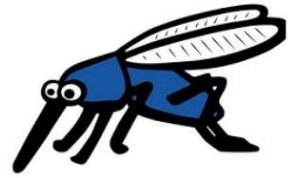


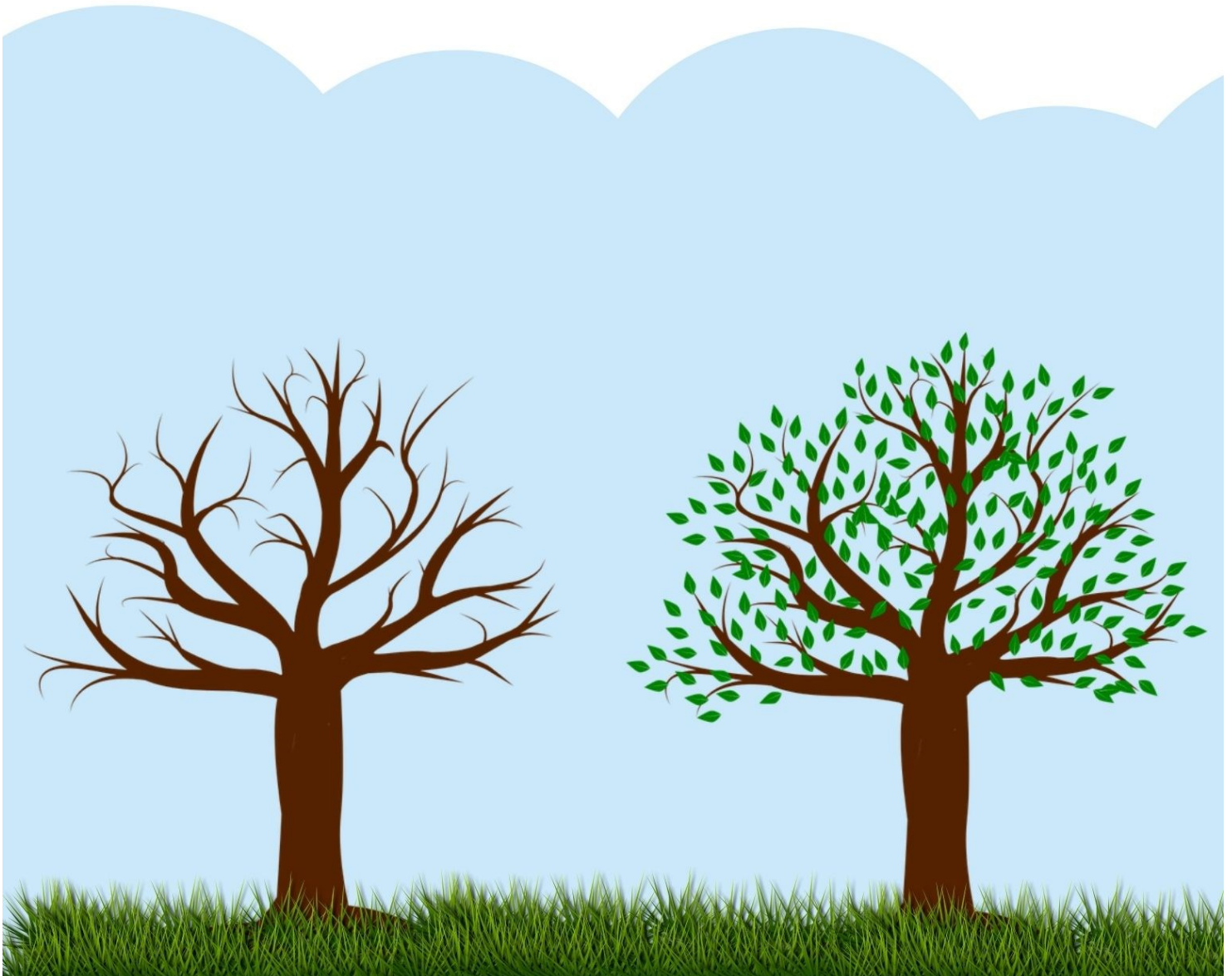
Numéro 1

Avril 2021

LE MARINGOUIN



On lâche pas !



DANS CE NUMÉRO

- 3** MOT DE SYLVIE TARDIF
- 4** RENCONTRE LITTÉRAIRE
Par Johanne Spiek, Line Chiasson, Yolande Desrosiers et Diane Martel
- 5** PAROLE DE MEMBRE
Par Luce Morissette
- 5** PRÉSENTATION D'UNE STAGIAIRE
Par Julie Demers
- 6** SEMAINE DE L'ALPHA POP
Par les groupes de conscientisation
- 8** LA FRACTURE NUMÉRIQUE
Par Isabelle Thibodeau
- 9** COLLECTIF FAMILLES
Par Caline Flora Kuissic Soh
- 9** PAROLE DE MEMBRE
Par André Lamy et Roger Fournier
- 10** PAROLE DE MEMBRE - Ce que FAPE et COMSEP ont apporté à ma vie
Par Josée Courchesne
- 11** PRÉSENTATION D'UNE STAGIAIRE
Par Chloé Lahaie

RÉDACTION

Membres de COMSEP

MISE EN PAGE

Cindy Raiche

RÉVISION ET CORRECTION

Sylvie Tardif, Denise Carbonneau et
Laurence Brissette

RÉALISATION ET PUBLICATION

COMSEP

DÉPÔT LÉGAL

Bibliothèque et archives nationales du Québec—2021

LE JOURNAL LE MARINGOUIN EST RÉALISÉ ET PRODUIT AVEC LES PARTICIPANTS ET PARTICIPANTES DE COMSEP DANS LE CADRE D'UNE DÉMARCHE D'ÉDUCATION POPULAIRE SOUTENUE PAR UNE ÉQUIPE D'ANIMATION ET DE BÉNÉVOLES.

LE JOURNAL EST IMPRIMÉ TROIS FOIS PAR ANNÉE ET EST REMIS À TOUS LES MEMBRES DE COMSEP.

COMSEP
Solidaires
contre la pauvreté



MOT DE SYLVIE TARDIF

EXEMPLAIRES ET REMARQUABLES



Exemplaires est le mot qui me vient en tête quand je pense à vous, participants et participantes qui venez à nos activités pendant la pandémie. Pour se protéger contre la Covid-19, nous avons dû implanter des règles sanitaires strictes (port du masque, distanciation physique, désinfection, lavage de mains, registre de présences, présences limitées dans les locaux, etc.) Eh bien, vous avez appliqué toutes ces règles de façon exemplaire, et ce, depuis mars 2020. La preuve, c'est que bien que nous ayons dû gérer des cas de Covid-19, nous n'avons eu aucune éclosion dans nos locaux depuis le début de la pandémie. C'est exemplaire.

Remarquable est l'autre mot qui me vient à l'esprit en pensant à notre équipe de bénévoles. Ces bénévoles sur qui nous avons pu compter pendant ces mois difficiles. Que ce soit en animation, à la distribution alimentaire, au gym, à la friperie, à l'accueil/réception, nos bénévoles ont été présents, de bonne humeur, s'appliquant pour que nos activités puissent avoir lieu.

Remarquable aussi fut notre équipe de travail salariée. Elle a affronté sa peur d'attraper le virus à chaque jour, a fait preuve de créativité pour offrir, malgré tout, des ateliers et des activités de qualité, que ce soit en présence ou en virtuel. Cette équipe a travaillé d'arrache-pied pour que nos membres ne soient pas isolés chez eux, que les personnes puissent venir apprendre en présence dans nos locaux sécurisés, qu'elles puissent recevoir de la nourriture saine, que les enfants aient des moyens de réussir leur année scolaire et que les gens puissent avoir accès à des services même en pleine pandémie. C'est remarquable.

Je n'ai pas de mots pour vous remercier d'avoir été aussi exemplaires et remarquables. Maintenant que la vaccination est offerte dans notre région, il faut continuer à être aussi exemplaires et remarquables et aller se faire vacciner. Il faut convaincre notre entourage d'y aller aussi. Ce n'est que lorsque la population sera majoritairement vaccinée que nous pourrions retourner à une vie normale comme avant mars 2020. C'est ce que j'espère de tout cœur!

Soyons aussi exemplaires et remarquables face à la vaccination que nous l'avons été en appliquant les règles sanitaires.



RENCONTRE LITTÉRAIRE

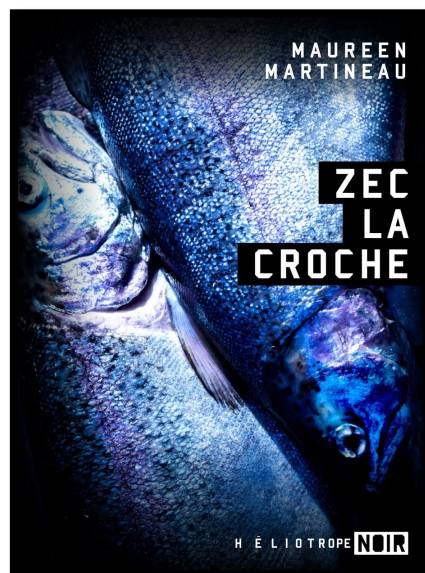
Par Johanne Spiek, Line Chiasson, Yolande Desrosiers et Diane Martel

Le 25 mars dernier, une activité spéciale s'est déroulée au local 116 devant environ 18 participants et participantes de l'alpha. Deux bénévoles passionnés du livre, Francis Dubé et Lise Blanchette, ont présenté l'univers fascinant de l'autrice Maureen Martineau. Merci pour cette présentation enrichissante faite grâce à Zoom.

Par la suite, il y a eu une rencontre avec Maureen Martineau qui nous a présenté son 6e roman, *Zec La Croche*. Elle était présente avec nous.



Merci au Salon du livre de Trois-Rivières de nous avoir permis de vivre de si beaux moments.



PAROLE DE MEMBRE - LUCE MORISSETTE

Par Luce Morissette



Mon nom est Luce. J'ai connu COMSEP suite à l'invitation d'une amie à participer à un dîner du collectif Femmes. Comme j'étais en période de recherche d'emploi et que je cherchais à occuper mon temps libre, j'ai donné mes disponibilités pour faire du bénévolat.

Mon parcours de travail m'ayant amené à occuper des emplois de réceptionniste, commis de bureau etc., on m'a offert de faire l'accueil certains midis à la réception, les appels aux membres lors d'événements et d'autres tâches permettant de dégager un peu le personnel en place. On m'a ensuite demandé de remplacer occasionnellement Nathalie Gauthier lors de congés, rendez-vous ou vacances. J'ai accepté avec grand plaisir. L'âge de la retraite me permet maintenant d'avoir plus de temps pour mettre à profit mes expériences de travail, dans un organisme communautaire qui apporte beaucoup à un grand nombre de personnes. Ainsi, je côtoie des gens actifs et surtout très professionnels dans une ambiance plaisante.

En étant membre, j'ai aussi l'occasion de participer aux nombreuses activités proposées en plus de rencontrer des gens intéressants. Ce qui m'apporte beaucoup et éloigne la solitude. Afin de respecter les mesures sanitaires, je vous reçois donc actuellement au poste d'accueil de la porte 5 chez COMSEP.



PRÉSENTATION D'UNE STAGIAIRE - JULIE DEMERS

Pourquoi j'ai choisi COMSEP pour faire mon stage ?

Bonjour, je m'appelle Julie. J'effectue un retour aux études et je suis maintenant finissante en Techniques de travail social. J'ai choisi COMSEP pour vivre mon dernier stage parce que c'est un milieu très enrichissant pour une personne comme moi qui est animée par la justice sociale et la reconnaissance de droits, tels que la liberté et l'égalité.

Pour moi, COMSEP représente l'ouverture, la diversité et aussi la cohérence. J'ai toujours aimé apprendre sur les gens et sur moi-même. Les interactions humaines sont les plus belles façons d'apprendre, selon moi. Je crois aussi en la conscientisation, la sensibilisation et la force du groupe pour contribuer à l'amélioration des conditions de vie. Tout le monde a le droit d'avoir sa chance et j'adore voir les gens cheminer.



Je suis très heureuse de vivre ce séjour parmi cette grande famille. J'ai la chance d'apprendre à connaître le travail communautaire, d'être près des gens et de créer des liens. COMSEP, c'est un endroit où on développe un sentiment d'appartenance et où on développe l'autonomie. COMSEP, c'est avec moi et... pour moi !

SEMAINE DE L'ALPHA POP

Par les groupes de conscientisation

Le 29 mars débutait la 5^{ème} édition de la semaine de l'alphabétisation populaire. Au Québec, près de 1,5 million de personnes ont des difficultés d'écriture et de lecture. Pour cette semaine, COMSEP a produit des vidéos qui ont été diffusées sur Facebook, qui témoignent de la réalité des participants durant leur parcours de vie et pendant la pandémie.

Voici un aperçu de ce que les personnes analphabètes avaient à nous dire!

- Venir à COMSEP me permet d'avoir une vie sociale.
- Apprendre les décisions à suivre et apprendre à les utiliser.
- Ma fierté d'être à COMSEP, c'est de faire du théâtre et des arts, exposer nos œuvres.
- Ma fierté à COMSEP, j'ai appris à me faire confiance.
- Ma fierté à moi, c'est de pouvoir m'exprimer et accomplir des choses que je n'aurais jamais faites avant.
- Cela m'aide beaucoup pour la motivation.
- Ma fierté, c'est qu'à COMSEP, j'ai appris à me faire confiance dans les transports en commun. Faire la réception me permet de mettre ma gêne de côté pour répondre aux gens et de garder contact avec le monde et me faire de nouveaux amis(es).
- Moi ma fierté, c'est de faire ma lecture à la pièce de théâtre devant public.
- Rester éveillé. Apprendre tous les jours, être avec des gens, me concentrer et vivre contre la pauvreté.
- Je viens à COMSEP pour briser l'isolement.



SEMAINE DE L'ALPHA POP

- Je suis très fier de venir à COMSEP, car je sors un peu de chez moi et aussi je participe un peu à des discussions.
- Je viens à COMSEP pour faire évoluer mon français, ça me sort de ma zone de confort et me redonne confiance et estime de soi.
- Je suis fier d'être tenace et de poursuivre ma recherche d'emploi.
- Déjà 20 ans que je suis avec COMSEP, cette belle famille, ça m'a redonné le goût de vivre pleinement ma vie.
- Je suis fier de faire partie d'un organisme qui a à cœur le bien-être des gens. Je rencontre des gens de cœur, des gens vrais qui se respectent entre eux.



- Ma fierté d'être à COMSEP est de m'améliorer dans des matières et de se sentir dans une « gang » merveilleuse sans préjugé.
- Moi ma fierté de venir ici, ça a augmenté mon estime de moi et me fait prendre ma place, aux ateliers je n'ai pas peur de parler et dire mon point de vue.
- Ma fierté à COMSEP est d'apprendre les règles en français et de me forcer pour toujours en savoir plus.
- Apprendre de nouvelles choses. Avec les cours d'alpha et français se développent de nouveaux acquis. Ça nous aide dans la vie.
- Ce qui me rend fière de venir à COMSEP, c'est de venir à COMSEP pour apprendre de nouvelle chose.
- Briser l'isolement, voir des personnes, jaser, discuter, apprendre de nouvelles choses, avoir sa place dans la société.

BONNE SEMAINE DE L'ALPHA POP !

LA FRACTURE NUMÉRIQUE

Par Isabelle Thibodeau

La fracture numérique est la difficulté qu'ont les gens à avoir accès à l'informatique, notamment Internet. Il y a une différence fortement marquée d'une part entre les pays riches et les pays pauvres, d'autre part entre les villes et les campagnes. La fracture numérique concerne les inégalités dans l'usage et l'accès aux technologies de l'information et de la communication comme le téléphone portable, l'ordinateur ou le réseau Internet.



Ce n'est pas tout le monde qui peut bénéficier d'Internet, même de nos jours, de même que tous les outils pour y parvenir. Pour plusieurs personnes, Internet est indispensable soit pour leur travail, leurs études ou même communiquer avec des proches à travers le monde. Malheureusement, ce n'est pas tout le monde qui a les moyens d'avoir Internet. Soit à cause de l'endroit où la personne vit, soit que le village n'a pas d'accès Internet et soit il y a beaucoup de pauvreté.

Il faudrait que toutes les municipalités aient accès à Internet et que tout le monde ait Internet à un prix abordable... Il faudrait également que les ordinateurs neufs soient moins chers pour que les gens puissent pouvoir se servir des nouvelles tendances informatiques. En 2021, avoir accès à Internet est pratiquement devenu un service essentiel.



COLLECTIF FAMILLES

Par Caline Flora Kuissic Soh

COMSEP a été le premier organisme d'assistance que j'ai connu quand je suis arrivée au Canada.

Arrivée au Canada le 7 juillet 2020, en pleine crise sanitaire, COMSEP est pour moi aujourd'hui une famille. Je viens à COMSEP pour moi, mon épanouissement, ma famille, de nouvelles rencontres et mon intégration.

Avec COMSEP, je me sens intégrée et épanouie. Grâce à son équipe dynamique, ma famille et moi nous sentons chez nous dans notre nouvelle terre.



PAROLE DE MEMBRE

Par André Lamy, avec l'aide de Roger Fournier

Bonjour,

Je m'appelle André Lamy. Depuis le début de la pandémie, je suis participant à la friperie de COMSEP. Auparavant, j'ai travaillé une vingtaine d'années au Service d'intégration au travail (S.I.T.) Mauricie et quatre mois à Moisson Mauricie en 2019. Depuis l'été 2020, je suis sur un projet du gouvernement jusqu'en 2025.

À COMSEP, mon temps est consacré, en partie, à travailler à la friperie. Cela m'apporte beaucoup d'expérience et m'aide à briser l'isolement dans ma vie. Mon horaire ne s'arrête pas là : J'ai la chance de suivre des ateliers de français, de calcul et d'informatique. Tout cela m'amène à être fier de moi, d'avoir plus de confiance et d'être meilleur dans mes études.

Enfin j'ai connu du monde qui me valorise. Je remercie de tout mon cœur les gens de COMSEP. Dans mon chemin de ma vie, j'apprends beaucoup avec vous.



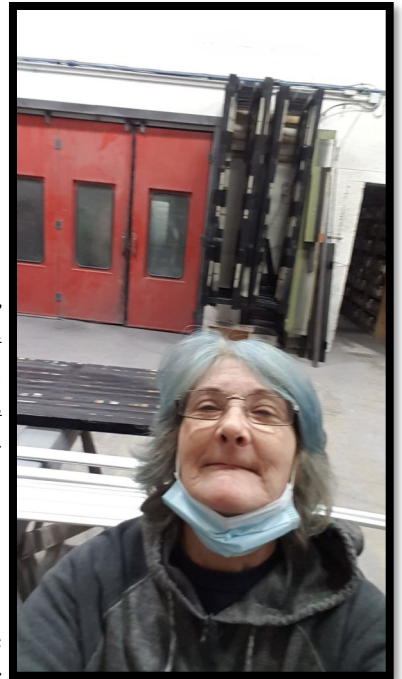
PAROLE DE MEMBRE - FAPE

Ce que FAPE et COMSEP ont apporté à ma vie

Par Josée Courchesne

Préambule par Vicky Gélinas

Je me rappelle comme si c'était hier l'arrivée de Josée Courchesne à FAPE. Elle a été l'une des premières participantes avec qui j'ai eu la chance de travailler. Elle avait un objectif, soit de travailler en construction. Les yeux rivés sur celui-ci, elle a surmonté les obstacles sur son chemin. C'est avec beaucoup de persévérance, d'essais et erreurs et de motivation qu'elle a réussi à atteindre ses objectifs. Certains jours ont été plus difficiles que d'autres et parfois, même le cœur n'y était plus. Elle n'a jamais abandonné. Aujourd'hui, il nous fait plaisir de lui demander de faire des témoignages auprès de nos personnes participantes. Toute l'équipe est fière de toi Josée!



Il y a quelques semaines, j'ai écrit un premier article sur mon expérience à COMSEP dans le secteur FAPE. On m'a demandé de réécrire un article pour faire une mise à jour des changements qu'il y a eu pour moi dans les derniers temps.

COMSEP m'a permis de sortir de mon isolement, vous m'avez fait réaliser que je pouvais faire mieux que de rester chez moi à ruminer mon passé. Vous avez été là pour moi dans mes moments difficiles. Avec vous, j'ai entamé des démarches et je suis allée chercher de l'aide pour continuer à grandir et à me faire confiance.

Tout ce travail m'a menée à mon stage en entreprise, qui m'a permis de finalement me trouver un emploi que j'aime et où je me sens appréciée et considérée. COMSEP m'a permis d'avoir un meilleur avenir, de la confiance en moi et je me suis fait de nouveaux amis(es). Quitter COMSEP, c'est un grand pas pour moi. Mais j'ai confiance que je suis prête et vous me manquez déjà beaucoup!

FATIGUÉ DE TOURNER EN ROND?

• • • • •

TU VEUX TRAVAILLER?

INSCRIS-TOI À

819-378-6963

COMSEP
EMPL

UNE FORMATION QUI DÉVELOPPE TES COMPÉTENCES POUR DEVENIR:

- AIDE-CUISINIER(ÈRE)
- AIDE-DOMESTIQUE
- PRÉPOSÉ(E) AUX BÉNÉFICIAIRES
- COMMIS D'ENTRÉPÔT OU À L'ÉTAGAGE
- ETC.

Services Québec

*POSSIBILITÉ D'UN REVENU SUPPLÉMENTAIRE
1060, rue Saint-François-Xavier, TR

PRÉSENTATION D'UNE STAGIAIRE - CHLOÉ LAHAIE

Qui suis-je ?

Bonjour à tous et toutes,

Je m'appelle Chloé et je suis en Techniques d'éducation spécialisée au Collège Laflèche. Je suis une personne dynamique et souriante et je m'engage pleinement dans ce qui me tient à cœur. Une chose importante à savoir est que j'aime travailler avec les gens. J'adore le programme dans lequel je suis, il me permet de me découvrir en tant qu'individu, mais également il me permet d'apprendre à bien accompagner les gens dans leur vie quotidienne afin de répondre à leurs besoins adéquatement.



Je fais présentement mon stage d'intervention 1 à COMSEP et j'adore le milieu. J'ai la chance d'être dans tous les volets, comme celui des familles, de l'emploi (F.A.P.E), de l'alphabétisation ainsi qu'aux services (friperie). Cela me permet de créer de beaux liens avec tous les gens du milieu tout en étant en contexte d'apprentissage et de pratique. Je suis reconnaissante de la chance qu'on m'ait donnée de faire mon stage ici, à COMSEP. J'apprends beaucoup auprès des gens que je côtoie au quotidien et ce, depuis le début de mon stage. Ce n'est que le début!

Merci beaucoup et au plaisir !



**L'ÉTÉ EST
ARRIVÉ À LA
FRIPERIE
COMSEP !**





**LUNDI AU VENDREDI
9:30-15:45**

749, boul. du Saint-Maurice 

PLATS CUISINÉS SUR COMMANDE

Fonctionnement

Plusieurs choix de plats cuisinés à chaque semaine

Vous avez jusqu'au jeudi midi pour commander par téléphone

Vous devez récupérer vos commandes le mardi suivant entre 12h00 et 17h30

À partir de 6.25\$

Exemples de plats :

Fettucine aux crevettes
Poulet parmigiana
Lasagne gratinée
Saumon à l'érable
et plus encore...



Service de traiteur BOUFF'elles
Une entreprise d'économie sociale de
COMSEP depuis 1992.

1060, rue St-François-Xavier, porte 2
Trois-Rivières
819 378-3842

*La pandémie est difficile pour nous.
Soyez solidaires. Achetez local !*

*Pour connaître le menu de la semaine,
rendez-vous sur notre page Facebook
BOUFF'elles - service de traiteur*

