MOUVEMENT DES SERVICES À LA COMMUNAUTÉ DU CAP-ROUGE

RAPPORT ANNUEL

2025-2026



Mouvement des services à la communauté du Cap-Rouge (MSCCR)

4473, rue Saint-Félix
Québec (Québec) G1Y 3A6
418 641-6643

msccr@bellnet.ca
www.msccr.com

Le Mouvement des services à la communauté du Cap-Rouge endosse les valeurs de l'action communautaire autonome et est enregistré comme organisme de bienfaisance depuis 1980. C'est un organisme à but non lucratif issu de l'initiative des citoyens de la communauté. Il fonctionne de façon démocratique : les 433 membres répertoriés ont l'opportunité de prendre part aux décisions sur les objectifs à atteindre et les moyens d'action à mettre en œuvre pour réaliser sa mission.

La mission

Offrir des services et des activités aux fins de prévention, d'amélioration et de soutien de la santé physique, mentale et financière de la communauté.

Le territoire desservi

Les services offerts à la population qui avaient été définis lors de la création du MSCCR par les limites de la paroisse Saint-Félix de Cap-Rouge incluent maintenant les Bocages du Golf et les secteurs Les Sources, Le Faubourg du Cap et le Domaine de L'Érable Rouge. L'accessibilité est régionale pour certains services.

Il est important de préciser que nous offrons des services dans le secteur de Champigny, au nord de l'autoroute Charest jusqu'au boulevard Wilfrid-Hamel, bien qu'il ne s'agisse pas de notre territoire établi. Nous sommes sensibles aux besoins des personnes résidant dans ce secteur qui n'est desservi par aucun autre organisme communautaire.

L'équipe permanente

Murielle Brisson, adjointe administrative

Lynn-Miville Des Chênes, manutentionnaire

Catherine Giroux, directrice générale

Nicole Lafrance, coordonnatrice des services de soutien à domicile

L'historique

50 ans d'entraide

C'est le 27 février 1976 que le Mouvement des services à la communauté du Cap-Rouge a été créé officiellement. Les lettres patentes ont été données et scellées à Québec et enregistrées le 25 mai 1976.

Rapidement, les bénévoles ont répondu à l'appel pour mettre sur pied des services d'aide et d'entraide en débutant par la friperie appelée autrefois le vestiaire. Le Mouvement a su répondre aux besoins de la communauté en facilitant la mise en place de services adaptés. Très rapidement, les bénévoles fondatrices ont assuré la pérennité de l'organisme en le dotant d'une permanence qui s'adapte aux disponibilités budgétaires. En 1981, le ministère de la Santé et des Services sociaux a octroyé une première subvention au MSCCR en reconnaissant son champ d'action. Compte tenu du soutien offert aux personnes et aux familles à faible revenu, Centraide nous apporte une aide financière annuelle. La Caisse Desjardins de Cap-Rouge—Saint-Augustin contribue financièrement à la continuité de certains services et au développement de projets novateurs grâce à ses programmes Fonds au développement du milieu et Dons et commandites. La Division de la culture, du loisir et de la vie communautaire de l'arrondissement Sainte-Foy—Sillery—Cap-Rouge représente pour le MSCCR un partenaire de première ligne : locaux et services divers offerts aux organismes nous sont assurés dans le cadre du programme de reconnaissance des organismes de la Ville de Québec. D'autres sources de financement, provenant de notre communauté, se sont ajoutées au fil des ans.

Mot de la présidente



En repensant à l'année écoulée, je suis remplie de gratitude et de fierté pour tout ce que notre organisme a accompli au sein de notre communauté. Depuis cinquante ans, le MSCCR s'engage à servir les personnes de tous âges par le biais de soutien, d'actions de sensibilisation, d'activités et d'implication communautaire. C'est un privilège de faire partie d'un organisme qui continue d'avoir un impact significatif sur la vie de tant de personnes.

L'année 2026 revêt une importance particulière, car nous célébrerons notre 50e anniversaire. Bénévole depuis 33 ans, j'ai vu notre organisme grandir, s'adapter et relever les défis avec détermination et compassion, en restant toujours fidèle à sa mission.

Je tiens à remercier sincèrement nos bénévoles, nos commanditaires, nos partenaires et nos membres pour leur dévouement et leur générosité. Votre engagement constant nous permet de prospérer et de continuer à servir notre communauté.

Merci de nous avoir accompagnés dans cette aventure et de nous avoir aidés à célébrer cinquante ans de service, de compassion et d'esprit communautaire.

Tournés vers l'avenir, nous restons déterminés à améliorer nos services et à trouver des solutions novatrices pour répondre aux besoins sans cesse croissants de notre communauté.

Kathy Hotte

Mot de la directrice générale



Chaque année, le retour du printemps sonne l'heure du bilan pour le MSCCR. L'exercice 2025-2026 a été particulièrement intense. Face à une inflation persistante touchant tous les secteurs du quotidien, notre organisme s'est mobilisé pour répondre à une demande croissante. Plus que jamais, nous répondons présents pour soutenir les familles et les personnes seules, avec le désir profond d'améliorer leur qualité de vie.

Cette année revêt d'ailleurs un caractère exceptionnel puisque 2026 marque notre 50e anniversaire. Un demi-siècle d'engagement ne serait rien sans l'assiduité et le dévouement de nos employées et bénévoles ainsi que le précieux soutien de nos partenaires financiers.

J'ai le privilège d'être entourée d'une équipe compétente et dynamique qui transforme chaque défi en opportunité. Leur créativité et leur motivation sont pour moi une véritable source d'inspiration. Je tiens à souligner le travail remarquable de mes proches collaboratrices — Murielle, Nicole et Lynn-Miville — dont l'aide est indispensable à la réussite de nos opérations.

Ma gratitude va également aux membres du conseil d'administration, qui veillent avec rigueur à notre santé financière et au déploiement de nos orientations stratégiques. Je suis reconnaissante envers les bénévoles dont la générosité de cœur et le professionnalisme sont les piliers de notre mission et de la satisfaction de ceux que nous servons.

En terminant, je remercie sincèrement toutes les personnes qui m'accordent leur confiance. Votre appui permet mon plein épanouissement professionnel au sein de l'organisme qui me tient tant à cœur.

Catherine Giroux

Le rapport du conseil d'administration

Sept bénévoles siègent au conseil d'administration et s'impliquent également dans divers services offerts par notre organisme. Ils ont été élus par les 57 membres présents lors de notre dernière assemblée générale annuelle tenue le 16 juin 2025. Les membres du conseil d'administration sont tous issus de la communauté.

Les membres du conseil d'administration se sont réunis à six reprises durant l'année pour s'assurer de la mise en œuvre du plan d'action adopté à l'assemblée générale. Le conseil d'administration prend connaissance et fait un suivi régulier de la situation financière de même que des demandes de subvention. De plus, il évalue toute mesure visant la réalisation des objectifs inscrits au plan d'action. Les résolutions prises en cours d'année ont toujours pour but d'assurer un continuum de services en lien avec notre mission et ainsi garantir la pérennité de l'organisme.



L'action bénévole

Le Mouvement des services à la communauté du Cap-Rouge fait la promotion de l'engagement communautaire bénévole. Le succès de la mission du MSCCR repose grandement sur les multiples talents de nos bénévoles et sur les nombreuses heures qu'ils consacrent à la cause. Sans leur engagement, il serait impossible d'offrir autant de services à la communauté. Ils s'impliquent dans toutes les étapes de planification, réalisation et évaluation des activités et des services qu'offre notre organisme. C'est par l'entraide que nous réalisons notre mission et nous sommes tout à fait conscients de la chance du MSCCR d'être soutenu par une équipe qui croit à l'entraide et œuvre dans le respect, l'intégrité et l'empathie.

50 ans d'engagement dans la communauté

Afin de célébrer le 50e anniversaire de notre organisme, nous avons profité de la Saint-Valentin pour réunir nos bénévoles d'hier et d'aujourd'hui. Ce furent de magnifiques retrouvailles placées sous le signe de la reconnaissance et de l'amitié où 90 personnes étaient présentes.

Parmi nos partenaires et invités spéciaux, nous étions ravis de compter sur la présence de Louise R. Giroux, la fondatrice de l'organisme, et d'Yseult Roy Raby, dont le dévouement a marqué notre histoire pendant plus de deux décennies.

Nos bénévoles actifs 2025-2026








MSCCR
vous
Remercie
2025




VILLE DE
QUÉBEC















Conseil d'administration

Marie-France Gingras
Kathy Hotte
Richard Lebrun
Josée Legris
Serge Péloquin
Luc Martin
René St-Pierre

Friperie

Hélène Bannon
Francine Bélanger
Jocelyne Castonguay
Muriel Chamberland
Marie Chouinard
Nicole Chouinard
Chantall Couillard
Hélène Douville
Lucette Dugas
Karine Éthier
Lise Fournier
Jacqueline Garon
Lucie Godbout
Marie Grondin
Kathy Hotte
Lucienne Lemaire
Diane Lemay
Monique Levac
Suzy Moreno
Madeleine Ouellet
Serge Péloquin
Huguette Poirier
Lyne Pruneau
Marie-Nicole Roy
Carole Saulnier
Rita Veilleux
Kadie Wright

Mini-puces

Louise Audet
Steven Blouin
Marie-Claude Des Rochers
Bernard Guillemette
Monique Lacombe
Françoise Otis
Madeleine Ouellet
Carole Saulnier
Pauline St-Pierre

Atelier de couture

Denise Bolduc
Jacqueline Fournier
Marie Grondin
Françoise Otis
Odette Samson-Mckay

Aide alimentaire

Benoît Bannon
Daniel Bannon
Dominic Boisvert
Claude Boivin
Marc Fleury
Marie-France Gingras
Louise Fraser
Jean Gosselin
Lucie Guimont
François Harvey
Micheline Harvey
Christiane Juneau
Marc Lasnier
Suzette Leblanc
Richard Lebrun
Gisèle Paradis
Serge Péloquin
Nicole Robitaille
Mario Ste-Croix
Pauline St-Pierre
René St-Pierre

Livraison de colis de nourriture

Jean-Marc Boivin
Éric Drolet
Richard Lebrun
Jean-Marc Saillant
Valérie St-Pierre
Robert Veilleux

Livraison de repas

Josette Alain
Renelle Gagnon
Francine Gravel
Micheline Harvey
Christine Jobin
Marc Laflamme
Josée Legris
Michel Lemieux

Transport et accompagnement

Daniel Bannon
François Boisjoly
Dominic Boisvert
Claude Boivin
Daniel Carbonneau
Brigitte Carrier
François Charrier
Françoise Chevarie
Clément Côté
Vivianne Emond
André Filteau
Louise Fontaine
Raymond Fortin
Claude Garneau
Ginette Garon
Sylvie Gilbert
François Harvey
Robert Kawa
Marc Laflamme
Joanne L'Heureux
Christiane Marois
Julie Poulin
Denis Richard
Hedi Trikki

Visite d'amitié et répit

Huguette Fauteux
Josée Legris
Julie Poulin

Déclaration de revenus

Denise Bolduc

Révision et rédaction

Francine Bélanger

Graphisme

Bernard Guillemette

Web

Benoît Bannon
Kadie Wright

Accueil des nouveaux arrivants

Doris Poitras

Une mention spéciale est attribuée à monsieur Benoît Bannon pour la mise à jour continue de notre site Web. Ton efficacité, ta disponibilité et ton souci du détail facilitent le travail de notre équipe permanente.

La Ville de Québec, arrondissement Sainte-Foy—Sillery—Cap-Rouge, offre maintenant à nos bénévoles de choisir l'activité de reconnaissance qui les intéresse : musique, cinéma, conférence, etc.

Les services de soutien à domicile

Objectifs

- Préserver l'autonomie des aînés
- Accompagner et soutenir les proches aidants
- Offrir l'accessibilité à des services
- Collaborer avec les instances gouvernementales et autres organismes pour des services de proximité

Madame Nicole Lafrance, coordonnatrice des services de soutien à domicile, est le point d'ancrage pour la réception et l'analyse des demandes d'aide dans ce volet. Dotée d'une grande empathie et d'un sens de l'écoute remarquable, elle gagne la confiance des personnes aînées et de leurs proches et les accompagne au quotidien. Elle s'informe, réfère au besoin et travaille de concert avec le CIUSSSCN et les autres organismes locaux.

Madame Lafrance planifie des visites à domicile pour mieux évaluer les besoins. La majorité des demandes ont pour objet les services de soutien en général et l'inscription à l'atelier Corps et expression. Au cours de l'année, un contact téléphonique a été établi pour informer la nouvelle clientèle relativement au transport et accompagnement ainsi qu'à la livraison de repas à domicile. Les personnes habitant les résidences Chartwell L'Envol ou Le St-Augustin ne peuvent bénéficier de notre soutien, exception faite pour des demandes liées à la maladie de Parkinson.

Livraison de repas à domicile

Des repas ensachés sous vide provenant de quatre fournisseurs, *La boulangerie Bonneau*, *Desormeaux Prés et Marées*, *Les Savourables* et *LouiChef traiteur* sont proposés à notre clientèle. Celle-ci bénéficie d'un choix diversifié de repas frais et savoureux, sans additifs ni agents de conservation, qui sont livrés à domicile par nos bénévoles. Le coût varie entre 8,45 $ et 24,99 $ pour un plat principal. Cette formule tout à fait différente de la popote roulante traditionnelle convient davantage aux personnes de notre quartier.

Avec leur sourire communicatif et leur assiduité, les bénévoles démontrent que nous sommes à l'écoute des personnes et disposés à rendre un service de qualité tout en s'adaptant continuellement aux besoins de notre clientèle.

Les Savourables

LouiChef Traiteur

desormeaux PRÉS & MARÉES

Boulangerie Bonneau PRODUITS FRAIS, TOUS LES JOURS

Transport et accompagnement

Nombre de personnes bénéficient de notre service pour divers rendez-vous : cliniques médicales, hôpitaux, dentiste, épicerie. Un montant de 0,55 $ du kilomètre ou un tarif fixe pour les hôpitaux est demandé aux utilisateurs pour l'essence et l'usage du véhicule du bénévole. Le fonctionnement du service et les critères d'admissibilité sont définis dans un guide à l'intention des usagers. Cependant, des mesures spéciales sont prévues pour les personnes à faible revenu. Notre équipe de bénévoles attentifs aux besoins et aux préoccupations de notre clientèle est grandement appréciée.

En somme, nous avons effectué un total de 851 transports et accompagnements au cours de l'année.

Soutien psychosocial

Un soutien psychosocial a été mis en place depuis maintenant deux ans en collaboration étroite avec la coordonnatrice du soutien à domicile de notre organisme. Ce service est assuré par une éducatrice spécialisée possédant plus de 25 années d'expérience auprès de familles et de proches aidants. En cours d'année, 49 rencontres ont été tenues avec 18 personnes. La fréquence de l'accompagnement varie en fonction de la situation du proche aidant. Tous les entretiens sont personnalisés et confidentiels. Ils ont pour objectifs de déterminer les besoins et le niveau d'épuisement de la personne ayant recours au service de soutien, de lui fournir des conseils, des outils et des techniques de gestion comportementale et de définir des buts réalistes à atteindre. Les résultats sont notables pour ce qui est de l'accomplissement personnel, du sentiment de mieux-être, de la remise en question constructive par et pour le proche aidant. Les personnes aidées ont affirmé que le service offert est excellent et très apprécié.

Visite d'amitié et répit

Les bénévoles du soutien à domicile interviennent auprès des proches aidants et des personnes atteintes de pertes cognitives, de cancer, de maladies dégénératives telles que Alzheimer, Parkinson, sclérose latérale amyotrophique (SLA), etc. Ils leur proposent du répit, de l'accompagnement et des visites d'amitié. Ils offrent aussi leur temps et leur sourire aux personnes seules et sans réseau social. M^{me} Lafrance assure un suivi régulier auprès des proches aidants, ex-proches aidants, personnes seules. De plus, elle reste en contact avec les travailleurs sociaux et les autres intervenants qui travaillent auprès de la personne aidée.

Notre offre de service a changé au cours des derniers mois. Plusieurs demandes de soutien proviennent de proches aidants épuisés en raison de l'état de la personne aidée. Comme nous ne sommes pas outillés pour un accompagnement en toute sécurité, ils sont référés vers d'autres sources de soutien. Des problèmes de santé ou de nouveaux défis ont aussi contraint des bénévoles à quitter notre équipe. En 2025-2026, plus de 356 heures ont été consacrées au répit et aux visites d'amitié.

Pour briser l'isolement des personnes aidées et des proches aidants, les bénévoles les rencontrent et leur téléphonent régulièrement. Selon les intérêts de chacun, il peut y avoir des sorties spontanées pour une marche de santé ou pour prendre un café dans un restaurant à proximité.

Il faut souligner que la promotion de nos services de soutien à domicile est faite de façon continue auprès de nos partenaires du milieu de la santé qui réfèrent leur clientèle à notre organisme.

Nous tenons à remercier les enfants de maternelle de la classe de M^{me} Hélène de l'école Marguerite D'Youville pour la fabrication de bricolages de Noël personnalisés qui ont été remis aux personnes bénéficiant de nos services de soutien à domicile.

Atelier Si on jasait

Lancé à l'automne 2025 en partenariat avec La Maison Philo, cet atelier invite les aînés à se rassembler pour débattre de l'actualité dans une ambiance conviviale et stimulante.

Pause musique

Madame Lafrance a organisé cinq activités musicales en partenariat avec la Société pour les arts en milieu de la santé (SAMS) afin d'offrir une occasion de sortie aux personnes qui reçoivent nos services de soutien à domicile et plus particulièrement, la clientèle des visites d'amitié accompagnée de leur bénévole.

Le 23 avril 2025, Steve Normandin a fait la démonstration de tout son talent devant 34 spectateurs. Accordéoniste accompli et animateur hors pair, il n'a suffi que de quelques chansons pour qu'il séduise l'ensemble de l'assistance par son charisme et sa maîtrise musicale.

Le 11 juin 2025, le duo Vychytil et Loiselle, violonistes au sein des Violons du Roy, a charmé les 42 auditeurs présents. Leur interprétation de pièces de musique de chambre, empreinte d'une grande finesse, a plongé l'assistance dans une atmosphère onirique.



Une vague de chaleur a déferlé au centre communautaire le 22 octobre dernier : Virginie Hamel et Juan Cruz ont enchanté le public de 41 personnes avec un répertoire latino entraînant. Entre percussions rythmées et accords de guitare, ce duo a offert une prestation ensoleillée absolument mémorable.

Le 10 décembre 2025, le duo formé de Dominique Gagné (ténor) et Marie-Hélène Greffard (pianiste) a conquis son public. Les 52 personnes présentes ont été transportées dans leurs souvenirs par des classiques de Noël évoquant la nostalgie des fêtes d'autrefois.



Fort de son succès devant 38 spectateurs lors d'un précédent concert de la Saint-Valentin, le duo complice formé par Judith Bouchard et sa mère Louise nous a de nouveau fait rêver le 11 février 2026 avec un répertoire dédié à l'amour.

Nos bénévoles d'hier et d'aujourd'hui













Nos premières perles



L'équipe de la livraison des repas à domicile



L'équipe des mini-puces



Nicole Lafrance et Diane Lepage



Geneviève Guilbault
et Francine Bélanger



Jeannine Boudreault, Kathy Hotte,
Catherine Giroux, Huguette Poirier
et Lucette Dugas



L'équipe des colis de nourriture



L'équipe de la couture







L'équipe de la friperie du lundi et du jeudi



L'équipe de la friperie du mardi





L'équipe du transport et accompagnement



L'équipe permanente
et la présidente Kathy Hotte







Le conseil d'administration



Notre relève est assurée



Les activités pour les 50 ans et +

Objectifs

- Favoriser la concentration et la mémoire
- Préserver l'autonomie
- Briser l'isolement
- Améliorer la santé et la condition physique

Atelier de couture

Pour une autre année consécutive, les couturières ont accepté de prêter main forte au comité des usagers du CHU de Québec. Elles ont confectionné 439 pochettes servant à protéger les effets personnels des patients. La pochette s'accroche à un barreau de la civière. Ainsi, la carte d'assurance maladie, le portefeuille, les bijoux et les lunettes restent en sécurité lors d'un déplacement à l'hôpital.

La collaboration avec le Centre info-ressources en oncologie pulmonaire (CIROP), associé à l'Institut universitaire de cardiologie et de pneumologie de Québec (IUCPQ) s'est renouvelée en 2025. Nos couturières ont confectionné 84 chapeaux ronds, 56 bandeaux décoratifs et 16 chapeaux réversibles vendus à petit prix aux femmes ayant perdu leurs cheveux à la suite de traitements de chimiothérapie. Le CIROP fournit des tissus neufs et, à l'occasion, des vêtements de la friperie sont transformés en bandeaux décoratifs. Ces différents accessoires mettent du soleil dans la vie de ces femmes et leur permettent de retrouver fierté et réconfort.

Le recyclage de tissus et de vêtements abîmés a également permis la confection de jouets antistress pour chiens et chats. Ces balles sont vendues aux mini-puces ou sur commande et l'argent est remis au MSCCR pour l'autofinancement.

Atelier Mémoire active

Pour répondre à la demande des aînés de notre quartier, M[me] Nathalie Crête, éducatrice spécialisée, anime avec brio des ateliers de mémoire active les jeudis en matinée. Cette nouveauté a pour objectif d'augmenter la concentration et la mémoire des aînés au moyen d'exercices cognitifs adaptés.

Activité physique Viactive

Les sessions d'activité physique sont offertes aux personnes de 50 ans et plus deux fois par semaine. Au cours de l'année, 45 personnes ont participé à cette activité. L'animatrice, M[me] Brigitte Carrier, assiste à la formation continue donnée par des intervenants du programme Viactive afin de proposer de nouvelles routines à ses participants. Nous avons la chance de compter sur madame Carrier qui est une personne accueillante, douce, disciplinée et bienveillante.

Aérobie et mise en forme

Afin de répondre à la demande croissante, nous offrons aussi le cours Aérobie et mise en forme pour permettre à un plus grand nombre de personnes d'améliorer leur condition physique.

Nous sommes convaincus qu'en proposant divers niveaux d'intensité d'activité physique aux aînés, nous travaillons en amont pour conserver leur autonomie tout en respectant leur condition physique.







Activité physique adaptée

Élaboré en partenariat avec la Clinique Synapse Réadaptation & Vie Active, ce programme d'activité contribue à l'amélioration de la santé des aînés ayant de légères pertes d'autonomie. Il leur offre la possibilité de faire de l'exercice en petit groupe tout en bénéficiant d'un encadrement personnalisé. Cette activité est offerte une fois par semaine et est animée par une équipe de kinésiologues qui prennent en compte les limites physiques et cognitives des participants. Ce programme aide à la prévention des chutes et fournit aux personnes aînées des outils assurant des déplacements sécuritaires. Afin de maintenir leur acquis et leur autonomie, les participants sont invités à poursuivre les exercices de façon sécuritaire à domicile sur une base continue.

Atelier Corps et expression

Avec la collaboration de l'organisme Parkinson Québec, nous offrons l'atelier Corps et expression au centre communautaire de Cap-Rouge. Réservé avant tout aux personnes ayant reçu un diagnostic de Parkinson, l'atelier a pour objectif le maintien de l'autonomie par des exercices d'étirement, de souplesse, d'équilibre et de motricité.

Atelier Méditons ensemble

Cette activité est offerte aux proches aidants. Elle favorise la détente et réduit le stress et la charge mentale grâce aux techniques méditatives faciles à appliquer au quotidien.

Conférences

« Le rire c'est la santé »

Le 8 octobre 2025, M. Claude Couture a offert aux 19 personnes présentes un atelier basé sur le yoga du rire. Cette séance structurée combinait des exercices de rire intentionnel et des respirations yogiques pour stimuler la joie, réduire le stress et améliorer la santé.

« La fiscalité et les personnes aînés »

Le 28 janvier 2026, un expert de Revenu Québec a présenté les règles fiscales et les crédits d'impôt en vigueur aux 22 participants réunis pour l'occasion.

« Info ou désinfo ? Mode d'emploi »

Le 25 février 2026, M. François Racine, journaliste au Journal de Québec, a présenté une conférence sur les mécanismes de la désinformation. Il a notamment outillé les 19 participants pour développer leur esprit critique relativement aux contenus en ligne, à l'influence des réseaux sociaux et aux enjeux de l'intelligence artificielle.

Sortie aux pommes

Le 3 octobre 2025, sous un ciel automnal radieux, un groupe de 26 participants a pris la direction de la Côte-de-Beaupré pour récolter plusieurs belles variétés de pommes.





Les services pour contrer la pauvreté

Objectifs

- Partage
- Promotion de l'emploi et de la scolarisation
- Responsabilisation des individus
- Intégration dans la communauté

Colis de nourriture

Deux fois par mois, notre équipe de bénévoles procède au triage des denrées reçues de Moisson Québec. Les colis de nourriture sont gratuits et sont préparés proportionnellement au nombre de personnes de chaque famille qui en bénéficie. Nos clients reçoivent de la viande congelée, des fruits et légumes, du pain et des denrées non périssables. Pour répondre à la hausse de demandes, des achats sont effectués à chaque distribution pour compléter les denrées reçues de Moisson Québec. Pour avoir accès à ce service tout au long de l'année, les clients doivent fournir une preuve de revenus. Avec l'augmentation du coût du panier d'épicerie, nous faisons face à une augmentation des demandes d'aide dans ce secteur. Cent huit personnes ont profité de cette aide alimentaire au cours des derniers mois.

Nous soulignons aussi l'assiduité des bénévoles disponibles à la livraison des colis de nourriture aux personnes qui n'ont pas de véhicule.



Grande collecte de la Guignolée de Cap-Rouge

Les bénévoles du comité organisateur de la Guignolée de Cap-Rouge ont décidé de poursuivre la collecte par voie postale étant donné le succès obtenu au cours des dernières années. La somme de 29 109 $ a été amassée en décembre 2025 pour venir en aide aux personnes vulnérables tout au long de l'année.

Aide financière

Nous intervenons en partenariat avec la Guignolée de Cap-Rouge pour répondre aux demandes d'aide financière des personnes et des familles touchées par la pauvreté ou vivant avec des problèmes financiers ponctuels. Cette aide peut se traduire par des bons d'achats de nourriture à l'épicerie, des paiements de factures pour des besoins primaires, l'achat de fournitures scolaires lors de la rentrée. Dans d'autres situations, il s'agit de favoriser le retour sur le marché du travail ou la scolarisation par des interventions individuelles.







Paniers de Noël

La générosité de nos partenaires et de nos bénévoles a permis à 116 personnes de notre territoire de recevoir une généreuse aide alimentaire à l'occasion des fêtes. En plus des denrées non périssables, des bons d'achats de 75 $ à 350 $ ont été ajoutés à chaque panier pour de la marchandise périssable (produits laitiers, viande, fruits et légumes). Les bons d'achats sont offerts par la Guignolée de Cap-Rouge. Le travail de sollicitation des Chevaliers de Colomb au IGA Les Sources est à souligner de façon particulière puisqu'ils ont recueilli un montant de 5 798,87 $ en argent comptant et 6 890,81 $ en cartes cadeaux destinés à garnir les paniers de Noël et à contribuer à l'aide alimentaire au cours de l'année.

Merci aux partenaires : le centre de la petite enfance Mille Fleurs, l'école Marguerite d'Youville, Moisson Québec, la Guignolée de la députée Geneviève Guilbault au bureau de circonscription de Louis-Hébert, le Métro Plus de l'Hêtrière, IGA Les Sources, Caisse Desjardins de Cap-Rouge—Saint-Augustin, Les Entreprises Martin Roy, Les Sœurs du Bon Pasteur, la résidence Chartwell L'Envol, le restaurant Quai 1608, le club social des employés du ministère de l'Emploi et la Solidarité sociale.

Accueil des nouveaux arrivants

De nouvelles familles se sont établies à Cap-Rouge et les environs au cours de l'année. L'équipe permanente et quelques bénévoles les ont accueillies et ont analysé leurs besoins. Dans un premier temps, nous avons donné de la nourriture, des vêtements, des articles de cuisine, de la literie, des vélos, des fournitures scolaires, etc.

Déclaration de revenus

M^{me} Denise Bolduc fait la production des déclarations de revenus pour les personnes et les familles admissibles. Elle est assujettie aux normes du Programme des bénévoles de Revenu Québec et du Programme communautaire des bénévoles en matière d'impôt (PCBMI) de l'Agence du revenu du Canada. Ces programmes ont pour objectif d'offrir de l'aide aux personnes qui ne peuvent pas remplir leurs déclarations de revenus et qui n'ont pas les moyens de confier cette tâche à des professionnels. Grâce à cette aide, dix-huit personnes peuvent bénéficier des prestations et des crédits d'impôt auxquels elles ont droit.







Les services aux familles

Objectifs

- Réemploi et recyclage
- Lutte à l'isolement
- Prévention et amélioration de la qualité de vie
- Soutien matériel et psychologique
- Autofinancement de l'organisme

Friperie

L'objectif premier de la friperie est d'aider les personnes dans le besoin à se vêtir convenablement selon les saisons. En 2025-2026, notre clientèle continue de s'agrandir. Elle se compose de personnes qui se soucient de l'environnement et désirent poser des gestes écoresponsables pour la planète en donnant une seconde vie à des vêtements de bonne qualité. Cette année, plus de 3 150 personnes ont profité de ce service pour compléter ou renouveler leur garde-robe et celle de leurs enfants.

La friperie et les mini-puces sont ouvertes en matinée le premier samedi des mois d'octobre à juin. Une équipe dévouée de bénévoles accueille avec courtoisie et empressement les jeunes familles, les étudiants et les personnes qui travaillent durant la semaine.

La carte Accès-Friperie, au coût annuel de 25 $ pour les résidants de la Ville de Québec, permet d'échanger des vêtements et ainsi éviter la surconsommation. Il est aussi possible d'en acheter à prix très bas. Avant de mettre les vêtements dans la friperie, les bénévoles font une inspection rigoureuse et s'assurent que chaque pièce est impeccable. De plus, elles renouvellent l'inventaire régulièrement pour donner accès à une grande variété de vêtements à notre fidèle clientèle.











Mini-puces

Les mini-puces regorgent d'une grande variété d'objets utiles au quotidien mais on peut aussi y dénicher de vraies trouvailles. Tous les objets sont scrutés à la loupe et nettoyés par nos bénévoles passionnés avant d'être déposés sur les tablettes. De plus, certains articles de grande valeur qui ne peuvent trouver place dans notre inventaire sont proposés aux connaisseurs sur le Web.

Ustensiles de cuisine, literie, casse-têtes, bijoux, jouets, etc. sont vendus à petit prix, permettant à notre clientèle de faire des économies substantielles tout en favorisant l'autofinancement de notre organisme et le réinvestissement dans les services offerts à la communauté.

Prêts divers

Des sièges d'autos pour bébés et enfants, des béquilles et des marchettes sont mis à la disposition de la population pour répondre à leurs besoins ponctuels.

Bazar vélo

Le bazar vélo se tient le premier samedi de mai. Acheteurs et vendeurs peuvent se procurer ou vendre un vélo usagé. Ils transigent directement ensemble sur le stationnement extérieur du centre communautaire. Le réemploi et le recyclage représentent pour notre organisme une opportunité de plus de s'inscrire dans la promotion du développement durable.



Nos partenaires

Centraide Québec et Chaudière-Appalaches est l'un de nos partenaires importants. L'aide financière de Centraide nous donne la possibilité d'offrir des services pour contrer la pauvreté économique et sociale. Concrètement, cela permet à notre organisme d'offrir des services tels que les colis de nourriture et la collecte de denrées pour les paniers de Noël destinés aux familles et aux personnes seules défavorisées. Centraide soutient la réalisation des activités pour briser la solitude et nos services d'aide matérielle.

Le programme *Dons et Commandites* de la **Caisse Desjardins de Cap-Rouge—Saint-Augustin** nous offre un soutien financier pour la réalisation de nos activités dans le milieu.

Madame Geneviève Guilbault, députée de la circonscription de Louis-Hébert, encourage l'action bénévole au sein de notre organisme. Nous la remercions pour son grand soutien à notre mission.

Les Chevaliers de Colomb du district 104, conseil de 13420, de Cap-Rouge—St-Augustin procèdent à une collecte de fonds et de denrées au supermarché IGA Les Sources, exclusivement dédiée à garnir les paniers de Noël des deux paroisses qu'ils desservent.

Le Club Lions de Cap-Rouge—St-Augustin nous offre un soutien financier en appui à notre mission. Le Club Lions permet également à des familles à faible revenu de notre territoire de se procurer des lunettes.

Nous soulignons également la contribution de la **Ville de Québec, arrondissement Ste-Foy—Sillery—Cap-Rouge** pour nos locaux, le service téléphonique et la soirée des bénévoles.

Tout organisme communautaire bénévole à but non lucratif doit pouvoir compter sur un financement de base pour défrayer les coûts inhérents à la bonne marche d'un secrétariat, aux dépenses diverses liées au financement des activités et à la prestation de services. Pour ce financement de base, nous remercions le **Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux (CIUSSS) de la Capitale-Nationale**.

Les activités d'autofinancement

ACTIVITÉS	Personnes rejointes	Autofinancement pour le MSCCR 2025-2026	Autofinancement pour le MSCCR 2024-2025
Bazar vélo	48 vélos enregistrés 27 vélos vendus 1640 $ Retombées pour la population	Dons 46 $	Dons 166 $
La friperie et les mini-puces	3 150 visiteurs	50 811 $	52 962 $
Atelier de couture	439 pochettes	549 $	1168 $

L'implication dans le milieu

RÉSEAUTAGE	Partenaires	Buts poursuivis	Ressources humaines	Implication
Consortium en soutien à domicile (régional)	Une vingtaine d'organismes régionaux en soutien à domicile	Échanger sur le vécu des organismes régionaux œuvrant dans le domaine du soutien à domicile. Se regrouper pour effectuer des revendications communes auprès du CIUSSSCN. Mettre en commun nos outils.	1	3 heures
Table de concertation de distribution alimentaire	Moisson Québec et une quinzaine d'organismes du milieu	Échanger sur le fonctionnement des organismes : gestion, inscription, entreposage des denrées, tenue de statistiques, horaire. S'informer des enjeux liés à l'aide alimentaire.	1	3 heures
Table de concertation des personnes aînées de la Capitale-Nationale	Une soixantaine d'organismes, de personnes aînées et de groupes d'aînés	Lieu régional d'échange et de concertation permettant aux aînés de connaître et de faire connaître leurs besoins et intérêts.	1	6 heures
Table des organismes communautaires SAPA	Coordonnée par l'organisation communautaire du CIUSSSCN. Une trentaine d'organismes du milieu	Lieu de rencontre et d'échange portant sur les services offerts, les enjeux communs et les problèmes éprouvés par les organismes communautaires participants.	1	6 heures

Les services / Les activités

Services et activités	Ressources humaines	Implication	Personnes rejointes 2025-2026	Personnes rejointes 2024-2025
Livraison de repas à domicile	10	1 155 heures	8 255 repas 110 participants	8 239 repas 108 participants
Transport et accompagnement	24	2 870 heures	851 transports et accompagnements 162 participants	957 transports et accompagnements 161 participants
Visite d'amitié et répit	6	356 heures	19 participants	13 participants
Soutien psychosocial	2	49 rencontres	18 participants	23 participants
Atelier de couture	5	439 pochettes, 56 bandeaux, 16 chapeaux réversibles et 84 chapeaux ronds	CHU de Québec CIROP	CHU de Québec CIROP
Activité physique Viactive	2	36 séances	45 participants	48 participants
Aérobie et mise en forme	1	36 séances	61 participants	42 participants
Activité physique adaptée	1	22 séances	16 participants	14 participants
Atelier Corps et expression	1	22 séances	14 participants 2 proches aidants	12 participants 6 proches aidants
Atelier Méditons ensemble	1	20 séances	6 participants	12 participants
Atelier Mémoire active	1	22 séances	20 participants	20 participants
Ateliers Si on jasait	2	2 séances	19 participants	–
Conférences	4	3 séances	60 participants	–
Pause musique	10	5 séances	207 participants	183 participants
Colis de nourriture	27	995 heures	129 personnes issues de 44 familles	108 personnes issues de 44 familles
Aide financière avec la Guignolée de Cap-Rouge	4	168 interventions	50 personnes seules 50 familles	56 personnes seules 47 familles
Paniers de Noël	19	115 heures	116 personnes	122 personnes
Accueil de nouveaux arrivants	2	105 heures	28 participants	37 participants
Déclaration de revenus	1	55 heures	18 participants	18 participants
Friperie	24	2 450 heures	3 150 participants	3 000 participants
Mini-puces	10	1 480 heures	3 150 participants	3 000 participants
Évaluation et suivi	3	805 interventions	238 participants	192 participants
Référence et information	3	1 705 interventions	1 845 participants	1 760 participants



50 ans MSCCR

MOUVEMENT DES SERVICES À LA COMMUNAUTÉ DU CAP-ROUGE

4473, rue Saint-Félix
Québec (Québec) G1Y 3A6

418 641-6643

msccr@bellnet.ca
www.msccr.com

Ouvert du lundi au vendredi
de 9 h à 12 h et de 13 h à 16 h

Friperie et mini-puces :
Mardi et jeudi de 9 h 30 à 11 h 30
et de 13 h 30 à 15 h 30
Premier samedi des mois d'octobre
à juin de 9 h à 12 h

Merci à tous nos partenaires !

CLUB LIONS CAP-ROUGE/ST-AUGUSTIN INC.
C.P. 75176,
Québec, QC
G1Y 3C7

Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de la Capitale-Nationale
Québec

Centraide
Québec et
Chaudière-Appalaches



Geneviève Guilbault
Députée de Louis-Hébert

Bureau de circonscription
810, route Jean-Gauvin, bur. 202,
Québec (QC) G1X 0B6
genevieve.guilbault.lohe@assnat.qc.ca
418-528-0483

La Guignolée
Cap-Rouge

Desjardins
Caisse de Cap-Rouge–Saint-Augustin

VILLE DE QUÉBEC

C de C
Conseil 13420
Cap-Rouge / St-Augustin

Boutique LE CAFÉIER

LANGLOIS
BIJOUTIER - 1953

BIGRAS PAGÉ St-CYR
CLINIQUE DENTAIRE
Dre Christine PAGÉ St-CYR 418.653.1040
info@dentistescaprouge.com
200-1404, rue Blanchette, Québec (QC) G1Y 1P2
dentistescaprouge.com