JOURNAL MARINGOUIN

Numéro 14 AUTOMNE 2025

Pas à pas, on avancel





Numéro 14 l Automne 2025 COMSEP

DANS CE NUMÉRO

- 2 PUBLICITÉS
- 3 MOT DE SYLVIE TARDIF
- 4 ALPHABÉTISATION
 - Témoignage de Guy Quenneville
 - Stagiaire en alphabétisation
 - Espace Pauline-Charest
- 5 ALPHABÉTISATION
 - L'expérience estivale en alphabétisation
- 6 FORMATION ADAPTÉE PRÉPARATOIRE À L'EMPLOI
 - Découvertes de milieux de travail
 - Une stagiaire avec FAPE
- 7 FAMILLES
 - L'été dans le secteur Familles
 - Un stagiaire au secteur Familles
- PUBLICITÉS



PUBLICITÉS





RÉDACTION

Membres de COMSEP et Marie-Claude Camirand

RÉVISION ET CORRECTION

Sylvie Tardif, Marie-Claude Camirand

MISE EN PAGE

Marie-Claude Camirand

RÉALISATION ET PUBLICATION

COMSEP

DÉPÔT LÉGAL

Bibliothèque et archives nationales du Québec - 2025

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.

MOT DE SYLVIE TARDIF

EN ROUTE VERS LE 40ÈME ANNIVERSAIRE!

COMSEP a été créé le 16 novembre 1986. En 2026, notre organisme fêtera donc ses 40 ans d'existence. Dès janvier 2026, nous soulignerons régulièrement cet anniversaire important pour bien des gens, moi la première!

JEUX DU QUÉBEC





Je profite de ce bulletin pour féliciter toutes les personnes membres de COMSEP qui ont été bénévoles aux Jeux du Québec.

Les Jeux ont été une très grande réussite et il y a un peu de nous dans cet accomplissement.

Je tiens aussi à

souligner le travail exceptionnel d'un de nos bénévoles, David Labrecque, qui occupait le poste le directeur général de l'organisation des Jeux. Il nous a fait un grand honneur en menant de main de maître cette belle aventure. Bravo aux bénévoles et félicitations David!



UNE MULTITUDE D'ACTIVITÉS

Même si l'été a été bien rempli, les activités régulières repartent de plus belle cet automne. L'alphabétisation, l'accompagnement en français, l'éducation populaire, l'école citoyenne, les activités familles, les groupes de parole, les collectifs, le spectacle, les percussions, la chorale, FAPE, Bouff'elles, le Communo-gym, les activités pour les personnes immigrantes, etc. etc.

Notre équipe de travail est en pleine forme, tout le monde est de retour. Il y aura quelques changements dans les tâches, mais nous avons hâte de reprendre toutes nos activités. La majorité de nos bénévoles sont de retour. Quant à nos participantes et participants, ils continuent de s'engager et de travailler fort pour améliorer leur quotidien. Bravo tout le monde!

Ça va faire 40 ans bientôt que Michelle Pante, Marie-Josée Tardif et moi-même sommes impliquées dans l'aventure COMSEP et nous sommes toujours aussi passionnées. Merci de nous rendrensi heureuses!

Sylvie Tardif

Coordonnatrice générale, COMSEP





Sylvie, Michelle et Marie-Josée, il y a 35 ans... et aujourd'hui.

ALPHABÉTISATION

TÉMOIGNAGE DE GUY QUENNEVILLE

Pour moi, COMSEP a été un moyen de sortir de mon isolement, même si je suis plutôt du type solitaire. J'y ai trouvé des animateurs et animatrices patients et passionnés et ensemble, nous partageons sur divers sujets intéressants en groupe et j'adore ça.

J'ai retrouvé l'estime de moi qui avait un peu pris le bord ces derniers temps. Maintenant je peux travailler sur mes comportements, mes émotions et tenter de mieux interagir avec les autres tout en me respectant moi-même dans mes goûts et mes limites.

J'aime bien le fait de recevoir des billets gratuits pour des spectacles ou des événements variés comme le FestiVoix, ou de partir en groupe en autobus pour faire des activités. COMSEP, c'est le



petit coup de pouce dont j'avais besoin pour me donner de l'élan et en plus, on partage beaucoup de valeurs communes. MERCI COMSEP

STAGIAIRE EN ALPHABÉTISATION

Bonjour!

Je suis Manon Armengaud. Originaire de France où j'y ai travaillé dans le secteur des communications. Mon goût pour le voyage et les nouveaux défis m'a amenée au Québec, où j'ai repris mes études en techniques de travail social au Cégep de Trois-Rivières. Je réalise donc mon stage de dernière année chez COMSEP jusqu'au mois de mai 2026.

Curieuse du monde qui m'entoure et désireuse de promouvoir une plus grande justice sociale, mon diplôme me permettra de contribuer à faire la différence dans le quotidien des personnes vulnérables.

J'ai hâte de rencontrer les humains qui font vivre COMSEP et d'apprendre à leurs côtés.

Pour me reconnaître, vous me croiserez toujours

avec le sourire et des vêtements colorés!



Merci de m'accueillir dans votre grande famille!



ESPACE PAULINE-CHAREST

Vous aimez créer et souhaitez partager vos œuvres? COMSEP vous offre un espace unique pour exposer vos créations : l'Espace Pauline-Charest.

Jusqu'à maintenant, deux de nos membres, Gérald Mongrain et Lise Baribeau, ont eu la chance d'y présenter leur travail. Quelle fierté pour eux !Et si c'était votre tour ? Venez montrer vos talents et faire briller votre créativité au sein de notre communauté!



Communiquer avec Guillaume au Joane pour concrétiser votre projet.

ALPHABÉTISATION

L'EXPÉRIENCE ESTIVALE EN ALPHABÉTISATION

Lorsque nous avons demandé à quelques participantes et participants de résumer leur été à COMSEP en un mot, voici ce qui en est ressorti :

- **Génial**! (Jean-Yves)
- Valorisant! (Mickaël)
- Passionnant! (Stéphane)
- Cool! (Jonathan)
- Chaleureux! (Adel)
- Familiarité! (Perla)

À travers leurs témoignages, les membres ont eu l'occasion de nous dire ce qu'ils ont principalement apprécié lors des ateliers de cet été ainsi que ce qui les a marqués.

« Lors de l'atelier sur les phobies, j'ai aimé connaître les peurs des membres de l'équipe de travail. Ça m'a parfois surpris d'apprendre les peurs de certains, mais c'est intéressant de voir que tout le monde en a ». (Jonathan)

« J'ai aimé apprendre plusieurs choses sur les phobies ». (Jean-Yves)

« J'ai aimé le voyage de fin d'année. C'était intéressant de voir les jardins en lien avec les communautés autochtones ». (Stéphane)

« J'ai aimé tous les ateliers auxquels j'ai participé ». (Jean-Yves)

« L'accueil de COMSEP, de la part des participants et participantes ainsi que des membres de l'équipe. La bonne volonté de chacun, l'esprit de famille ». (Adel)

« L'atelier avec Marie-Claude m'a apporté une ouverture d'esprit et m'a ouvert à de nouvelles perspectives ». (Stéphane) « J'ai beaucoup aimé la visite du Manoir des Ursulines, j'ai aimé observer les toiles ». (Jonathan)

« J'ai créé de nouveaux liens dans les ateliers d'écriture ». (Stéphane)

« Je trouve COMSEP intéressant et instructif. C'est beau de venir ici pour passer du temps auprès de nouveaux amis ». (Perla)





FORMATION ADAPTÉE PRÉPARATOIRE À L'EMPLOI

DÉCOUVERTES DE MILIEUX DE TRAVAIL

Pendant la semaine du camp de planification de l'équipe de COMSEP, les personnes participantes à FAPE ont été invitées à nous présenter un milieu de travail, soit par une expérience personnelle ou encore par une visite des lieux.

Les personnes participantes ont donc présenté leurs observations. Chacune des présentations a permis de créer des interactions et tous et toutes ont exprimé leurs idées et leurs vécus.

Nous avons donc pu visiter une gamme importante de milieux de travail : l'univers de la restauration pour Manon, un commerce lié au cheminement personnel pour Alain, le monde des garderies pour Eddenis, le milieu d'apprentissage de François, une visite au Dollarama pour Paul ou l'expérience d'Asha dans le travail à la maison. Pour Jonathan, ce fut une expérience de journalier dans un camping, Lucas nous a parlé de sa passion pour la soudure et enfin Charles nous a expliqué comment on fabrique du fromage.

L'atelier a été si intéressant que nous avons dépassé le temps prévu! La bonne humeur des échanges était tangible et se traduisant par l'entraide. La curiosité, le partage d'expertise et l'écoute étaient au rendez-vous, si bien qu'au final tout le monde est reparti avec de nouveaux outils.

Paul, par exemple, a décidé d'aller déposer sa candidature au lieu qu'il a présenté. Lucas et Charles ont échangé sur leurs expertises en soudure, entrecoupés par des anecdotes de ceux et celles qui ont une expérience en usine. Asha nous a parlé des avantages de travailler à la maison et Eddenis nous a exprimé à quel point elle

















adore travailler avec les enfants. François nous a surpris en nous disant qu'il ne pouvait nommer son thème en début de présentation. Très rapidement nous avons compris que c'était une forme de remerciement à l'équipe FAPE. Un moment touchant!

Cette activité nous a permis d'en apprendre plus sur les conditions de travail, sur les tâches à exécuter, sur les habiletés et comportements requis pour chacun des milieux, et aussi sur les mesures de sécurité. Nous avons évalué les avantages et les inconvénients des emplois présentés par les membres de FAPE.

Une chose est sûre, suite à tous ces échanges, c'est un groupe soudé qui a quitté l'atelier.

UNE STAGIAIRE AVEC FAPE

Je m'appelle Maélie Villemure et j'étudie au Collège Laflèche en éducation spécialisée. Je réalise un stage de 12 semaines chez COMSEP, dans le secteur FAPE.



J'ai toujours su que je voulais aider les autres. La question était : comment? J'ai donc exploré plusieurs professions avant de trouver ma voie, celle qui me permettrait de vraiment faire une différence.

On me décrit comme une personne énergique, extravertie et empathique, ce qui caractérise non seulement qui je suis, mais aussi la manière dont je travaille et interagis avec les autres.

Un rêve que j'ai est de participer à des projets humanitaires ou de volontariat dans divers pays afin de vivre des réalités différentes, chacune apportant sa propre richesse. Au plaisir de vous rencontrer!

FAMILLES

L'ÉTÉ DANS LE SECTEUR FAMILLES

Toute l'équipe du secteur Familles se joint au Journal Le Maringouin pour vous souhaiter une bonne rentrée scolaire 2025-2026!





Un petit retour sur notre été 2025. De sorties estivales en passant par des barbecues et des activités créatives, voici ce que certaines de nos familles avaient à raconter sur leur été et leur expérience :

« J'ai aimé les barbecues car on encourageait les enfants à participer en leur apprenant la cuisine. J'ai aimé faire les activités de créativité car ça m'a permis de découvrir des choses que je ne savais pas. » Catherine Daoust

«COMSEP, c'est apprendre à connaître nos valeurs, nos cultures et tisser des liens plus forts. On a fait des voyages, des barbecues, du bricolage, ça m'a enlevé la peur d'être en groupe. J'ai appris à avoir confiance en moi et à transmettre aux enfants qu'on est une grande famille peu importe nos différences. On est respectueux envers tout le monde et on a le sourire. Merci d'être là pour nous dans les bons et moins bons moments de la vie. » Chantal Grenier

« J'adore participer aux activités de COMSEP. Ce qu'on aime le plus, c'est retrouver les autres. Peu importe les différences , je me suis toujours sentie accueillie, respectée et appréciée. Un souvenir marquant a été le voyage au Biodôme. On était heureux d'y participer, car c'est une sortie qu'on n'aurait pas pu se payer nous-mêmes. Je tiens aussi à remercier l'équipe d'animation. Grâce à elles, tous mes enfants sont maintenant inscrits au baseball, un sport qui occupe presque toutes nos soirées d'été. Nous partons d'ailleurs bientôt au championnat régional! Je suis très fière de mes garçons. C'est une activité qui leur permet de rester actifs. Merci à COMSEP pour tout ce que vous apportez aux familles comme la mienne. » Vicky Leblanc

«J'ai apprécié les activités et la disponibilité de l'équipe pour nous accompagner : bonne humeur, compréhension, bonne attitude et créativité étaient de la partie. On est allé à toutes les activités du lundi à jeudi et aussi aux activités extérieures . Merci

beaucoup.» Gisele Mosquera

«J'ai aimé aller au Biodôme avec ma fille Séléna et voir les papillons! Aussi, on est heureuses d'être allées à Pointe du Lac au camp Ville-Joie pour

passer une semaine comme en camping. En plus c'était ma fête ! Ça nous a fait du bien. Merci beaucoup.» Sylvie Bédard

UN STAGIAIRE AU SECTEUR FAMILLES



Bonjour tout le monde, je m'appelle Maxyme Trudel.

J'ai commencé mes études au Cégep de Trois-Rivières en Techniques de travail social il y a 2 ans. Je serai stagiaire chez

COMSEP dans le secteur Familles cette année.

Quelques mots pour me connaître : je suis une personne avec un bon sens de l'humour (à vous de juger)! J'aime aussi beaucoup les jeux vidéos et la musique. #finalfantasy14 #ifyouknowyouknow

J'ai vraiment hâte de vous rencontrer et d'échanger avec vous. À bientôt!

PUBLICITÉS



Cafétéria de la Maison de la solidarité



dès 8 h 30

Café et jus de fruits Muffins et galettes Yogourt et muslix Fromage Sandwich matin





Les collations En tout temps

Muffins et galettes Chips Pouding Yogourt et fromage Chocolat Gomme





11 h 45 à 13 h 30

Hamburgers et poutines Assiette de lanières de poulet Soupes et soupes-repas Salades repas

Sous-marins Sandwichs au fromage

fondu et sandwichs BLT Frites et rondelles d'oignon

Pogos Plats cuisinés (selon

disponibilité) Et plus!















