'un traumatisme cérébral (avec ou sans handicap physique), et offrir un répit à leurs familles.

- S'efforcer d'étendre ses services à d'autres personnes ayant des besoins spéciaux et pouvant bénéficier du programme existant.
- Continuer à offrir à la communauté francophone un accueil et un soutien particuliers afin d'assurer, dans la mesure du possible, une participation bilingue.
- Veiller à ce que tous les services soient appropriés et conformes à la politique du Centre d'action bénévole Missisquoi Nord (CABMN).

### **Le programme d'aujourd'hui**

Le " cheval de trait " de tous nos programmes, le Centre Ken Jones accueille six clients chaque semaine, le jeudi. Animé par Sheila Samborsky et sa nouvelle partenaire Terry Stott, le programme de répit du Centre Ken Jones se réunit à la maison des jeunes du CABMN de 8 h 30 à 14 h 30, où le groupe s'adonne à l'artisanat et à des activités sociales et de loisir, notamment les quilles, la danse, la musique en direct, les jeux et plus encore. Parmi les activités spéciales de cette année, citons

- Déjeuner de Noël le 7 décembre pour les membres du comité CKJ, les familles des clients, les membres du conseil d'administration et même le Père Noël !
- La membre du comité CKJ (June Peacock) a participé à deux ventes de bijoux à la maison des jeunes où elle a installé une petite table pour vendre des articles divers et dont tous les bénéfices sont reversés au Centre Ken Jones.
- En novembre, Terry et Sheila ont aidé à coordonner la vaccination annuelle des clients contre la grippe avec leurs soignants.

**En conclusion :**

Sheila et Terry continuent d'offrir conseils et amitié aux clients du Centre Ken Jones et ont même accueilli un nouvel ami qui a commencé à fréquenter le centre chaque semaine. Bien que cette nouvelle personne ne souffre pas des mêmes difficultés mentales ou physiques que le reste du groupe, elle s'intègre parfaitement à ce groupe qui lui offre un lieu de bénévolat ainsi qu'un fantastique exutoire social.

**6 membres**



Membres du CKJ Terry, Sheila  
(animatrices) et Pascale St-onge,  
députée

**Centre de jour :**

**Mandat :**

- S'occuper des questions relatives à la programmation, à l'intégration et à la collecte de fonds pour les clients ayant des besoins spéciaux - en particulier les adultes ayant une déficience intellectuelle ou les victimes de traumatismes cérébraux (avec ou sans déficience physique)
- et offrir un répit à leurs familles.
- Offrir une programmation significative et adaptée aux capacités du client.
- Animer et interagir avec les clients, en repoussant les limites de ce que nous/ils savons qu'ils sont capables de faire (dans les limites du raisonnable).
- S'assurer que tous les services sont appropriés et conformes à la politique du Centre d'action bénévole de Missisquoi-Nord (CABMN).

**Le programme d'aujourd'hui :**

En juin 2022, le CABMN a pris en charge le " Programme de répit Dixville" alors que le CIUSSSE cherchait à réduire ses engagements dans certains domaines afin de pouvoir offrir ses services à ses établissements principaux. Estimant qu'il serait vraiment dommage que les clients qui participent à ce programme ne puissent plus le faire, le CABMN a conclu un accord selon lequel il gérerait le programme avec le soutien du CIUSSSE.

Terry Stott et Karen Tinker sont devenus nos animatrices les lundis et mercredis pour le centre de jour. Le programme de répit hebdomadaire se réunit à la Maison des jeunes (de 8 h 30 à 14 h 30) où le groupe profite d'exercices thématiques, de jeux, d'activités artisanales, de conférenciers invités et plus encore. Terry, Karen et leur groupe se promènent souvent dans le village, car ils s'efforcent d'intégrer les clients dans la communauté.

- Le 7 février, Isabelle Grégoire s'est rendue au Centre de jour où Terry et Karen organisaient la « Journée de la nature ». Une promenade à l'extérieur, de l'artisanat en lien avec la nature et des présentations éducatives étaient au programme.
- Le 13 février, le Centre de jour a organisé un déjeuner de la Saint-Valentin avec des membres du conseil d'administration et d'autres invités spéciaux.
- Le 4 décembre, Terry et Karen ont assisté à la fête des bénévoles du CABMN où elles ont installé une petite table et vendu des ornements de Noël faits maison afin de créer une petite caisse que le groupe pourrait utiliser.

**En conclusion :**

Terry et Karen inspirent leur groupe à atteindre de nouveaux sommets et se consacrent à l'amélioration de la qualité des services que nous offrons.

**5 Membres**



Terry posant avec cinq membres  
du Centre de jour

**Maison des jeunes  
Programmes pour les  
jeunes âgés de 5 à 15 ans.  
TOTAL : 45 participants  
et 1408 participations**

## **STATISTIQUES POUR L'ANNÉE**

**NOUVELLES  
DANSES  
14  
VENDREDIS**



**NOUVEAU !!!  
ÉCONOMIE  
DOMESTIQUE  
19 JOURS  
POUR LE  
GROUPE**



**SADD - 35 Réunions les  
samedis**



**6 ÉVÉNEMENTS  
SPÉCIAUX  
(LEVÉE DE  
FONDS, EPIQ  
TRIATULON,  
HALLOWEEN...)**

**MAYO/JAM  
52 JOURS POUR  
LE GROUPE**



PROGRAMME DE RÉPIT KEN JONES - JEUDI  
CENTRE DE JOUR CIUSSSE-CHUS - LUNDI ET  
MERCREDI

(PROGRAMMES POUR LES PERSONNES AYANT DES  
DÉFICIENCES INTELLECTUELLES ET PHYSIQUES ET RÉPIT  
POUR LES AIDANTS)

## LES STATISTIQUES 2022-2023

CKJ RÉPIT-49 JOURS DE GROUPE  
HEBDOMADAIRES POUR 5 CLIENTS

CIUSSSE-CHUS centre de jour (amis spéciaux)  
Programme-81 jours de groupe hebdomadaires  
pour 5 clients



# MERCI BEAUCOUP

Le CIUSSS de L'Estrie-CHUS

Abbaye de Saint-Benoît-du-lac

Acte D'Amour (organisme de charité)

Les Municipalités de Potton, Bolton-Est, Saint-Étienne-de-Bolton, Eastman et Stukely-sud

Le Centre de Santé et de services sociaux Memphrémagog

Entreprises locales

Épicerie Jacques Ducharme (Marché Richelieu)

Dépanneur Bonisoir

JF Giroux

Giroux et Giroux

Euro-Deli

Boulangerie Owls Bread

Resto Bolton

Torréfacteur des Appalaches

NexKemia Petrochemicals Inc.

Destination Owls Head

Montreal Canadiens Foundation-Stéphane Quintal

L'Église anglicane, l'Église baptiste et l'Église catholique

Les écoles primaires locales

Banque Alimentaire Memphrémagog (BAM)

Marchés publics locaux

Rucher Boltonnois

Ferme Api MD

FamiliPrix Mansonville

Acériculteurs locaux

Club Optimiste de Mansonville

Service Déneigement T.C.

Marché Tradition (Eastman)

Tous les donateurs (dons, prix, temps, talent et plus)

# Initiative particulière

Merci à la Fondation des Canadiens pour l'enfance

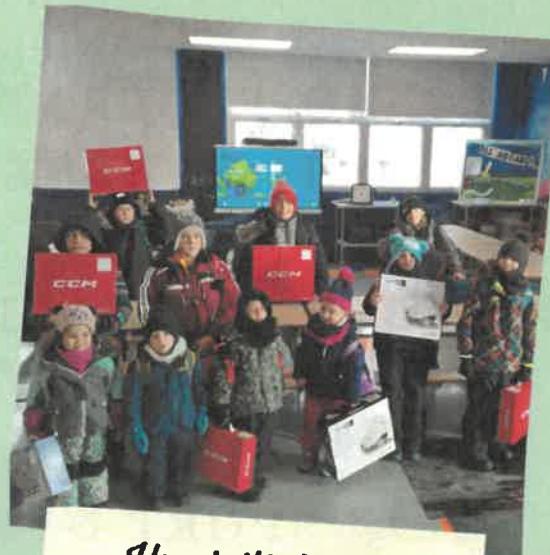


Un gros merci à la Fondation des Canadiens pour l'enfance

Le Centre d'action bénévole de la Missisquoi Nord (CABMN) après avoir reçu en don un chandail autographié des Canadiens de Montréal et une contribution monétaire supplémentaire de la Fondation des Canadiens pour l'enfance, qui permettra d'acheter des patins à glace pour tous les élèves inscrits dans les deux écoles élémentaires de Potton.



Nous adorons nos nouveaux patins !



Une initiative du CABMN

## COLLABORATIONS:

RCABE-REGROUPEMENT DES CENTRES D'ACTION  
BÉNÉVOLES DE L'ESTRIE, COMPOSÉ DE CENTRES  
BÉNÉVOLES, ET CONSTITUÉ EN 1993

POLICE PROVINCIALE DU QUÉBEC

TCAM-TABLE DE CONCERTATION DES  
AINÉS MEMPHRÉMAGOG-PROCHE-  
AIDANT ET AU COMITÉ VIGIE

PROGRAMME PAIR

FCABQ-FÉDÉRATION DES CENTRES  
D'ACTION BÉNÉVOLE DU QUÉBEC

MEMBRES DU PARLEMENT FÉDÉRAL ET  
PROVINCIAL

TRANSPORT DES ALENTOURS INC.

YAMASKA LITERACY COUNCIL

JAMES BOUTHILLIER-DIRECTEUR  
PREVENTIONISTE-MUNICIPALITE DE  
POTTON

# **SUPPORT**

## **Volet Financiers:**

**Les 5 municipalités de la MRC Memphremagog Ouest sont nos partenaires incroyable. Potton, Bolton-Est, Saint-Étienne-de-Bolton, Eastman et Stukely-Sud.**

**Centraide Estrie**

**Caisse Desjardins Memphremagog**

**CIUSSS de l'Estrie-CHUS**

**PSOC**

**Gilles Bélanger, Député du Comté D'Orford  
Gouvernement Provincial**

**Pascale St.Onge, Ministre et Député de Brome Missisquoi -  
Gouvernement Fédéral**

**L'Appui pour les proches aidants  
BAM Banque Alimentaire Memphrémagog**

**Townshippers Foundation**

**Keurig Canada**

**Cable Cogeco-Axion**

**Girardin Blue Bird Inc.**

**NexKemia Petrochemicals Inc.**

**Lot 420**

**EPIQ Triathlon-Marc Van Oordt  
Montreal Canadians Foundation**

# PLAN D'ACTION 2023-24

- POURSUIVRE LES RENOVATIONS DU BATIMENT DU CENTRE POUR PERSONNES AGEES "LA PLUME AU VENT"-309 PRINCIPALE
- REVETEMENT DU PARKING DE LA MAISON DES JEUNES-282 PRINCIPALE
- SOLIDIFIER ET COMMENCER LA PLANIFICATION DE LA PARTIE "EGLISE" DU BATIMENT AU 309 PRINCIPALE
- CREER UN NOUVEAU PLAN QUINQUENNAL POUR LA CABMN ENGLOBANT TOUTES LES MUNICIPALITES DESSERVIES



# TÉMOIGNAGES

## CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE DE LA MISSISQUOI-NORD MISSISQUOI NORTH VOLUNTEER CENTRE

### Monique Lasnier

La raison pour laquelle je suis bénévole pour le CABMN est que je voulais m'impliquer dans le programme d'aide à l'impôt. Cela me permet de socialiser avec des gens qui ont le même intérêt que moi et d'aider la communauté. Je suis dans ce programme depuis 5 ans et j'ai l'intention de continuer dans les années à venir. Le personnel du CABMN est très accueillant, sympathique et bienveillant.

Monique Lasnier

### Marie-Elaine Hvizdak

C'est devenu une tradition pour ma fille et moi de participer aux paniers de Noël que ce soit par des demandes de commandites à autrui ou par la confection des boîtes. Il n'y pas de plus belle façon de soutenir notre communauté et de redonner pendant le temps des fêtes.

Ma fille et moi sommes enchantées de contribuer de cette façon; merci au CABMN de nous permettre de le faire!

Et félicitations à tous les gens impliqués de près ou de loin dans cet organisme, vous accomplissez un travail colossal!

### Lucie Maurer

C'est une très belle expérience pour moi de bénévoler au sein du CABMN. Ca me sort de la maison et me permet de rencontrer des gens. C'est aussi une belle opportunité de chasser mes mauvaises idées et de les remplacer par des rencontres positives avec des personnes intéressantes.

### Jean-Pierre Gauvin

Ce que le bénévolat m'apporte au CAB de la Missisquoi-Nord.

Le temps donné comme bénévole : En réalité ce n'est pas compliqué le fait de sortir de la maison m'a permis de voir mes besoins. Cela m'a permis aussi à me redonner confiance, voir mes possibilités, mes limites, rencontrer les gens, communiquer, voir mon utilité à la communauté. Entrer en relation avec les autres. Je ne vois que les jours qui passe d'une façon agréable et qui bénéficie à tous, à moi-même et à ceux que je rencontre.

CABMN: [HTTPS://WWW.CANADAHelps.ORG/FR/DN/1059?](https://www.canadahelps.org/fr/dn/1059?)

V2=TRUE

**WWW.CABMN.ORG**

# L'objectif de cette année-This year's objective \$10,000!!!



**CENTRE  
D'ACTION BÉNÉVOLE  
DE LA MISSISQUOI-NORD**  
MISSISQUOI NORTH VOLUNTEER CENTRE

LE TRIATHLON ÉPIQ EST UN ÉVÉNEMENT PAR LA COMMUNAUTÉ POUR LA COMMUNAUTÉ, CAR L'EXCÉDENT OPÉRATIONNEL DE L'ÉVÉNEMENT SERA VERSÉ EN TOTALITÉ AU CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE DE LA MISSISQUOI NORD (CAB MN), UN ORGANISME À BUT NON-LUCRATIF QUI A POUR BUT DE TROUVER DES SOLUTIONS AUX PROBLÈMES TOUCHANT LA SANTÉ, LES SERVICES SOCIAUX, LA PROTECTION, L'ÉDUCATION ET TOUT CE QUI CONCERNE LA QUALITÉ DE VIE DE TOUS, PLUS PARTICULIÈREMENT CELLE DES MARGINAUX ET DES JEUNES DU SECTEUR OUEST DE LA MRC DE MEMPHRÉMAGOG.

POUR PLUS D'INFORMATIONS, RENDEZ-VOUS SUR LE SITE FACEBOOK DE L'ÉVÉNEMENT:

[HTTPS://WWW.FACEBOOK.COM/EPIQTRIATHLON](https://www.facebook.com/EPIQTRIATHLON)

THE ÉPIQ TRIATHLON IS AN EVENT BY THE COMMUNITY FOR THE COMMUNITY, AS THE EVENT'S OPERATING SURPLUS WILL BE DONATED IN ITS ENTIRETY TO THE CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE DE LA MISSISQUOI NORD (CAB MN), A NON-PROFIT ORGANIZATION WHOSE GOAL IS TO FIND SOLUTIONS TO PROBLEMS AFFECTING HEALTH, SOCIAL SERVICES, PROTECTION, EDUCATION AND EVERYTHING THAT CONCERNSS THE QUALITY OF LIFE OF EVERYONE, ESPECIALLY THE MARGINALIZED AND YOUNG PEOPLE OF THE WESTERN SECTOR OF THE MEMPHRÉMAGOG MRC.

FOR MORE INFORMATION, VISIT THE EVENT'S FACEBOOK SITE:

[HTTPS://WWW.FACEBOOK.COM/EPIQTRIATHLON](https://www.facebook.com/EPIQTRIATHLON)

# CAMPAGNE DE FINANCEMENT ANNUELLE 2023-2024 ANNUAL FINANCIAL CAMPAIGN



shutterstock.com

POURSUIVRE L'AMÉLIORATION DE  
NOTRE CENTRE POUR AÎNÉS "LA PLUME  
AU VENT".  
IMPROVEMENTS TO OUR "FEATHER IN THE  
WIND" SENIOR CENTRE

**1**

**2**

DÉVELOPPER NOTRE PROGRAMME  
POUR LA JEUNESSE  
EXPAND ON OUR YOUTH  
PROGRAMS

## CENTRE D'Action BÉNÉVOLE DE LA MISSISQUOI-NORD MISSISQUOI NORTH VOLUNTEER CENTRE



Lors de notre campagne 2022-23, 268  
donateurs ont contribué à notre campagne de  
financement...MERCI !

In our 2022-23 campaign 268 donors  
contributed to our fundraiser...THANK YOU!

36

**3**

MANTENIR NOTRE PROGRAMMATION POUR  
LES PERSONNES AYANT UNE DÉFICIENCE  
INTELLECTUELLE OU PHYSIQUE.  
MAINTAIN PROGRAMS FOR  
PERSONS WITH DISABILITIES

**4**

TRANSPORTS ACCOMPAGNÉS, DEMANDES  
D'AIDE ALIMENTAIRE D'URGENCE, PRÊT DE  
MATERIEL MÉDICAL, SERVICE D'IMPÔT SUR  
LE REVENU...  
Accompanied transport, emergency food requests,  
medical equipment lending, income tax service

**5**

ANIMATION DE PROGRAMMES  
POUR UNE CLIENTÈLE DIVERSIFIÉE  
PROGRAM ANIMATION FOR A  
DIVERSE CLIENTELE...



**MERCI-  
THANK YOU!**

- Merci de faire un don
- Thank you for donating

Par chèque-314B Principale Mansonville JOE 1X0, Via: [CanadDon.org](http://CanadDon.org) canadahelps.org  
[www.cabmn.org](http://www.cabmn.org) Pour information: 450-292-3114

# 2022-2023 AGM Report



CENTRE  
d'Action BÉNÉVOLE  
DE LA MISSISQUOI-NORD  
MISSISQUOI NORTH VOLUNTEER CENTRE

# TABLE OF CONTENTS

CABMN

Français .....	1
Presentation of the CABMN .....	39
History and Mission of the CABMN .....	41
Registration of voting members .....	42
Proposed Agenda .....	42
Minutes of the 39th Annual General Meeting .....	43
A word from our President .....	44
Director's message .....	45
<b>2022 Activity Report</b>	
Volunteer Coordination .....	46
Support for the Autonomy of Seniors (SAPA) .....	47
Partage/Share (Food Bank) .....	50
Nutri Santé .....	51
Other Services offered by the CABMN .....	52
Youth Centre and Special Services.....	57
Thank you .....	65
Collaborations .....	67
Financial Support .....	68
Action Plan 2023-2024 .....	69
Testimonials .....	70
2022-2023 Financial Statements .....	73



MAIN OFFICE  
314 -B rue Principale  
Mansonville, Qc JOE  
1XO



YOUTH CENTRE  
282 rue Principale  
Mansonville, Qc  
JOE 1XO



FEATHER IN THE WIND  
SENIOR CENTRE  
309 rue Principale  
Mansonville,Qc  
JOE 1XO

2022-2023

# BOARD OF DIRECTORS



CATHY RIENDEAU  
PRESIDENT



BRENDA CLARK  
VICE-PRESIDENT



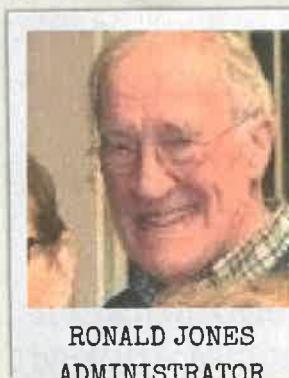
MADELEINE LANGLOIS  
SECRETARY



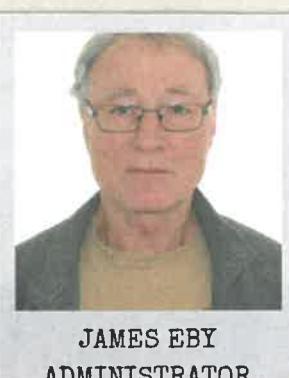
HILARY HEAD  
ADMINISTRATOR



DANIELLE COUSINEAU  
ADMINISTRATOR



RONALD JONES  
ADMINISTRATOR



JAMES EBY  
ADMINISTRATOR



DAVID STIRLING  
ADMINISTRATOR



ROBERT GAGNON  
ADMINISTRATOR



HARTLAND PATERSON  
ADMINISTRATOR



## Meet our team

CENTRE  
D'ACTION BÉNÉVOLE  
DE LA MISSISQUOI-NORD  
MISSISQUOI NORTH VOLUNTEER CENTRE



**Mable Hastings**  
Executive Director



**Debra Harding**  
Assistant to the ED



**Jennifer McGeean**  
Administration



**Gail Seymour**  
Volunteer Coordination



**Krysten Vanier**  
Communication/Office/  
Volunteer coordination



**FEATHER IN THE WIND  
SENIOR CENTRE**



**Angelle Laplume**  
SAPA Senior Services



**Marie-Claude Joly**  
SAPA Senior Services



**Lucie Beaudoin**  
SAPA Senior Services



**Linda Orefice**  
SAPA Senior Services



**YOUTH CENTRE- KEN  
JONES CENTRE -  
CIUSSE/CHUS DAY  
CENTRE**



**Karen Tinker**  
CIUSSE-CHUS Day Centre  
Animator



**Theresa Stott**  
CIUSSE-CHUS Day Centre  
and KEN JONES Respite  
Animator



**Sheila Samborsky**  
Ken Jones Respite Animator



**Ethan Ball**  
Coordinator Youth Centre and  
Special Programs



**Karina Rose Coates**  
Animator Youth Programs



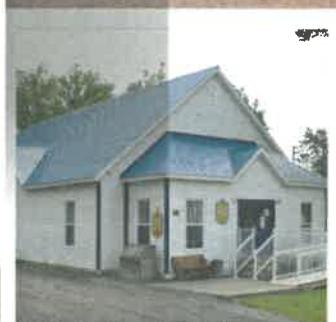
**And our volunteer receptionists**  
**Madeleine, Carmen, JP, Lucie, Mary and Josiane**

# HISTORY OF OUR CABMN

The Missisquoi North Volunteer Centre(CABMN) is a non-profit community organization recognized and partly financed by the CIUSSS de L'Estrie-CHUS as a partner in health and social services network. In 1993, our organization became a member of the Federation des centres d'action bénévole du Québec and as such, in addition to offering direct services, we now support volunteers, volunteer organizations and promote community development and volunteer action. Since 1987, unlike any other CAB's, the CABMN (then Eastern Townships Citizen Advocacy) has also operated a youth centre as well as created a program for special needs clients--specifically, adults with intellectual disabilities.



MAIN OFFICE-314B  
Principale



Maison des Jeunes-  
282 Principale

## MISSION OF THE CABMN

The aim of the Missisquoi North Volunteer Centre is to attend to issues concerning health, social services, protection, education, and other quality-of-life issues for all, but especially for the marginalised and youth.

Our guiding values include:

- To respect and honour all,
- To be an integral part of the community
- To set clear goals and be responsible for their effectiveness, and
- To be responsible administrators of public funds



Feather In the Wind Centre  
-309 Principale

"TO IMPROVE THE QUALITY OF LIFE WHILE  
DEVELOPING VOLUNTEERISM"

## **Registration of voting members**

The Annual General Meeting is for members of the CABMN and the public at large. Eligible members have the right to vote. The public has the right to express their opinion.

There are five categories of members:

- a) Individual: Any CABMN member, committee member, donor, and volunteer (age 16 and up), active in the past two years and freely supporting the work of the Corporation is automatically granted free membership in the CABMN. Membership is open to individuals aged 16 or older, and to organizations that: Support the mission of the CABMN; Subscribe to the CABMN's bylaws, policies, procedures, aims and objectives;
- b.) Corporate: Organizations - public, para-public or not-for-profit, including bona-fide groups recognized by the board may also be granted membership. Corporate members appoint one voting representative who pays the applicable membership fee.
- c.)Honorary: From time to time, the BOD may grant free honorary membership to individuals who have exceptionally helped the Corporation achieve its objectives through work, deed, or financial donations. Honorary members participate in the Corporation's activities, are invited to annual and special general meetings, but may not become directors.
- d.)Youth: Any youth age 12-15 is eligible for youth membership. Youth members are recognized as non-voting members.
- e.)Employees: Employees of the Corporation are members but are not entitled to vote.

## **Proposed Agenda**

1. President's welcome
  - 1.1 Introduction of the Board of Directors and Staff
  - 1.2 Nomination of a President and Secretary of the meeting
  - 1.3 Verification of quorum
2. Reading and adoption of the agenda
3. Reading, if necessary and adoption of the minutes of the AGM held June 16, 2022
4. Deposit of the 2022-2023 Activity Report
5. Presentation of the Financial Statement of March 31, 2023
6. Presentation of the 2023-2024 budget (including adoption)
7. Appointment of the auditor
8. Report of the Nominating Committee and Election of the Board
9. Questions and comments

Adjournment

Minutes of the 38th Annual General Meeting  
Mississquoi North Volunteer Center  
June 16th, 2022, 6:30 PM  
Meeting held at The feather in the wind centre

Voting Members Present: Jason Ball, Brenda Clark, Danielle Cousineau, James Eby, Sharon Fewtrell, Robert Gagnon, Hilary Head, Janet Jones, Ron Jones, Mary Lachance, Madeleine Langlois, Murielle Parkes, Cathy Riendeau, Laurette Rouleau, David Stirling, Carmen Aubin, Pierre Pradier, Hartland Paterson, Jean-Louis Granger, Deborah Dimitruk, Beatrice Baass, Peter Blatter, Fiona Campbell, June Peacock, Terry Stott, Marie Timperley, Gislin Lévesque, Francine Hemmings.

Non-voting members present: Ethan Ball, Eleanor Cote, Monique Gilbert, Mable Hastings, Angelle Laplume, Jennifer McGeean, Sheila Samborsky, Krysten Vanier, Karen Tinker, Bruno Côté.

1. President's welcome. Brenda Clark welcomed everyone. She thanked all for showing up in person and for their extremely generous support.

Brenda Clark introduced Mable Hastings, the CAB director, noting that this is Mable's 6th year as Executive Director.

1.1 Introduction of the Board of Directors and staff. Mable Hastings introduced the members of the Board of Directors and staff.

1.2 Nomination of a President and Secretary of the meeting. Mable Hastings proposed the nomination of Brenda Clark as president and Madeleine Langlois as secretary for the Annual General Meeting.

Moved by Cathy Riendeau, Seconded by Danielle Cousineau.

Carried

1.3 Verification of quorum. There was quorum. It was confirmed by Mary Lachance who took the attendance. Verified by Brenda Clark.

2. Reading and adoption of the agenda. There were no additions to the proposed agenda. There were no raised hands to indicate disagreement. Motion to adopt the agenda.

Moved by June Peacock.

Carried

3 Reading, if necessary, and adoption of the minutes of the AGM held June 17th, 2021. Reading of the minutes was not requested. Motion to adopt the minutes of the AGM held June 17th, 2021.

Moved by Ron Jones, Seconded by Cathy Riendeau.

Carried

4 Deposit of the 2021-2022 Activity Report. Mable listed the services and programs which CABMN provides, highlighting certain programs and details. A special video presentation was shown to celebrate the 40th anniversary of the CABMN.

5 Presentation of the financial statement of March 31, 2022. Brenda presented the Financial Statement. Mable explained the report. Motion to adopt the Financial Statement of March 31, 2022.

Moved by Danielle Cousineau, Seconded by David Stirling.

Carried

6. Presentation of the 2022-2023 budget. Mable presented the 2022-2023 budget. She explained the budget's categories and detailed certain items. Services are more extensive than what is offered by other CABs. Extended explanations were given about the CIUSSE-CHUS day Centre CABMN (Dixville) and the expenses related to the acquisition of the Anglican Church.

7. Appointment of an auditor. Motion to appoint MNP LLP as auditor for the 2022-2023 fiscal year.

Moved by June Peacock, Seconded by David Stirling.

Carried.

8 Report of the Nominating committee and election of the Board. The nominating committee report was presented by Madeleine Langlois (BOD Member and Nominating Committee representative). The committee was grateful that Hilary Head accepted to come back to the Board for another mandate and Hartland Paterson was nominated as a new member. Motion to adopt the Nominating Committee report.

Moved by Murielle Parkes, Seconded by Danielle Cousineau.

Carried.

9.Questions and comments. There were some questions about the CAB's priorities and some comments and testimonials.

10. Adjournment. The meeting was adjourned at 8:18 PM.

Moved by June Peacock, Seconded by Cathy Riendeau.

Carried.



## A WORD FROM OUR PRESIDENT

ANOTHER YEAR HAS PASSED AND OUR NON-PROFIT CONTINUES TO MOVE FORWARD POST PANDEMIC. I WANT TO CONGRATULATE THE EMPLOYEES AND VOLUNTEERS OF THE CAB MISSISQUOI NORTH VOLUNTEER CENTRE FOR THEIR CONTINUED EFFORTS IN MAINTAINING AND IMPROVING THE MANY IMPORTANT SERVICES AND PROGRAMS PROVIDED BY OUR NON-PROFIT. WITH AN INCREASED NUMBER OF REQUESTS AND A VARIETY OF ADDITIONAL NEEDS, THE CABMN STAFF AND VOLUNTEERS HAVE WORKED HARD TO BETTER SERVE THE POPULATION.

I FEEL VERY PROUD READING THIS YEAR'S ANNUAL REPORT FOR 2022-2023 AND MARVEL AT THE ACCOMPLISHMENTS OF ALL WHO MAKE UP OUR DYNAMIC TEAM. THE CABMN CONTINUES TO BE A POSITIVE LIGHT IN THE COMMUNITY THAT MAKES THE DIVERSE CLIENTELE SERVED ITS PRIORITY IN IMPROVING THE QUALITY OF LIFE OF OTHERS IN A MULTITUDE OF WAYS.

WITHOUT THE SUPPORT OF THE VOLUNTEERS (AN IMPRESSIVE NUMBER OF TALENTED INDIVIDUALS) AND THE DONATIONS RECEIVED, ALL THAT THE CABMN DOES WOULD NOT BE POSSIBLE. THE CABMN BENEFITS FROM THE SUPPORT OF THE CIUSSSE-CHUS HEALTH BOARD AND A VARIETY OF ITS PROFESSIONALS WHO ARE ALWAYS THERE TO LEND A HAND. WE ARE A PEOPLE POWERED ORGANIZATION AND THE MRC MEMPHREMAGOG WEST IS ONE OF THE RICHEST IN THE GIVING OF TIME AND TALENTS.

I WANT TO CONCLUDE BY THANKING THE MEMBERS OF THE BOARD OF DIRECTORS FOR THE TIME THEY DEDICATE TO THE ORGANIZATION AND TO EMPHASIZE ONCE AGAIN THE CONTRIBUTION OF THE VOLUNTEERS. WITHOUT YOUR SUPPORT, THE COMMUNITY PROGRAMS AND SERVICES PROVIDED WOULD NOT BE WHAT THEY ARE. I AM PROUD TO WORK WITH YOU ALL AND TO OFFER MY PART IN DOING WHAT I CAN ALONGSIDE THE REST OF YOU.

CATHY RIENDEAU  
PRESIDENT OF THE CABMN



## DIRECTOR'S MESSAGE MABLE HASTINGS



THE WORLD HAS RESURFACED AFTER THE PANDEMIC AND WITH THIS RESURFACING WE ARE FACED WITH GREATER AND DIFFERENT NEEDS IN OUR COMMUNITIES. THE WESTERN SECTOR OF THE MRC MEMPHREMAGOG IS A LARGE TERRITORY AND OUR CABMN HAS FOCUSED ON IMPLICATING AND ACTIVATING VOLUNTEERS TO MEET THE NEEDS THAT ARE ARISING IN SUPPORT OF THE DIVERSE CLIENTELE SERVED AND IN MAKING THE LIVES OF THOSE LIVING IN THE AREA BETTER IN THE FIVE MUNICIPALITIES WE SERVE.

IN THE COURSE OF THE LAST YEAR, THERE HAVE BEEN SOME CHANGES IN OUR STAFFING AT THE CABMN. OUR SENIOR SERVICES ARE NOW BEING OFFERED BY A TEAM OF FOUR INCLUDING: ANGELLE LAPLUME, LUCIE BEAUDOIN, LINDA OREFICE AND MARIE-CLAUDE JOLY. WE HAVE PUT A LOT OF WORK INTO GETTING OUR SENIOR CENTER "THE FEATHER IN THE WIND" UP AND RUNNING INCLUDING A CONTINUOUS LIST OF NECESSARY UPGRADES AND RENOVATIONS. THANKS TO FUNDING FROM THE FEDERAL GOVERNMENT'S NEW HORIZONS PROGRAM, WE WERE ABLE TO REPLACE THE WINDOWS AND DOORS IN THE SPACE AND WILL SOON HAVE NEW ALL ACCESSIBLE WASHROOMS. THERE IS STILL A LOT TO DO INCLUDING: A NEW ROOF ON THE HALL, INSULATING THE FLOOR AND MORE...IT IS A BEAUTIFUL SPACE WITH GREAT PROMISE. A GROUP WILL SOON FORM TO MAKE RECOMMENDATIONS TO THE BOARD ON FUTURE USE OF THE "CHURCH" PORTION OF THE BUILDING.

A NEW MEMBER WAS ADDED TO OUR VOLUNTEER COORDINATION TEAM, GAIL SEYMOUR WHO IS NOW WORKING WITH DEBRA HARDING IN THIS ROLE. THE TWO CONTINUE TO ENCOURAGE VOLUNTEERS TO SIGN UP TO RECORD THEIR HOURS ON THE "TRACK IT FORWARD" SYSTEM AND ARE CONTINUING TO REGISTER NEW VOLUNTEERS FROM ALL AREAS OF THE MRC MEMPHREMAGOG WEST EACH WEEK.

PROGRAMS AT THE YOUTH CENTRE HAVE ALSO SEEN SOME CHANGES. COORDINATOR, ETHAN BALL WELCOMED A NEW ANIMATOR FOR THE YOUTH PROGRAMS, KARINA ROSE COATES WHO WORKS ALONGSIDE ETHAN ANIMATING THE WEEKLY PROGRAMS INCLUDING: HOME EC COOKING GROUP, MAYO/JAM FARM GROUP, FRIDAY DANCE GROUP, AND SADD STUDENTS AGAINST DESTRUCTIVE DECISIONS. THE CIUSSSE-CHUS DAY CENTRE FOR PERSONS WITH INTELLECTUAL AND PHYSICAL CHALLENGES ENDED ITS FIRST YEAR UNDER THE MANAGEMENT OF THE CABMN IN MARCH. THE PROGRAM CONTINUES TWO DAYS PER WEEK WITH THERESA STOTT AND KAREN TINKER ANIMATING. WITH THE CHANGES IN STAFFING COUPLED WITH ABSENCES DUE TO HEALTH ISSUES OF SOME STAFF, WE CANNOT ACKNOWLEDGE NOR EXPRESS OUR APPRECIATION ENOUGH TO THE VOLUNTEERS WHO HAVE DONE SO MUCH TO SUPPORT THE STAFF, THE SERVICES AND THE PROGRAMS. WE THANK THE RECEPTION VOLUNTEERS UNDER THE GUIDANCE OF MADELEINE LANGLOIS (BOARD SECRETARY) FOR ALL THEY HAVE DONE. WE SALUTE PROUDLY THE MANY DRIVERS, INCOME TAX VOLUNTEERS, COMMITTEE VOLUNTEERS, FUNDRAISING INITIATIVES AND MORE...

THANK YOU TO THE STAFF TEAM, IT IS ALWAYS MOVING FOR ME TO SEE THE WORK THAT YOU ALL DO AND THE HEART WITH WHICH YOU DO IT. YOU HAVE EVERY REASON TO BE PROUD OF YOUR EFFORTS.

TO THE COMMUNITIES WE SERVE...THANK YOU TO ALL WHO COLLABORATE WITH US AND MAKE OUR EFFORTS INCREASED WITH YOUR OWN IMPLICATION AND SUPPORT.

# Volunteer Coordination

The CABMN aims to:  
Develop volunteerism and promote volunteer work  
Support for volunteers  
Support for organizations



**241 Registered**

**Volunteers**

150 tracking hours on  
"Track it Forward"  
platform



**3597 accumulated**  
Hours of volunteering  
registered on "Track it  
Forward"



**24 different services**

Serving the MRC Memphremagog West with volunteers  
numbering:

Potton: 165

Other: 34

Bolton-Est: 20

Stukely-sud: 4

Sainte-Etienne-de-Bolton: 4

Eastman: 14

International Volunteer Day-December 5, 2022 -  
Wine and cheese celebration with 60 in attendance  
Volunteer Week (April 16-22, 2022) in collaboration  
with the municipality of Potton.

**TRACK IT FORWARD**   **TRACK IT FORWARD**   **TRACK IT FORWARD**

# SAPA (SUPPORT FOR THE AUTONOMY OF SENIORS)

## A Year of Changes

Thanks to the success of the fundraiser, the CABMN has been able to increase its services in Memphrémagog-West MRC area. Through SAPA the number of hours of services given to seniors has increased and, because it was possible to buy St. Paul's Anglican Church and the attached hall, a seniors' Centre was created, now known as The Feather in the Wind / La Plume au Vent.

The CABMN said goodbye to Monique Gilbert, who was the SAPA coordinator, when she accepted a position with the Municipality of Potton. Angelle Laplume has been training a new team of part-time employees hired to provide senior services within the CABMN. The three new employees are Lucie Beaudoin, Marie-Claude Joly and Linda Orefice.

Thanks to an agreement with the CIUSSSE-CHUS, the seniors' services are offered under the SAPA banner, i.e., Soutien à l'autonomie des personnes aînées, in English: Support Services for Seniors' Autonomy.

Thanks to New Horizons, a federal government program, we received funds to renovate the Seniors' Centre, including the ceiling/roof insulation, a thermopump and new windows and doors in the hall and the kitchen.

A recent subsidy will pay for new totally accessible bathroom to be installed in the hall as well as modernizing the bathroom in the kitchen. Other improvements will be done in good time.

### Objectives:

- Build and manage a database of available resources to answer seniors' needs.
- Create and manage a useful list for seniors;
- List of independent workers who offer respite;
- List of independent workers who offer general home care;
- List of providers for home cooked fresh and or frozen meals.

### VIGILE PROGRAM

Through this service, we were able to intervene on an individual basis with seniors over 70, within the CABMN territory. Some extraordinary volunteers were recruited to identify the needs of the seniors through telephone calls, enabling us to:

- Increase our presence and create new contacts with seniors living in the western part of the Memphrémagog MRC.
- Reach vulnerable seniors.
- Intervene and personally meet seniors.
- increase teamwork and foster partnerships.
- When needed, accompany, or refer seniors.
- Friendly calls and visits: some volunteers also called upon the particularly vulnerable seniors in need of more care and support.

## Participation in Various Committees:

Members of TCAM, (consultation committee regarding seniors services) is a sub-committee to better help seniors and caregivers as well as making sure that public health services are maintained.

### Caregivers support:

Vulnerable seniors and seniors' caregivers were identified. This is a precious identification process that will enable us to better support caregivers and seniors in need of information, respite or socializing in the five municipalities.

Maintain an up-to-date list of caregivers enabling us to communicate with them.

Sharing pertinent information.

Organizing various workshops and training activities to better exchange information and share knowledge.

### Statistics:

- March 16, 2023 - Sugar Shack on site event - 61 participants
- March 22, 2022 - funeral coop - 5 participants
- May 11, 2022 - Ecological gardening - 21 participants
- May 22, 2022 - ecological vegetable garden - 21 participants
- July 21, 2022 - Friendly Picnic -18 participants
- September 23, 2022 - Walk at St-Benoit-du-lac - 21 participants.
- September 29, 2022 - Pastel Workshop - 13 participants
- October 26, 2022 - Seniors' Day - 57 participants
- November 2022 - Alzheimer Society- English - 5 participants - French- 5 participants
- November 22, 2022 - Laughing Yoga - 4 participants
- December 6, 2022 - Christmas Reindeer Workshop - 2 participants
- December 14, 2022 - Christmas Dinner - 47 participants

### Games' Day - Cribbage:

- April 6, 2022 - 4 participants
- June 1, 2022 - 17 participants
- June 15, 2022 - 12 participants
- September 21, 2022 - 13 participants
- November 12, 2022 - 9 participants

Walking Group enables a small group of seniors to walk once a week, starting with a warm-up, then muscle strengthening exercises during the walk, and ending with stretching exercises.

The P.I.E.D. program helps to improve balance and mobility, as well as legs strengthening to increase bone health in order to prevent falls as it helps to maintain the participants' autonomy.

The Jog your Mind program (Musclez vos méninges) was offered spring 2022 in Stukely-Sud, in both French and English, to improve memory in seniors 55 and over. Seniors participating in practical exercises and tricks to better remember names, numbers, lists. - 66 participants



## SAPA-SENIOR SERVICES STATISTICS 2022-23

- Individual Interventions - 343
- Services Provided - 429
- References Given - 427
- Workshops, trainings & conferences - 112 participations
- Volunteer hours - 395
- VIGILE calls in 5 Municipalities - 825
- Events - 181 Participations
- Newsletters 11 totalling - 2025 recipients
- Viactive Potton (exercise program) - 406 participations
- Viactive Stukely-Sud - 406 participations
- Walking Club - 268 participations
- Game Day Unlimited - 37 participations
- Special Events - 321 participations
- Chouette Chorale - 140 participations
- Bridge Club - 244 participations
- Jog Your Mind (Stukely) 66 - participations
- PIED Program -130 participations
- Technical Support - 79 participations
- Friendly Support 8 pairings
- Collective Cooking - 81 participations



# PARTAGE/SHARE FOOD BANK



**48 REQUESTS  
74 ADULTS  
23 CHILDREN**

**38 CHRISTMAS  
BASKETS  
64 ADULTS  
15 CHILDREN**

**PUBLIC MARKET COUPON PROJECT**

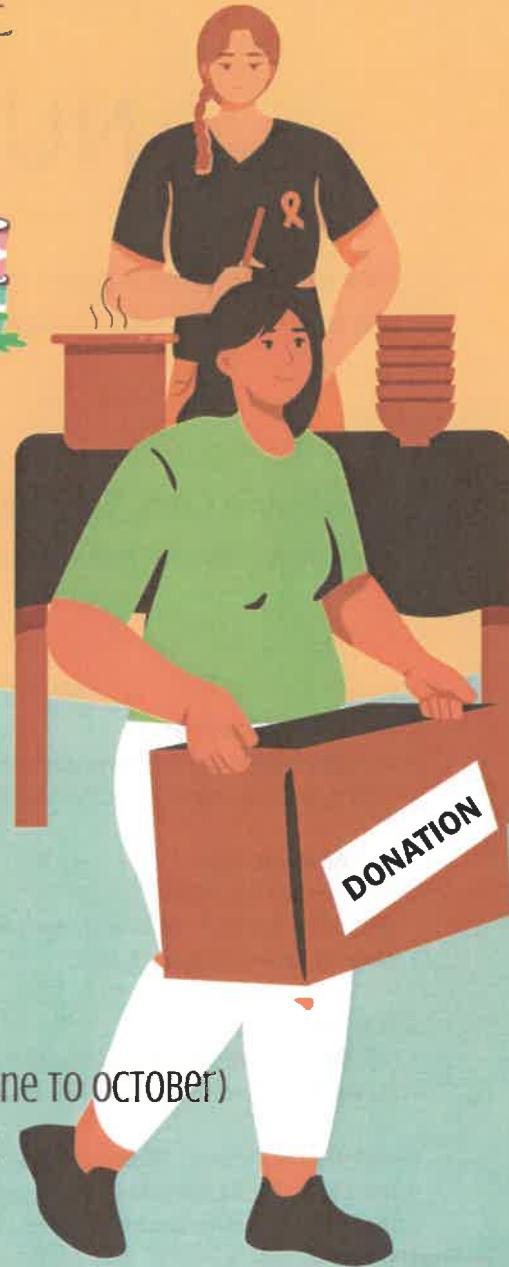
**Increased in 2022 to 10 families/individuals  
(19 adults and 6 children)**

**Increased number of weeks in 2022 to 18 wks (June to October)**

**Increased coupon amounts in 2022 to \$30 per/wk**

**Partage/Share Committee:**

- Manages the emergency food bank
- Conducts its own fundraising & fundraisers
- Facilitates access to the BAM Memphremagog food bank
- Provides regular reports to the Board of Directors of the CABMN
- Respects privacy and confidentiality



**Committee 2022-23:**

**June Peacock,  
Claire Alger,  
Christian Donaldson,  
Rejean Aeron,  
Cathy Riendeau,  
Julia Eldridge,  
Judith Ball and Kathy  
Mullins**

# NUTRI - SANTÉ

The mission of the Nutri Sante committee is to organize learning workshops aimed at promoting healthy eating and creating a passion for cooking among young people...

## Members :

Suzanne Côté, Danielle Cousineau, Christian Donaldson, Danielle Galipeau, Monique Hébert (President), Christine Médaille (Secretary), Janine Sourdif

### Committee Meetings

The Nutri-Sante Committee held four meetings, two regular meetings, and two additional meetings to prepare for the workshops. Follow-up between meetings was done through email exchanges.

### Regular Meetings:

September 26, 2022

February 2, 2023 - Meetings for workshop preparation:

May 18 and October 12, 2022

### Workshops

Committee members conducted three workshops at Le Baluchon Elementary School in Mansonville. The workshop scheduled in December had to be canceled.

### Nutri-Sante Annual Report, April 1, 2022, to March 31, 2023

June 15, 2022: Vegetable Orzo Salad. The idea for a salad was proposed by children at the previous workshop. The children cut up the vegetables, made a dressing, and enjoyed the salad.

October 12, 2022: Potato Salad. Many discovered new ingredients: dill, shallots and hot mustard, most of which were well appreciated.

March 21, 2023: Vegetable, ham and cheese kebabs. The children prepared the food and then cut it out with various cookie cutters. They then put them onto a skewer to create a beautiful, creative and nutritious display.

### Recognition

We sincerely appreciate the support of the CAB and their staff. Without their valuable support, Nutri-Santé could not function. We would like to acknowledge the outstanding collaborative work of the teachers at the school in Mansonville, especially Alexandra Bruneau for her professionalism and enthusiasm.

We also wish to acknowledge the important contribution of Hether Fankhauser who was on our committee for many years. She has retired but her influence will remain with us.

In conclusion, all of us on the committee are very happy to see that the children participate enthusiastically in the workshops and we hope that this inspires them to cook and discover new foods.



## Our Other Main Office Services

01



### Crisis Intervention

This service consists of offering support and advocacy to distressed persons who present themselves to us. We sort through the situation with the person to gather as much information as possible in order to direct them to the proper resource. We either offer direct assistance or refer them to the CLSC, SQ, Legal Aid or elsewhere.

02



### Reference and Information-Walk-in Assistance

People without an appointment can be provided with information or reference to an appropriate resource. We have a wealth of government forms, in paper or accessible through internet.

03



### Photocopies & Fax

These services, some with a small fee, are available during office hours. Larger requests may require an appointment.

04



### Liaison with Governments

The CAB assists people having difficulty communicating with government or other agencies.

# Medical equipment Loan



This service is for people who need medical equipment during their convalescence or transition period. The CABMN has a variety of wheelchairs, bath seats, raised-toilet seats, commodes, crutches, and walkers. This year's statistics:

- 7 Wheelchairs
- 4 sets of Crutches
- 12 Bath or toilet seats
- 6 Canes
- 13 Raised toilet seats
- 5 Other (reach extender...)

# INCOME TAX ASSISTANCE PROGRAM

For low income families and  
individuals



**74 TAXES  
COMPLETED!**

**5 TRAINED  
VOLUNTEERS!**

**MULTIPLE  
MUNICIPALITIES  
SERVED!**



**MINIMUM FEE WITH  
MAXIMUM RESULTS!**

**OUR NUMBER OF  
TAXES COMPLETED  
HAS INCREASED  
AS WELL AS OUR  
NUMBER OF  
VOLUNTEERS**

# ACCOMPANIED TRANSPORTATION

Provided to clients in need of travel, for health and or essential social community needs, including adapted and collective transportation by Transport des Arentours, as well as protecting users by ensuring the screening of every volunteer driver.

## VOLUNTEER TRANPORTATION

Those needing a lift to go shopping or to visit a friend can call for a driver but they must pay the mileage etc...requested. These requests are filled only if staff time permits.



## Statistics 2022-2023

166 Transports

29 Different users

**OFFICE  
STATS**  
**2608**  
**INCOMING  
CALLS**  
**1301 WALK-  
INS**



# Youth Centre

## 2022-2023

This year the Youth Centre operated with a subtle gravitas. As sister programs and branches of the CAB underwent major changes and renovations, we've understood our task well. To "keep it together" and keep the gears of our centre and its programs turning; no news sometimes being good news.

While this year was not met without challenges, our building observed tremendous breakthroughs with all things considered.

We hired 3 new employees.

CIUSSSE - Day Centre staff Terry Stott and Karen Tinker began animating programs for individuals suffering from mental or physical challenges on Mondays and Wednesdays each week.

Karina Coates was hired in October as a youth animator, aiding Ethan (Youth Coordinator) to run programs as well as creating a new Dance program which took place every Friday.

This year was a unique year for Ethan Ball (Youth Coordinator) ...

"While my first couple years of coordinating the Youth Centre were spent building programs and dreaming of new activities; this year presented the new and different challenges of keeping the dream alive and maintaining the things we built. A huge goal of mine this year was to bolster attendance numbers and push the limits of what Covid-19 had previously made impossible.

I (along with help from Karina and the kids who attend the programs) increased weekly attendance by triple that of last year and I'm very proud". Ethan had to say about the year.

We worked off 3 core principles during the 2022-2023 year and found great success.

1. Boost presence at Youth Centre.

2. Maintaining consistent programming throughout the year.

While we spent lots of time creating new activities and things for participants to do last year, this year we found variations of those activities and tried to stay consistent with all 6 groups operating from our building (SADD, Home Economics, MAYO/JAM, Dance, KJC and Day Centre).

3. "A leader will be successful when his followers are all tasting success".

Paraphrased from a book called "The 360 Degree Leader" by John C. Maxwell, we strongly believe in this quote. While everyone's definition of success may differ, in this context we think success is gauged by a feeling of accomplishment and that was one thing we strived for this year. We felt it was important that every time anyone stepped in or out of the building that they felt they'd accomplished something.

With Covid-19 regulations lifted, to start the year Ethan went to the schools to promote our groups and brought advertisements + registration forms to the kids. Participating in a variety of other school related affairs has helped us to boost our numbers. Not diminishing the efforts made by Karina and our members who've helped spread the word about our programs in a positive light. Ethan keeps our Facebook page updated with photos he and Karina have taken at the centre and the municipality is frequently kind enough to promote groups as well. Jenny's Daycare has also scheduled Ethan to chat about our groups this summer at her camp!

Limited not only to youth programs, but we've also strived to get the building used on all occasions, hosting various committee meetings, boxing classes, Pilates groups and respite programs.

While there were few conflicts among staff, we attempted to always resolve confusions or voice disagreements as they arose so that we could avoid any large "blow-ups".

April 5, 2023, our property committee gathered for the first time since the pandemic struck and were pleased to find the building well-kept. Of course, there are renovations we dream about but, we've been realistic in figuring there's not always enough funding to renovate all our spaces at once.

We were able to maintain consistent programs each week we operated and continued to find innovative ideas which made them all unique. Trying to be successful is not always easy but, we've all reached some form of success this year.

As Terry and Karen spent their "maiden voyage" year, their accomplishments are perhaps the most visible among all of ours. With clients facing a mental or physical disability, Karen and Terry go above and beyond, integrating the clients with the community, sharing their passions, and truly animating for the members of their group.

Sheila, our Ken Jones Centre employee has been our rock throughout the year and is someone we've been able to call upon for help whenever we needed it.

Karina found a dance teacher and when faced with a budgetary issue, BECAME a dance teacher. Ethan orchestrated the affair.

#### **Group Specifics:**

#### **Our Mandate:**

-To address matters concerned with programming, and related fund-raising for youth participants – specifically, elementary level kids ranging from ages 5-11.

#### **Today's Group:**

Our newest addition at the Youth Centre is a Dance program run from 2:30PM until 5PM each week on Fridays.

Without a Dance group for nearly 2 years (since Mable Hastings and Patricia Lachance animated), Karina was left to reinvent this group.

First opting to hire a teacher on Fridays and then deciding to teach the class herself (Karina) when we could no longer afford the cost of the extra teacher; the kids attending this program have remained devoted throughout the time they've spent here in our building.

#### **In conclusion:**

We believe the dance program should continue regardless of having a certified teacher present but, Ethan has also obtained a grant which will allow us to pay a teacher once again when we return in September.

13 Members /



(From left to right) Ariana, Sophie, Eliza, Kloee, Ava, Emma, Kendra, Evan.E and Evan.P posing with their homemade shamrock hats at Dance, on St. Patrick's Day.



the 13 members of the dance group

#### **Home Economics: Mandate: After school cooking program for youth ages 5-11**

Inspired by Karina, our Home Economics club is a dual effort by Ethan and Karina to bring new and exciting recipes to the kids every week with the goal of having a nice cookbook we'll have made for everyone to bring home at the end of the year.

This program was an incredible challenge as it required: Knowledge of culinary art, equipment, a budget for food and more... all things which we did not have. Nekemria and our SADD board members were 2 groups who've supported this program and helped us to obtain the necessary funds to run the program. This club is hosted afterschool to 5pm on Wednesdays (a new Wednesday group was made possible by merging the 2 agriculture clubs together on a Tuesday).

**In conclusion:**

Our Home Economics club is thriving and as we look to the end of the year we are hopeful that each participant will bring home with them, a copy of our 2023 Home Economics Cookbook.

**16 Members**



member of the home economics club

#### **SADD (Students.Against.Destructive.Decisions):**

**Mandate:**

-To address matters concerned with programming, and related fund-raising for youth participants – specifically, kids ranging from ages 11-14.

-To build young leaders.

-To work on team teamwork and communication skills

- To ensure that all services are appropriate and in accordance with Missisquoi North Volunteer Centre (CABMN) policy.

Today's Program:  
Our SADD board worked hard this year to keep a balance between having fun and raising funds.

With fewer members than last year and only 1 animator, the group compensated by going the extra mile when it came time for hosting activities or fundraisers.

The SADD board gathered each Saturday from 9am to 3pm at the Youth Centre. Having breakfast together and hosting an hour-long meeting before adjourning to planned games and activities which promoted self-growth.

#### In Conclusion:

The SADD group are a devoted group of young people and despite having fewer members this year they were able to bear the burden of seeing out SADD's continuation. Like The Goonies, SADD members never say "die!" and if you're familiar with the 1985 Steven Spielberg film you'll know they are tenacious, adventuring and the most comical of friends.

5 Members



5 members of SADD

#### MAYO/JAM (MANSONVILLE, AGRICULTURAL, YOUTH, ORGANIZATION):

Mandate: Hobby Farming and vegetable gardening program

#### Today's Program:

Our agriculture club gathers weekly at the Youth Centre from 2:30PM – 5PM on Tuesdays. MAYO/JAM was our most popular group this year, registering over 22 members. Although our numbers sometimes prevented us from travelling back and forth to farms, it still made for an extra exciting season with each other. This group seemed to be the "pièce de résistance" as it became our most highly attended group, starting at 12(+-) and increasing to over 22 registered members by the end of the season. Founded in 2019, the MAYO/JAM project aims to get kids thinking about agriculture and farming, promoting healthy living, and getting outdoors!

#### In Conclusion:

We're eager to see what the future holds for MAYO/JAM and are currently working on locating a bus or van which could be used to transport our group on more frequent outings to farms.



Mayo/Jam members



Agriculture Club (MAYO/JAM) enjoying a pizza party and showing signs of growth as we've gone from 8 members to 15, accepting 5 more in the months that followed

#### **Ken Jones Centre - Mandate :**

- To address matters concerned with programming, integration, and related fund-raising for special needs clients – specifically, adults with intellectual disabilities, or victims of brain trauma (with or without physical disabilities) – and respite for their families.
- To work towards expanding its services to other special needs persons able to benefit from the existing program.
- To continue extending to the Francophone community a special outreach and welcome to ensure, as fully-as-possible bilingual participation.
- To ensure that all services are appropriate and in accordance with Missiquoi North Volunteer Centre (CABMN) policy.

#### **THIS YEAR'S KJC RESPITE PROGRAM**

The “work horse” of all our programs, the Ken Jones Centre serves six clients each week on Thursdays. Animated by Sheila Samborsky and her new partner Terry Stott, the Ken Jones Centre respite program meets at the CABMN Youth Centre from 8:30AM-2:30PM where the group enjoys crafts, social and leisure activities including bowling, dancing, live music, games and more.

Some special activities from this year include:

- Christmas lunch on December 7 for KJC Committee members, families of clients, board members and even Santa Clause!
- KJC Committee member (June Peacock) attended 2 Jewelry Sales at the Youth Centre where she set up a small table to sell miscellaneous items and all her proceeds benefiting the Ken Jones Centre.
- In November, Terry and Sheila helped to coordinate the clients annual flu shot along with their caregivers.

#### **In Conclusion:**

Sheila and Terry continue to provide guidance and friendship to the clients attending the Ken Jones Centre and even welcomed a new friend who has started attending weekly. While this new person does not suffer from the same mental or physical challenges as the rest of the group, he still finds a great fit with this group which provides him with a place to volunteer as well as a fantastic social outlet.

6 Members



KJC members with Terry, Sheila  
(animators) and MP Pascale St-onge

#### **Day Centre Mandate:**

To address matters concerned with programming, integration, and related fund-raising for special needs clients – specifically, adults with intellectual disabilities, or victims of brain trauma (with or without physical disabilities) – and respite for their families.

To offer meaningful programming adapted to the client's ability. ·To animate and interact with client's, pushing the limits of what we/they know they are capable of (within reason).

To ensure that all services are appropriate and in accordance with Missiquoi North Volunteer Centre (CABMN) policy.

Beginning June of 2022, the CAB took over the "Dixville – Respite Program" as the CIUSSSE-CHUS looked to lessen their commitments in some areas to be able to provide to their primary establishments.

Believing it'd be a real shame to see the clients attending this program no longer able to do so, the CAB worked out a deal where we'd manage the program with support and funding from the CIUSSSE.

Terry Stott and Karen Tinker became our animators on Mondays and Wednesdays for the Day Centre. The weekly respite program meets at the Youth Centre (8:30AM - 2:30PM) where the group enjoys themed exercises, games, crafts activities, guest speakers and more.

Terry, Karen, and their group can also frequently be found on walk through the village as they work to integrate clients with the community.

- February 7, Isabelle Gregoire attended the Day Centre where Terry and Karen were hosting "Nature Day". Inspiring a walk outside, crafts involving nature and educational presentations.
- February 13, The Day Centre hosted a Valentine's Day lunch with some board members and other special guests.
- December 4, Terry, and Karen attended the CABMN volunteer party where they set up a small table and sold homemade Christmas tree ornaments to create a petty cash the group could use.

#### **In Conclusion:**

Terry and Karen inspire their group to reach new heights and are devoted to improving the quality of services we offer.

5 Members



Terry pictured with the 5 members of the Day Centre

Youth Centre  
Programs for youth ages  
5-15 years. TOTAL: 45  
participants and 1408  
participations

2022-23

## STATISTICS FOR THE YEAR

**NEW!!!!  
DANCE  
14  
FRIDAYS**



**NEW!!!  
HOME  
ECONOMICS  
19 GROUP  
DAYS**

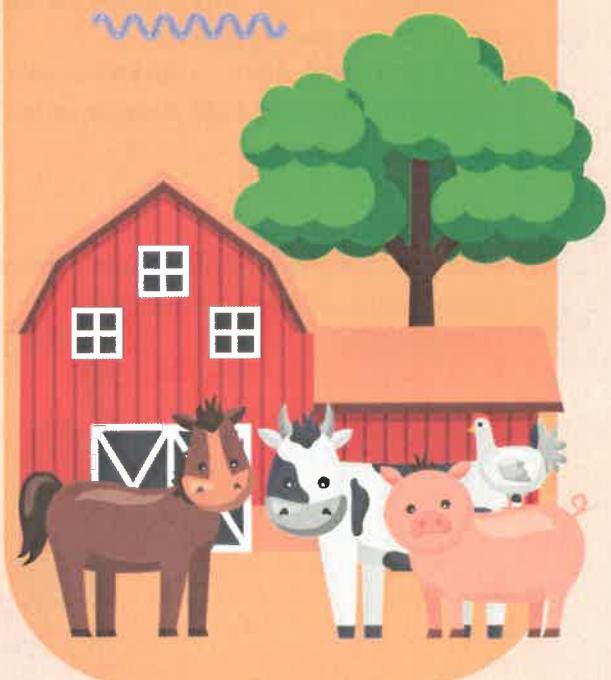


**SADD - 35 Saturday  
Meetings**



**6 SPECIAL EVENTS  
(FUNDRAISERS,  
EPIQ TRIATULON,  
HALLOWEEN...)**

**MAYO/JAM  
52 GROUP DAYS**



**KEN JONES RESPITE PROGRAM -  
THURSDAYS  
CIUSSSE-CHUS DAY CENTRE -MONDAYS  
AND WEDNESDAYS**

(PROGRAMS FOR PERSONS WITH INTELLECTUAL AND  
PHYSICAL CHALLENGES AND RESPITE FOR CAREGIVERS)

**STATISTICS  
2022-2023**

**KJC RESPITE-49 WEEKLY GROUP DAYS FOR 5  
CLIENTS**

**CIUSSSE-CHUS DAY CENTRE (Special Friends)  
Program-81 Weekly Group days for 5 clients**



# THANK YOU VERY MUCH

The CIUSSS de L'Estrie-CHUS

The Abbaye de Saint-Benoît-du-lac

Acte D'Amour (Charity Organization)

Potton, Bolton-Est, Saint-Étienne-de-Bolton, Eastman and Stukely-sud  
Municipalities

The Social Services and Health Centre of Memphrémagog

Local businesses

Jacques Ducharme Store (Marché Richelieu)

Bonisoir Store

JF Giroux

Giroux and Giroux

Euro-Deli

Owls Bread Bakery

Resto Bolton

Torréfacteur des Appalaches (Coffee House)

NexKemia Petrochemicals Inc.

Destination Owls Head

Montreal Canadiens Foundation-Stéphane Quintal

The Anglican Church, Baptist Church and Catholic Church

The local Elementary Schools

Memphrémagog Food Bank (BAM)

Local Public Markets

Rucher Boltonnois

Api MD Farm

FamiliPrix Mansonville

Maple syrup producers

Mansonville Optimist Club

T.C. Snow Removal

The Marché Tradition (Eastman)

And all donors (monetary, prizes, time, talents and more)

# Special Initiative

Thank you to the Montreal Canadiens Children's Foundation



Big THANK YOU  
to the Montreal  
Canadiens Children  
Foundation

The Missisquoi North Volunteer Centre (CABMN) following the donation of an autographed player jersey received from the Montreal Canadiens hockey team and an additional monetary contribution received through the Montreal Canadiens Children's Foundation that would allow for the purchase of ice skates for every student who registered in each of the two local elementary schools in Potton.



We love our new skates!



A CABMN initiative

## **COLLABORATIONS:**

**RCABE-REGROUPEMENT DES CENTRES D'ACTION  
DE L'ESTRIE, COMPOSED OF VOLUNTEER CENTRES,  
AND INCORPORATED IN 1993.**

**QUÉBEC PROVINCIAL POLICE**

**TCAM-TABLE DE CONCERTATION DES AINÉS  
MEMPHRÉMAGOG-PROCHE-AIDANT ET AU COMITÉ  
VIGIE**

**PROGRAMME PAIR**

**FCABQ - FEDERATION OF QUEBEC VOLUNTEER  
CENTRES**

**FEDERAL AND PROVINCIAL MEMBERS OF  
PARLIAMENT**

**TRANSPORT DES ALENTOURS INC.**

**YAMASKA LITERACY COUNCIL**

**JAMES BOUTHILLIER-PREVENTION DIRECTOR  
MUNICIPALITY OF POTTON**

# **Financial Support**

**The 5 municipalities of the MRC Memphremagog West that include:**

**Potton, East Bolton, Saint-Étienne-de-Bolton, Eastman and Stukely-Sud are our incredible partners**

**Centraide Estrie**

**Caisse Desjardins Memphrémagog**

**CIUSSS de l'Estrie-CHUS**

**Gilles Bélanger, Orford Deputy (Provincial Government)**

**Pascale St.Onge, MP Brome Missisquoi (Federal Government)**

**L'Appui-Support for caregivers**

**BAM Memphrémagog Food Bank**

**Townshippers Foundation**

**Keurig Canada**

**Cable Cogeco-Axion**

**Girardin Blue Bird Inc.**

**NexKemia Petrochemicals Inc.**

**Lot 420**

**Epiq Triathlon-Marc Van Oordt**

**Montreal Canadians Foundation**

# **ACTION PLAN 2023-24**

- CONTINUE RENOVATIONS TO SENIOR CENTRE BUILDING "FEATHER IN THE WIND"-309 PRINCIPALE
- PAVING OF THE YOUTH CENTRE PARKING LOT-282 PRINCIPALE
- SOLIDIFY AND BEGIN PLAN FOR THE "CHURCH" PORTION OF THE BUILDING AT 309 PRINCIPALE
- CREATE A NEW FIVE YEAR VISION PLAN FOR THE CABMN ENCOMPASSING ALL MUNICIPALITIES SERVED



# TESTIMONIALS

## CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE DE LA MISSISQUOI-NORD MISSISQUOI NORTH VOLUNTEER CENTRE

### Monique Lasnier

I became a volunteer with CABMN because I wanted to get involved in the income tax help programme. It is a way of socializing with people who share similar interest and to help the community. I have been doing this for five years now and I intend to keep doing it for many more years. I appreciate the CABMIN personnel, everyone is very welcoming, friendly and kind.

### Marie-Elaine Hvizzak

It has become a tradition for my daughter and I to participate in the Christmas baskets whether it be by asking others for sponsorship or by helping fill the boxes. There is no better way to support our community and give back during the holiday season.

My daughter and I are delighted to contribute this way; thank you to the CAB for allowing us to do this! And congratulations to all the people involved in this organization, you do an amazing job!

### Lucie Maurer

It is a wonderful experience for me to volunteer at the CABMN. It gets me out of the house to see people. It's also a good opportunity to chase away all my negative thoughts and replace them with positive encounters with interesting people.

### Jean-Pierre Gauvin

#### What does volunteering with CABMN brings to me?

Simply put, getting out of my home to give some of my time is easy and fun as it helped me to see my own needs. And as I see the opportunities, my self-confidence improves; I discover my limits and my capabilities as I meet people and talk with them. Also, I am discovering how I can help my community, connecting with others. All I experience are pleasant days that are beneficial to all, to myself and to those I meet.



CABMN: [HTTPS://WWW.CANADAHelps.ORG/FR/DN/1059?](https://www.canadahelps.org/fr/dn/1059?)

V2=TRUE

**WWW.CABMN.ORG**

# L'objectif de cette année-This year's objective \$10,000!!!



**CENTRE  
D'ACTION BÉNÉVOLE  
DE LA MISSISQUOI-NORD**  
MISSISQUOI NORTH VOLUNTEER CENTRE

LE TRIATHLON ÉPIQ EST UN ÉVÉNEMENT PAR LA COMMUNAUTÉ POUR LA COMMUNAUTÉ, CAR L'EXCÉDENT OPÉRATIONNEL DE L'ÉVÉNEMENT SERA VERSÉ EN TOTALITÉ AU CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE DE LA MISSISQUOI NORD (CAB MN), UN ORGANISME À BUT NON-LUCRATIF QUI A POUR BUT DE TROUVER DES SOLUTIONS AUX PROBLÈMES TOUCHANT LA SANTÉ, LES SERVICES SOCIAUX, LA PROTECTION, L'ÉDUCATION ET TOUT CE QUI CONCERNE LA QUALITÉ DE VIE DE TOUS, PLUS PARTICULIÈREMENT CELLE DES MARGINAUX ET DES JEUNES DU SECTEUR OUEST DE LA MRC DE MEMPHRÉMAGOG.

POUR PLUS D'INFORMATIONS, RENDEZ-VOUS SUR LE SITE FACEBOOK DE L'ÉVÉNEMENT:  
[HTTPS://WWW.FACEBOOK.COM/EPIQTRIATHLON](https://www.facebook.com/EPIQTRIATHLON)

THE ÉPIQ TRIATHLON IS AN EVENT BY THE COMMUNITY FOR THE COMMUNITY, AS THE EVENT'S OPERATING SURPLUS WILL BE DONATED IN ITS ENTIRETY TO THE CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE DE LA MISSISQUOI NORD (CAB MN), A NON-PROFIT ORGANIZATION WHOSE GOAL IS TO FIND SOLUTIONS TO PROBLEMS AFFECTING HEALTH, SOCIAL SERVICES, PROTECTION, EDUCATION AND EVERYTHING THAT CONCERNSS THE QUALITY OF LIFE OF EVERYONE, ESPECIALLY THE MARGINALIZED AND YOUNG PEOPLE OF THE WESTERN SECTOR OF THE MEMPHRÉMAGOG MRC.

FOR MORE INFORMATION, VISIT THE EVENT'S FACEBOOK SITE:  
[HTTPS://WWW.FACEBOOK.COM/EPIQTRIATHLON](https://www.facebook.com/EPIQTRIATHLON)

# CAMPAGNE DE FINANCEMENT ANNUELLE 2023-2024

## ANNUAL FINANCIAL CAMPAIGN

La campagne de financement annuelle de cette année  
This year's annual financial campaign

POURSUIVRE L'AMÉLIORATION DE  
NOTRE CENTRE POUR AÎNÉS "LA PLUME  
AU VENT."  
IMPROVEMENTS TO OUR "FEATHER IN THE  
WIND" SENIOR CENTRE

**2**

DÉVELOPPER NOTRE PROGRAMME  
POUR LA JEUNESSE  
EXPAND ON OUR YOUTH  
PROGRAMS

# CENTRE D'Action BÉNÉVOLE DE LA MISSISQUOI-NORD MISSISQUOI NORTH VOLUNTEER CENTRE

Lors de notre campagne 2022-23, 268  
donateurs ont contribué à notre campagne de  
financement...MERCI !  
In our 2022-23 campaign 268 donors  
contributed to our fundraiser...THANK YOU!

**3**

MAINTENIR NOTRE PROGRAMMATION POUR  
LES PERSONNES AYANT UNE DÉFICIENCE  
INTELLECTUELLE OU PHYSIQUE.  
MAINTAIN PROGRAMS FOR  
PERSONS WITH DISABILITIES

**4**

TRANSPORTS ACCOMPAGNÉS, DEMANDES  
D'AIDE ALIMENTAIRE D'URGENCE, PRÊT DE  
MATÉRIEL MÉDICAL, SERVICE D'IMPÔT SUR  
LE REVENU...  
Accompanied transport, emergency food requests,  
medical equipment lending, income tax service

**5**

ANIMATION DE PROGRAMMES  
POUR UNE CLIENTÈLE DIVERSIFIÉE  
PROGRAM ANIMATION FOR A  
DIVERSE CLIENTELE...

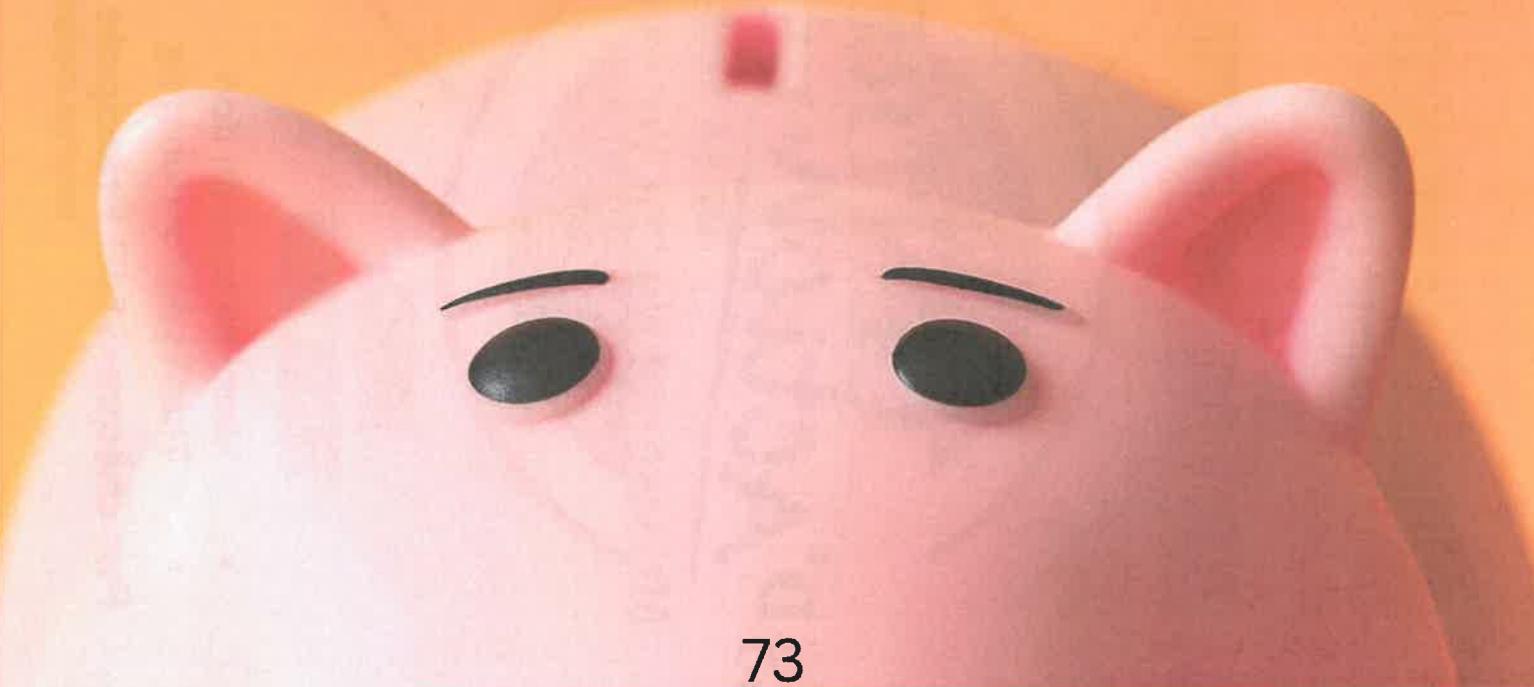


**MERCI-**  
**THANK YOU!**

- Merci de faire un don
- Thank you for donating

Par chèque-314B Principale Mansonville J0E 1X0, Via: [CanaDon.org](http://CanaDon.org) [canadahelps.org](http://canadahelps.org)  
[www.cabmn.org](http://www.cabmn.org) Pour information: 450-292-3114

**ETATS FINANCIERS  
2022-2023  
FINANCIAL STATEMENTS**



**Centre d'action Bénévole de la Missisquoi Nord**  
**Notes to the Financial Statements**  
*March 31, 2023*

---

**13. Financial instruments (continued)**

**Credit risk**

Credit risk is the risk that one party to a financial asset will cause a financial loss for the Organization by failing to discharge an obligation. The Organization's credit risk is mainly related to accounts receivable and government grants receivable. The organization determines, on a continuing basis, the probable losses and sets up a provision for losses based on the estimated realizable value.

**14. Comparative figures**

Certain figures for 2022 have been reclassified to conform to the presentation adopted in 2023.

**Centre d'action Bénévole de la Missisquoi Nord**  
**Notes to the Financial Statements**  
*March 31, 2023*

---

**9. Accounts payable**

	2023	2022
Accounts payable and accrued liabilities	979	246
Salaries payable	20,013	22,600
Government remittances	1,474	1,231
	<b>22,466</b>	<b>24,077</b>

---

**10. Deferred government grants**

The deferred government grants represent funding for capital asset acquisitions from governmental sources.

	2023	2022
Balance: beginning of year	36,277	27,558
Less: Amount recognized as revenue in the year	(7,108)	(16,281)
Plus: Amount received for the subsequent year	20,000	25,000
	<b>49,169</b>	<b>36,277</b>

---

**11. Deferred contributions**

The deferred contributions represents funding for capital asset acquisitions from non-governmental sources.

	2023	2022
Balance, beginning of year	11,100	11,736
Less: Amounts recognized as revenue in the year	(561)	(636)
Balance, end of year	<b>10,539</b>	<b>11,100</b>

---

**12. Economic dependence**

The organization receives 61% (52% in 2022) of its funding from the Regional Health Board - CIUSSS de l'Estrie - CHUS.

**13. Financial instruments**

**Financial risks**

The significant risks arising from financial instruments to which the Organization is exposed as at March 31, 2023 are detailed below.

**Liquidity risk**

Liquidity risk is the risk that the Organization will encounter difficulty in meeting obligations associated with financial liabilities. The Organization is exposed to this risk mainly in respect to their reliance on government funding from the regional health board - CIUSSS de l'Estrie - CHUS and accounts payable.

**Centre d'action Bénévole de la Missisquoi Nord**  
**Notes to the Financial Statements**  
March 31, 2023

---

**4. Municipal funding**

	2023	2022
Municipality of Potton	25,000	13,500
Municipality of Bolton-Est	5,000	5,000
Municipality of Eastman	700	700
Village of Stukely Sud	250	100
	<b>30,950</b>	<b>19,300</b>

The \$5,000 funding from the Municipality of Bolton-Est was receivable at year end.

**5. Contributed services**

Volunteers contribute a significant amount of hours per year to assist the organization in carrying out its services to the community. Furthermore, the organization's offices are provided free of rent from the Municipality of Potton. In addition, the organization receives contributed items for their programs and fundraising activities. Because of the difficulty in determining their fair value, contributed services, and inventory are not recognized in the financial statements.

**6. Interfund transfers**

During the year the organization spent a total of \$920 (2022:\$2,443) of the \$6,557 restricted at March 31, 2022 on repairs and maintenance of the Youth Centre. They further agreed to restrict \$23,000 (\$3,000 in 2022) for the renovations and paving of the driveway at the Youth Centre for a total balance of \$28,637 restricted for this project. In addition, the organization has agreed to restrict \$30,000 for renovations to the Senior Centre, \$10,000 for general programming, and \$40,000 for staffing.

**7. Property and equipment**

	Cost	Accumulated amortization	2023 Net book value	2022 Net book value
Land	11,616	-	11,616	11,616
Building	242,268	108,396	133,872	112,421
Equipment and furniture	49,067	48,137	930	1,329
Data network infrastructure equipment	3,796	3,253	543	775
General purpose computer equipment	11,242	9,135	2,107	4,215
	<b>317,989</b>	<b>168,921</b>	<b>149,068</b>	<b>130,356</b>

**8. Line of credit**

The organization has an authorized line of credit of \$20,000 bearing interest at 12.20% annually. During the fiscal year the line of credit was unused.

**Centre d'action Bénévole de la Missisquoi Nord**  
**Notes to the Financial Statements**  
*March 31, 2023*

---

**2. Significant accounting policies (continued)**

**Deferred grants**

Capital grants are accounted for as deferred grants and amortized on the same basis as the related capital assets. Operating grants are accounted for in reduction of operating expenses.

**Financial instruments**

*Initial measurement*

The Organization initially measures its financial assets and liabilities originated or exchanged in arm's length transactions at fair value. Financial assets and liabilities originated or exchanged in related party transactions, except for those that involve parties whose sole relationship with the Organization is in the capacity of management, are initially measured at cost.

*Subsequent measurement*

The Organization subsequently measures all its financial assets and liabilities at cost or amortized cost.

Financial assets measured at amortized cost on a straight-line basis include cash, accounts receivable and grants receivable.

Financial liabilities measured at amortized cost on a straight-line basis include accounts payable.

*Impairment*

For financial assets measured at cost or amortized cost, the Organization determines whether there are indications of possible impairment. When there are, and the Organization determines that a significant adverse change has occurred during the period in the expected timing or amount of future cash flows, a write-down is recognized in net income. If the indicators of impairment have decreased or no longer exist, the previously recognized impairment loss may be reversed to the extent of the improvement. The carrying amount of the financial asset may not be greater than the amount that would have been reported at the date of the reversal had the impairment not been recognized previously. The amount of the reversal is recognized in net income.

**3. Government grants**

	2023	2022
CIUSSS de l'Estrie - CHUS - Support of the Overall Mission	231,776	219,506
CIUSSS de l'Estrie - CHUS - Support Program for the Autonomy of Seniors	35,499	34,499
CIUSSS de l'Estrie - CHUS - Day Center Activities	25,000	-
Centraide	12,000	10,000
CIUSSS de l'Estrie - CHUS - Food Distribution	5,000	-
Employment grants	2,612	4,346
Ministère de l'Emploi et de la Solidarité Sociale - Accompanied Travel	1,030	3,490
Community Volunteer Income Tax Program	855	500
Provincial grants	500	1,104
Amortization of deferred government grants	7,108	16,281
	<hr/>	<hr/>
	321,380	289,726

---

# Centre d'action Bénévole de la Missisquoi Nord

## Notes to the Financial Statements

March 31, 2023

### 1. Status and purpose of the organization

Centre d'action bénévole de la Missisquoi-Nord - Missisquoi North Volunteer Centre is incorporated as a not-for-profit organization under Part III of the Companies Act (Quebec) and is a registered charity under the Income Tax Act. The organization, an accredited volunteer centre, provides services to the elderly, youth, handicapped, economically disadvantaged as well as other citizens requiring assistance in the Missisquoi North region of Quebec.

### 2. Significant accounting policies

The Organization applies the Canadian accounting standards for not-for-profit organizations.

#### Revenue recognition

##### *Revenue recognition*

Revenues are recognized when there is persuasive evidence that an arrangement exists, the price is fixed or determinable and collection is reasonably assured.

Grant revenues and rental revenues are recognized per terms of the contract.

Revenues from services are recognized as revenue when they are received or receivable if the amount to be received can be reasonably estimated and collection is reasonably assured.

##### *Accounting for contributions*

Contributions are recognized using the deferral method. Restricted contributions are recognized as revenue in the year in which the related expenses are incurred. Unrestricted contributions are recognized as revenue when they are received or receivable if the amount can be reasonably estimated and receipt is reasonably assured.

#### Use of estimates

The preparation of financial statements requires management to make estimates and assumptions that affect the reported amounts of assets and liabilities and the amounts recognized as revenues and expenses for the periods covered. Actual results may differ from these estimates. The main estimates relate to the impairment of financial assets and the useful life of property and equipment.

#### Cash and cash equivalents

The Organization's policy is to present bank balances, including bank overdrafts with balances that fluctuate frequently from being positive to overdrawn, under cash and cash equivalents.

#### Property and equipment

Property and equipment are accounted for at cost. Amortization is calculated on their respective estimated useful lives using the declining balance method at the following rates:

	Rates
Building	4%
Equipment and furniture	30%
Data network infrastructure equipment	30%
General purpose computer equipment	50%

#### Impairment of long-lived assets

Property and equipment and intangible assets subject to amortization are tested for recoverability whenever events or changes in circumstances indicate that their carrying amount may not be recoverable. An impairment loss is recognized when the carrying amount of the asset exceeds the sum of the undiscounted cash flows resulting from its use and eventual disposition. The impairment loss is measured as the amount by which the carrying amount of the long-lived asset exceeds its fair value.

**Centre d'action Bénévole de la Missisquoi Nord**  
**Statement of Cash Flows**  
*For the year ended March 31, 2023*

	2023	2022
<b>Operating activities</b>		
Excess of revenues over expenses	90,474	93,456
Non-cash items:		
Amortization of property and equipment	7,765	9,577
Amortization of deferred contributions	(561)	(636)
Amortization of government grants	(7,108)	(16,281)
	90,570	86,116
Net change in non-cash items related to operating activities:		
Accounts receivable	(118)	(1,299)
Sales taxes receivable	(314)	(325)
Government grants receivable	(2,000)	10,000
Prepaid expenses	3,588	(5,532)
Accounts payable	(1,611)	4,954
Deferred government grants	20,000	25,000
Deferred revenues	(1,066)	2,066
	109,049	120,980
<b>Investing activity</b>		
Acquisition of property and equipment	(26,477)	(12,592)
<b>Increase in cash and cash equivalents</b>	<b>82,572</b>	<b>108,388</b>
<b>Cash and cash equivalents, beginning of year</b>	<b>325,436</b>	<b>217,048</b>
<b>Cash and cash equivalents, end of year</b>	<b>408,008</b>	<b>325,436</b>

Cash and cash equivalents consist of cash.

The accompanying notes are an integral part of these financial statements.

**Centre d'action Bénévole de la Missisquoi Nord**  
**Balance Sheet**  
**March 31, 2023**

	2023	2022
<b>Assets</b>		
<b>Current</b>		
Cash	408,008	325,436
Accounts receivable	1,660	1,542
Sales taxes receivable	2,902	2,588
Government grants receivable (Note 4)	7,000	5,000
Prepaid expenses	4,415	8,003
	<b>423,985</b>	<b>342,569</b>
<b>Property and equipment (Note 7)</b>	<b>149,068</b>	<b>130,356</b>
	<b>573,053</b>	<b>472,925</b>
<b>Liabilities</b>		
<b>Current</b>		
Accounts payable (Note 9)	22,466	24,077
Deferred contributions (Note 11)	10,539	11,100
Deferred revenue	1,000	2,066
Deferred government grants (Note 10)	49,169	36,277
	<b>83,174</b>	<b>73,520</b>
<b>Net assets</b>		
Invested in capital assets	89,360	87,784
Internally restricted (Note 6)	108,637	6,557
Unrestricted	291,882	305,064
	<b>489,879</b>	<b>399,405</b>
	<b>573,053</b>	<b>472,925</b>

The accompanying notes are an integral part of these financial statements.

Approved on behalf of the Board

Silay Seal  
Director

R.J. Jones  
Director

**Centre d'action Bénévole de la Missisquoi Nord**  
**Statement of Changes in Net Assets**  
*For the year ended March 31, 2023*

	<i>Invested in capital assets</i>	<i>Internally Restricted</i>	<i>Unrestricted</i>	<i>2023 Total</i>	<i>2022 Total</i>
<b>Balance, beginning of year</b>	<b>87,784</b>	<b>6,557</b>	<b>305,064</b>	<b>399,405</b>	<b>305,949</b>
Excess of revenues over expenses	(4,901)	(920)	96,295	90,474	93,456
Invested in property and equipment	6,477	-	(6,477)	-	-
Interfund transfers (Note 6)	-	103,000	(103,000)	-	-
<b>Balance, end of year</b>	<b>89,360</b>	<b>108,637</b>	<b>291,882</b>	<b>489,879</b>	<b>399,405</b>

The accompanying notes are an integral part of these financial statements.

**Centre d'action Bénévole de la Missisquoi Nord**  
**Statement of Operations**  
*For the year ended March 31, 2023*

	2023	2022
<b>Revenues</b>		
Fundraising	96,446	126,865
Funding from other community organizations	36,278	28,134
Rental revenue	8,340	8,265
Respite services	7,254	6,485
Other	2,409	3,206
Amortization of contributions	561	636
	151,288	173,591
<b>Government grants (Note 3)</b>	321,380	289,726
<b>Municipal funding (Note 4)</b>	30,950	19,300
	<b>503,618</b>	<b>482,617</b>
<b>Expenses</b>		
Salaries	305,680	302,148
Program expenditures	34,913	21,505
Property expenses	27,602	17,959
Telecommunications	13,360	12,151
Professional fees	5,133	4,406
Space and equipment rental	3,903	7,550
Honorarium	2,574	1,994
Material and supplies	2,127	1,438
Staff and volunteer support	2,106	1,909
Miscellaneous	1,790	1,228
Association fees	1,738	2,062
Payroll service	1,335	1,175
Travelling expenses	913	656
Promotion	812	2,159
Insurance	618	741
Fundraising	449	157
Bank charges and interest	326	346
Amortization	7,765	9,577
	413,144	389,161
<b>Excess of revenues over expenses</b>	<b>90,474</b>	<b>93,456</b>

The accompanying notes are an integral part of these financial statements.

- Obtain an understanding of internal control relevant to the audit in order to design audit procedures that are appropriate in the circumstances, but not for the purpose of expressing an opinion on the effectiveness of the Organization's internal control.
- Evaluate the appropriateness of accounting policies used and the reasonableness of accounting estimates and related disclosures made by management.
- Conclude on the appropriateness of management's use of the going concern basis of accounting and, based on the audit evidence obtained, whether a material uncertainty exists related to events or conditions that may cast significant doubt on the Organization's ability to continue as a going concern. If we conclude that a material uncertainty exists, we are required to draw attention in our auditor's report to the related disclosures in the financial statements or, if such disclosures are inadequate, to modify our opinion. Our conclusions are based on the audit evidence obtained up to the date of our auditor's report. However, future events or conditions may cause the Organization to cease to continue as a going concern.
- Evaluate the overall presentation, structure and content of the financial statements, including the disclosures, and whether the financial statements represent the underlying transactions and events in a manner that achieves fair presentation.

We communicate with those charged with governance regarding, among other matters, the planned scope and timing of the audit and significant audit findings, including any significant deficiencies in internal control that we identify during our audit.

  
MNP LLP

Cowansville (Québec)  
June 2, 2023

---

<sup>1</sup> CPA auditor, permis de comptabilité publique no A133116

To the Directors of  
Centre d'action Bénévole de la Missisquoi Nord

**Qualified Opinion**

We have audited the financial statements of Centre d'action Bénévole de la Missisquoi Nord (the Organization), which comprise the balance sheet as at March 31, 2023, and the statements of operations, changes in net assets and cash flows for the year then ended, and notes to the financial statements, including a summary of significant accounting policies.

In our opinion, except for the effects of the matter described in the Basis for Qualified Opinion section of our report, the accompanying financial statements present fairly, in all material respects, the financial position of the Organization as at March 31, 2023, and the results of its operations and its cash flows for the year then ended in accordance with Canadian accounting standards for not-for-profit organizations.

**Basis for Qualified Opinion**

In common with many not-for-profit organizations, Centre d'action Bénévole de la Missisquoi Nord derives revenue from donations the completeness of which is not susceptible to satisfactory audit verification. Accordingly, our verification of these revenues was limited to the amounts recorded in the records of Centre d'action Bénévole de la Missisquoi Nord. Therefore, we were not able to determine whether any adjustments might be necessary to recorded donations, excess of revenues over expenses, and cash flows from operations for the years ended March 31, 2023 and 2022, current assets as at March 31, 2023 and 2022, and net assets as at April 1 and March 31 for both 2023 and 2022. Our audit opinion on the financial statements for the year ended March 31, 2022 was modified accordingly because of the possible effect of this scope limitation.

We conducted our audit in accordance with Canadian generally accepted auditing standards. Our responsibilities under those standards are further described in the Auditor's Responsibilities for the Audit of the Financial Statements section of our report. We are independent of the Organization in accordance with the ethical requirements that are relevant to our audit of the financial statements in Canada, and we have fulfilled our other ethical responsibilities in accordance with these requirements. We believe that the audit evidence we have obtained is sufficient and appropriate to provide a basis for our qualified audit opinion.

**Responsibilities of Management and Those Charged with Governance for the Financial Statements**

Management is responsible for the preparation and fair presentation of the financial statements in accordance with Canadian accounting standards for not-for-profit organizations, and for such internal control as management determines is necessary to enable the preparation of financial statements that are free from material misstatement, whether due to fraud or error.

In preparing the financial statements, management is responsible for assessing the Organization's ability to continue as a going concern, disclosing, as applicable, matters related to going concern and using the going concern basis of accounting unless management either intends to liquidate the Organization or to cease operations, or has no realistic alternative but to do so.

Those charged with governance are responsible for overseeing the Organization's financial reporting process.

**Auditor's Responsibilities for the Audit of the Financial Statements**

Our objectives are to obtain reasonable assurance about whether the financial statements as a whole are free from material misstatement, whether due to fraud or error, and to issue an auditor's report that includes our opinion. Reasonable assurance is a high level of assurance, but is not a guarantee that an audit conducted in accordance with Canadian generally accepted auditing standards will always detect a material misstatement when it exists. Misstatements can arise from fraud or error and are considered material if, individually or in the aggregate, they could reasonably be expected to influence the economic decisions of users taken on the basis of these financial statements.

As part of an audit in accordance with Canadian generally accepted auditing standards, we exercise professional judgment and maintain professional skepticism throughout the audit. We also:

- Identify and assess the risks of material misstatement of the financial statements, whether due to fraud or error, design and perform audit procedures responsive to those risks, and obtain audit evidence that is sufficient and appropriate to provide a basis for our opinion. The risk of not detecting a material misstatement resulting from fraud is higher than for one resulting from error, as fraud may involve collusion, forgery, intentional omissions, misrepresentations, or the override of internal control.

**Centre d'action Bénévole de la Missisquoi Nord**  
**Contents**

*For the year ended March 31, 2023*

---

	Page
<b>Independent Auditor's Report</b>	
<b>Financial Statements</b>	
Statement of Operations.....	1
Statement of Changes in Net Assets.....	2
Balance Sheet.....	3
Statement of Cash Flows.....	4
<b>Notes to the Financial Statements.....</b>	<b>5</b>

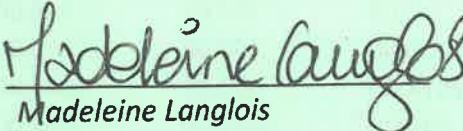
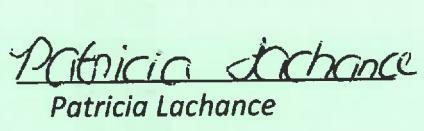
**Centre d'action Bénévole de la Missisquoi Nord**  
**Financial Statements**  
*March 31, 2023*

**CABMN - Prévision budgétaire 2023-2024 Budget revisions**

<b>Compte</b>	<b>2024 budget</b>	<b>2023 actual</b>	<b>2023 budget</b>	<b>2022 actual</b>
Funding from other community organizations	34000,00	36278,00	42800,00	25500,00
Fundraising	99500,00	96446,00	120600,00	126865,00
Rental revenue	8265,00	8340,00	0,00	8265,00
Other	2900,00	2409,00	2500,00	3206,00
Amortization deferred rev.-Capital assets	700,00	561,00	1000,00	636,00
Services	7250,00	7254,00	4000,00	6485,00
<b>Total revenues other than government grants</b>	<b>152615,00</b>	<b>151288,00</b>	<b>170900,00</b>	<b>184091,00</b>
Regional health board-CIUSSS	315500,00	297275,00	312000,00	254005,00
Federal grants	56000,00	12000,00	0,00	0,00
Other Provincial grants	500,00	500,00	1000,00	1104,00
Employment grants	3500,00	2612,00	4000,00	4346,00
Ministère de l'Emploi - accompanied travel	1500,00	1030,00	3000,00	3490,00
Municipal funding	25000,00	30950,00	19000,00	19300,00
Community Volunteer Income Tax Program	500,00	855,00	0,00	500,00
Amortization of government grants	7500,00	7108,00	7800,00	16281,00
<b>Total government funding</b>	<b>410000,00</b>	<b>352330,00</b>	<b>346800,00</b>	<b>298526,00</b>
<b>Total revenues</b>	<b>562615,00</b>	<b>503618,00</b>	<b>517700,00</b>	<b>482617,00</b>
Salaries	426000,00	305680,00	350000,00	302148,00
Property expenses	101600,00	27602,00	24300,00	21505,00
Program expenditures	40500,00	34913,00	67950,00	17959,00
Material and supplies	3000,00	2127,00	5000,00	1438,00
Professional fees	5250,00	5133,00	4500,00	4406,00
Promotion	1800,00	812,00	2200,00	2159,00
Telecommunications	17000,00	13360,00	14200,00	12151,00
Space & equipment rental	4500,00	3903,00	4200,00	7550,00
Staff and volunteer support	2050,00	2106,00	2300,00	1909,00
Insurance	700,00	618,00	750,00	741,00
Travelling expenses	2000,00	913,00	1000,00	656,00
Association fees	1800,00	1738,00	2000,00	2062,00
Payroll service	1400,00	1335,00	1200,00	1175,00
Miscellaneous	2000,00	1790,00	1500,00	1228,00
Bank charges and interest	350,00	326,00	350,00	346,00
Translation	200,00	0,00	200,00	0,00
Honorarium	800,00	2574,00	800,00	1994,00
Fundraising	2000,00	449,00	3000,00	157,00
Amortization	8000,00	7765,00	10000,00	9577,00
<b>Total expenses</b>	<b>620950,00</b>	<b>413144,00</b>	<b>495450,00</b>	<b>389161,07</b>
<b>Excess (deficiency) of revenues over expenses</b>	<b>-58335,00</b>	<b>90474,00</b>	<b>22250,00</b>	<b>93456,00</b>

**Rapport du Comité de sélection**  
**Report of the Nominating Committee**  
**Le 15 juin 2023 – June 15, 2023**

Les personnes suivantes ont accepté de demeurer au Conseil d'administration en 2023-2024 :		The following have agreed to remain on the 2023-2024 Board of Directors:	
Nom/Name	Année/Year	Mandat/Term	Domicile/Residence
James Eby (2012-13)	3	2	Bolton-Est
Ronald Jones (2012-13)	3	2	Potton
Cathy Riendeau (2019-20)	2	2	Knowlton
Robert Gagnon (2021-22)	3	1	Eastman
Madeleine Langlois (2021-22)	3	1	Potton
Hilary Head (2022-23)	2	1	Potton
Hartland Paterson (2022-23)	2	1	Potton/Westmount
Les personnes suivantes ont accepté de sa présenter aux élections du Conseil en 2023-2024		The following have agreed to stand for election to the 2023-24 Board of Directors	
Kathy Mullins (2023-24)	1	1	Potton
Patricia Lachance (2023-24)	1	1	Potton
Peter Blatter (2023-24)	1	1	Potton
<b>Remarques :</b> Un mandat dure trois (3) ans. À la fin d'un second mandat consécutif (6 ans), une interruption d'un an est obligatoire. Le Conseil doit comprendre entre sept (7) et onze (11) membres.		<b>Notes:</b> A term is three (3) years. A mandatory recess of one year is imposed at the end of any second consecutive term (6 years). The Board shall consist of seven (7) to eleven (11) members.	


Madeleine Langlois

Patricia Lachance

Hartland Paterson

## **VOS DONS EN ACTION – POUR VOTRE GÉNÉROSITÉ, NOUS VOUS HONORONS**

Grâce à vous et d'autres personnes comme vous, plusieurs résidents du secteur ouest de la MRC de Memphrémagog ont bénéficié au cours de la dernière année de programmes et services essentiels. Nous vous remercions très sincèrement, en leur nom et plus particulièrement pour tous ceux et celles qui ont demandé une assistance, pour votre soutien et votre contribution indéfectible. Chaque année, vous et plus de 250 bénévoles actifs aidez à perpétuer le succès du CABMN.

Nous lançons aujourd'hui notre campagne de financement 2022 qui nous permettra de continuer à améliorer nos services, nos programmes et notre soutien, notamment par :

- Des rénovations qui auront lieu dans notre nouveau centre pour personnes âgées, situé au 309, rue Principale à Mansonville. Nouvelles activités et nouveaux programmes pour les ainés.
- Asphaltage de l'allée de la Maison des jeunes du CABMN située au 282, rue Principale. Cela améliorera l'accessibilité pour les personnes en fauteuil roulant ou avec un déambulatoire et diminuera les dommages que le gravier de l'allée cause aux planchers intérieurs. Amélioration des activités de notre programme hebdomadaire pour les jeunes.
- Accroître nos efforts, non seulement à Potton et Bolton-Est, mais en ciblant les endroits plus éloignés que nous desservons (St-Étienne-de-Bolton, Eastman and Stukely) avec une campagne de promotion des services et des programmes du CABMN, en augmentant le nombre de bénévoles inscrits dans notre banque de bénévoles et en faisant le suivi de leurs heures de bénévolat pour offrir un soutien dans tous les secteurs de la MRC Ouest.
- Poursuivre nos collaborations avec d'autres groupes communautaires.

En plus des dons réguliers, en voici trois autres :

DONS MENSUELS, DONS À LA MÉMOIRE D'UNE PERSONNE, DONS AU NOM D'UN TIERS

## **YOUR DONATION IN ACTION – FOR YOUR GIVING WAYS, WE GIVE YOU PRAISE**

In the past year, thanks to you and people like you, many residents in the Western Sector of the MRC Memphrémagog benefited from essential programs and services provided by the Missisquoi North Volunteer Centre (CABMN). On their behalf, and especially for the many who sought assistance, we thank you most sincerely for your continued support and contributions. Every day, you and our over 250 active volunteers help make the CABMN a continuing success.

Today, we launch our 2022 Financial Campaign to continue improving our services, programs and support, in particular by:

- Renovations to take place in our recently established Senior Center location at 309 Principale in Mansonville. New activities and programs for seniors.
- Paving of the driveway at the Youth Centre of the CABMN located at 282 Principale. This will improve accessibility for persons in wheelchairs or with walkers and will also decrease the damage the gravel from the driveway is doing to the indoor floors. Improvements to our weekly youth program activities.
- Increasing our efforts, not only in Potton and Bolton-Est but targeting the farther locations we serve (St-Étienne-de-Bolton, Eastman and Stukely) with a campaign to promote the services and programs of the CABMN and the number of volunteers registered in our volunteer bank and tracking their volunteer hours to offer support in all areas of the MRC Ouest.
- Continuing our collaborations with other community groups

Along with regular donations, here are three:

MONTHLY DONATION, MEMORIAL FUNDING, THIRD PARTY DONATIONS

# TRACK IT FORWARD

<https://www.trackitforward.com/site/cabmn>

**Vos heures de bénévolat comptent !**  
**Your volunteer hours  
count!**

## Comment faire un don

**Comment faire un don ? C'est facile !**

**Quatre possibilités s'offrent à vous :**

- 1. Vous pouvez faire votre don par la poste au:**

Centre D'Action Bénévole de la Missisquoi-Nord (CABMN)  
314-B rue Principale  
Manosville, Qc  
J0E 1X0

- 2. Par carte de crédit via Canadons.org;**

- 3. En communiquant avec nous au 450-292-3114 pour organiser un transfert de fonds électronique;**

ou

- 4. Tout simplement en nous rendant visite à nos bureaux pour nous remettre votre don en main propre.**

## Ways to Give

**How can you make a donation? It's easy!**

**There are four ways give:**

- 1. Donations can be sent by mail to ;**

Missisquoi North Volunteer Centre (CABMN)  
314-B rue Principale  
Mansonville Qc  
J0E 1X0

- 2. By credit card at CanadaHelps.org;**

- 3. By contacting us at 450-292-3114 to set up an electronic funds transfer**

or

- 4. By simply bringing in your donation to the office.**