

## Guide étape par étape pour organiser cette activité communautaire

# CUISINER POUR UN VOISIN!

## OBJECTIFS

Encourager la solidarité et l'entraide au sein de la communauté.

Offrir des repas faits maison aux aînés et aux personnes isolées ou vulnérables.

### ÉTAPE 1: FORMER UNE PETITE ÉQUIPE ET ORGANISER UNE RENCONTRE DE PLANIFICATION

Rassemblez 2 à 3 personnes (p. ex. : travailleurs en mieux-être, interprètes, travailleurs sociaux, personnel des maisons de famille, coordonnateurs des aînés) pour discuter de la logistique et répartir les rôles.

Tâches clés:

- Liste des foyers : Identifiez les maisons à desservir avec l'aide du coordonnateur des aînés et des services sociaux.
- Recrutement : Faites une annonce à la radio locale pour recruter des bénévoles cuisiniers. Ils peuvent cuisiner à la maison ou dans une cuisine communautaire, si disponible.
- Date : Choisissez une date ou une semaine précise en novembre pour la distribution.
- Financement : Contactez l'agente du NRBHSS pour demander un remboursement des dépenses d'épicerie. Vous pouvez aussi solliciter la Coop ou le Northern pour des dons.
- Promotion : Utilisez le matériel de communication du Mois des proches aidants envoyé aux CLSC et affichez les posters dans les lieux publics.

### ÉTAPE 2: MOBILISATION

Mettez votre plan en action:

- Passez à la station FM pour annoncer l'activité et recruter des cuisiniers bénévoles.
- Contactez les partenaires locaux (Coop, Northern, maisons de famille, village nordique, etc.).
- Informez le NRBHSS de l'activité et confirmez le financement.
- Dressez la liste des bénévoles et de leurs plats prévus pour planifier les achats.
- Finalisez la liste des foyers qui recevront les repas.

### ÉTAPE 3: DEUXIÈME RENCONTRE DE PLANIFICATION

Ordre du jour:

- Assigner chaque cuisinier bénévole à un foyer.
- Élaborer la liste d'épicerie selon les besoins.
- Déterminer le lieu et l'heure de la remise des ingrédients et des foyers assignés.
- Confirmer la date de l'activité et les rôles de chacun.

### ÉTAPE 4: DISTRIBUTION DES PROVISIONS

- Après avoir acheté les denrées (gardez bien vos reçus !), invitez les bénévoles à venir chercher leurs ingrédients pour la préparation des repas.

### ÉTAPE 5: DISTRIBUTION DES REPAS

C'est le grand jour!

- Les bénévoles livrent leurs repas faits maison.
- Si un véhicule est disponible, offrez un soutien au transport.
- Tenez à jour la liste des foyers ayant reçu un repas.

### ÉTAPE 6: APRÈS L'ACTIVITÉ

- Tenez une courte réunion d'évaluation : qu'est-ce qui a bien fonctionné ? Que pourrait-on améliorer ?
- Soumettez les reçus et le rapport d'activité au NRBHSS pour le remboursement.
- Envoyez la liste des cuisiniers bénévoles au NRBHSS pour qu'ils soient inscrits au tirage régional.
- Félicitez votre équipe et célébrez le succès de l'événement !



Pour toute question, contactez:  
[hyungu.kang.rr17@ssss.gouv.qc.ca](mailto:hyungu.kang.rr17@ssss.gouv.qc.ca)