SPÉCIAL — 40 ANS

JOURNAL LE MARINGOUIN



NUMÉRO 17 | SEPTEMBRE 2026



LE COMMUNAUTAIRE À BOUTTE

COMSEP Solidaires contre la pauvreté

DANS CE NUMÉRO

3	**Mot de Sylvie Tardif**
4-5	**Secteur Alphabétisation**
6	**Formation Adaptée Préparatoire à l'Emploi**
7	**Secteur Familles**
8	**Bouff'Elles Publicités**



RÉDACTION
MEMBRES DE COMSEP ET VICKY GÉLINAS

MISE EN PAGE
VICKY GÉLINAS

RÉALISATION ET PUBLICATION
COMSEP

RÉVISION ET CORRECTION
SYLVIE TARDIF, OLIVIER TARDIF-BELLEMARE, MANON CLAVEAU ET VICKY GÉLINAS

DÉPÔT LÉGAL
BIBLIOTHÈQUE ET ARCHIVES NATIONALES DU QUÉBEC - 2026

LE JOURNAL LE MARINGOUIN EST RÉALISÉ ET PRODUIT AVEC LES PERSONNES 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



BONJOUR,

On recommence une autre année, la 2026-2027, qui est la 40e. Que de souvenirs j'ai de toutes ces années où nous avons développé COMSEP par des activités d'alphabétisation, d'éducation populaire, des programmes auprès des familles et plusieurs services comme la friperie, le service d'impôt et finalement, l'aide à l'intégration à l'emploi. À travers toutes ces années, nous avons accompagné des milliers de personnes et familles en situation de pauvreté. Le fait de travailler à COMSEP pendant 40 ans a embelli ma vie et m'a permis de rencontrer tellement de gens inspirants et courageux.



FÉLICITATIONS À NOTRE PRÉSIDENTE!

Lors de l'Événement Chamberland, gala du mouvement communautaire de Trois-Rivières qui honore plusieurs personnes du milieu communautaire qui se démarquent, notre présidente du conseil d'administration, Michèle Auger, a remporté le prix Bénévole de l'année. Michèle siège au conseil d'administration depuis 2005 et elle est présidente depuis 2013. En plus de siéger au CA, elle s'implique dans différents secteurs de l'organisme, notamment dans le secteur Familles (École citoyenne, aide aux devoirs et leçons, projet 6e année, etc.). Lors de notre fête de Noël, elle est très impliquée pour l'emballage de cadeaux et pour la fête elle-même.

Pendant la pandémie, elle a donné un grand coup de main (alimentation et documents pédagogiques). Même chose pour la distribution de paniers de Noël dans les familles en décembre. Quand on a besoin de notre présidente, Michèle nous répond toujours dans l'affirmative. Tu mérites amplement ce prix de Bénévole de l'année à Trois-Rivières. Bravo, Michèle!



FÉLICITATIONS, MICHELLE PLANTE!

Michelle Plante, une des cofondatrices de COMSEP, va recevoir la plus haute distinction décernée par la Ville de Trois-Rivières, soit l'Ordre de La Vérendrye. Elle le mérite grandement. Afin de mettre sur pied notre organisme, Michelle Plante a investi son argent personnel et a travaillé bénévolement pendant un an. En 2019, Michelle fut récipiendaire du Grand Prix lors du Gala Mauriciennes d'influence de la Table de concertation du mouvement des femmes de la Mauricie. Ce prix soulignait son leadership féminin et une reconnaissance du fait qu'elle ouvre la voie à d'autres femmes.

De plus, elle a aidé à créer tous les organismes et programmes d'alphabétisation populaire de la Mauricie ainsi que plusieurs organisations en développement des communautés.

Michelle Plante a toujours défendu les droits des personnes et familles peu scolarisées, entre autres, en siégeant comme élue à la commission scolaire du Chemin-du-Roy, en participant à de nombreux CA et comités de travail à la Ville, au CIUSSS et dans des organismes communautaires.

Pour tout cela et bien d'autres choses, Michelle Plante mérite cet honneur. Sans Michelle Plante, COMSEP ne serait pas ce qu'il est. Bravo, Michelle!



Sylvie Tardif
Coordonnatrice générale de COMSEP

ALPHABÉTISATION

L'ÉTÉ EN ALPHA

Encore une fois, nous avons eu un été rempli d'activités, de projets, d'ateliers et surtout de plaisir. Les personnes participantes ont eu de la difficulté à choisir leurs ateliers, car tous étaient intéressants.

L'espace et plus loin encore : Nous avons discuté des mystères de l'univers, des innovations technologiques, de la station spatiale internationale, des constellations et bien plus encore.

Histoires et faits marquants : Les personnes participantes ont survolé des événements importants de l'Histoire. Sans oublier notre histoire du Québec, la vie de l'homme fort Louis Cyr a particulièrement intéressé le groupe.

Loisirs et culture : Promouvoir l'art est important pour nous et c'est pour cette raison que nous avons visité plusieurs musées en lien avec la Biennale internationale d'estampe. La beauté de ce que l'humain crée a touché le groupe.

BBQ: Pendant plusieurs mercredis de l'été, nous avons organisé et préparé des dînés sur le barbecue avec l'aide des personnes participantes.







TÉMOIGNAGES

Mickael Lenseigne : Mon été 2026 a été rempli de belles expériences, de sorties et de nouvelles rencontres. J'ai profité de la saison pour participer à plusieurs activités, découvrir de nouveaux endroits et passer du temps avec des gens que j'apprécie. J'ai eu un été rempli d'émotions, de découvertes, de rencontres et de souvenirs.

Anick Patry : En résumé, j'ai adoré les ateliers de l'espace, car c'est un sujet que j'aime beaucoup. J'ai appris de nouvelles choses, visité quelques endroits et c'est toujours un plaisir d'aller à la friperie avec une équipe formidable. Quand est venu le temps des vacances, j'en ai profité pour penser à moi et relaxer, ainsi que pour passer beaucoup de temps avec mes enfants à la piscine.

Johanne Pagé : Cet été, j'ai fait des projets d'art à COMSEP avec Guillaume Dufour Morin, ainsi que du bénévolat le vendredi midi.

Line Chiasson : À COMSEP, les activités d'été étaient très plaisantes. L'atelier sur les planètes avec Guillaume m'a appris bien des choses. Les deux ateliers d'art étaient géniaux. Tous les participants et participantes ont adoré. De belles œuvres en sont sorties.

ALPHABÉTISATION

DERRIÈRE LES RIDEAUX

Pendant l'été avait lieu l'atelier « Derrière les rideaux » où nous avons eu le plaisir de démystifier tout ce qui entoure le milieu des arts de la scène. À l'occasion du 40e, nous avons reçu l'actrice Lauriane S.-Thibodeau qui est venue faire un témoignage interactif sur son métier. Kevyn a nommé qu'il a vraiment aimé la façon dont Lauriane a expliqué son métier et surtout de voir à quel point elle est passionnée par ce qu'elle fait. Cynthia nous a dit qu'elle a adoré le doublage réalisé par Lauriane de Nancy Wheeler dans Stranger Things et celui de Sens dessus dessous 2 dans le film de Disney du personnage d'Anxiété. Elle dit avoir été surprise d'entendre leur voix en vrai et qu'elle les a même reconnues! Mickael nous a dit qu'il a beaucoup aimé voir Lauriane faire du doublage dans l'atelier. Il a nommé que c'était très enrichissant de découvrir tout le travail qui se faisait derrière ce métier, de voir les différentes étapes et de constater le résultat final.



Cette rencontre a même donné des nouvelles aspirations à certaines personnes participantes comme à Myriam qui nous a raconté qu'elle aimerait faire comme Lauriane.

Un atelier qui permet de mieux comprendre tout le travail et le talent nécessaires pour donner vie à un personnage dans un grand et un petit écran.





Lise Baribeau : Cet été, j'ai participé à deux ateliers d'art : L'Or dans les yeux et Solidaires au cube. J'avais tellement hâte d'aller à ces ateliers car je trouvais cela fascinant, captivant et en plus, j'ai relevé de nouveaux défis.

Guillaume Dufour-Morin, un artiste super sympathique, souriant, généreux, attentionné et rassurant. Il est tellement passionné par les arts. Merci de nous avoir transmis ta passion et ton savoir.

FORMATION ADAPTÉE PRÉPARATOIRE À L'EMPLOI

LE LOOK DE L'EMPLOI

À l'occasion d'un atelier portant sur la tenue vestimentaire, le groupe de FAPE s'est vu lancer un nouveau défi : trouver une tenue à la fois professionnelle et qui reflète sa personnalité. Pour le réaliser, les membres du groupe se sont rendus à la friperie de COMSEP pour magasiner une tenue complète, de la tête aux pieds, sans oublier les accessoires.







Les personnes participantes ont ensuite défilé devant l'équipe d'animation de FAPE, ainsi qu'un jury composé de Maryanne, superviseure des services, Maika et Maely, en emploi d'été chez COMSEP. Sur les notes de « Vogue » de Madonna, chaque personne s'est lancée avec une démarche digne des plus grands podiums et prenant fièrement la pose pour mettre en avant ses trouvailles.

Les trois juges ont pu se servir de leur expérience à la friperie et de leur connaissance du marché de l'emploi pour évaluer les looks selon 3 critères : le professionnalisme, l'esthétique et la personnalité. Après délibération, deux gagnantes ont eu la chance de remporter un rabais à la friperie de COMSEP. Bravo à Marie-Ledrise et Nadine ! Elles ont pu ainsi acheter les vêtements sélectionnés pour le défilé.

Cette activité a permis de travailler sur un point important du retour à l'emploi : l'apparence est une chose à laquelle les employeurs se fient lors d'un premier contact professionnel. Le choix d'une tenue adéquate pour l'emploi joue sur le recrutement, mais aussi sur toute la période d'emploi. Au-delà des vêtements, l'activité a également mis l'accent sur la communication non-verbale et la confiance en soi. La démarche, la posture, le sourire, les gestes sont autant d'indicateurs qui participent à donner une image positive de soi. « Ça fait changement, on apprend mieux en choisissant nous-mêmes nos vêtements qu'en parlant juste de ce qu'est une tenue professionnelle », nous affirme Gabriella. « J'étais un peu stressée de défiler devant tout le monde, mais j'ai aimé réfléchir à ce qui convenait à ma job et j'ai montré qui j'étais » ajoute Franceska. Un moment amusant, où tout le monde s'est encouragé et a pu gagner en assurance pour les prochaines entrevues.

EMPLOIS TROUVÉS!

L'été fut productif pour les participantes et participants du secteur FAPE. Nous souhaitons souligner les places en emploi que nos membres ont prises et maintenues cette saison :

- Augustin Ngombe, déménageur chez Martel
- Christine Diamond, entretien ménager chez Résidences Ophélia
- Émily Turcotte, aide-cuisinière et plongeuse chez Cora Déjeuner
- Julie Cloutier, commis au Rossy
- Kassandre Raymond, animatrice au camp de vacances Val-Notre-Dame
- Nathalie Roy, aide-cuisinière aux résidences Bois des Roses à Nicolet
- Paul Soucy, entretien ménager chez Groupe Soucy
- Wapan-Nick Ottawa, reprend un DEC en cuisine au centre de formation Bel-Avenir

FORMATION ADAPTÉE PRÉPARATOIRE À L'EMPLOI
COMSEP-Emploi

Des nouvelles réjouissantes qui soulignent la persévérance de nos membres dans leurs démarches vers l'emploi et encouragent les prochains dans la poursuite de leurs recherches.

FAMILLES

L'ÉTÉ DANS LE SECTEUR FAMILLES

Dans le cadre des activités d'été, cinq dîners ont été organisés avec les familles afin de favoriser les échanges, de créer des liens entre les participantes et participants et de travailler en équipe dans une ambiance conviviale.

Lors de la journée barbecue du 22 juillet, nous avons demandé aux familles d'illustrer, à l'aide de mots, ce que cette activité représentait pour elles.

Les réponses se ressemblaient beaucoup : dans cette image, on retrouverait des sourires, de l'entraide et de la solidarité dans la cuisine, des familles qui s'amusent et qui font de belles rencontres, ainsi que des personnes qui apprennent, participent et se dépassent.

Nous leur avons aussi lancé un petit défi : résumer le barbecue en cinq mots. Voici quelques-unes de leurs réponses :

« Découvrir, ambiance, festif, joyeux, sympathique »
« Famille, entraide, amour, respect, drôle »
« Manger, cuisiner, discuter, partager, relaxer »
« Excellent, partage, être ensemble, prendre le temps »

Tous étaient d'accord pour dire que le barbecue est une activité rassembleuse et qu'il s'agissait d'un beau moment à vivre en famille.







SORTIE AU RANCH DUPONT

Lors de la sortie au Ranch Dupont, nous avons invité les familles à répondre à quelques questions sur leur expérience. Nous leur avons notamment demandé quel avait été leur plus beau souvenir de la journée et pourquoi.

Voici quelques réponses des parents :

« J'ai adoré voir mes enfants nourrir les animaux, car j'aime les voir heureux. »
« Avoir passé du temps en famille, car cela crée de beaux souvenirs. »

« Voir la diversité des espèces animales présentes au Ranch Dupont, parce que cela me rappelle l'Afrique. J'ai aussi aimé les sentiers en famille, les bons moments passés ensemble, l'humour et la bonne humeur. »

« Mon plus beau souvenir est la rencontre avec les perroquets. Il y en a un qui m'a dit "Allô, bonjour !", ce qui m'a beaucoup surprise. J'ai aussi été impressionnée de voir les zèbres, c'était vraiment très beau. C'était une grande première pour moi, car j'avais toujours rêvé de vivre ce genre de rencontre. J'ai aussi été impressionnée par la grandeur du Ranch : waouh ! »

« Nourrir les animaux a été un très beau souvenir pour moi, tout comme le fait d'avoir vu le cheval. »

Toutes les familles étaient d'accord pour dire que l'activité avait été une grande réussite. Tout le monde s'est bien amusé et est reparti avec de beaux souvenirs de cette journée passée ensemble.

BOUFF'ELLES



Votre équipe Bouff'Elles 2026; Julie Haché, Steve De Cotret, Mylène Richer, Christell Tanguay

PUBLICITÉS

