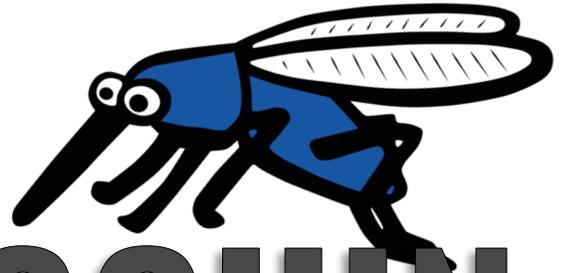


JOURNAL LE MARINGOUIN



Numéro 3 | AUTOMNE 2022



*Une rentrée en force
et en couleurs!*

COMSEP
Solidaires
contre la pauvreté

DANS CE NUMÉRO

- 3 MOT DE SYLVIE TARDIF
- 4 POUR MOI, LA FORMATION PRÉPARATOIRE À L'EMPLOI DE COMSEP, C'EST...
- 6 FAMILLES : MON ÉTÉ CHEZ COMSEP
- 7 L'ÉTÉ EN ALPHA
Nos activités et ateliers
Appréciation des participantes et participants
- 8 PAROLES DE MEMBRES :
Amélia Gendron
La Friperie et moi
- 9 PAROLES DE MEMBRES :
Journée internationale de l'alphabétisation
- 10 PUBLICITÉS DE COMSEP ET DE BOUFF'ELLES



RÉDACTION

Membres de COMSEP

MISE EN PAGE

Marie-Claude Camirand

RÉVISION ET CORRECTION

Sylvie Tardif, Marie-Claude Camirand

RÉALISATION ET PUBLICATION-

COMSEP

DÉPÔT LÉGAL

Bibliothèque et archives nationales du Québec—2022

LE JOURNAL LE MARINGOUIN EST RÉALISÉ ET PRODUIT AVEC LES PARTICIPANTS ET PARTICIPANTES DE COMSEP DANS LE CADRE D'UNE DÉMARCHÉ 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.



MOT DE SYLVIE TARDIF



Une belle année qui commence !

Enfin, on se retrouve après un bel été où nous avons pu prendre des vacances bien méritées. L'année 2021-2022 fut une année difficile pour COMSEP où la Covid et le départ de plusieurs collègues de travail ont demandé bien du courage, de l'adaptation et beaucoup de résilience. COMSEP était comme un bateau dans la tempête, mais nous avons réussi à nous en sortir et à trouver du nouveau personnel pour remplacer les personnes qui sont parties.

Quelle équipe extraordinaire nous avons réussi à former! En effet, nous pouvons maintenant compter sur des membres de l'équipe de travail qui ont de l'expérience et qui connaissent bien COMSEP et aussi sur une belle gang de personnes qui nous arrivent avec beaucoup de potentiel et d'expériences acquises ailleurs. Je suis tellement fière de cette nouvelle équipe de travail. En plus, notre Cindy est revenue de son congé de maternité.

Pour compléter l'équipe de travail, il y a plusieurs bénévoles formidables qui s'investissent avec énormément d'énergie pour accomplir leurs tâches respectives.

Encore cette année, nous aurons aussi un beau groupe de 7 stagiaires. Certaines étudient au Collège Lafleche, d'autres au Cégep et une à l'université de l'Outaouais.

De plus, il y aura du nouveau cette année, nous accueillerons deux stagiaires qui arriveront de France. La pandémie nous avait empêchés, depuis près de 3 ans, de recevoir des stagiaires de l'étranger.

Comme vous voyez, l'année qui vient est très prometteuse avec une belle équipe et beaucoup d'activités et de projets à réaliser.

Depuis mon retour de vacances, j'ai pu rencontrer plusieurs d'entre vous et vous avez l'air drôlement en forme. J'étais contente de vous voir.

Notre organisme entreprendra sa 36^e année en novembre avec les membres, les bénévoles, les stagiaires et l'équipe de travail; une belle grande famille avec toutes ses couleurs!

Sylvie Tardif
Coordonnatrice générale, COMSEP



POUR MOI, LA FORMATION PRÉPARATOIRE

Thanyaphat Botweangpun



En fait, j'ai appris le français avec des gens du coin. Acquérir une expérience pratique de l'écoute, parole, lecture et écriture. C'est très bien et satisfaisant.

Pour moi FAPE c'est une organisation d'aide

indépendante qui aide les personnes qui souffrent de diverses façons.

Aingel Fecteau



Pour moi FAPE c'est comme une petite famille. Ça nous permet d'avoir confiance en nous et nous permet de nous trouver un emploi. C'est connaître du bon monde et ne pas se faire juger.

La plupart des ateliers permettent d'en apprendre un peu plus sur plusieurs métiers!

Francis Héroux



Pour moi FAPE c'est une méditation afin de me retrouver et prendre du recul. Autant pour travailler sur moi-même que faire une rétrospective sur mes anciens emplois et de choisir judicieusement avec les acquis de formation et

ateliers une nouvelle orientation pour l'avenir.

Jusqu'à présent l'atelier qui m'a appris le plus c'est la gestion du stress! Pour l'instant, cela m'a permis de mieux identifier les facteurs de stress dans mon quotidien et de comprendre si ce stress indésirable est nécessaire et de mieux gérer mes pensées ou réaction en fonction de mon analyse.

Lisa-Lynn Nordal

My future and happiness, new friends and family. New accomplishments, confidence in myself and a new career!

Nouveaux amis et famille, nouveaux accomplissements, confiance, nouvel endroit pour le travail, nouvel avenir et bonne humeur!

Rachelle Filiatrault



Pour moi FAPE c'est un tremplin vers l'emploi de mes désirs, un emploi stable et bien rémunéré, une vie plus digne et plus prospère... Mais c'est aussi une belle gang de profs et d'étudiants qui sont très motivés!

L'atelier qui m'a le plus appris est la réalité du marché du travail. Celui de l'histoire des événements en lien avec le travail à travers les siècles m'a beaucoup appris et intéressée. Savoir que le premier crash économique a eu lieu en 1929, que le droit de vote des femmes a commencé en 1940, que les Baby-boomers ont été plus de 2 millions au Québec et que leurs naissances a commencé en 1943 jusqu'à 1959, etc.

Marc-Antoine Lefebvre

FAPE est pour moi l'outil qui m'aide à m'encadrer et me diriger. Une structure qui m'aide à trouver mon domaine. Tous les gens qui travaillent à COMSEP veulent et sont motivés pour ma réussite et je leur en suis grandement redevable.

E À L'EMPLOI DE COMSEP C'EST...

Frédéric-Alexandre Beaupré



Moi, c'est les profs : Laurence, Vicky et Alexandra. Elles ont répondu à des besoins de base très importants, soit des cours pour me redonner confiance en moi et même de la nourriture.

Le plus important pour moi, c'est l'accès à la salle de musculation. J'avais de la difficulté à marcher lorsque je suis arrivé à COMSEP. Maintenant, je cours! Merci à COMSEP de m'avoir donné la chance de changer ma vie!

Guillaume Boulanger



COMSEP pour moi est un organisme communautaire aidant les personnes dans leurs recherches d'emploi et autres.

Je suis en activité depuis quelques jours seulement.

Claudiane Dupont-Gélinas



FAPE pour moi, c'est la motivation à l'emploi. On m'apprend le bagage qui me manque et la confiance dont j'avais besoin.

C'est le coup de pouce pour retour-

ner sur le marché de l'emploi. Merci pour les belles connaissances et rencontres que j'ai faites ici!

L'atelier sur le stress était très significatif pour moi. J'ai appris mille et un truc pour mieux le gérer, le diminuer ou même l'anticiper. J'avais l'impression que l'atelier avait été écrit pour moi! Je peux maintenant mieux identifier mon stress et surtout en comprendre la cause!

F.A.P.E
FORMATION ADAPTÉE
PRÉPARATOIRE À L'EMPLOI

**AIDE-CUISINIER/CUISINIÈRE
COMMIS CUISINE
PRÉPOSÉ-E AUX BÉNÉFICIAIRES
PRÉPOSÉ-E À L'ENTRETIEN MÉNAGER
COMMIS À L'ÉTALAGE
ET PLUS ENCORE!**

Possibilité d'un revenu supplémentaire

1060 Saint-François-Xavier, Bureau 250
Trois-Rivières, G9A 1R8
819-378-6963

Services Québec

COMSEP
EMPLI

FAMILLES - MON ÉTÉ CHEZ COMSEP

Hayden

Durant mon été, j'ai aimé faire plein d'activités à COMSEP. Les activités sont : les sciences, le rallye en ville, le conte en musique, le cinéma, etc.

Christell et Zozo

Zoélie adore venir ici à COMSEP avec maman. C'est une petite joie de revenir à chaque semaine, toutes les activités ont été aussi intéressantes les unes que les autres. De bien beaux souvenirs parent-enfant. Le groupe est très accueillant, une belle dynamique, amusant. À refaire sans hésitation!

Érick Gravel et Alysson

J'aime la piscine, jouer à se cacher dans l'eau.

Sébastien

Aller à la piscine.

Lyne Baillargeon

J'ai aimé être en plein air pour l'été, car ça fait du bien de prendre du soleil. Pour moi, l'été n'est pas une de mes saisons préférées. Celle que je préfère c'est l'automne pour la cueillette de légumes dans le jardin. Nous aimons essayer de nouvelles choses, comme de nouveaux légumes.

Sophie G. et Florence

Nous c'est l'accès au camp Ville-Joie pour la semaine du 1^{er} au 5 août! Ça été des vacances de rêve, des jeux, des animatrices hors pair et des souvenirs pour minimum un an car c'est certain qu'on va renouveler l'expérience!

Fabienne

J'ai aimé quand on est allé à la piscine du pavillon. C'était vraiment cool, j'ai beaucoup aimé ça!



L'ÉTÉ EN ALPHA

NOS ACTIVITÉS ET ATELIERS

Cet été, dans le secteur alphabétisation et services, nous avons eu quelques nouveautés en plus de nos valeurs sûres.

Les participantes et participants ont eu la difficile tâche de choisir parmi plusieurs ateliers tous aussi différents qu'intéressants.

Comme nouveauté, il y a eu le « Tour du monde en 9 semaines » qui nous a fait voyager du Maroc au Japon en passant par le Chili. Tout le monde a pu en apprendre davantage sur la culture, la nourriture, l'architecture et plus encore.

Dans l'atelier « Mythes et légendes fantastiques », diverses histoires ont été racontées, certaines méconnues, comme la légende du roi singe, et d'autres plus connues, comme la légende de la Corriveau.

Comme chaque, été les participantes et participants ont mis la main à la pâte dans l'atelier d'aménagement paysager. Le terrain de COMSEP na jamais été aussi radieux!



APPRÉCIATION DES PARTICIPANTES ET PARTICIPANTS

Dans le secteur de l'alpha, il y a eu des ateliers durant l'été. Voici quelques commentaires que nous avons recueillis.

« J'ai beaucoup aimé mes ateliers d'été. Dans le cadre de l'atelier Tour du monde en 9 semaines, nous avons voyagé à travers les pays grâce à des invités. Nous avons connu des légendes et la musique qui va avec les films. Nous avons fait des quizz et des dictées trouées. C'était très agréable. » **Johanne Pagé**

« Moi j'ai participé aux ateliers de jardinage avec Joane Bergeron. J'ai bien aimé apprendre le nom des outils. J'ai aimé aussi les ateliers culture et nature, les arts, la musique et le cinéma. » **Diane Martel**

« Je n'ai pas aimé l'aménagement paysager, mais j'ai aimé l'atelier loisir et culture pour aller marcher dehors. La sortie à l'amphithéâtre Cogéco était ma préférée. » **Patrick Hainse**

« Ce fût un très bel été. J'ai bien apprécié les ateliers à COMSEP : l'aménagement paysager, la réception et les sorties avec Guillaume sans oublier les ateliers d'arts. » **Gérald Mongrain**



Nous avons aussi eu l'atelier « Histoire de la musique et du cinéma » qui a été bien apprécié. Nous avons pu discuter de films et de musiques en plus d'en découvrir.

Les projets en arts ont continué à se tenir cet été au grand plaisir de toutes et de tous qui ont travaillé fort et ont bien hâte de voir les résultats finaux en plus des expositions, qui seront une belle expérience.

Dans l'atelier Loisirs et cultures, nous avons eu la chance de visiter des galeries d'art, des musées et des lieux culturels. Encore une fois cette année, nous avons pu observer de merveilleuses œuvres dans le cadre de la Biennale nationale de sculpture contemporaine. Ce fut un été bien rempli, mais surtout très apprécié de la part des participantes et participants.

Nous sommes dorénavant prêts à relever de nouveaux défis et débiter une nouvelle session.



PAROLE DE MEMBRES

AMÉLIA GENDRON - Par Roger Fournier

Une nouvelle employée s'est jointe à l'équipe de la Friperie cet été, il s'agit d'Amélia Gendron. Âgée de 17 ans, elle a travaillé, avant son emploi à COMSEP, en restauration et aussi comme gardienne de sécurité au FestiVoix de Trois-Rivières.

Pour ce qui est de la Friperie de COMSEP, elle m'a avoué qu'elle aimait s'occuper de l'ouverture du commerce, des vêtements et d'accueillir la clientèle.

Amélia a connu COMSEP par sa grand-mère, Diane Gendron, qui y a fait beaucoup de bénévolat. Ainsi, depuis qu'elle est toute petite, Amélia fréquente COMSEP.

Grâce à Diane, elle a participé à diverses activités dont l'aide aux devoirs, lorsqu'elle était à l'école primaire. D'ailleurs, Amélia a récemment obtenu son diplôme d'études secondaires. Une belle victoire!

Ponctuelle, elle a toujours hâte d'arriver le matin et d'être entourée de bonnes personnes. Elle se sent aussi à l'aise avec le personnel. Pour Amélia, son emploi l'occupe et lui donne l'occasion d'avoir une bonne routine.

Finalement, Amélia a une belle maturité pour ses 17 ans et ce fut un bonheur d'être un de ses collègues de travail car elle sait semer la joie de vivre autour d'elle.



LA FRIPERIE ET MOI - Par Roger Fournier

Bonjour chers lecteurs et chères lectrices du Maringouin. Je suis Roger Fournier et je travaille à la Friperie de COMSEP.

Après avoir animé des ateliers de français et de calcul de base en alphabétisation durant 16 ans, j'ai commencé l'apprentissage, depuis la pandémie, des rudiments de la Friperie de COMSEP.

Si on m'avait demandé par le passé si j'aimerais travailler dans un commerce, j'aurais dit non! Par contre, de la façon dont j'ai été accueilli par les employées et employés, les stagiaires et les bénévoles, je me suis dit que c'était vraiment ma place à la Friperie.

Au départ, j'ai appris à faire diverses tâches quotidiennes : ouvrir et à fermer la boutique, trier les vêtements et les articles qui seront vendus, m'occuper de la caisse et recevoir avec le sourire nos clientes et clients.

Nous avons une belle clientèle. La plupart d'entre eux trouvent que la Friperie de COMSEP est un endroit propre et accueillant et que nous avons de bons produits qui proviennent des dons de la population.

Plusieurs personnes viennent nous encourager car les profits des ventes vont aux activités de COMSEP et à la communauté trifluvienne.

Bref, je suis très heureux de faire partie de la grande famille de COMSEP et, surtout, d'être un des responsables de la Friperie. Venez nous voir!



PAROLE DE MEMBRES

JOURNÉE INTERNATIONALE DE L'ALPHABÉTISATION

- par les participantes et participants en alphabétisation

Nous sommes un groupe en alphabétisation à COMSEP. Nous avons des difficultés à lire et à écrire. Au Québec, nous sommes 1,3 million d'adultes âgés de 16 ans et plus dans cette situation, ce qui représente un adulte sur cinq.

Au quotidien, ça pose plusieurs problèmes que les personnes alphabétisées ne peuvent s'imaginer. Par exemple, voici quelques témoignages qui présentent certaines de ces difficultés. Certains témoignages ont été corrigés au niveau du français, tandis que d'autres ne l'ont pas été.

«Pour lire, ça va, mais je ne retiens pas ce que je lis. J'aime lire parce que je veux apprendre. Il faut que je lise tranquillement pour apprendre les mots.» «Je m'échange les l'êtres et les voyièles, j'ai écrit au son et tous les mots» «Du fait de mon bas niveau de scolarité 5ème année du primaire, je ne peux pas aller sur les marchés du travail» «Quand t'écoutes un film et qu'il y a des sous-titres, je perds une grosse partie du film» «Veux être capable de te débrouiller sans demander à tout le monde, une chance sur le cellulaire, il y a un correcteur» «Quand on a des formulaires à remplir. Des fois c'est dur à comprendre. C'est compliqué même si je sais lire.»

À COMSEP des bénévoles s'investissent chaque année pour aider la centaine de personnes ins-

crites aux différents ateliers d'alphabétisation. Voici le témoignage d'un des bénévoles :

«Je dois avouer que ce qui me fait le plus plaisir, c'est de voir combien les participants et participantes sont motivés, sérieux, humbles et persévérants dans leur démarche. Apprendre ou améliorer l'usage du français n'est pas toujours facile. Les progrès sont toujours louables, même s'ils sont petits. Pour ces personnes, il faut tenir compte d'où on part dans la vie. Je constate combien la volonté, la motivation et les efforts peuvent donner confiance. La maîtrise du français sert à bien fonctionner dans une société, et bien fonctionner, ça donne confiance...»

Le problème de l'analphabétisme comporte plusieurs dimensions dont la dimension sociale. Les causes et les conséquences sont complexes: exclusion sociale, rupture, isolement, violence, itinérance, immigration, dépendance, monoparentalité, délinquance, criminalité, etc.

«Heureusement des organismes communautaires comme COMSEP existent pour nous aider à améliorer notre vie. COMSEP ne fait pas que nous apprendre à lire et à écrire ou nous permettre d'améliorer nos compétences en lecture et écriture. Il nous fait avancer dans notre cheminement de vie.»



LA CAFÉTÉRIA DE COMSEP EST OUVERTE!

Le matin, dès 8h30 :

- Café et jus de fruits
- Muffins et galettes
- Yogourt et muslix
- Fromage

Les collations :

- Noix
- Muffins et galettes
- Chips
- Pouding
- Yogourt et fromages
- Chocolat
- Gomme

Le midi, de 11h45 à 13h30

Menu casse-croûte :

- Hamburgers
- Poutines
- Assiette de lanières de poulet
- Pogos
- Frites et rondelles d'oignon
- Sous-marins
- Sandwichs au fromage fondu
- Sandwichs BLT
- Soupes et soupes-repas
- Plats cuisinés (si disponibles)
- Desserts



COMSEP
 Solidaires
 contre la pauvreté
 Centre d'organisation mauricien de services
 et d'éducation populaire

Plaisir, partage et réussite !
 Dans tous nos ateliers!

C'est gratuit!

Améliore tes compétences en
 lecture et écriture ... autrement!

INSCRIS-TOI !
 Pour les 18 ans et plus