

Rapport annuel d'activités 2024-2025

Tous ensemble pour
la sécurité alimentaire
de Bellechasse!





Notre organisme répond aux besoins de la communauté visée par sa mission. Il participe à des luttes visant des changements à caractère politique ou conduisant à une plus grande justice sociale et au respect des droits.



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



Notre organisme encourage l'engagement de ses membres et favorise leur participation dans la vie de l'organisme. Nos membres sont consultés, nous avons un conseil d'adminis-



Notre organisme contribue, de manière non-partisane, aux débats sociaux et mène des luttes pour améliorer les conditions de vie des personnes les plus démunies. Il aide les gens à se mettre ensemble pour faire respecter leurs droits et combattre les discriminations qui s'exercent contre eux.



Notre organisme met à contribution les expériences et compétences de chacun et permet des prises de conscience individuelles et collectives. L'éducation populaire autonome permet d'agir ensemble dans le but de faire changer les choses.



Notre organisme a des approches qui font appel à l'initiative des personnes qui participent à ses activités. Il agit sur l'ensemble des causes qui sont à la base de la situation des personnes auprès desquelles l'organisme intervient.



Notre organisme fait de la prévention en misant sur l'intégration sociale, le renforcement du potentiel des individus, la solidarisation des collectivités et l'amélioration de la qualité de vie des citoyens et des citoyennes.



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



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



Notre organisme, par sa mission de transformation sociale, parle de politique et contribue aux débats de société. C'est également pour faire avancer des réflexions collectives, vivre des processus d'éducation populaire autonome et pour faire vivre les pratiques citoyennes que la politique fait partie de notre action. Toutefois, notre organisme n'encourage pas et ne fait pas de promotion pour un parti politique en particulier.

MOT DE LA PRÉSIDENTE

Chers membres de Frigos Pleins et partenaires de la communauté,

L'année écoulée a été marquée par des défis importants et une adaptation constante. Devant la hausse des demandes et la complexité des enjeux, notre équipe a su faire preuve d'agilité, d'innovation et d'un profond engagement envers notre mission : offrir un soutien alimentaire à celles et ceux qui en ont le plus besoin.

La force de Frigos Pleins repose sur la contribution de chaque personne impliquée. C'est grâce à l'engagement indéfectible de notre personnel, de nos bénévoles, de nos partenaires et de nos donateurs que nous avons pu répondre aux besoins croissants avec humanité et efficacité.

Votre solidarité — qu'elle s'exprime par un geste, un don ou une heure de bénévolat — nous a permis de continuer à avancer. Elle témoigne de notre capacité collective à bâtir une communauté plus juste et inclusive, où nul-le n'est laissé-e pour compte.

Au nom du conseil d'administration, je vous remercie sincèrement. Ensemble, poursuivons notre engagement avec audace, cœur et conviction.



Marie-Ève Morin
Présidente du conseil d'administration

Les membres du conseil d'administration, élus lors de l'AGA de 2024

Marie-Ève Morin, présidente

Carolyn Dion, vice-présidente

Gisèle Lamonde, secrétaire

Nicolas Morin, trésorier

Christian Fradet, administrateur

Julie Breton, administratrice

Julie Montminy, administratrice

Stéphanie Pelletier, administratrice



MOT DE LA DIRECTION



En tant que directrices de Frigos Pleins, nous sommes fières de vous présenter ce rapport d'activité qui relate une année marquée par plusieurs changements structurants et événements importants pour notre organisme.

En premier lieu, nous avons procédé à la mise en place d'un CRM (système de gestion de la relation client), une avancée significative qui nous permet de mieux organiser nos données, d'optimiser nos communications avec les membres et de renforcer l'efficacité de nos suivis.

Parallèlement, l'implantation d'un nouveau système comptable a été réalisée avec succès, modernisant ainsi notre gestion financière et assurant une plus grande rigueur dans nos processus administratifs.

Également, dans un souci constant de modernisation et d'accessibilité, nous avons lancé un nouveau site internet. Ce projet stratégique a été conçu pour améliorer notre visibilité en ligne, offrir une

meilleure expérience utilisateur et faciliter l'accès à nos services. Le site a été pensé afin que nos membres puissent facilement trouver les informations dont ils ont besoin et pour renforcer notre relation avec la communauté.

Sur le plan des ressources humaines, nous avons connu une période de transition avec le remplacement de l'adjointe administrative, l'embauche d'une nouvelle intervenante, d'une nouvelle cuisinière, ainsi que le transfert de direction pour l'année 2025. Ces changements ont naturellement entraîné un processus de recrutement, d'intégration et de formation afin d'assurer une continuité dans nos services et une stabilité organisationnelle.

La célébration des 25 ans de l'organisme a été un moment fort de l'année. L'événement a permis de souligner le travail accompli, de remercier nos partenaires et de réaffirmer notre engagement envers la communauté. Le témoignage de personnes impliquées depuis les débuts a mis en lumière l'impact humain de notre mission. Une occasion marquante de reconnaissance et de solidarité renouvelée.

En terminant nous tenons à souligner l'engagement exceptionnel de l'équipe en poste, qui a su s'adapter rapidement et contribuer à la poursuite de notre mission. Nous remercions aussi les membres du conseil d'administration de leur collaboration et leur dévouement à faire de Frigos Pleins un organisme essentiel à Bellechasse.

Lynda Bouchard, directrice générale
Kim Corriveau Dancause, directrice générale par intérim

Nos valeurs
Respect

Partage
Solidarité

Ouverture
Équité



MOT DE L'ÉQUIPE



Les nombreux changements au sein de l'équipe ont entraîné une période de reconstruction. Départs, arrivées, retours, chacun a trouvé sa place et contribué à renforcer une cohésion basée sur le respect, l'entraide et la fierté du travail accompli.

La période précédant Noël a apporté son lot de défis. Plus de solidarité, mais aussi une fatigue qui a pesé sur notre moral. Un équilibre entre l'énorme charge de travail et notre bien-être a été recherché dans le contexte festif des Paniers de Noël, période qui demeure difficile émotivement et financièrement pour la majorité de nos membres.

Notre implication et notre conviction permettent aux Frigos Pleins d'incarner ses valeurs d'*accueil chaleureux et sans jugement*. Chaque geste fait une différence concrète pour des centaines de personnes qui comptent sur l'organisme.

Pour répondre aux besoins croissants des citoyennes et citoyens de Bellechasse, un soutien accru en ressources humaines et en dons alimentaires et financiers devient indispensable. L'avenir repose sur la mise en place de solutions durables permettant de poursuivre cette mission tout en préservant notre bien-être.

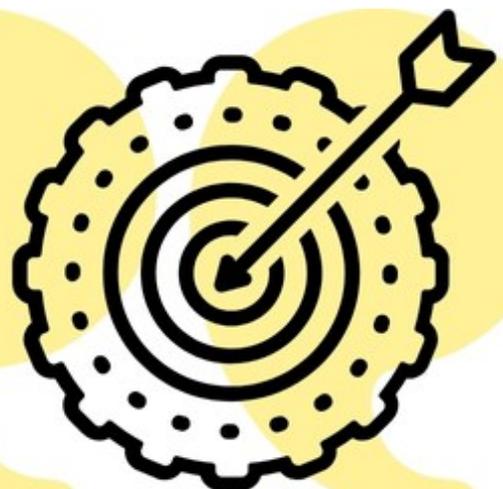
L'année 2024-2025 a été remplie de défis qui ont testé notre endurance et notre engagement. Une réduction de personnel pendant plusieurs mois a compliqué la gestion des services et l'implantation du système CRM (un outil informatique permettant de mieux suivre et organiser les interactions avec les membres). Face à une demande d'aide alimentaire toujours en hausse et à un manque de ressources, chaque jour a exigé une mobilisation sans faille.

Notre mission

Répondre aux besoins alimentaires de base des Bellechassoises et Bellechassoises en situation d'insécurité alimentaire ;

Favoriser l'implication citoyenne à travers des activités participatives et communautaires ;

Contribuer au développement durable par la récupération, la transformation et la redistribution d'aliments.



Quelques événements marquants de l'organisme au fil des ans

- 1999** Incorporation officielle de Frigos Pleins, à la suite d'une recherche-action auprès de 85 familles à faible revenu de Bellechasse.
- 2000** Installation à Saint-Damien-de-Buckland, dans l'ancien collège des Sœurs Notre-Dame-du-Perpétuel-Secours. Débuts des cuisines collectives et des jardins communautaires.
- 2013** Début d'une réflexion stratégique sur la relocalisation, face à la hausse des demandes provenant du sud de Bellechasse.
- 2015** Consultation des membres : Saint-Lazare est choisi comme nouveau point de service.
- 2016** Cession des locaux de la Caisse Desjardins du Cœur de Bellechasse à Frigos Pleins.
- 2017** Déménagement officiel à Saint-Lazare. Modernisation et élargissement des services.
- 2023** Lancement du projet d'agrandissement des locaux : amélioration des services, capacité logistique accrue et meilleures conditions pour l'équipe.
- 2024** Début de l'utilisation du CRM au quotidien. Le CRM, ou GRC en français, est un système logiciel qui nous aide dans la gestion, vise à améliorer les interactions, à stimuler la croissance de l'organisme et à mieux comprendre les membres.

2025

Nous recevons la Médaille de la Députée des mains de Madame Stéphanie Lachance, députée de Bellechasse. Cette médaille, remise par les parlementaires de l'Assemblée nationale du Québec, vise à reconnaître le mérite de personnes ou d'organismes provenant de leur circonscription électorale et ayant mené une action exemplaire utile pour le bien de la communauté de ladite circonscription dans le domaine culturel, sportif, social ou entrepreneurial.



PROFIL DES PERSONNES REJOINTES

En 2024-2025, Frigos Pleins a offert **2436 dépannages alimentaires**, au bénéfice de **952 personnes**, soit 161 de plus que le nombre de personnes dans nos foyers membres. Cette différence s'explique par plusieurs facteurs. D'une part, certaines personnes ont reçu une aide ponctuelle sans devenir membres, ce qui reflète notre volonté d'offrir un soutien souple et accessible, notamment pour les situations d'urgence, les personnes en grande précarité ou celles qui souhaitent conserver leur anonymat.

D'autre part, l'utilisation d'un système de coupons en collaboration avec plusieurs partenaires communautaires et du système publique entraîne une certaine marge entre les données statistiques sur les membres et les bénéficiaires réels du service d'aide alimentaire, mais témoigne de notre souplesse à adapter nos pratiques aux réalités du terrain et notre ouverture à œuvrer en partenariat.

Si nous nous concentrons sur nos 365 foyers membres, voici des statistiques intéressantes à leur sujet :

Composition des foyers

50% sont des gens vivant seuls : Dont 60% sont des hommes vivants seuls et 40% des femmes vivants seules.

12 % sont des mères monoparentales.

19% sont des personnes issues de l'immigration, une hausse de 11% depuis l'an passé.

Sur les 819 personnes qui composent ces foyers, 35% sont des enfants.

Conclusions

L'isolement, particulièrement chez les hommes, est un facteur important de vulnérabilité.

La proportion d'enfants servis confirme le rôle central de Frigos Pleins dans le soutien aux familles.

La croissance rapide du nombre de personnes issues de l'immigration appelle à renforcer l'accessibilité interculturelle de nos services.

Sources de revenus

36% des membres reçoivent de l'aide sociale, et 37% de ces derniers ont des contraintes sévères à l'emploi .

25% ont des revenus d'emploi.

19% touchent des pensions de retraite.

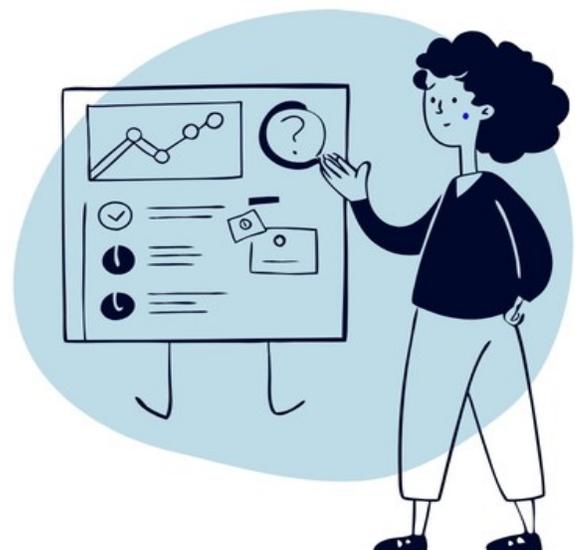
Autres revenus : Comprennent les prestations d'invalidité, l'assurance-emploi, le RQAP, la CNESST, les allocations familiales, etc.

Conclusions

Plus du tiers des membres reçoit des prestations d'aide sociale, et une proportion importante est exclue durablement du marché de l'emploi.

Le quart des personnes aidées occupent un emploi, mais leurs revenus demeurent insuffisants pour répondre à leurs besoins de base, ce qui confirme que l'emploi n'est pas toujours synonyme de sécurité.

(Suite à la page suivante)



(Suite)

Situation de logement

54 % sont locataires dans le marché privé, souvent exposé à l'instabilité des loyers et à la pénurie de logements abordables.

17 % vivent en logement social, bénéficiant d'un certain filet de sécurité, mais représentant une minorité malgré des besoins accrus.

17 % sont propriétaires, bien que ce statut n'exclue pas nécessairement la précarité, en raison des coûts liés à l'entretien, aux taxes et à l'endettement.

Transport

66 % possèdent une voiture, bien que plusieurs ne puissent pas l'utiliser en tout temps, notamment en raison de coûts d'essence, d'assurances ou de réparations.

15 % se déplacent grâce au covoiturage avec des proches (ami-e-s, voisin-e-s ou membres de la famille).

10 % organisent du covoiturage entre membres de Frigos Pleins pour accéder aux services de l'organisme.

Conclusions

Deux tiers des membres ont accès à une voiture, mais cela ne garantit pas une autonomie réelle, ce qui souligne une vulnérabilité liée aux coûts d'utilisation.

Un quart (25 %) des membres dépendent de formes de covoiturage, ce qui met en lumière l'importance du soutien communautaire pour surmonter les obstacles de mobilité.

Ces données révèlent aussi la nécessité d'une localisation accessible, d'horaires souples et, au besoin, de partenariats pour faciliter le transport des personnes en situation de précarité.

Six femmes assurent, à temps plein, plus de 10 000 heures de travail chaque année pour faire vivre Frigos Pleins. Comme trop souvent, ce travail de soin, essentiel mais invisibilisé, repose sur des épaules féminines. Nous avons entamé une révision de notre politique salariale pour combattre ces inégalités systémiques. Merci aux bénévoles et étudiant-e-s qui soutiennent cette lutte au quotidien!

+ de 10000 heures

Accessibilité des services

Frigos Pleins est ouvert du lundi au vendredi, de 8 h à 15 h 30. La remise de denrées alimentaires s'effectue du mardi au jeudi, avec un mardi (le 2^e du mois) en horaire prolongé pour répondre aux besoins des membres qui travaillent en journée.

L'organisme dessert les 20 municipalités de la MRC de Bellechasse, un territoire vaste et rural. Nous reconnaissons que certaines personnes, notamment celles sans accès à un moyen de transport ou à la mobilité réduite, rencontrent des difficultés pour se rendre sur place.

Nous savons que des options de proximité ou de mobilité accrue pourraient mieux répondre à ces réalités. Leur faisabilité dépendra de nos capacités futures. Nous tenons néanmoins à souligner ce besoin auprès de nos partenaires, afin de nourrir une réflexion collective sur l'amélioration continue de l'accessibilité.





Souvenirs



en vrac





Canaux de communication Frigos Pleins mobilise une diversité d'outils de communication pour informer et rejoindre les personnes susceptibles de bénéficier de ses services, en tenant compte des réalités du territoire de Bellechasse.

Nous diffusons de l'information via :

Notre **site internet**, qui permet un accès direct et autonome à nos services et coordonnées ;

Nos **pages Facebook et Instagram, régulièrement mises à jour, permettent d'informer rapidement la population et d'interagir avec elle ;**

Des **dépliants informatifs** distribués par nos partenaires, dont plusieurs organismes communautaires, le CISSS de Chaudière-Appalaches et les travailleurs de rue présents sur le terrain ;

Des articles ou annonces dans les **journaux municipaux** et dans le **journal local (la Voix du Sud) ;**

Des entrevues radiophoniques à la radio locale **Passion FM.**

Notre présence sur le terrain par le biais de **kiosques d'information** lors d'événements publics, ce qui favorise les échanges directs avec la population.

Cette approche multimodale, ancrée dans le maillage communautaire local, nous permet de rejoindre efficacement les personnes visées par notre mission, qu'elles soient branchées numériquement ou non.

La preuve? Le référencement vers nos services :

La majorité des personnes qui ont eu recours aux services de Frigos Pleins en 2024-2025 ont été orientées par des partenaires communautaires (23 %) ou publics (10 %).

Une proportion importante (28 %) a découvert l'organisme par l'entremise de leur entourage (ami-e-s, voisin-e-s, membres de la famille), ce qui témoigne de la force du bouche-à-oreille dans la région.

Par ailleurs, 13 % des personnes ont été informées par d'autres membres, renforçant l'idée d'un réseau d'entraide vivant. Enfin, 6 % des personnes ont découvert Frigos Pleins via les réseaux sociaux ou le web, un canal complémentaire, particulièrement utile pour les plus jeunes ou les nouveaux arrivants.

Nouveau Site Web

Le nouveau site de Frigos Pleins améliore l'accessibilité à nos services en regroupant les informations clés sur nos horaires, critères d'accès et moyens de contact. Il facilite aussi les dons, le bénévolat et l'implication citoyenne, tout en renforçant notre visibilité auprès du public, des partenaires et des personnes en situation de précarité alimentaire.



Frigos Pleins

1,4 K J'aime • 1,6 K followers



Récupérer Partager et nourrir avec vous!

En savoir plus

Ce qui nous distingue

Au-delà de l'aide alimentaire, Frigos Pleins se définit comme un organisme communautaire fondé sur une approche humaine, solidaire et inclusive. Chaque personne accueillie est reçue sans jugement, avec respect et chaleur, par une équipe attentive à son parcours, ses forces et ses besoins. Nous reconnaissons en chaque membre une personne entière, porteuse d'expériences, de savoirs et de compétences.

Notre intervention s'inscrit dans une vision citoyenne de la sécurité alimentaire. L'implication est encouragée à travers des projets concrets qui favorisent l'estime de soi, le sentiment d'appartenance et la prise de pouvoir. Par exemple, la décoration du Frigo Partage de Saint-Nérée avec les élèves de l'école L'Éveil, ou la fabrication d'affiches en bois par des étudiant-e-s en menuiserie à l'école secondaire de Saint-Damien, illustrent cette volonté de construire des espaces inclusifs et collectifs. À contre-courant du modèle traditionnel des banques alimentaires, nous offrons aux personnes la possibilité de faire des choix sur les tablettes, appuyé-e-s par une vigie psychosociale respectueuse de leur autonomie.

Nous intégrons également les principes de développement durable à nos actions quotidiennes. Cette année, plus de 20 activités de glanage chez des producteurs locaux permettent de valoriser les surplus agricoles. Ces denrées sont transformées, partagées et réintroduites dans le circuit alimentaire, comme ce fut le cas lors de l'atelier culinaire avec l'Association des personnes handicapées de Bellechasse, dont les créations ont alimenté le Frigo Partage de Honfleur.

Enfin, la force de Frigos Pleins repose sur une collaboration active avec son milieu. En tissant des liens étroits avec les écoles, les instances publiques et les organismes communautaires, nous renforçons notre capacité à agir collectivement, à sensibiliser la population et à adapter nos réponses aux réalités du territoire.



Enjeu à surveiller : capacité d'accompagnement



Frigos Pleins atteint un seuil critique dans sa capacité à offrir un accompagnement individualisé de qualité.

- Réduction du temps d'échange avec les membres lors des dépannages ;
- Diminution de notre rôle de vigie psychosociale ;
- Passage graduel à des dépannages préassemblés, par manque de temps et de ressources ;
- Risque de devoir refuser certaines demandes d'aide alimentaire, faute de capacité.

Notre inquiétude : Ces ajustements, bien que nécessaires, risquent de fragiliser le lien humain qui distingue notre approche et d'affaiblir notre capacité à détecter des situations de vulnérabilité croissante.

Outils de consultation

Frigos Pleins valorise la participation active de ses membres et cherche à adapter ses services en fonction de leurs besoins réels. Divers moyens formels et informels sont utilisés pour recueillir leurs points de vue et suggestions :

Échanges informels lors de la remise des denrées : les employé-e-s profitent de ces moments pour discuter avec les membres, prendre le pouls de leur situation et recueillir leurs commentaires et possibles besoins émergents.

Retour après certaines activités (ex. : ateliers culinaires, glanages, Frigos Partage) : l'équipe sollicite l'avis des participant-e-s pour améliorer l'expérience et ajuster les contenus.

Équipe à l'écoute : les employé-e-s et bénévoles accueillent les commentaires et suggestions à tout moment, dans un climat de confiance et de respect. Les **rencontres d'équipe hebdomadaires** favorisent une posture réflexive sur nos pratiques et permettent des ajustements rapides selon les besoins exprimés ou observés.

Participation à l'assemblée générale annuelle : les membres ont l'occasion de s'exprimer, poser des questions et contribuer aux orientations de l'organisme.

Implication de membres dans certains projets ou comités (ex. : 25^e anniversaire), ce qui permet une co-construction des initiatives.

Ces pratiques, bien que parfois discrètes, traduisent une volonté constante d'agir avec — et non seulement pour — les personnes visées par notre mission.

VOS ACTIVITÉS

Soutien individuel

La présence d'une intervenante sur place comme point de contact permet un accueil humain et personnalisé. Ce lien direct facilite la compréhension des besoins et le référencement vers d'autres ressources. Il a aussi comme bénéfice d'offrir un certain filet social dans les situations critiques.

Bilan de l'année

L'année a connu une hausse marquée des demandes :

193 nouvelles adhésions **(+27%)** ;

365 membres actifs ont utilisé nos services régulièrement **(+21%)**;

447 foyers ont reçu une aide, incluant les dépannages ponctuels par nos partenaires ;

2438 dépannages alimentaires ont été remis **(+16%)**.



VOS ACTIVITÉS

Activités de groupe : sensibilisation, socialisation, éducation

En 2024-2025, Frigos Pleins a offert des activités favorisant l'inclusion, le développement de compétences et l'implication citoyenne.

Cuisines collectives En partenariat avec le GRIS Chaudière-Appalaches, deux ateliers ont rassemblé des participant-e-s autour de la préparation de repas prêts à servir et de tartes aux bleuets. Ces rencontres ont permis des échanges sur la diversité et la santé sexuelle, tout en renforçant les liens sociaux.

Projet SURF En tant que plateau de travail pour des jeunes de la MRC de Bellechasse, Frigos Pleins a accueilli des groupes dans le cadre d'activités d'été et d'ateliers thématiques. Ces expériences ont permis aux jeunes de s'initier à l'engagement communautaire et à la réalité du travail.

Autres initiatives Plusieurs activités de groupe ont également été réalisées autour des Frigos Partage (peinture, décoration, affichage) et du glanage, favorisant la coopération, l'accès et l'éducation à la saine alimentation et la réduction du gaspillage alimentaire. Une formation offerte aux membres sur la gestion financière a aussi été rendue disponible à 3 reprises.

Ateliers sur la gestion financière Formation gratuite, pour tous!

- **Atelier Budget - Des chiffres qui parlent**
7 mai 2024 - 09 h 00 à 11 h 30
- **Atelier Crédit - C'est dans mon intérêt d'y voir**
21 mai 2024 - 09 h 00 à 11 h 30
- **Atelier sur l'alimentation - Trucs et astuces pour économiser**
4 juin 2024 - 09 h 00 à 11 h 30



Simple, court et précis!

Ateliers dynamiques, interactifs et constructifs



Formations offertes par :

Desjardins
Caisse de Bellechasse



Ateliers en présentiel, inscrivez-vous

INFORMATIONS | INSCRIPTION

Par téléphone auprès des employés de
Frigos Pleins (Nathalie ou Annie) : 418 883-1399

Activités collectives de mobilisation

En février 2025, dans le cadre d'une action de mobilisation nationale visant à faire savoir au Ministre responsable des Services sociaux, Lionel Carmant, la nécessité d'augmenter le financement à la mission globale du Programme de soutien aux organismes communautaires (PSOC), une lettre a été envoyée à ce dernier, en vue du budget 2025-2026. Cette action de mobilisation a été organisée par la Coalition des tables régionales d'organismes communautaires (CTROC).



VOS ACTIVITÉS

Activités grand public

En 2024-2025, Frigos Pleins a intensifié sa présence sur le territoire grâce à plusieurs actions de sensibilisation et promotion :

Tournoi de balle donnée OK Pneus (Honfleur) : Kiosque de rafraîchissements dont les profits ont été remis à Frigos Pleins, grâce à l'initiative de Jonathan Lacasse (OK Pneus Saint-Anselme).

Tournoi de golf de la Chambre de commerce Bellechasse-Etchemins : Kiosque d'information et jeu interactif, rejoignant plus d'une centaine de membres du milieu des affaires.

Cueillette de la solidarité & défilé de Noël : Participation active, incluant la création d'un code QR mobile pour la collecte de dons durant le défilé de Saint-Anselme.

5 à 7 de Folo Communication (Guignolée des médias) : Soirée de réseautage et de sensibilisation, animée par Bryan Dionne, avec bière exclusive à l'effigie de l'événement.

Frigo Mobile et Cie : Implantation de 2 nouveaux Frigos Partage à Saint-Michel et Honfleur, pour un total de 8 frigos (en ajoutant ceux à Buckland, Saint-Damien, Saint-Gervais, Saint-Léon, Saint-Philémon et Honfleur).

Glanage Environ 20 sorties réalisées avec la participation de plus de 60 bénévoles, contribuant à la récupération de surplus agricoles et à la lutte contre le gaspillage alimentaire.

Ces activités ont permis de renforcer la visibilité de l'organisme, de mobiliser la communauté et d'élargir l'impact territorial de Frigos Pleins.



PROMO ET SOUTIEN DE LA COMMUNAUTÉ

Ressources financières et matérielles

En 2024-2025, Frigos Pleins a bénéficié d'un soutien significatif de la communauté

Guignolée des médias : 33572,10 \$
(merci à notre porte-parole Bryan Dionne, Folo Communication).

Cueillette de la solidarité : 59117,86 \$, incluant Promutuel Assurance Côte-Sud (15000 \$), Centre d'entraide de Saint-Henri (12000 \$), Desjardins, FAC, députée Stéphanie Lachance, Chevaliers de Colomb, et barrages routiers dans 4 municipalités.

Projet Coup de cœur Desjardins (vote du public!) – Glanage : 5000 \$

Frontmatec : collecte de **65,7kg** de denrées.

Brunch de l'**UPA de Bellechasse** : collecte de **800 \$** en denrées et don de **530 \$** par tirage moitié-moitié.

Enfin, **Moisson Beauce** nous a remis **57264 kg** de denrées, d'une valeur estimée à **638062 \$**, un apport essentiel à notre mission.



Ressources humaines bénévoles

En 2024-2025, Frigos Pleins a pu compter sur une contribution humaine précieuse et diversifiée, provenant de multiples partenaires et de la communauté :

- Bénévolat : 2448,8 heures de bénévolat effectuées par plus d'une centaine de bénévoles
- Bénévolat d'entreprise : Des groupes d'employé-e-s de Frontmatec, Desjardins et Kerry ont effectué du bénévolat rémunéré par leur employeur pour soutenir nos activités.
- Partenariat avec le centre de réadaptation en déficience intellectuelle (CRDI) : 687,37 heures de travail ont été réalisées par des gens accompagnés au CRDI.
- Plateau de réinsertion socioprofessionnelle (CDC de Bellechasse) : 933,1 heures effectuées par des participants aux plateaux
- Travaux compensatoires ou communautaires : 356,25 heures réalisées par des membres de la population.



UN GRAND MERCI
aux membres de l'UPA de Bellechasse
qui ont généreusement fait don
de denrées alimentaires et d'un don monétaire lors de
leur brunch familial



800\$
+530 \$



Publicité et rayonnement

En 2024-2025, Frigos Pleins a bénéficié d'une visibilité accrue grâce à diverses initiatives locales et médiatiques :

Tournage avec la MRC de Bellechasse pour le Jour de la Terre, mettant en lumière notre lutte contre le gaspillage alimentaire.

Reportage de Radio-Canada, en collaboration avec Synergie Bellechasse-Etchemins, soulignant notre engagement en économie circulaire par la réutilisation de contenants alimentaires.

Participation à une édition spéciale de La Voix du Sud dédiée aux organismes communautaires de la région.

Tenue de kiosques d'information lors d'événements variés : Fête de la santé, Show d'automne jeunesse, forum du CISSS à Sainte-Claire, souper de Passion FM, et conférences des Chevaliers de Colomb.

Accueil d'intervenant-e-s du CISSS dans nos locaux pour renforcer la compréhension et la collaboration intersectorielle.

Partenariat renouvelé avec les Coffres de Lazare, permettant l'offre de paniers de vêtements à des familles à Noël.



Représentation et concertation

Frigos Pleins joue un rôle actif dans les instances locales et régionales afin de contribuer à la lutte contre la pauvreté, de promouvoir la sécurité alimentaire et de soutenir le développement communautaire.

Participation à des tables de concertation

La direction participe à plusieurs instances stratégiques, dont :

- Table Action Solidarité Bellechasse (TASB) : lutte contre la pauvreté et l'exclusion sociale ;
- Comité régional en sécurité alimentaire (Chaudière-Appalaches) : mobilisation autour des déterminants sociaux ;
- Comité de suivi des Plateaux d'insertion de Bellechasse : soutien à l'intégration socioprofessionnelle ;
- Table des aîné-e-s et de leurs proches de Bellechasse : amélioration des conditions de vie des aîné-e-s ;
- Comité de soutien à la pauvreté de Bellechasse : financement d'initiatives locales ;
- Table Immigration Bellechasse : intégration et rétention des personnes immigrantes (17 partenaires multisectoriels).

Comités externes et implication de la direction

Frigos Pleins siège également aux conseils d'administration de :

- Carrefour Employabilité et Travail de rue de Bellechasse ;
- Barre du Jour (santé mentale) ;
- Maison de la Famille de Bellechasse ;

Adhésions

L'organisme est membre des regroupements suivants :

CDC de Bellechasse • TROC Chaudière-Appalaches • Bénévoles d'Expertise • Convergence Action Bénévole • Chambre de commerce Bellechasse-Etchemins • Centraide • Passion FM.

Concertation ponctuelle

L'équipe de Frigos Pleins collabore régulièrement avec :

- Les travailleurs de rue de Bellechasse
- Divers partenaires lors d'AGAs (CDC, TROCCA, Desjardins)

Nous participons aussi à des :

- Événements de réseautage (5 à 7 de Synergie Bellechasse, Folo Communication)
- Activités de recrutement (porte-parole de la Guignolée des médias)

Comité du 25^e anniversaire

Un comité formé de membres des Frigos Pleins s'est réuni à trois reprises pour planifier la célébration des 25 ans. Leur engagement a contribué à souligner l'histoire, les valeurs et la mission de l'organisme dans la communauté.



VIE ASSOCIATIVE ET DÉMOCRATIQUE

Pivot 1 : Nos membres

En 2024–2025, Frigos Pleins compte 365 membres participants (foyers utilisant nos services) et 21 membres alliés (citoyen-ne-s engagé-e-s dans la vie démocratique de l'organisme).



Types d'adhésion

Participant-e : personne ou foyer utilisant les services (adhésion en personne, liée au foyer).

Allié-e : personne soutenant la mission et pouvant voter à l'AGA (adhésion en ligne ou en personne).

Pourquoi adhérer ?

- Accès aux services
- Soutien à la mission
- Participation à l'AGA
- Réception d'infos et invitations

Fête des bénévoles – 18 avril 2024

Plus de 60 bénévoles ont été remercié-e-s pour leur implication dans le tri, la logistique, les paniers de Noël, le glanage, les frigos partages et les événements. La soirée a offert visite des locaux, échanges, jeux, prix de présence et collation. Un geste concret de reconnaissance pour celles et ceux qui font vivre Frigos Pleins au quotidien.

Pivot 2 : Notre Assemblée générale annuelle

L'AGA de Frigos Pleins s'est tenue le 12 juin 2024 à l'Espace communautaire de Saint-Charles-de-Bellechasse, en présence de 81 personnes, dont 41 membres votants (17 participants et 24 alliés). Ce moment démocratique a permis l'adoption du rapport d'activités 2023–2024 et le renouvellement du conseil d'administration.

L'événement a aussi marqué le 25^e anniversaire de l'organisme, célébré en présence de fondateurs, bénévoles et partenaires. Des interventions de **Yolande Lépine et Raoul Vallières, pionniers de Frigos Pleins**, ont rappelé les racines et les valeurs de solidarité qui nous animent.

Un montage vidéo retraçant 25 ans d'histoire, des prestations musicales, des bouchées festives et un tirage de prix de présence ont contribué à faire de cette soirée un moment rassembleur et inspirant.



VIE ASSOCIATIVE ET DÉMOCRATIQUE

Pivot 3 : Le conseil d'administration (C.A.)

(VOIR PAGE 3)

Réunions et décisions

Le conseil s'est réuni **9 fois** en 2024–2025 et a pris plusieurs décisions clés :

- Mise à jour de la **politique contre le harcèlement psychologique**.
- Révision du processus de **mise en candidature**.
- Instauration d'un **huis clos systématique** en fin de réunion.
- Approbation de l'embauche d'un **consultant en gestion RH**.
- Appui au **remplacement temporaire de la direction**.

Appuis aux demandes de financement

Le conseil a adopté les résolutions requises pour appuyer les demandes déposées auprès de :

- **Centraide**
- **PSOC (Programme de soutien aux organismes communautaires)**



- **SACA (Sécurité alimentaire Chaudière-Appalaches)**
- **Services Québec**
- **Emploi d'été Canada**

Développement des compétences

Les membres ont suivi deux formations :

Siéger au CA d'un organisme en santé et services sociaux (formation donnée par la TROCCA en virtuel à laquelle ont assistées la présidence, une administratrice et la direction par intérim).

Politique salariale (formation donnée par la TROCCA et tenue au Frigos Pleins, le 29 novembre 2024, en présence de la présidence, d'une administratrice, de la direction et de la direction par intérim).

Aidez-nous à aider d'autres personnes!

La plupart des personnes qui fréquentent Frigos Pleins ne nous connaissent pas avant que quelqu'un leur parle de nos services.

Faites une belle différence dans la vie d'un voisin, d'un collègue de travail, d'un ami ou d'un membre de votre famille : **parlez de nous!**

www.frigospleins.com

Accueil chaleureux et sans jugement

PRINCIPAUX SERVICES

- Dépannages alimentaires
- Paniers de Noël
- Cueillette et transformation de denrées
- Réinsertion socioprofessionnelle
- Frigos partagés
- Glanage (autocueillette de surplus agricoles)

418-883-1399
FRIGOSPLEINS@FRIGOSPLEINS.COM
www.frigospleins.com

Bénévoles Recherche-e-s

Bon dos, bons bras, bonne humeur?

Frigos pleins a besoin de chauffeurs-chauffeuses pour la cueillette dans Bellechasse de dons alimentaires en partance de Saint-Lazare. Camion fourni. Nombre d'heures et fréquence à discuter.

418-883-1399

GESTION ADMINISTRATIVE ET AUTRES ÉLÉMENTS

En 2024–2025, Frigos Pleins a renforcé ses pratiques de gestion et de gouvernance pour mieux répondre aux défis organisationnels.

Soutien à la direction

Embauche d'un consultant externe pour accompagner la direction et l'intérim, stabiliser l'équipe et mettre à jour les outils de gestion.

Participation de la direction au Forum Centraide sur les défis RH, et à une formation de 2 jours à l'École d'Entrepreneurship de Beauce (offerte par Moisson Beauce et financée par la Croix-Rouge), axée sur le leadership et l'authenticité.

Renforcement de la cohésion d'équipe

Instauration de réunions hebdomadaires chaque lundi matin : tour de table sur les besoins, les charges de travail, les projets en cours et l'état d'esprit de l'équipe.

Outils de gestion mis à jour

Politique de harcèlement psychologique révisée conformément aux nouvelles obligations de la CNESST (septembre 2024).

Descriptions de postes et politiques internes actualisées pour clarifier les rôles et améliorer la cohérence opérationnelle.

Règlements généraux modifiés pour assurer la conformité légale et intégrer les meilleures pratiques en gouvernance OBNL.

À L'OCCASION DE LA SAINT-VALENTIN, NOUS FERONS TIRER TROIS BOÎTES CADEAUX PARMIS NOS MEMBRES.



NOUS CONTACTERONS LES GAGNANTS AU COURS DE LA SEMAINE DU 17 FÉVRIER.



FAVORISE LA SÉCURITÉ ALIMENTAIRE DE LA POPULATION DE BELLECHASSE



ACCUEIL CHALEUREUX ET SANS JUGEMENT

Grâce à nos précieux partenaires, l'organisme communautaire situé à Saint-Lazare offre de l'aide sous forme de dépannages alimentaires aux individus et aux familles de Bellechasse qui en ont besoin.



PRINCIPAUX SERVICES

- Dépannages alimentaires
- Paniers de Noël
- Cueillette et transformation de denrées
- Réinsertion socioprofessionnelle
- Frigos partages
- Glanage (autocueillette de surplus agricoles)

« Je travaille à temps plein, mais après l'hypothèque et les factures, il ne reste rien pour l'épicerie. »
– Marie, mère de deux enfants à Saint-Charles.

« On pensait jamais devoir venir ici pour un panier. C'est gênant, mais c'est la réalité maintenant. »
– Raymond, ouvrier à Saint-Henri.

« Merci encore pour votre aide. Vous nous avez non seulement sauvé de justesse, mais vous nous avez donné le goût de Bellechasse. » – Yassine, travailleur étranger temporaire et sa famille, Saint-Damien.

« Ça fait trois fois cette semaine que mon garçon de 10 ans n'a pas déjeuné. Je n'en suis pas fière, mais je n'ai pas le choix de demander de l'aide. » – Sylvie, inapte au travail à la suite d'un grave accident, Saint-Gervais.

(Par souci de confidentialité, les prénoms des témoins ont été changés.)

**POUR FAIRE UN DON
OU RECEVOIR NOS SERVICES**

418-883-1399

FRIGOSPLEINS@FRIGOSPLEINS.COM

www.frigospleins.com



418-883-1399

frigospleins@frigospleins.com

197 rue Principale
Saint-Lazare-de-Bellechasse (Québec)
G0R 3J0

