

RAPPORT ANNUEL 2025-2026





Mot de la présidence et de la coordination

L'année 2025-2026 nous aura confirmé que le Garde-Manger est devenu bien plus qu'un service d'aide alimentaire : il est désormais un véritable acteur dans sa communauté.

Grâce à l'engagement de nos bénévoles, de nos membres, de nos partenaires, de nos usager·ère·s et de notre équipe, nous poursuivons notre volonté de faire du Garde-Manger un lieu d'entraide, de participation et de mobilisation.

La croissance des besoins nous rappelle toutefois l'importance d'agir non seulement pour répondre à l'insécurité alimentaire, mais aussi sur leurs causes.

Nous abordons la prochaine année avec la volonté de consolider nos acquis, de poursuivre notre développement et de continuer à agir collectivement pour une communauté plus solidaire.



Marilyne Trudeau
Présidente

Laurent Gélinas
Coordonnateur



SOMMAIRE

1	Présentation du Garde-Manger	4
2	Vie associative	6
3	Faits saillants	9
4	Enracinement dans la communauté	10
5	Récupération alimentaire	16
6	Aide alimentaire	21
7	Réalisations	33
8	Transformation sociale	40
9	Défis et perspectives	45
10	Remerciements	49

1

Présentation du Garde-Manger



Mission

La mission du Garde-Manger est de venir en aide à tous les citoyen.nes de la MRC du Rocher-Percé qui vivent de l'insécurité alimentaire tout en encourageant et en favorisant leur pouvoir d'agir. Notre mission est accomplie grâce à la récupération des invendus alimentaires et à la redistribution de ceux-ci.



Vision

Le Garde-Manger vise à être un acteur clé de la sécurité alimentaire dans la MRC du Rocher-Percé, avec pour objectif de garantir un accès à une diversité d'aliments sains à chaque individu. Nous voulons bâtir une communauté solidaire et autonome, où personne n'est laissé de côté, et où la coopération locale et l'innovation nourrissent un avenir alimentaire équitable pour tous et toutes.



Valeurs

Les valeurs portées par l'organisme sont celles de : respect, transparence, inclusion, solidarité, et démocratie. De plus, l'organisme prône la concertation pour maintenir son historique de collaboration avec la communauté.

Notre autonomie

Le Garde-Manger détermine de façon autonome sa mission, ses orientations et ses pratiques en fonction des besoins observés dans sa communauté. Ses décisions sont prises par ses instances démocratiques, notamment son conseil d'administration, avec la participation de ses membres et en concertation avec les acteurs du milieu.



Historique du Garde-Manger

Assemblée citoyenne

En mai 2023, une assemblée citoyenne a réuni 21 personnes du Rocher-Percé afin de faire le point sur les activités de récupération et de distribution alimentaires mises en place deux ans plus tôt dans la communauté et de réfléchir collectivement à leur avenir.



Assemblée citoyenne en mai 2023

Devant les besoins persistants en matière de sécurité alimentaire, les 21 personnes présentes ont unanimement exprimé leur volonté de poursuivre et de pérenniser ces activités. C'est de cette volonté citoyenne qu'est née l'idée de créer un organisme qui aurait pour mandat de les poursuivre et de les développer.

Cette assemblée constitue ainsi le point de départ d'une démarche initiée par des citoyennes et des citoyens de la communauté qui souhaitent s'organiser collectivement autour d'une problématique vécue dans leur milieu. Dès cette première rencontre, plusieurs personnes ont d'ailleurs manifesté leur volonté de s'impliquer dans la mise sur pied du nouvel organisme.

Création du Garde-Manger

La démarche s'est poursuivie à l'automne 2023 avec la formation d'un conseil d'administration provisoire composé de cinq citoyen·ne·s du Rocher-Percé ayant à cœur la sécurité alimentaire et la lutte au gaspillage alimentaire. Celui-ci a entrepris les premières démarches nécessaires à la constitution de l'organisme, notamment l'élaboration des règlements généraux et le recrutement d'une personne à la coordination. Les membres du conseil d'administration provisoire ont ensuite présenté une demande d'incorporation au Registraire des entreprises du Québec.

Le 16 mai 2024, les lettres patentes ont été délivrées : le Garde-Manger était officiellement constitué.



Vie associative

Conseil d'administration

Pour le mandat 2025-2026, le conseil d'administration, indépendant du réseau public, est constitué de sept administrateur·rice·s issus·es de la communauté du Rocher-Percé :

- Marilyne Trudeau – présidente
- Daniel Leboeuf – vice-président
- Charlotte Agostini – secrétaire-trésorière
- Isabel Doré-Millet – administratrice
- Olivier Poulin – administrateur
- Kathryn Thibeault – administratrice
- Olga Bonzou – administratrice



De gauche à droite, rangée du bas : Kathryn Thibeault, Isabel Doré-Millet et Olivier Poulin, rangée du haut : Charlotte Agostini, Marilyne Trudeau, Daniel Leboeuf et Olga Bonzou.

Aussi, deux nouveaux postes ont été créés à l'assemblée générale annuelle tenue à l'été 2025 de manière à diversifier davantage le conseil d'administration.

Durant l'année, 11 rencontres du conseil d'administration ont été tenues. Plusieurs dossiers structurants ont avancé, le conseil a notamment travaillé à consolider la gouvernance de l'organisme, à assurer son financement et à adapter les services à une forte croissance de la demande.

Membres

Au moment de l'assemblée de fondation tenue en juin 2024, une seule catégorie de membres était en place, regroupant alors 20 citoyennes et citoyens du Rocher-Percé. Durant l'année 2025-2026, deux nouvelles catégories de membres ont été créées (voir à cet effet la section Réalisations - Gouvernance et développement organisationnel).



Cette nouveauté permet désormais aux personnes employées du Garde-Manger ou d'un organisme partenaire, ainsi qu'aux usager·ère·s de l'organisme, de devenir membres du Garde-Manger. À l'AGA tenue à l'été 2025, le Garde-Manger comportait 26 membres. Plusieurs de ces membres s'impliquent aujourd'hui comme bénévoles pour l'organisme.

Implication bénévole

L'implication des personnes bénévoles constitue un apport incontournable pour notre organisme. Durant l'année 2025-2026, plus de **225 heures** de bénévolat ont été réalisées.



Un bénévole effectuant le tri de la collecte

Les bénévoles ont prêté main forte en cuisine afin de produire des potages pour les bénéficiaires et contribuer à la préparation des plats givrés. Ils ont également collaboré au tri des denrées lors des arrivages ainsi qu'à la gestion des stocks.

Sur les **10 bénévoles**, 6 sont des usager·ère·s de l'organisme souhaitant redonner à celui-ci, tandis que les 4 autres adhèrent à sa mission sans être bénéficiaires.

Assemblée générale

Au courant de l'année 2025-2026, une assemblée générale de même que quatre assemblées générales extraordinaires ont été tenues. L'assemblée générale a notamment permis de présenter le rapport annuel et d'élire les membres du conseil d'administration.

Les assemblées extraordinaires ont permis de nommer le professionnel en exercice indépendant pour l'exercice 2024-2025, de ratifier des modifications aux règlements généraux (augmentation du nombre d'administrateurs, création de deux nouvelles catégories de membres, libellé des objets, etc.), en plus d'adopter les états financiers pour l'exercice 2024-2025 en mars 2026.



Équipe

Le Garde-Manger a pu compter, tout au long de l'année 2025-2026, sur une équipe engagée, stable et profondément investie dans la mission de l'organisme. Malgré la petite taille de l'équipe, les personnes qui la composent contribuent activement au bon fonctionnement des activités et au maintien de la qualité des services offerts.

La rétention du personnel constitue une force importante pour le Garde-Manger. La stabilité de l'équipe permet de préserver une expertise précieuse et de maintenir des relations de confiance avec les partenaires et les acteurs du milieu.



Carolane Amos

Préposée à l'accueil



David Lejeune

Préposé à la collecte



Laurent Gélinas

Coordonnateur

Dans un organisme en pleine croissance, cette stabilité est d'autant plus importante puisque les pratiques évoluent très rapidement. Le maintien d'une équipe engagée représente ainsi un atout majeur pour relever les défis qui se présentent au Garde-Manger et poursuivre son développement au cours des prochaines années.



Faits saillants

Durant l'année 2025-2026....

58

Tonnes récupérées

Ce sont plus de 58 tonnes d'aliments qui ont été récupérées des épiceries et d'autres sources.

4

Épiceries participantes

Ce sont quatre épiceries qui participaient au programme de récupération en supermarché (PRS).

4 136

Dépannages effectués

Ce sont 4 136 dépannages qui ont été réalisés auprès des personnes en situation d'insécurité alimentaire.

781

Personnes uniques aidées

Ce sont 781 personnes, soit 599 adultes et 182 enfants, qui ont bénéficié de l'aide alimentaire.

2900

Kg de denrées distribuées aux organismes

Un total de 2900 kg de denrées alimentaires ont été distribuées auprès de 12 groupes ou organismes partenaires.

3 440

Plats givrés produits

Notre équipe a produit 3440 plats givrés pour le CAB qui les redistribue aux personnes âgées, vulnérables ou en convalescence.



4

Enracinement dans la communauté

L'année 2025-2026 fut particulièrement riche en développement de partenariats avec nos organismes partenaires et de relations avec les personnes dans la communauté.

Entente de prêt de main-d'œuvre

Afin de soutenir le Garde-Manger, deux organismes ont offert des prêts de main-d'œuvre durant l'année, soit le **CJE Option Emploi du Rocher-Percé**, ainsi que **La maison Blanche-Morin**. Au total, ce sont plus de 75h de travail qui ont été données au Garde-Manger.



Ce prêt a permis d'offrir un apport supplémentaire en main-d'œuvre afin de soutenir notre petite équipe à répondre adéquatement à l'augmentation de la demande rencontrée ces derniers mois. Les ressources des organismes partenaires ont aussi outillé notre équipe au niveau de l'intervention auprès des personnes. En effet, le Garde-Manger souhaite développer son expertise dans l'intervention et les organismes partenaires constituent un atout majeur.

Nous souhaitons mieux identifier les besoins de nos bénéficiaires, les soutenir et les diriger vers des ressources externes au besoin afin d'augmenter leur pouvoir d'agir. Bonne nouvelle, les partenaires ont déjà confirmé que les prêts de main-d'œuvre vont se poursuivre minimalement jusqu'à l'automne 2026.

Partenariat pour le Club des petits déjeuners

Le Garde-Manger est fier de soutenir l'organisme **Produire la santé ensemble** dans le déploiement du Club des petits déjeuners.

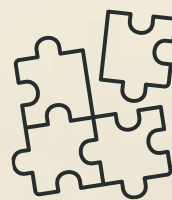


Durant l'année 2025-2026, un nouveau partenariat a été créé afin d'assurer la livraison des compotes de pommes par le Garde-Manger dans des écoles primaires. Plusieurs livraisons ont alors été réalisées au courant de l'année et il est prévu de poursuivre cette collaboration.



Chili végé - projet collaboratif dans la communauté

Découlant du programme *Cuisine solidaire* - édition relève de la Tablee des chefs, le Garde-Manger a mobilisé **10 organismes** afin de cuisiner des portions de chilis végétariens.



Les ingrédients, fournis par la Tablee et redistribués aux organismes par le Garde-Manger, devaient servir à la production de 3250 portions.

Le fonctionnement du programme, qui prévoit normalement la production des portions par une école de cuisine et la redistribution de celles-ci à une banque alimentaire, a été bonifié. En effet, le projet que nous avons réalisé est une première au Québec; la cuisine se fait au sein des organismes communautaires pour les besoins de leurs usager.ères et pour les usager.ères du Garde-Manger.



Centre Émilie Gamelin



CJEOE



Centre Alpha



Garde-Manger



CLSC - Santé mentale



Lactescence Pabos



Le projet a débuté en mars et s'est poursuivi jusqu'à la fin mai. En date du 31 mars 2026, quatre groupes avaient cuisiné un total de près de 750 portions, dont 17% ont été conservées pour les besoins des personnes dans ces groupes et 83% ont été redistribués au Garde-Manger.

Au moment d'écrire ces lignes, six autres organismes avaient cuisiné des chilis, portant la production à près de 2000 portions, dont environ les 2/3 avaient été conservés par les organismes pour leurs personnes.

Partenaires impliqués

Maison de la famille Contre vents et marées

(Centre Alpha et groupe de personnes âgées)

Centre Émilie Gamelin

Centre de formation professionnelle La Relance

CJEOE Rocher-Percé

CLSC - santé mentale

Groupe de cuisine collective de Barachois

La maison Blanche-Morin

Lactescence Pabos

L'organisation de corvées de cuisine réunissant plusieurs organismes communautaires s'inscrit pleinement dans le milieu de vie défini par le CISSS comme un réseau d'entraide et d'action. En mettant les ressources en commun et avec la participation des organismes impliqués, cette initiative favorise une entraide concrète entre les acteurs du milieu, tout en permettant de répondre collectivement aux besoins de chacun.

Cette mobilisation collective renforce les liens entre les organismes, favorise le partage des ressources et permet d'agir concrètement et de façon concertée sur l'insécurité alimentaire.

La réception positive de cette première expérience, fort appréciée par les organismes participants, nous encourage à pérenniser cette action en participant à d'autres projets de la Tablee des chefs afin de poursuivre l'entraide entre les organismes du milieu vers un objectif commun.

Dégustations au Garde-Manger

En partenariat avec **Produire la santé ensemble**, des ateliers de dégustation ont été planifiés au Garde-Manger pour être réalisés au printemps 2026. L'objectif de ces ateliers est de faire découvrir des aliments et mets aux bénéficiaires.



Meagan Reid de Produire la santé ensemble



La production des chilis ayant eu lieu depuis peu, nous avons saisi la balle au bond; faire découvrir les haricots blancs, le tofu et les épices typiques du chili aux bénéficiaires du Garde-Manger qui sont souvent moins familiers avec les protéines végétales et la cuisine du monde. Ainsi, le projet a été planifié en fin d'année 2025-2026, mais implanté dès avril 2026. Voici quelques récits du premier atelier de dégustation tenu le 8 avril 2026. La majorité des personnes ont répondu ne pas manger de chili à la maison, ni de tofu, ni de haricots. C'était ainsi une belle occasion de découvrir ces produits.



Un homme assez âgé ne voulait pas goûter au chili sachant que c'était végétarien. Sa femme a goûté et a adoré. Son mari a donc finalement goûté et grandement apprécié, il en était lui-même surpris !

Un homme a goûté en disant que c'était très bon, que le chili faisait différent de la cuisine à laquelle il était habitué et qu'il aime l'aspect de varier son alimentation. Il était vraiment content de goûter quelque chose de différent.

Nouveauté !

"Globalement j'ai trouvé que l'ouverture des personnes à goûter était vraiment présente. Les gens étaient avenants et enthousiastes. Curieuses. Je les ai sentis honnêtes dans leur appréciation et la plupart ont aimé ou adoré ça. Ça été une belle première expérience."

-Meagan, Produire la santé ensemble

Nous prévoyons poursuivre les dégustations jusqu'à l'été 2026, notamment pour faire découvrir des produits reçus au Garde-Manger en grande quantité, mais souvent méconnus des bénéficiaires, comme certains fruits ou encore la ricotta, les bocconcinis et le lait végétal.



P'tits plats givrés

Le Garde-Manger produit pour l'usage exclusif du Centre d'action bénévole (CAB) Gascons-Percé les P'tits plats givrés. Au menu, une quinzaine de différents plats sont produits, selon les préférences de la clientèle. Durant l'exercice, **3 440 repas** ont été produits par l'équipe.

Cette réalisation démontre l'importance de notre collaboration avec le milieu et les retombées qu'elle permet de générer.



Des P'tits plats givrés produits par l'équipe du Garde-Manger

Au premier trimestre 2026, une collaboration a été réalisée avec Mme Éloïse Bourdon, nutritionniste à Santé Québec - Gaspésie. Le mandat confié était de bonifier les recettes de P'tits plats givrés pour répondre à plusieurs objectifs : (1) mieux répondre aux besoins nutritionnels des aînés, (2) végétaliser le menu, (3) standardiser les recettes et (4) réduire les coûts de revient.

Au total, 12 des 18 recettes ont été bonifiées et proposées au Garde-Manger. Entre leur élaboration et le 31 mars, plusieurs de ces nouvelles recettes ont déjà été produites comme le hamburger steak au bœuf et à la protéine végétale texturée (PVT), le pâté chinois au porc et aux lentilles ainsi que le pain de viande au porc et à la PVT.

Rangs solidaires

Inspiré d'un projet en place dans la MRC de Bonaventure, le projet Rangs solidaires a été implanté dans la MRC du Rocher-Percé au printemps 2025. Il assemble plusieurs acteurs :

- 2 producteurs maraichers : Jardin des Épilobes et Jardins de l'Anse-au-Loup;
- 4 utilisateurs : Traiteur du Littoral, Produire la santé ensemble, Office municipal Rocher-Percé et Garde-Manger.



Pour la première édition, le Garde-Manger a reçu **650 kg** de légumes produits par les deux maraichers à l'automne 2025 (betteraves, carottes, rutabaga, choux et autres légumes).



Le rôle du Garde-Manger consistait principalement à distribuer les denrées produites localement aux personnes qui venaient chercher des paniers d'aide alimentaire.

Pour l'édition 2026-2027, le Garde-Manger souhaite toutefois accroître sa participation en mettant de la main-d'œuvre à la disposition des producteurs maraîchers afin de les soutenir dans leurs activités. Avec l'approbation de la Direction des services professionnels correctionnels Gaspésie / Îles-de-la-Madeleine, le Garde-Manger peut maintenant mobiliser des personnes dans le cadre de leurs heures de travaux communautaires.



Personne effectuant des travaux communautaires au Jardin de l'Anse-au-Loup

Au moment d'écrire ces lignes à l'été 2026, une **vingtaine d'heures** de travaux communautaires avaient déjà été mises à la disposition des producteurs.

Ainsi, nous avons la ferme intention de contribuer à la création d'un réseau d'entraide dans la communauté afin de soutenir cette initiative porteuse, qui a d'ailleurs été reconnue comme l'action **coup de cœur** lors de la Grande Assemblée 2026 du Réseau en développement social Rocher-Percé.



Récupération alimentaire

Pour l'année 2025-2026, le Garde-Manger a récupéré un total de **58 080 kg** de denrées alimentaires, soit 37% de plus que l'année précédente et 65% de plus qu'il y a deux ans.

58 tonnes



David, préposé à la collecte

Cette augmentation par rapport à l'an dernier peut être attribuée à différents facteurs expliqués dans les sections suivantes.

Épiceries

Les quatre épiceries participant au programme de récupération en supermarché (PRS) fournissent à elles seules **85 %** de toutes les denrées récupérées par le Garde-Manger, avec près de **50 tonnes** de denrées alimentaires données durant l'exercice 2025-2026.



Jean-Guillaume Lejeune,
IGA de Chandler

Les trois supermarchés du territoire ont contribué considérablement plus que les années précédentes. En effet, nous y avons collecté **30 %** plus de denrées en 2025-2026 comparativement à l'année précédente, soit environ **11 tonnes** de plus que l'an dernier. On peut expliquer cette augmentation par une amélioration dans la participation de certains départements et possiblement par une plus grande sensibilisation du personnel envers notre mission.



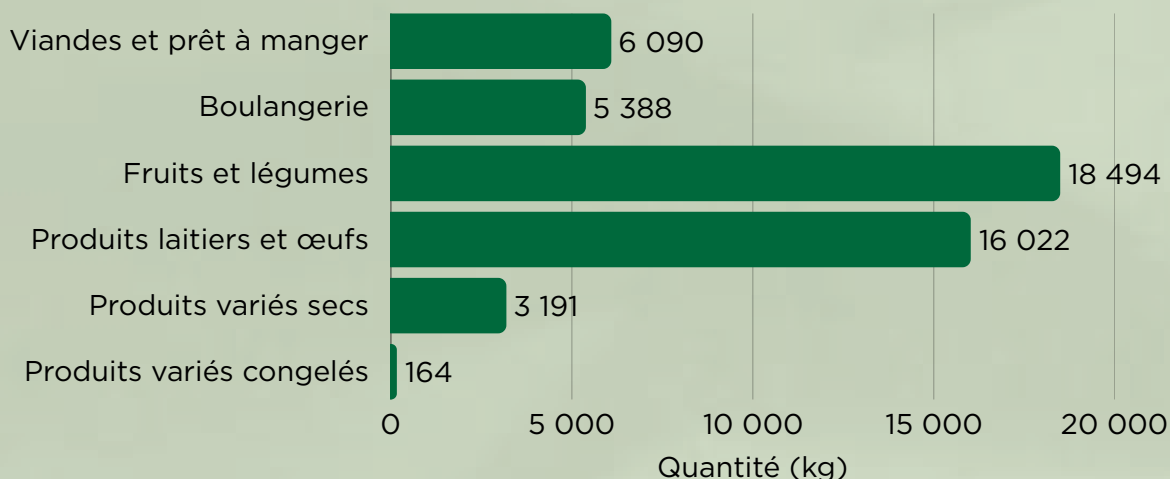
Par ailleurs, l'ajout d'une épicerie supplémentaire au PRS au début de 2025, soit l'épicerie Bonichoix de Ste-Thérèse-de-Gaspé, a notamment permis de récupérer environ 2 tonnes de denrées en 2025-2026.

Le Garde-Manger reçoit des denrées alimentaires variées des épiceries. Toutefois, certaines catégories représentent une proportion plus importante, comme les fruits et légumes, ainsi que les produits laitiers et œufs.

Épiceries partenaires

- Coop IGA Chandler (Chandler)
- IGA Marché J-A Fournier (Grande-Rivière)
- Marché Bonichoix Guy Desbois (Ste-Thérèse-de-Gaspé)
- Super C (Chandler)

Denrées récupérées dans les quatre épiceries partenaires par catégorie en 2025-2026, en kg



La catégorie des produits variés congelés est celle qui constitue la moins grande proportion. En effet, il est plus rare que ces produits dépassent la date "meilleur avant". Nous recevons ainsi essentiellement des produits dont les emballages sont brisés, comme le carton des boîtes à pizza. Il en est de même pour les produits variés secs. En effet, il est rare que ces produits dépassent la date limite. Nous recevons parfois, malgré tout, des produits dépassant cette date, notamment des produits moins populaires auprès de la clientèle des épiceries.

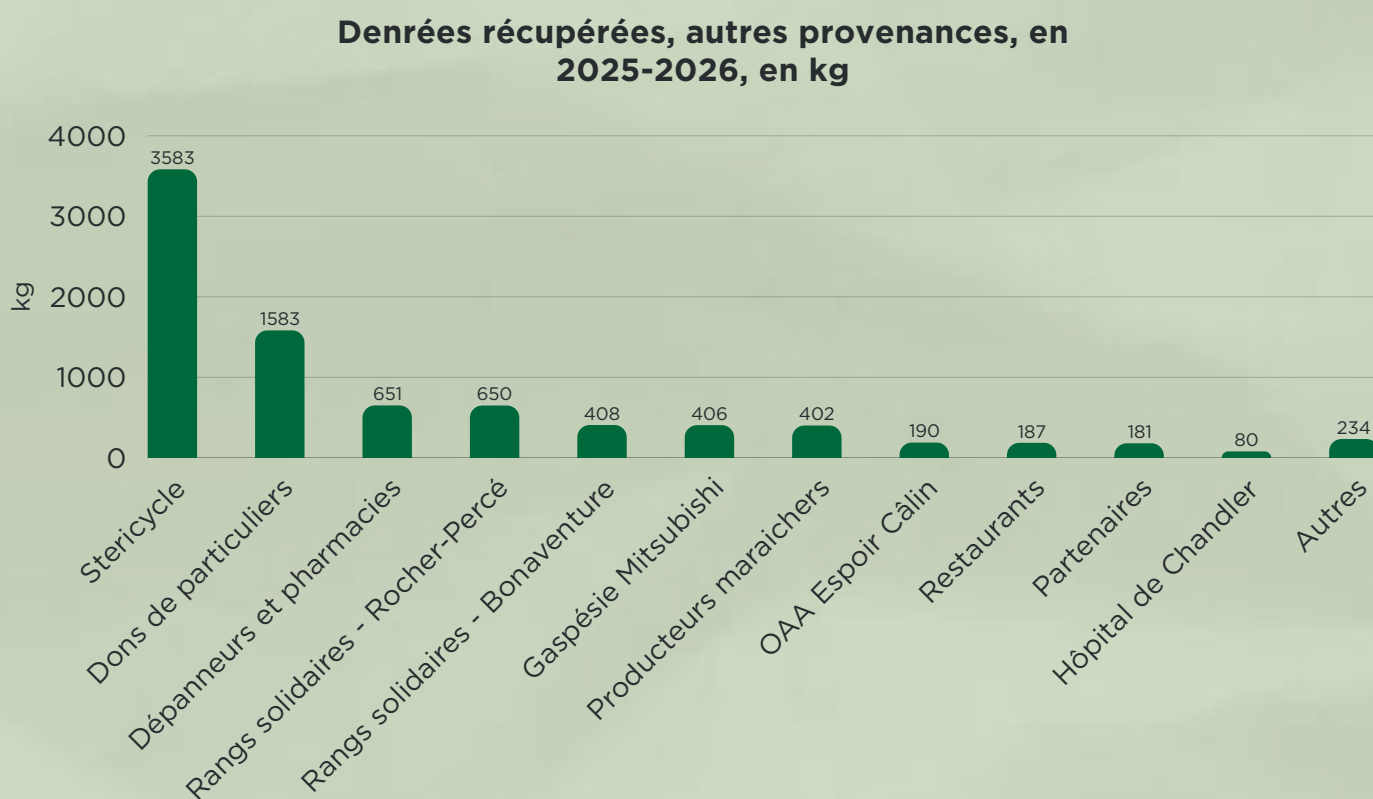


Les produits variés secs dont le contenant ou l’emballage est endommagé se classent dorénavant dans la catégorie “autres provenances”, dans la section ci-dessous, puisque ces produits sont apportés par une entreprise spécialisée, Stericycle, qui récupère et crédite les produits endommagés aux épiceries.

Enfin, la catégorie viande et prêt-à-manger a connu une augmentation en termes de quantités. Toutefois, le nombre de produits reçus dans cette catégorie demeure encore limité considérant la demande.

Autres provenances

Outre les arrivages des épiceries, qui constituent la très grande majorité des denrées reçues, le Garde-Manger a pu compter sur d’autres dons, pour un total de plus de **8 tonnes** de denrées.



Les produits dont les contenants et emballages récupérés par **Stericycle** dans les supermarchés et acheminés au Garde-Manger constituent la catégorie la plus importante, suivie de près par les **dons de particuliers** (surplus de garde-manger et de jardin, viande d’original).



Quant aux **dépanneurs et pharmacies**, nous avons reçu plusieurs dons réguliers du dépanneur Station 132, ainsi que des dons ponctuels provenant d'autres dépanneurs ou de pharmacies.

Comme nouveauté en 2025-2026, nous avons reçu des légumes dans le cadre du projet **Rangs solidaires** des deux producteurs dans Rocher-Percé pour la première édition. Également, suite aux travaux de rénovation au Collectif Aliment-Terre à Paspébiac, l'organisme nous a donné un surplus de légumes produits dans le cadre du projet Rangs solidaires de Bonaventure.

Également, l'organisme **OAA Espoir Câlin** nous a fait don, à quelques reprises, de nourriture pour animaux, soit d'un surplus d'inventaire ou d'achats réalisés spécialement pour remettre aux personnes en situation d'insécurité alimentaire pour les aider à nourrir leurs chiens et chats.

D'ailleurs, il est prévu recevoir de nouveaux dons de nourriture pour animaux offerts par cet organisme dans la prochaine année.



Don de nourriture pour animaux offert par OAA Espoir Câlin

Dernière nouveauté pour l'année, nous avons établi un partenariat avec l'**hôpital de Chandler** afin de récupérer à chaque semaine des plats préparés. La quantité récupérée durant l'année financière, soit 80 kg, est minime puisque le partenariat avait débuté quelques semaines auparavant. Depuis, nous récupérons environ 70 kg par mois.



Gaspésie Mitsubishi

Enfin, l'insécurité alimentaire étant une cause tenant à cœur à l'entreprise **Gaspésie Mitsubishi**, celle-ci a renouvelé pour une deuxième année consécutive sa donation au Garde-Manger, ayant offert des denrées d'une valeur de près de 2000\$.



Achats

Le Garde-Manger reçoit de Banques alimentaires du Québec des cartes-cadeaux utilisables dans les épiceries des chaînes Sobeys (IGA et Bonichoix) et Metro (Super C et Marché Richelieu) pour l'achat d'aliments.

Ainsi, durant l'année 2025-2026, plus de 15 tonnes d'aliments ont pu être achetés avec ces cartes-cadeaux, pour une valeur totale d'environ 65 000\$.

Ces achats ont permis de fournir aux usager·ère·s du Garde-Manger des produits de base généralement non reçus par la récupération en supermarchés, comme des céréales, du riz, de la farine et du beurre d'arachide.

Également, les cartes ont permis de palier le manque occasionnel de produits de base reçus par la collecte, notamment les produits laitiers et œufs.



Étagères du Garde-Manger bien remplies grâce aux cartes-cadeaux



En plus des achats effectués avec les cartes-cadeaux, le Garde-Manger a acheté des pommes de terre déclassées à Patasol. L'entreprise, qui avait un grand inventaire à écouler, vendait ses pommes de terre à bon prix aux organismes communautaires. Nos usager·ère·s ont ainsi pu se partager 590 sacs de 10 livres de pommes de terre entre décembre 2025 et mars 2026.



6

Aide alimentaire

Aide alimentaire : directe et indirecte

Le Garde-Manger contribue à aider les personnes en situation d'insécurité alimentaire de deux manières. La première est par **aide alimentaire directe**, c'est-à-dire en offrant des denrées directement aux personnes dans le besoin qui se présentent au Garde-Manger. La seconde, l'**aide alimentaire indirecte**, est en offrant les denrées alimentaires à des organismes qui aident à leur tour des personnes dans le besoin.

1. Aide alimentaire directe

Qui peut en bénéficier?

L'aide alimentaire offerte en aide directe par le Garde-Manger s'adresse à toutes personnes de la MRC du Rocher-Percé en situation d'insécurité alimentaire. Par exemple, la personne peut se trouver dans une situation économique difficile, effectuer un retour aux études, débiter une formation professionnelle, être en recherche d'emploi, être récemment arrivée au pays, etc. Bref, toutes situations pouvant engendrer des problèmes à s'alimenter sainement.

Fonctionnement

Deux types de fonctionnement étaient en place durant l'année 2025-2026, soit le **coupon vert** découlant d'une référence par un organisme et le **coupon bleu** sans référence d'un organisme partenaire.



1. Référence par un organisme (coupon vert)

Les dépannages alimentaires fonctionnent essentiellement par référencement auprès de l'un des organismes partenaires. L'objectif de ce fonctionnement est de permettre à la personne, recevant déjà des services auprès d'un organisme partenaire, d'obtenir un coupon de son intervenant.e qui connaît sa situation et peut identifier ses besoins en aide alimentaire.

Jusqu'à octobre 2025, l'intervenant distribuait quelques coupons à une personne (1 coupon = 1 dépannage). Depuis le 1er octobre 2025, l'intervenant.e remet à une personne un seul coupon qui est valide pour une durée définie par l'intervenant.e, renouvelable au besoin. La fréquence de dépannage est de deux dépannages par mois.



Coupon vert - recto

Coupon vert - verso

Depuis le début des activités, plusieurs organismes partenaires se sont ajoutés aux collaborateurs. Au 31 mars 2026, on comptait **25 organismes partenaires**, soit **6 organismes de plus** que l'année précédente.

D'autres organismes partenaires sont déjà ciblés pour être ajoutés à nos collaborateurs au courant de la prochaine année.



Organismes partenaires

☐ Aire ouverte	☐ Convergence
☒ Arc-en-soi	☐ DPJ
☐ Association TTC-ACV	☐ Femmes Entre-Elles
☒ CAVAC	☐ Jeunesse (CISSS)
☐ Cégep de la Gaspésie / ÉPAQ	☐ Maison Blanche Morin
☐ CAB Gascons-Chandler	☐ Maison de la famille Contre Vents et Marées (Chandler)
☐ CEA / CFP de Chandler et de Grande-Rivière	☒ Mouvement Action Chômage
☐ Centre Émilie Gamelin	☒ Organisme gaspésien des personnes atteintes de cancer (OGPAC)
☐ CJEOE Rocher-Percé	☐ Réadaptation (CISSS)
☐ Clinique de médecine familiale (GMF) de Chandler	☐ Services Québec
☐ Clinique médicale de Grande-Rivière	☒ Services intégrés en périnatalité et petite enfance (SIPPE) (CISSS)
☐ CLSC de Chandler (CISSS)	☐ Soutien à domicile (CISSS)
☒ CLSC de Percé (CISSS)	

 Nouveaux 2025-2026



2. Sans référence (coupon bleu)

Le Garde-Manger a à cœur l'accessibilité de ses services pour toutes et tous, et reconnaît que nul n'est à l'abri d'un frigo vide, peu importe sa situation économique. L'organisme offre donc de l'aide sans référence. Cela permet aux personnes n'ayant pas de service dans l'un des organismes partenaires, de recevoir tout de même de l'aide alimentaire au Garde-Manger.

Cette formule, qui était marginale depuis 2024, s'est officialisée à mi-année en octobre 2025 avec la mise en place de la carte bleue. En effet, bien que nous accueillions parfois les personnes sans référence, nous devons analyser globalement notre service de dépannage afin d'implanter le système sans référence.

Coupon bleu - verso

Ainsi, une fois le système de référencement revu avec la carte verte et la redéfinition de fréquence de dépannage, le coupon bleu a pu être créé et la nouveauté communiquée. Afin de maintenir et d'encourager le référencement par des organismes, les coupons verts ont une fréquence de dépannage plus élevée que pour les coupons bleus, soit 2 dépannages contre 1 seul dépannage par mois. La fréquence d'un dépannage par mois correspond généralement à ce qui est offert par les organismes d'aide alimentaire dans la région.

Résumé : coupon avec référence - coupon sans référence



	<u>Fréquence</u>	<u>Distribution</u>
Avec référence (carte verte)	2x/mois	Par l'un des 25 organismes partenaires
Sans référence (carte bleue)	1x/mois	Directement par l'équipe du Garde-Manger



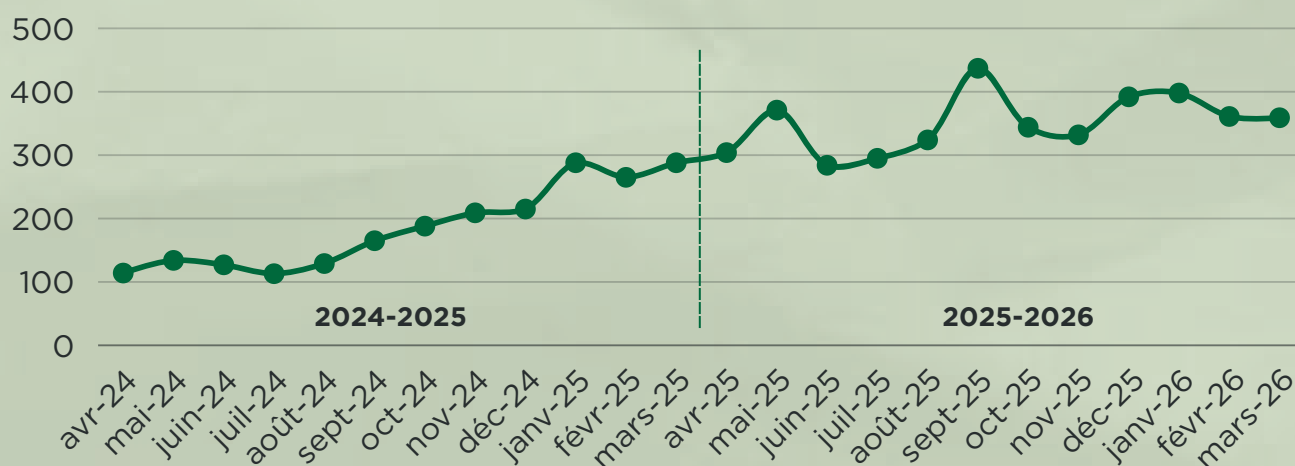
Dépannages

Durant l'année 2025-2026, le Garde-Manger a offert un total de **4 136 dépannages***. Au total, ce sont près de **61 tonnes** de denrées alimentaires qui ont été distribuées en aide alimentaire directe.

4 136
dépannages

Comparativement à l'année précédente, ce sont près de **deux fois plus** de dépannages qui ont été réalisés et autant plus de denrées distribuées.

Dépannages réalisés de 2024 à 2026, mensuel

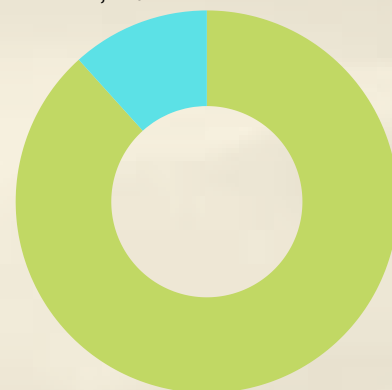


La très grande majorité des dépannages, soit environ 88 %, ont été réalisés suivant des références. Ainsi, le référencement constituait le mode principal de fonctionnement de l'aide alimentaire en 2025-2026.

Les principaux organismes référenceurs étaient les suivants :

- CLSC de Chandler (CISSS)
- CJEOE Rocher-Percé
- CEA / CFP de Chandler et de Grande-Rivière
- Maison de la famille Contre Vents et Marées
- Services Québec

Sans référence
(coupon bleu)
11,7%



Avec référence
(coupon vert)
88,3%

*Données tirées du registre de sorties de denrées



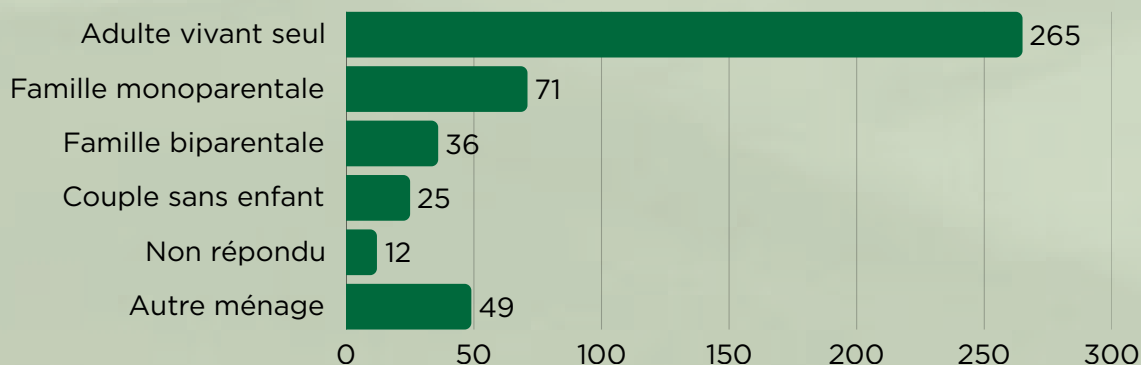
Ménages

La documentation des ménages et des personnes bénéficiant des services d'aide alimentaire au Garde-Manger a débuté à la mi-octobre 2024. Ainsi, nous avons à disposition les données complètes pour la première fois pour l'exercice 2025-2026.

458
ménages

Durant la période, **458 ménages**** ont obtenu au moins un dépannage alimentaire. Les ménages ont été classés selon leur **type de ménage**. Les adultes vivant seuls constituent la majorité des usager·ère·s du Garde-Manger : ils représentaient près de 60 % des bénéficiaires en 2025-2026, alors qu'ils ne représentent que 37 % des ménages de la MRC du Rocher-Percé.

Ménages par catégorie en 2025-2026**



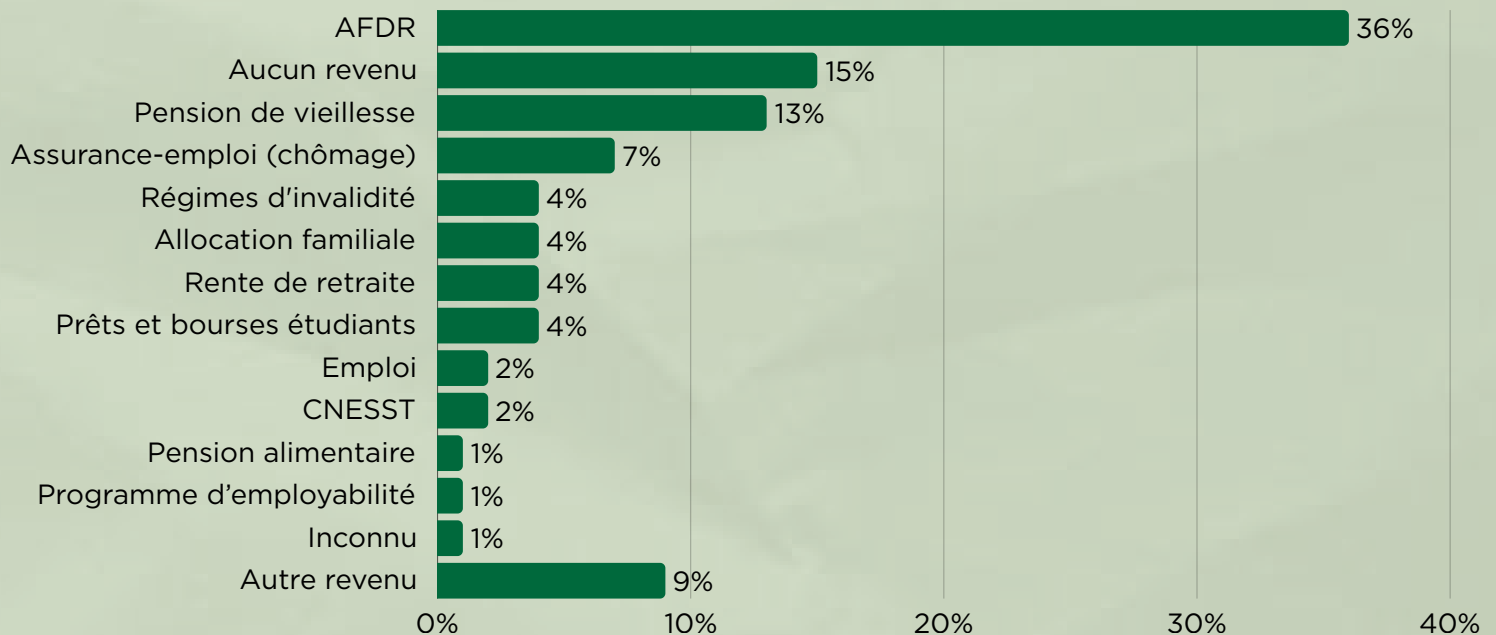
Quant à la **source de revenus** des ménages ayant fréquenté le Garde-Manger, l'aide financière de dernier recours (AFDR) demeure la principale. Il est toutefois encore plus préoccupant de constater que plusieurs ménages ne disposent d'aucun revenu.

On remarque aussi que la grande majorité de nos bénéficiaires ont des sources de revenus fixes qui les rendent encore plus vulnérables. En effet, l'aide financière de dernier recours et certaines prestations de retraite, notamment, constituent des sources de revenus dont l'indexation ne permet pas toujours de suivre adéquatement l'évolution du coût de la vie.

**Données tirées de la plateforme Toucan de BAQ

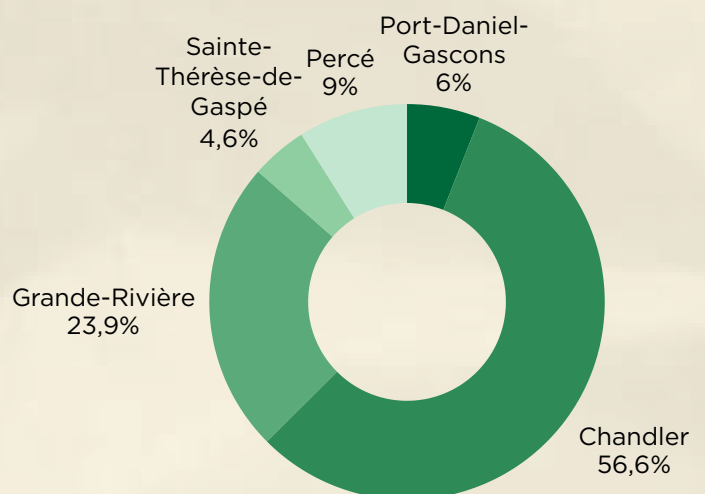


Principale source de revenus des ménages**



Bien que le Garde-Manger accueille l'ensemble des personnes en situation d'insécurité alimentaire résidant dans la MRC du Rocher-Percé, la **provenance** des ménages bénéficiaires est concentrée dans le centre de la MRC : environ 80 % d'entre eux résident à Chandler ou à Grande-Rivière.

Ce constat peut être expliqué d'abord par une concentration des personnes en situation d'insécurité alimentaire dans le centre de la MRC. De plus, les municipalités de Chandler et de Grande-Rivière ont une plus grande proportion des habitations locatives dans la MRC, principal type d'habitation chez les bénéficiaires du Garde-Manger.



Ensuite, les personnes en situation d'insécurité alimentaire ont généralement une faible mobilité. Or, les personnes situées aux extrémités du territoire rencontrent un défi supplémentaire pour se déplacer au Garde-Manger étant donné leur éloignement.

**Données tirées de la plateforme Toucan de BAQ



Personnes uniques

Les personnes uniques sont l'ensemble des personnes qui composent les ménages. Par exemple, un ménage composé d'une mère monoparentale et de ses deux enfants représentera un total de trois personnes uniques. Un ménage composé d'un adulte vivant seul représentera une seule personne unique.

Lorsqu'un dépannage est distribué, ce sont toutes les personnes du ménage qui vont bénéficier de celui-ci. Ainsi, c'est cet indicateur qui est considéré lorsqu'on souhaite connaître les retombées des dépannages réalisés.

Durant l'année 2025-2026, ce sont **781 personnes uniques**** qui ont bénéficié de l'aide alimentaire au Garde-Manger, soit 599 adultes et 182 enfants.



Portrait type

Bien que le Garde-Manger accueille une clientèle aux profils variés, il est possible de dégager le **portrait type** du ménage bénéficiaire. Le bénéficiaire correspondant au portrait type est un locataire de sexe masculin âgé de 45 à 64 ans, vivant seul et dont la principale source de revenus est l'aide financière de dernier recours.

**Données tirées de la plateforme Toucan de BAQ



Complémentarité avec le CAB

Le Centre d'action bénévole Gascons-Percé (CAB) et le Garde-Manger se complètent dans leur offre alimentaire, leurs modalités d'accès et leurs services. Le CAB offre des services variés à ses usager·ère·s : soutien à domicile, accompagnement médical, production de rapports d'impôt, aide alimentaire, etc. Les P'tits plats givrés et la popote roulante font partie du programme de soutien à domicile et s'adressent à des personnes âgées, vulnérables ou en convalescence. Le comptoir alimentaire aide temporairement les personnes en difficultés à se nourrir convenablement.

Le tableau suivant illustre la complémentarité des services en aide alimentaire offerts par les deux organismes.

	<i>Garde-Manger</i>	<i>Centre d'action bénévole</i>
 Territoire couvert	• MRC du Rocher-Percé (Port-Daniel-Gascons à Percé)	• De Gascons à Percé Ouest
 Services offerts en aide alimentaire	• Comptoir alimentaire • Aide aux organismes • Cuisine offerte gratuitement à la communauté	• Comptoir alimentaire • Popote roulante • P'tits plats givrés • Paniers de Noël et guignolée
 Comptoir alimentaire	• Offre tout type de denrées : fruits et légumes, produits laitiers et œufs, boulangerie, prêt-à-manger et produits secs • Fréquence de dépannage jusqu'à 2x/mois • Aucune preuve de revenu • Référencement par les organismes partenaires	• Offre des denrées non périssables, ainsi que de la viande et prêt-à-manger congelés. • N'offre généralement pas de produits de boulangerie, produits laitiers, fruits et légumes frais. • Fréquence de dépannage : 4x/an • Preuve de revenu exigée
 Complémentarité	Accessibilité, diversité et fréquence Répond rapidement aux besoins variés des personnes, sans barrière liée au revenu.	Soutien ponctuel et services complémentaires Offre des services spécialisés à une clientèle spécifique et un soutien ponctuel adapté à certaines situations.



Ainsi, l'offre de service du Garde-Manger vient compléter et bonifier l'aide alimentaire sur le territoire de Rocher-Percé en élargissant le nombre de paniers disponibles pour les personnes en situation d'insécurité alimentaire et en variant les denrées disponibles grâce à la récupération/redistribution.

Le CAB constitue aujourd'hui un partenaire essentiel du Garde-Manger en agissant comme organisme référenceur et en collaborant avec le Garde-Manger pour les p'tits plats givrés.

2. Aide aux organismes

Priorisation de l'aide alimentaire directe

Lors d'une rencontre tenue en avril 2025 avec 10 représentant·e·s d'organismes partenaires, il avait été convenu de proposer une priorisation dans la distribution des denrées alimentaires en aide directe et indirecte.

En effet, avec l'augmentation de la demande et du nombre de bénéficiaires plus importante que l'augmentation de la quantité de denrées récupérées, le modèle de distribution devait être repensé. Ensemble, il a été proposé de faire de l'aide directe offerte au Garde-Manger le principal mode de distribution. L'aide indirecte aux organismes étant considérée comme complémentaire.

Par conséquent, depuis avril 2026, les organismes ont progressivement diminué la fréquence de visite au Garde-Manger, tel que suggéré par le comité de partenaires (et adopté par le conseil d'administration).

Distribution aux organismes

Durant l'année 2025-2026, le Garde-Manger a fourni **2,9 tonnes** de denrées alimentaires aux organismes communautaires du Rocher-Percé, qui aident, à leur tour, les personnes en situation d'insécurité alimentaire.

2,9

*tonnes de denrées
distribuées aux organismes*



Durant l'exercice 2025-2026, l'aide aux organismes représentait **13 %** de l'aide alimentaire totale offerte (aide directe et indirecte), en kg. Au total, ce sont **12 organismes** qui ont bénéficié des denrées durant l'année.

Frigo libre-service à l'ÉPAQ

Durant l'exercice, le Garde-Manger a fourni plus de **730 kg** de denrées alimentaires à l'École des pêches et d'aquaculture du Québec (ÉPAQ) / Cégep de la Gaspésie et des Îles de Grande-Rivière afin de remplir son frigo libre-service.

Les élèves ayant de plus grands besoins d'aide alimentaire ont pu bénéficier de coupons offerts par une intervenante au sein de l'école.



Frigo libre-service à l'ÉPAQ



Nathalie Bastien du CEA/CFP avec un bac plein d'aliments sains pour ses étudiants

Centre d'éducation aux adultes (CEA)/ Centre de formation professionnelle (CFP)

Nathalie Bastien, intervenante au CEA et CFP de Chandler et de Grande-Rivière, récupère des denrées pour faire des collations, des sandwiches ou d'autres repas à une trentaine d'étudiants.

Durant l'exercice, près de **590 kg** ont été redistribués aux étudiants des deux établissements.

Centres d'hébergement

Plus de **650 kg** de denrées alimentaires ont été redistribués aux deux centres d'hébergement partenaires, soit à la Maison Blanche Morin, venant en aide aux femmes victimes de violence conjugale et leurs enfants, ainsi qu'au Centre Émilie Gamelin, maison d'hébergement pour les personnes ayant des problèmes de santé mentale.



Un coffre de voiture bien rempli pour la Maison Blanche Morin



Traiteur du Littoral



Le traiteur social, qui produit des dîners à faible coût pour les élèves de six écoles primaires et de l'École secondaire (programme *La cantine pour tous*), a bénéficié des surplus de fruits et légumes du Garde-Manger.

Durant l'exercice, ce sont plus de **660 kg** qui ont ainsi été redistribués.



Lisette Vachon du Traiteur du Littoral ayant récupéré plusieurs boîtes de surplus de fruits et légumes au Garde-Manger



Malika et des usager·ère·s en pleine cuisine collective au département de santé mentale du CLSC de Chandler

Cuisine collective du CLSC

Durant l'exercice, le Garde-Manger a fourni plus de **90 kg** d'aliments à la cuisine collective du CLSC, département de santé mentale. Les denrées fournies ont contribué, chaque mois, à produire une centaine de portions pour les bénéficiaires.

Autres organismes

En plus des organismes mentionnés ci-haut, le Garde-Manger a redistribué auprès d'autres organismes ou groupes d'individus. Au total, ce sont plus de **220 kg** de denrées alimentaires qui ont été distribués à ces six autres organismes.



CAB Gascons-Percé



Femmes Entre-Elles



CJEOE Rocher-Percé



Maison de la famille
Contre Vents et Marées



Cuisines collectives



Produire la santé ensemble



Réalisations

En plus d'avoir franchi le cap de sa deuxième année d'existence, le Garde-Manger a réalisé plusieurs projets et a accompli d'importantes réalisations au cours de l'année 2025-2026.

Communauté et partenariats

Au cours de l'année, le Garde-Manger a franchi plusieurs étapes importantes dans son intégration au sein de la communauté.

Table en immigration et comité itinérance

Puisque le Garde-Manger est un acteur de premier plan dans l'aide aux personnes vulnérables dans la communauté, l'organisme a été sollicité à prendre part à deux tables.

Le Garde-Manger a été invité à siéger à la **table de partenaires en immigration**, coanimée par le Service d'accueil des nouveaux arrivants (SANA), relevant du CJEOE, et par Santé Québec - Gaspésie. Le coordonnateur a pris part aux deux rencontres tenues dans l'année, soit au printemps et à l'automne 2025.

En février 2026, des intervenantes de Santé Québec - Gaspésie ont tenu la première rencontre du comité itinérance et le Garde-Manger a été invité à y prendre part. Ce comité a pour objectif de mieux outiller les organismes de la région pour répondre aux besoins des personnes en situation d'itinérance.

Rencontre de partenaires

En avril 2025, le Garde-Manger a tenu une deuxième rencontre réunissant 10 de ses organismes partenaires. La rencontre a notamment permis de proposer un modèle de priorisation dans la distribution des denrées, discuter du système de coupon en place, de l'autonomisation des personnes et de l'aspect confidentialité.



Sondage de satisfaction

Du 21 janvier au 6 mars 2026, l'équipe du Garde-Manger a réalisé un sondage de satisfaction auprès de ses usager·ère·s. Au total, 89 personnes y ont répondu, avec un taux d'échantillonnage d'environ 30%.

Le sondage, comportant une quinzaine de questions, a permis d'identifier le niveau de satisfaction des usager·ère·s quant à plusieurs aspects; la quantité, la qualité et la variété des denrées reçues, le mode de distribution en libre-service, leur expérience avec les membres de l'équipe, les pistes d'amélioration et les enjeux rencontrés quant à la mobilité.

Sondage de satisfaction

Nous souhaitons connaître vos impressions sur nos services d'aide alimentaire au Garde-Manger.

Est-ce que la QUANTITÉ de denrées reçues répond à vos besoins?

1 : Totalement insatisfait.e
5 : Totalement satisfait.e

	1	2	3	4	5
Viande	☐	☐	☐	☐	☐
Prêt-à-manger	☐	☐	☐	☐	☐

Sondage de satisfaction réalisé au premier trimestre 2026

Au total, 10 recommandations ont été formulées et certaines avaient déjà été implantées avant le 31 mars.

Des plats cuisinés pour les usager·ère·s

En plus d'assurer la production des P'tits plats givrés, l'équipe du Garde-Manger a préparé des repas destinés à ses usager·ère·s.

Au total, 2 500 portions de soupe*, près de 450 portions de sauce à spaghetti* et, de manière ponctuelle, 19 portions de pain aux bananes ont été préparées et distribuées au cours de l'année.

Une cuisine pour la communauté

Depuis le début de ses activités dans ses locaux, le Garde-Manger met sa cuisine à la disposition de la communauté lors de ses journées de fermeture, soit les jeudis et les fins de semaine.



Un groupe de cuisine à l'œuvre dans la cuisine du Garde-Manger

À l'été 2025, les équipements au propane, devenus désuets et présentant des risques pour les usager·ère·s, ont été remplacés par de nouveaux équipements électriques grâce, notamment, au programme Infrastructures des BAQ. Plus sécuritaires et plus faciles d'utilisation, ces nouveaux équipements améliorent l'accessibilité de la cuisine pour l'ensemble des utilisateurs.

* Un contenant de soupe ou de sauce à spaghetti en format 500 ml produit correspond à environ deux portions



Une fois le réaménagement des lieux complété, le Garde-Manger entend promouvoir davantage cet espace afin d'en accroître l'utilisation par les groupes et organismes de la communauté.

Gouvernance et développement organisationnel



Au cours de l'année, le Garde-Manger a poursuivi le développement de son organisation en mettant en place plusieurs actions visant à renforcer sa gouvernance et son fonctionnement. Parmi les principales réalisations figurent la modification des règlements généraux, l'adoption de nouvelles politiques ainsi que le perfectionnement du coordonnateur par la participation à diverses formations.

Des règlements généraux plus inclusifs

Au cours de l'année, les règlements généraux ont été modifiés à trois reprises. L'une des principales modifications a été la création de deux nouvelles catégories de membres. À la fondation du Garde-Manger, une seule catégorie de membres existait et était ouverte à toute personne adhérant à la mission de l'organisme. Lors de l'assemblée générale annuelle à l'été 2025, les catégories « membre participant » et « membre associé » se sont ajoutées.

La catégorie « **membre participant** » permet aux usager·ère·s du Garde-Manger de siéger au conseil d'administration et de participer aux différents comités de l'organisme. Dès l'assemblée générale de l'été 2025, au cours de laquelle cette modification a été adoptée, une personne usagère a été élue au conseil d'administration, concrétisant ainsi cette volonté d'accroître la participation des usager·ère·s à la gouvernance de l'organisme.

La catégorie « **membre associé** » est quant à elle réservée aux employé·e·s du Garde-Manger et des organismes partenaires. Bien que ces membres ne disposent pas du droit de vote et ne puissent être élus au conseil d'administration, ils peuvent participer aux assemblées des membres, y prendre la parole et contribuer aux travaux des différents comités. Cette nouvelle catégorie vise à renforcer la participation des partenaires à la vie démocratique de l'organisme. Déjà impliqués par l'entremise de rencontres et de consultations, ceux-ci disposent désormais d'un statut qui reconnaît officiellement leur contribution à la gouvernance du Garde-Manger.



Des politiques pour renforcer nos pratiques

Au cours de l'année, un comité de travail a élaboré plusieurs politiques afin de répondre aux normes d'excellence de Banques alimentaires Canada, lesquelles visent à harmoniser les pratiques des banques alimentaires à l'échelle du pays.

Le Garde-Manger a mené ce travail en collaboration avec la Table de concertation en sécurité alimentaire Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine (TCSAGIM) et les organismes membres de son réseau afin de développer et de mettre en œuvre ces normes dans la région.

Au 31 mars 2026, près de 20 politiques et autres documents étaient en cours d'élaboration. Leur adoption se poursuivra au cours des prochains mois en vue de satisfaire aux 80 normes d'ici le 30 septembre 2026.

Le développement des compétences

Au cours de l'année, le coordonnateur a participé à plusieurs activités de formation afin de développer ses compétences et de soutenir l'amélioration des pratiques de l'organisme. Les thèmes abordés comprenaient notamment l'immigration, la gestion de la clientèle en situation difficile, la prévention du suicide, la gestion du temps, ainsi que la végétalisation des menus.

Reconnaisances



Le travail accompli par le Garde-Manger au cours de ses deux premières années d'existence a été souligné à plusieurs reprises. Qu'il s'agisse de nouvelles adhésions à des réseaux, de l'obtention du statut d'organisme de bienfaisance ou d'une reconnaissance par ses pairs, ces réalisations confirment la crédibilité et l'engagement de l'organisme envers sa mission et sa communauté.

Membre de la TOC de la MRC Rocher-Percé

En juin 2025, le Garde-Manger a été accueilli comme nouveau membre de la Table des Organismes communautaires (TOC) de la MRC du Rocher-Percé.



Cette table de concertation regroupe 14 organismes communautaires autonomes œuvrant sur le territoire de la MRC du Rocher-Percé. Le Garde-Manger a participé à chacune des trois rencontres tenues durant l'année.



Membre de la TCSAGIM

En octobre 2025, le Garde-Manger a officiellement intégré la Table de concertation en sécurité alimentaire Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine (TCSAGIM) à titre d'organisme communautaire autonome.

Déjà actif au sein des communautés de pratique de la TCSAGIM en aide alimentaire et en récupération alimentaire depuis 2024, le Garde-Manger a renforcé son implication grâce à son adhésion comme membre. Celle-ci lui a notamment permis de participer pleinement à la vie démocratique de la Table, en prenant part à la rencontre des membres et à l'assemblée générale.

Membre associé BAQ

Membre de Banques alimentaires du Québec (BAQ) depuis l'été 2024, le Garde-Manger a participé activement à l'ensemble des rencontres mensuelles des membres associés de BAQ de même qu'à sa rencontre annuelle, ainsi qu'à son congrès annuel.



L'adhésion à titre de membre associé des BAQ constitue une reconnaissance du Garde-Manger à l'échelle québécoise et canadienne (Banques alimentaires du Canada), tout en favorisant la collaboration avec d'autres acteurs engagés dans la lutte contre l'insécurité alimentaire.

Organisme de bienfaisance enregistré

En avril 2025, le Garde-Manger a déposé une demande d'enregistrement à titre d'organisme de bienfaisance auprès de l'Agence du revenu du Canada.



En janvier 2026, l'Agence du revenu du Canada a confirmé l'enregistrement du Garde-Manger à titre d'organisme de bienfaisance. Cette étape importante permet désormais à l'organisme d'émettre des reçus fiscaux pour les dons admissibles et ouvre la voie à de nouvelles possibilités de financement philanthropique.



Organisme coup de coeur 2026

En février 2026, le Garde-Manger a été nommé « Coup de coeur 2026 » par Place aux jeunes Rocher-Percé, une distinction décernée à seulement trois organismes de la MRC du Rocher-Percé lors de cette édition.



Communications et rayonnement



Durant l'année, le Garde-Manger a été actif sur les réseaux sociaux. Le site Web a été mis à jour suivant les changements apportés au fonctionnement pour les dépannages alimentaires (coupons verts et bleus) et l'ajout d'organismes partenaires supplémentaires.

- Facebook : <https://www.facebook.com/profile.php?id=61559836896429>
- Site Web : <https://garde-manger.org/>

Au courant de l'année, plusieurs représentations dans les médias ont été réalisées afin de présenter notre organisme, de sensibiliser à l'insécurité alimentaire et au gaspillage alimentaires, de même qu'à l'augmentation des demandes d'aide alimentaire.

Voici les interventions dans les médias :

- 69 publications sur notre page Facebook
- 2 entrevues radio à CHNC
- 1 entrevue à Bleu FM

Voici ci-dessous quelques-unes des publications ayant eu les plus grandes couvertures sur notre page.



Le Garde-Manger
 ★ Favoris · 29 juillet 2025 · 🌐

Mardi on remercie 🍌

On tient aujourd'hui à remercier Tommy, gérant du département de fruits et légumes du IGA de Chandler. Durant la dernière année, le département a donné près de 3,5 tonnes de produits au Garde-Manger.

Qu'est-ce qui motive Tommy à contribuer à notre cause?

"Au lieu de jeter les fruits et légumes, on peut en faire profiter des personnes qui n'ont pas la chance d'avoir accès à ces aliments."

De la part de toute l'équipe du Garde-Manger et de ses usagers, merci Tommy! 🙏



👍 92 💬 11 ➦ 24



Le Garde-Manger
 ★ Favoris · 10 décembre 2025 · 🌐

Un immense merci à **OAA Espoir Cailin MRC Rocher-Percé** pour le don d'une valeur de 500\$ en nourriture pour chats et chiens reçu la semaine dernière.

Ces produits feront le bonheur des animaux de nos usagers. 🐾🐾

À noter que plusieurs produits manquent sur la photo. En effet, aussitôt les produits reçus, ceux-ci sont partis comme des petits pains chauds avant de prendre la photo. 🙏

Sur la photo : deux fidèles bénévoles du Garde-Manger Osée et Danny accompagnés de notre coordonnateur.



👍 80 💬 13 ➦ 32



Le Garde-Manger
 ★ Favoris · 24 novembre 2025 · 🌐

Un immense merci à Linda du Dépanneur-Station 132 / Ultramar de Grande-Rivière d'avoir préparé plusieurs portions de délicieuses soupes pour nos usagers au Garde-Manger! 🍲



👍 126 💬 23 ➦ 23



Le Garde-Manger
 ★ Favoris · 19 novembre 2025 · 🌐

Nous avons reçu un beau message d'une bénéficiaire reconnaissante d'avoir trouvé au Garde-Manger tous les ingrédients nécessaires pour confectionner une splendide pizza. 🍕

Tomates fraîches locales, bocconcini et basilic sur un pain naan. 100% du Garde-Manger.

Voici la photo de ce qu'elle nous a partagé, ça fait saliver n'est-ce pas? 🤤

Un message comme celui-ci, ça nous fait chaud au cœur et donne un sens à ce qu'on fait. 🙏



👍 53 💬 1 ➦ 1



Exemple de quatre publications sur la page Facebook du Garde-Manger



Transformation sociale

Au-delà de l'aide alimentaire, le Garde-Manger souhaite agir sur les causes de l'insécurité alimentaire et favoriser le pouvoir d'agir des personnes. Au cours de l'année, l'organisme a multiplié les occasions de participation auprès de ses usager·ère·s et des organismes du milieu, tout en se mobilisant pour sensibiliser la population et soutenir des revendications visant l'amélioration des conditions de vie des personnes en situation de précarité.

Travaux communautaires et compensatoires



Afin de soutenir l'équipe du Garde-Manger, qui compte seulement deux employés à temps plein, l'organisme a accueilli **5 personnes** devant réaliser des heures de travaux communautaires ou de travaux compensatoires.

Toutes étaient des **usager·ère·s de l'organisme** et ont elles-mêmes proposé d'y effectuer leurs heures. En quelques mois, le bouche-à-oreille a fait du Garde-Manger un milieu d'accueil recherché pour ce type de mesure, au point où une liste d'attente s'est rapidement constituée.

Au total, ce sont près de **720 heures** de travaux qui ont été réalisées durant l'année 2025-2026. Tout comme les bénévoles, les personnes en travaux communautaires ont à cœur la mission de l'organisme et souhaitent redonner à leur communauté. Ainsi, des personnes qui bénéficient de l'aide du Garde-Manger deviennent elles-mêmes contributrices à la mission, rejoignant directement notre volonté de favoriser le pouvoir d'agir des personnes.

Travaux communautaires et compensatoires

- Les **travaux communautaires** (découlant du ministère de la Sécurité publique) sont généralement imposés par un tribunal comme condition d'une ordonnance.
- Les **travaux compensatoires** (découlant du ministère de la Justice) permettent à une personne de s'acquitter d'une amende qu'elle est incapable de payer en réalisant des heures de travail au bénéfice de la communauté.



Cuisiner ensemble pour favoriser le pouvoir d'agir



Depuis ses débuts, le Garde-Manger cherche à augmenter le pouvoir d'agir de ses usager·ère·s et c'est ce que nous avons réussi à réaliser cette année.

Tel que présenté dans la section « Enracinement dans la communauté », le Garde-Manger a mobilisé 10 organismes communautaires dans le cadre du programme Cuisine solidaire – édition relève de la Tablee des Chefs afin de réaliser un projet collectif de production de chilis végétariens.

Plutôt que de reproduire le modèle habituel, où les repas sont préparés dans une école de cuisine puis remis à une banque alimentaire, le projet a permis aux organismes communautaires de préparer eux-mêmes les repas pour leurs propres usager·ère·s ainsi que pour ceux du Garde-Manger. Il s'agissait d'une première au Québec.

Ainsi, des personnes en situation de besoin ont cuisiné pour elles-mêmes, mais aussi pour d'autres personnes dans le besoin. Elles ont donc pu contribuer directement à lutter contre l'insécurité alimentaire dans leur communauté, passant de bénéficiaires à partie prenante de la solution.

Cette initiative illustre concrètement la volonté du Garde-Manger de favoriser le pouvoir d'agir et la participation des personnes et des organismes du milieu. En mettant les ressources en commun et en impliquant directement les organismes dans la préparation des repas, le projet fait de l'aide alimentaire un espace de participation, de collaboration et d'entraide.

Le trou noir de l'assurance-emploi

Le 17 décembre 2025, le Garde-Manger a participé à une manifestation dénonçant le « trou noir » de l'assurance-emploi, cette période durant laquelle plusieurs travailleur·euse·s saisonnier·ère·s épuisent leurs prestations avant la reprise de leur emploi.

Cette situation touche de nombreuses personnes de la région, dont plusieurs usager·ère·s du Garde-Manger, et contribue directement à l'insécurité alimentaire.



Daniel Leboeuf, vice-président du Garde-Manger accompagné du député M. Alexis Deschênes et de Gino Cyr, maire de Grande-Rivière, lors de la manifestation



Le communautaire à boutte



Le Garde-Manger s'est également joint au mouvement *Le communautaire à boutte* ! afin de revendiquer un financement adéquat des organismes communautaires autonomes. À cette occasion, l'organisme a diffusé plusieurs publications de sensibilisation sur les réseaux sociaux, participé à la manifestation régionale tenue à Chandler le 26 mars 2026 et pris part à deux journées de grève en appui au mouvement.



Manifestation à Chandler le 26 mars 2026

Quand pauvreté et insécurité alimentaire vont de pair

Partout au Canada, la pauvreté constitue la principale cause de l'insécurité alimentaire. Les personnes en situation de pauvreté sont plus susceptibles de rencontrer des difficultés à assumer leurs dépenses essentielles, comme le logement et les autres frais fixes, et doivent souvent réduire leurs dépenses consacrées à l'alimentation.

L'expérience du Garde-Manger confirme cette réalité : une part importante des ménages accompagnés dépend de revenus fixes, tels que l'aide financière de dernier recours ou certaines prestations publiques, qui demeurent souvent insuffisantes pour suivre l'augmentation du coût de la vie. Lorsque les revenus sont inférieurs au seuil de la pauvreté et qu'il est impossible de les augmenter, il devient extrêmement difficile de sortir de la précarité. C'est pourquoi le Garde-Manger s'engage également dans des actions de sensibilisation et de mobilisation afin de contribuer à une meilleure compréhension de ces enjeux et de soutenir les initiatives visant à agir sur leurs causes.



En 2023, l'Institut de recherche et d'informations socioéconomiques (IRIS) a appliqué son renommé calcul de revenu viable à la Gaspésie et aux Îles-de-la-Madeleine, et notamment à Chandler, dans notre MRC. Ce calcul prend en compte la mesure du panier de consommation, utilisée comme seuil de la pauvreté officiel au Canada, mais est bonifié afin d'offrir un seuil pour une sortie réelle de la pauvreté, au-delà de la couverture des besoins de base.

Selon l'IRIS, “le revenu viable pour une personne seule à Chandler est de 37 168 \$, alors que le revenu médian après impôt des ménages d'une seule personne est de 29 000 \$. Cela signifie donc que plus de la moitié des personnes seules n'atteignent pas le revenu viable. Les ménages d'une seule personne représentent 35,2 % des ménages.

Le revenu viable pour une famille monoparentale ayant un·e enfant est de 48 154 \$. Le revenu médian après impôt des familles monoparentales est de 57 200 \$. Ces dernières représentent 12,4 % des ménages.

Le revenu viable pour une famille de quatre personnes est de 75 416 \$. Le revenu médian après impôt des couples avec enfants est de 106 000 \$. Ceux-ci représentent 16,8 % des ménages.”

- IRIS 2023. *Le revenu viable hors des grands centres*. https://iris-recherche.qc.ca/publications/le-revenu-viable-hors-des-grands-centres/#423_Chandler

En plus du revenu viable insuffisant dans notre communauté, il est pertinent de souligner que la MRC du Rocher-Percé figure parmi les territoires les plus dévitalisés du Québec, se classant au 103^e rang sur 104 en 2022.

L'aide alimentaire indispensable

Ces données ne sont pas éloignées de ce que l'on observe au Garde-Manger; la majorité des usager·ère·s sont des personnes seules, en appartement, et plusieurs sont des personnes immigrantes.

Au regard de ces données, il est donc évident qu'un organisme d'aide alimentaire, comme le Garde-Manger, soit crucial dans Rocher-Percé et se devait d'être mis sur pied afin de desservir un très grand nombre de personnes.

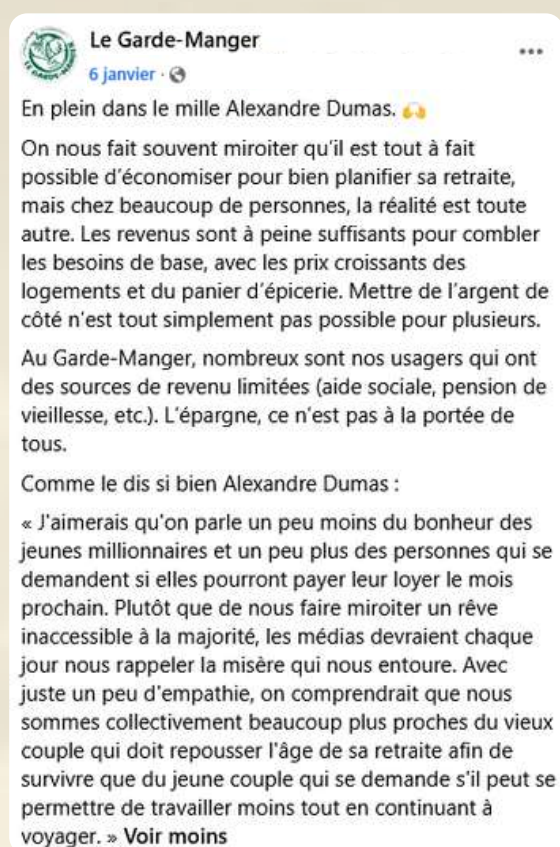


Dénoncer la pauvreté systémique

Comme organisme, nous dénonçons les causes systémiques de la pauvreté et de l'exclusion sociale qui contribuent à l'insécurité alimentaire d'une part croissante de la population. Nous rappelons que l'insuffisance des revenus constitue la principale cause de l'insécurité alimentaire et croyons que le changement passe par un meilleur filet social pour réduire les inégalités.

Bien que nous ayons peu de pouvoir sur les revenus de nos concitoyen·ne·s, nous avons la responsabilité de les soutenir. En région, l'éloignement des grands centres, la dépendance à l'automobile, l'augmentation importante des loyers — souvent pour des logements dont la qualité laisse à désirer — et la hausse du coût du panier d'épicerie accentuent les difficultés économiques vécues par de nombreuses personnes.

Pour agir sur la pauvreté de manière systémique, c'est donc sur les revenus qu'il faut intervenir. Les personnes bénéficiaires de l'aide financière de dernier recours, les personnes âgées vivant de revenus fixes, les travailleur·euse·s saisonnier·ère·s qui dépendent de l'assurance-emploi, les personnes immigrantes à statut précaire et les étudiant·e·s disposent de moyens limités pour accroître leurs revenus. Elles demeurent ainsi particulièrement vulnérables à la pauvreté et à l'insécurité alimentaire, une réalité que nous dénonçons et contre laquelle nous souhaitons agir.



Le Garde-Manger
6 janvier · 🌐

En plein dans le mille Alexandre Dumas. 🙌

On nous fait souvent miroiter qu'il est tout à fait possible d'économiser pour bien planifier sa retraite, mais chez beaucoup de personnes, la réalité est toute autre. Les revenus sont à peine suffisants pour combler les besoins de base, avec les prix croissants des logements et du panier d'épicerie. Mettre de l'argent de côté n'est tout simplement pas possible pour plusieurs.

Au Garde-Manger, nombreux sont nos usagers qui ont des sources de revenu limitées (aide sociale, pension de vieillesse, etc.). L'épargne, ce n'est pas à la portée de tous.

Comme le dis si bien Alexandre Dumas :

« J'aimerais qu'on parle un peu moins du bonheur des jeunes millionnaires et un peu plus des personnes qui se demandent si elles pourront payer leur loyer le mois prochain. Plutôt que de nous faire miroiter un rêve inaccessible à la majorité, les médias devraient chaque jour nous rappeler la misère qui nous entoure. Avec juste un peu d'empathie, on comprendrait que nous sommes collectivement beaucoup plus proches du vieux couple qui doit repousser l'âge de sa retraite afin de survivre que du jeune couple qui se demande s'il peut se permettre de travailler moins tout en continuant à voyager. » Voir moins



Le Garde-Manger
24 décembre 2025 · 🌐

Vivre avec 829\$ par mois, est-ce possible?

C'est malheureusement la réalité de beaucoup de personnes au Québec.

🙌 Dans le reportage, plusieurs aides alimentaires autres que le dépannage sont mentionnées (épicerie à contribution volontaire, popote roulante, etc.). Et vous, quelle alternative vous aimeriez voir naître dans la MRC du Rocher-Percé?

Bonne écoute! Voir moins



30 jours sur l'aide sociale

YOUTUBE.COM

Vivre 30 jours avec 829\$, est-ce possible?

Défis et perspectives

Après à peine deux années complètes d'activité, le Garde-Manger constate plusieurs défis et amorce déjà une réflexion sur les moyens d'y répondre.

Augmentation des demandes d'aide alimentaire

Le principal défi auquel fait face le Garde-Manger, tout comme de nombreux organismes d'aide alimentaire au Québec et au Canada, est la hausse constante des demandes d'aide alimentaire. En 2026, les Banques alimentaires du Québec estimaient qu'une personne sur cinq au Québec vivait en situation d'insécurité alimentaire*.

Au Garde-Manger, le nombre de dépannages est en constante augmentation depuis les derniers mois, comme présenté à la section 6.

1/5 Québécois·e
vit en situation d'insécurité alimentaire

Depuis 2019, la demande d'aide alimentaire au Québec a augmenté de 61 %*. Plusieurs facteurs peuvent expliquer cette augmentation, mais le contexte socioéconomique est l'un des principaux.



* <https://banquesalimentaires.org/prevision-de-la-demande-daide-alimentaire-au-quebec-etude-economique-et-nouvelles-projections-pour-2026-2028/>



Non seulement les demandes d'aide alimentaire ont augmenté au cours des dernières années au Québec, mais elles devraient continuer de croître selon les prévisions. Cette tendance exerce une pression grandissante sur les organismes d'aide alimentaire, qui doivent constamment adapter leur capacité afin de répondre à des besoins toujours plus importants.

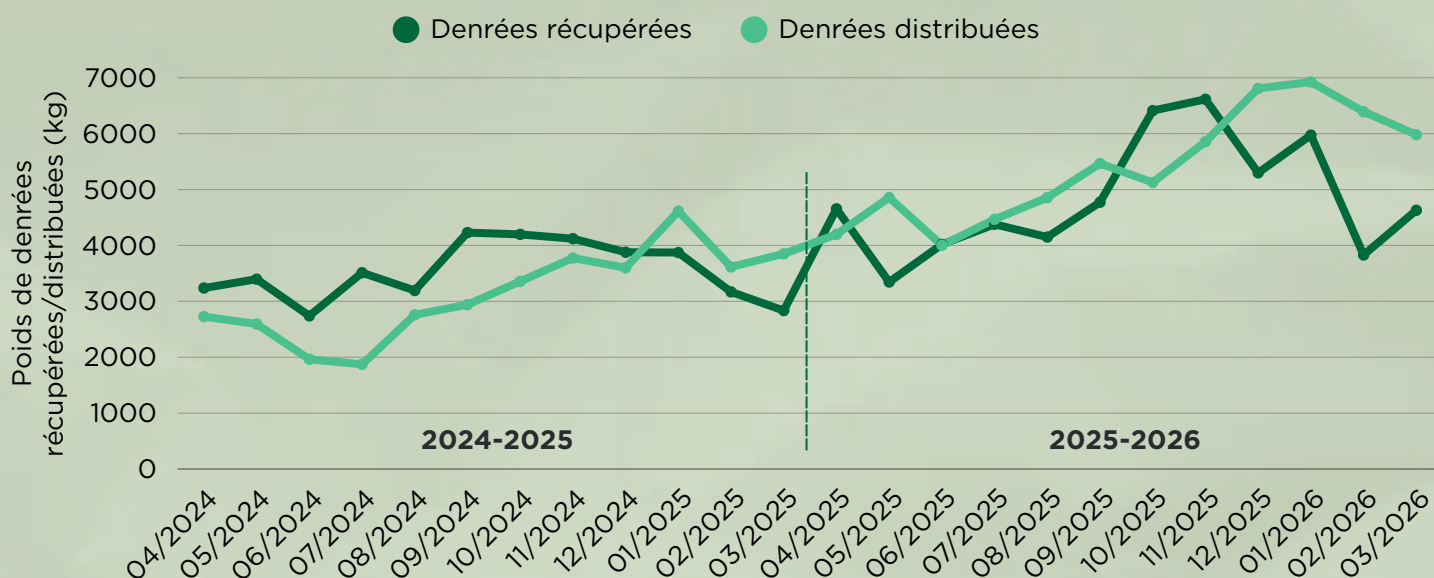
« Les prévisions réalisées par Averseo indiquent que la demande d'aide alimentaire continuera d'augmenter entre 2026 et 2028 [...]. Si le rythme moyen est plus modéré qu'en 2023 et 2024, ces prévisions mettent encore plus sous pression un réseau déjà à bout de souffle. »

-Les banques alimentaires du Québec, janvier 2026

Disponibilité des denrées

L'augmentation des demandes d'aide alimentaire pose également un défi important quant à la disponibilité des denrées pour les usager·ère·s. Comme l'illustre le graphique ci-dessous, depuis janvier 2025, les quantités de denrées distribuées dépassent régulièrement celles récupérées auprès des différentes sources, notamment les épiceries et autres provenances.

Évolution des quantités de denrées récupérées et distribuées



Heureusement, le Garde-Manger a pu répondre à la demande au cours de l'année 2025-2026 grâce notamment aux cartes-cadeaux des Banques alimentaires du Québec, qui ont permis d'accroître la quantité de denrées offertes aux usager·ère·s. Toutefois, cette mesure demeure ponctuelle et n'est pas garantie à long terme. La croissance des demandes soulève donc des questions quant à la capacité du Garde-Manger à maintenir une offre alimentaire suffisante au cours des prochaines années.

Devant l'augmentation des demandes et la disponibilité limitée de certaines denrées, une priorisation de la distribution a dû être établie, comme présenté à la section 6.

Comme l'illustre le graphique précédent, les quantités de denrées récupérées montrent une tendance à la hausse. Cette progression demeure toutefois insuffisante pour suivre le rythme de l'augmentation de la demande. L'approvisionnement en denrées constitue donc un défi constant qui amène l'équipe à chercher de nouvelles façons d'accroître et de diversifier ses sources d'approvisionnement.

Dans cette perspective, le Garde-Manger souhaite identifier de nouvelles sources de denrées afin d'augmenter globalement ses approvisionnements, mais également de mieux répondre aux besoins dans certaines catégories où les denrées sont plus limitées, comme la viande et les repas prêts-à-manger.

Mobilité des usager·ère·s

Outre la disponibilité des denrées, la mobilité des usager·ère·s constitue un autre défi important pour le Garde-Manger. Les personnes vivant aux extrémités du territoire, soit Port-Daniel-Gascons et Percé, sont généralement moins bien desservies par les services et l'aide alimentaire ne fait pas exception. Le déploiement de nos services est complexe et continue de faire partie de nos objectifs. Le nouveau véhicule réfrigéré, acquis cette année, pourra permettre de maintenir la chaîne de froid afin de desservir adéquatement les extrémités. De plus, une rencontre avec le **Collectif Aliment-Terre** de Paspébiac a eu lieu cette année afin d'amorcer une réflexion sur le déploiement des services à notre extrémité commune, soit Port-Daniel.



Financement

Un autre défi majeur pour la prochaine année, et pour les années à venir, sera d'assurer un financement suffisant et durable pour soutenir le développement du Garde-Manger.

La majorité des organismes d'aide alimentaire de la région bénéficient d'un financement à la mission dans le cadre du Programme de soutien aux organismes communautaires (PSOC) du ministère de la Santé et des Services sociaux. Ce financement constitue une base financière importante pour assurer le fonctionnement et la pérennité des organismes.

Le Garde-Manger se définit comme un organisme communautaire autonome répondant aux critères de l'action communautaire autonome et souhaite déposer, au cours de l'année 2026-2027, une demande de financement dans le cadre du Programme de soutien aux organismes communautaires (PSOC).

Désirant diversifier ses sources de financement, l'obtention du statut d'organisme de bienfaisance auprès de l'Agence du revenu du Canada, en janvier 2026, représente à cet égard un levier important. Ce statut ouvre la porte à de nouvelles possibilités de financement philanthropique, notamment auprès des fondations. Dans cette même perspective, la campagne de financement visant à solliciter les dons de particuliers et d'entreprises mise en place à l'automne 2025, sera renouvelée l'an prochain.



Remerciements

Le Garde-Manger souhaite remercier sincèrement toutes les personnes et organisations qui ont contribué, de près ou de loin, à sa mission au cours de l'année 2025-2026.

Un merci tout particulier est adressé aux membres du conseil d'administration pour leur engagement, leur disponibilité et le temps consacré à assurer une saine gouvernance et à guider le développement de l'organisme.

Nous remercions chaleureusement nos bénévoles qui donnent généreusement de leur temps et de leur énergie. Cette participation témoigne de la force de notre vie associative et de l'importance de créer des espaces où chacun·e peut contribuer à sa façon.

Nous tenons à remercier tout particulièrement les épiceries qui nous donnent généreusement leurs surplus et leurs invendus alimentaires, ainsi que nos organismes partenaires, sans lesquels le réseau d'entraide qui s'est développé autour du Garde-Manger ne pourrait exister. Par leur volonté de travailler ensemble, ils contribuent à renforcer le réseau communautaire.

Nous tenons aussi à souligner la générosité de nos donateurs et bailleurs de fonds, dont le soutien financier est essentiel à la réalisation de notre mission. Leur confiance nous permet de poursuivre nos efforts pour rendre l'aide alimentaire accessible aux personnes qui en ont besoin.

Enfin, un grand merci à notre équipe, dont le travail quotidien permet de donner vie à toutes ces actions. Par leur engagement, les membres de l'équipe contribuent à faire du Garde-Manger un organisme pertinent et profondément ancré dans sa communauté.



