

## La livraison de Noël!

Cela fait bien des années maintenant que la Popote roulante livre un repas spécial à ses clients le jour de Noël. Cette livraison inclut un repas de dinde avec la garniture et les accompagnements habituels, ainsi que quelques cadeaux, le tout dans le plus bel esprit des Fêtes!

La bénévole Joan Campbell nous fait part de son expérience:

*«Noël a toujours été une fête laïque dans ma famille non religieuse. Depuis bien des années, mon mari et moi cherchons des manières significatives pour célébrer cette «période de réjouissances» avec nos deux garçons, en dehors de la distribution de cadeaux, de l'allumage des bougies, des décorations dans le sapin et de la dinde. Rien n'est plus important pour nous que cette tournée remplie de joie que nous faisons chaque 25 décembre pour livrer des repas de Noël pour le compte de la Popote roulante d'Ottawa.*

*Comme famille, nous avons instauré des traditions de Noël qui se sont perpétuées au cours des ans, comme les bas fabriqués à la main remplis avec soin de présents, les petites brioches annuelles toutes spéciales dégustées au coin du feu, les vœux transmis à nos êtres chers demeurant à proximité et à distance... Mais la tradition qui nous procure le plus de joie est cette excursion de mi-journée qui commence au restaurant Donna's Express sur l'avenue Churchill. Là, les lutins (qui peuvent inclure Terry, Baudouin, Shelley, Pauline, Carol et d'autres collaborateurs) accueillent tout le monde les bras grands ouverts dans un concert d'acclamations pendant qu'ils distribuent des boîtes remplies de repas chauds, de gâteries et de cadeaux à livrer aux clients.*

*Il n'y a pas de mots assez forts pour décrire les bienfaits que ma famille retire de nos rencontres avec les clients dont les vies*



*Elizabeth Wilson avec les bénévoles Alex Neuman et Nic Neuman*

*touchent la nôtre au seuil de chaque porte le jour de Noël. Entre nous quatre, nous nous regroupons à tour de rôle par paire pour effectuer une livraison. Je ressens personnellement une grande joie de voir mes fils tellement cool dans la vingtaine qui se disputent entre eux – et avec leurs parents – pour être les prochains à appuyer sur la sonnerie, à souhaiter «Joyeux Noël» et à capter les sourires ainsi que l'amour qui irradie au-delà du pas de la porte. Lorsqu'ils reviennent au véhicule le visage radieux et animé après qu'un client les ait invités à entrer pour bavarder ou serrés dans ses bras, mon Noël est comblé.*

*Nous sommes reconnaissants envers la Popote roulante pour l'occasion qui nous est donnée de vivre cette chance unique année après année. Pour mon mari, mes fils et moi, cette journée trouve tout son sens grâce à cette possibilité de partager la joie transcendante de Noël avec d'autres.»*  
- Joan Campbell

*«Au personnel et aux bénévoles les plus chers,*

*Mille fois merci pour le merveilleux repas de Noël et la surprise du sac de Noël. La dame et les deux jeunes hommes à ses côtés étaient très agréables et avaient le visage heureux. Cela m'a vraiment réjoui de constater que des gens se soucient de moi.*

*Mes meilleurs vœux à vous tous.*

*Cordialement vôtre,*

*Elizabeth Wilson»*

C'est grâce au concours de nombreuses personnes que ce repas de Noël est rendu possible, et nous souhaitons exprimer notre gratitude à nos partenaires. Merci à Moe Attalah du restaurant Newport et de l'Elvis Sighting Society. Moe et son équipe fournissent et préparent ce repas de Noël depuis 2002. L'année passée, les dindes ont été fournies gracieusement par la résidence Rideau Gardens Retirement, et le repas a été complété avec le gâteau de Noël offert par le Club Kiwanis de Riverside. Les décorations de Noël faites à la main par la 131e unité des Guides d'Ottawa, les cartes de MBNA Canada et les napperons matelassés fabriqués par la Common Thread Quilt Guild ont ajouté une touche festive toute spéciale. Nos bénévoles avaient même un cadeau à remettre à chaque client grâce à la générosité du Home Instead Senior Care. Nous voulons aussi remercier le Programme d'investissement communautaire de Bayer CropScience pour leur contribution financière à notre activité de distribution de repas de Noël.

Si vous souhaitez vous joindre à l'équipe de bénévoles pour effectuer des livraisons soit le jour de Noël ou durant les mois d'hiver, veuillez contacter Jill ou Terry.

## Bienvenue dans notre équipe!

Voici les bénévoles qui se sont joints à la Popote roulante depuis le printemps 2011:

Ahmed, Abdulrasaq  
Ayoub, Nizar  
Bitze, Garry  
Carruthers, Dean  
Carruthers, Elizabeth  
Castanier, Kirby  
D'Cruz, Ralph  
De Bos, Nina  
De Guzman, Maria  
Dunsiger, David  
Guttman, Mike  
Hooper, Megan  
Jackson, Robert  
Johns, Graham  
Joly, Jean Marie  
Keo, Isabelle  
Kohler, Edwina  
Kohler, Richard  
Lacelle, Brigitte  
Lemieux, Jean  
Lindsay, John  
MacAskill, Deborah  
Mavis, Ron  
McCloskey, Jessica  
Moon, Aileen  
Moore, Evan  
Ouellet, Jean-Yves  
Roberston, Blyth  
Russell, Anna  
Savoy, Deborah  
Smith, Brandon  
Snajdr, Natalia  
St-Jean, Louise  
Tam, Arthur  
Tam, Penelope  
Tran, Albert  
Turcotte, Colleen  
Wetscher, Wilhelm

## MBNA apporte sa contribution dans la communauté!

«À la Banque MBNA Canada, nous estimons qu'une communauté en bonne santé est importante pour tout le monde. Nous cherchons avant tout à créer un changement positif au sein des communautés dans lesquelles nous vivons et travaillons, à travers nos actions de bienfaisance, nos dons de société/parrainage et le bénévolat de nos employés. Nos secteurs d'intervention correspondent aux priorités philanthropiques établies par l'entreprise, soit l'éducation, les services sociaux et de santé, le développement communautaire, les arts et la culture ainsi que l'environnement.»

—Erin MacDonell, relations avec la communauté

Depuis 1998, MBNA Canada est un partenaire important de la Popote roulante d'Ottawa. Depuis les débuts, ils nous ont offert leur appui inestimable, et ce, d'une variété de manières: le soutien financier annuel de la fondation de la Bank of America, le prêt de personnel pour la planification et la mise en œuvre d'événements spéciaux, ou encore l'organisation de l'itinéraire de livraison hebdomadaire ainsi que la contribution de personnel à la livraison, un concours qu'ils nous apportent depuis plus d'une décennie. Ils offrent à leurs employés la possibilité de consacrer deux heures durant une journée de travail pour effectuer des livraisons sur un parcours qui part du CHEO. À travers les années, ils ont contribué des milliers d'heures sur la route, pour distribuer des

repas chauds et des sourires à nos clients dans le secteur d'Elmvale Acres.

Voici en quels termes comment certains de nos bénévoles de MBNA Canada décrivent leur expérience:

«Cela fait un peu plus de huit ans maintenant que je participe à l'œuvre de la Popote roulante. La livraison de repas était mon premier engagement comme bénévole dans la communauté, une expérience des plus révélatrices pour moi. J'ignorais qu'autant de personnes à Ottawa dépendaient de la réception d'un repas chaud. Cela m'a brisé le cœur au début et m'a appris à apprécier ce que j'avais. La tristesse s'est transformée en bonheur avec la découverte de l'importance de ma contribution dans la vie des gens. Je suis devenue depuis chef d'équipe pour mon département à la Bank of America, alors j'encourage les bénévoles à se joindre à cette extraordinaire organisation.»  
—Veronique Gauthier

«Le programme de la Popote roulante est une expérience incroyable. Non seulement j'ai apprécié le fait de distribuer des repas sains et de rencontrer les gens de ma communauté, mais c'était absolument merveilleux.»  
—Jamila Inniss

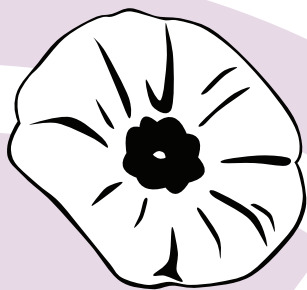
«J'apporte mon aide à la Popote roulante depuis les cinq dernières années. Cela a vraiment été une expérience enrichissante que d'aider les gens moins bien nantis que moi, et d'avoir la possibilité d'apporter ma contribution dans la communauté.»  
—Ryan Douglas

La Popote roulante voue une grande reconnaissance à ce très important partenaire et est fière de compter MBNA Canada au sein de la famille de la Popote roulante!



Première rangée, de gauche à droite: Shannon O'Brien, Carla Brotto, Keith Lanctot, Renate Ferguson, Andrew McIntyre, Kristen Jacques, Brittaney Chivers. Dernière rangée, de gauche à droite: Shannon O'Brien, Carla Brotto, Keith Lanctot, Renate Ferguson, Andrew McIntyre, Jordan Langille, Tameka Martin, Albert Peplinskie, Tammy Gardner, Monique Wiley.

## Nous nous souviendrons d'eux



À la 11e heure du 11e jour du 11e mois, les Canadiens commémoreront la mort des milliers d'hommes et de femmes qui ont sacrifié leur vie au service militaire. Alors que la Popote roulante gardera ses portes ouvertes le jour du Souvenir, nous souhaitons rendre hommage à nos nombreux clients et bénévoles qui sont des vétérans et membres des forces armées.

Frederick Hicks est l'un de ces honorables vétérans. M. Hicks s'est joint aux Cameron Highlanders of Ottawa en 1937 comme jeune soldat à l'âge de 16 ans. Il a fait son entraînement militaire à la salle d'exercices de la place Cartier, près du pont Laurier, et a été tambour pour le Corps de cornemuses et tambours du régiment.

M. Hicks a participé à la Deuxième Guerre mondiale du début à la fin, principalement comme mitrailleur. Avec le 1er Bataillon des Cameron Highlanders, il est parti pour l'Islande en juillet 1940, comme membre de la brigade canadienne surnommée la «force Z», constituée pour protéger le Canada en cas d'invasion allemande. Peu de temps après, il a quitté pour l'Angleterre, où il se trouvait durant la célèbre bataille d'Angleterre.

Il est débarqué avec le 1er Bataillon sur la plage Juno Beach le 6 juin 1944, la seule unité d'Ottawa à prendre part à la force d'attaque canadienne le jour J. En 1945, il est retourné à la vie civile au Canada avec son épouse anglaise, Doris. Ils ont été mariés pendant 52 ans.

M. Hicks est demeuré actif dans la communauté des vétérans. «Je fais partie de la légion de Westboro, et au mois de septembre de chaque année, je dépose une couronne au Monument commémoratif de guerre du Canada pour l'anniversaire de la bataille d'Angleterre», explique-t-il.

En janvier 2011, il a été nommé membre honoraire à vie des Cameron Highlanders of Ottawa par leur association régimentaire en reconnaissance de son engagement de

longue date. L'été dernier, il a été honoré de participer à la cérémonie de dépôt de couronnes par le prince William et Kate Middleton, les duc et duchesse de Cambridge. Il a été conduit au Monument commémoratif de guerre du Canada en autobus, avec quelque 20 autres vétérans, et affirme qu'il a eu une bonne conversation avec le couple royal.

M. Hicks reçoit des repas congelés grâce à une subvention du Programme pour l'autonomie des anciens combattants (PAAC). Mis sur pied par Anciens Combattants Canada (AAC), ce programme vise à aider les vétérans à demeurer en santé et à vivre de manière autonome dans le confort de leur foyer ou au sein de leur collectivité. À l'heure actuelle, nous comptons environ 70 clients qui bénéficient d'une subvention pour repas grâce au PAAC. Il existe aussi des subventions pour des services d'entretien ménager et d'entretien du terrain dont peuvent bénéficier les vétérans admissibles.

M. Hicks soutient qu'il est utile d'avoir à sa disposition nos repas congelés dans le congélateur. «Il est beaucoup plus facile de sortir un repas congelé que de cuisiner moi-même chaque repas. J'apprécie cette aide.» Il se dit reconnaissant de ce soutien obtenu grâce à ACC: «Ils m'aident beaucoup [...] Je suis un personnage de marque!» a-t-il déclaré.

Pour plus d'information au sujet du PAAC, visitez le site Internet d'Anciens Combattants Canada à l'adresse suivante: [www.veterans.gc.ca/fra/services/paac](http://www.veterans.gc.ca/fra/services/paac).



Fred Hicks

## Évaluation de la satisfaction: été 2011

Courtney Potterton, stagiaire d'été, a compilé les réponses à notre sondage annuel auprès des clients dans les derniers temps de son emploi d'été avec nous à la fin août. En résumé, 430 questionnaires ont été envoyés, dont environ 200 ont été retournés avec un taux de réponse de 46,5%, ce qui est considéré comme très bon. Cent quatre-vingt-trois étaient en anglais, et 17 en français. Toutes les réponses étaient anonymes, mais codées pour nous permettre de retracer la cuisine qui a préparé la nourriture.

Éléments clés:

- 100% des répondants affirment que les repas congelés étaient abordables.
- 99% des répondants recommanderaient notre service à un ami.
- 95% des répondants évaluent la qualité des repas congelés entre «moyenne» et «excellente».
- Plus de 90% des répondants évaluent la qualité des repas chauds entre «moyenne» et «excellente».
- 92% des répondants estiment que nos services en français sont adéquats.
- 88% des répondants affirment que les repas chauds sont abordables.
- 87% des répondants affirment que les repas sont suffisamment chauds à l'arrivée.

Dans l'ensemble, il s'agit d'un sondage révélant un très bon taux de satisfaction. Il y a toujours place pour l'amélioration, mais nous sommes sur la bonne voie. Merci à tous les participants.

Nous sommes toujours heureux de recevoir vos commentaires et vos suggestions. N'hésitez pas à remplir notre sondage auprès des clients à l'adresse suivante: [www.mealsonwheels-ottawa.org](http://www.mealsonwheels-ottawa.org).

## Le dîner de gala et danse de la Popote roulante, un événement formidable!

La soirée de notre dîner de gala et danse du 6 mai dernier a remporté un franc succès! Cet événement, tenu au Centre St. Elias, mettait en vedette le spectacle d'Elvis Shawn Barry et la musique du AM/FM Band. Tous nos remerciements vont à nos 200 invités qui ont apporté leur soutien à la Popote roulante par leur présence. Merci aussi à nos sociétés commanditaires qui ont acheté des tables, de même qu'à toutes les personnes et entreprises qui ont fait des dons en argent ou en nature. Nous remercions les membres du conseil de la Popote roulante pour leur grande participation qui a fait de cet événement une réussite. Des remerciements particuliers aux membres du comité organisateur dirigé par Madat Kara. Au total, c'est 10 000\$ qui ont été amassés, dont tous les profits servent à maintenir le coût des repas aussi bas que possible.

Les sociétés commanditaires qui ont acheté des tables sont: Capital Benefits; Chris Lang de Bank Professional Physiotherapy Services; Dr Joan Biro et Joan Lacelle du Queensway Medical Centre; Greg Farnand du cabinet d'avocats Bunning and Farnand; Joseph Mouaikel de Presse Café; MBNA Canada; David Gray, administrateur au conseil; Pentagon Insurance; Walton Capital Management; Prudential Town Centre Realty; succursale Charlemagne de la ScotiaBank à Orléans; et Première Mortgage Centre.

Les personnes ou entreprises qui ont fait des dons en argent ou en nature sont: Allegra Carling; Apetito; Ashley Furniture; BMR Ottawa; Cartier Place Suite Hotels; Francis

Fuels; Future Shop; Home Depot; Madat & Nargis Kara; Mark Grace Consulting; Centre national des Arts; Rockwell's Restaurant; Scribe Atout; Staples 10th Line à Orléans; TD Canada Trust; Welch and Co.; et Ali Khoja de Westmount Properties.

Merci au Centre St. Elias qui a si gracieusement accepté d'être l'hôte de cet événement. Des remerciements spéciaux au maire Jim Watson pour ses aimables mots de soutien et d'encouragement de même que la présentation du prix de distinction pour services bénévoles remis à Madat Kara en reconnaissance de son travail dévoué.

## Remarques à l'intention des Bénévoles

### La délimitation des frontières

Les frontières nous aident à déterminer qui nous sommes, et jusqu'où nous pouvons aller dans nos interactions quotidiennes et à long terme avec les autres. Dans un monde de bénévoles, le monde fondé sur donner et recevoir, les frontières sont capitales. L'établissement de frontières donne au bénévole le pouvoir de dire «non» aux clients quand ces derniers demandent à un bénévole plus que ce qu'ils devraient. Votre rôle comme bénévole de la Popote roulante est d'établir un contact bienveillant et de livrer un repas nutritif. Rappelez-vous d'appeler la Popote roulante lorsque vous constatez qu'un client a besoin d'une aide qui excède ce qui est attendu de vous comme bénévole de la Popote roulante. Notre personnel se fera un plaisir de diriger un client qui nécessite une aide additionnelle vers la ressource appropriée.

## La Popote roulante est un fier membre de la Coalition des services de soutien communautaire d'Ottawa (CSSCO)

La CSSCO est un regroupement de dix-neuf organismes sans but lucratif qui fournissent des soins professionnels et de qualité au domicile des personnes âgées et des adultes atteints d'une incapacité physique. Afin de répondre aux besoins individuels, ces organismes offrent un éventail de services efficaces, cohérents et coordonnés qui visent à aider les personnes à vivre de manière sécuritaire et autonome dans leur foyer le plus longtemps possible.

La gamme des services offerts par ces organismes comprend la popote roulante, les repas communautaires, le transport, les visites amicales, le soutien des aidants naturels, le soin des pieds et les services d'auxiliaires familiales, pour n'en nommer que quelques-uns. Ces services de soutien communautaire sont cruciaux afin de prévenir les visites prématurées à l'urgence, les admissions à l'hôpital, ainsi que l'hébergement pour des soins de courte durée ou de longue durée.

La contribution des bénévoles est vitale pour le succès des services fournis, et les organismes sont en recherche continue de personnes souhaitant faire partie de leur équipe. Les coordinateurs des services bénévoles des dix-neuf organismes membres ont élaboré un programme de groupe de travail bénévole. Leur objectif est de travailler ensemble au recrutement de nouveaux effectifs bénévoles qui se joindront aux bénévoles expérimentés et dévoués œuvrant déjà au sein des organismes membres. Des articles promotionnels comme des signets, des stylos et des bannières contextuelles ont été préparés à temps pour octobre, qui est le mois du soutien communautaire. Rappelez-vous: chaque fois que vous voyez un affichage ou lisez un article au sujet de la CSSCO, cette organisation représente les clients et les bénévoles de la Popote roulante, dont vous faites partie.

Rendez-vous au [www.communitysupportottawa.ca](http://www.communitysupportottawa.ca) ou appelez le 613-688-1768 pour en apprendre davantage à propos de la Coalition des services de soutien communautaire d'Ottawa et de ses membres.



L'équipe de financement de Madat, de gauche à droite: Ashad Jiwa, Pierre Dulude, Jennifer Hall, Jacques Bédard, Mouzaya Dabboussy, Shamez Charania, Colleen Turner, Sabah Nahfaoui, Paula Garden, Radha Dhanraj, Baudouin St-Cyr, Henri Nadeau, Marie Elderkin, et Madat Kara..

Impression

MBNA Canada