



Groupe Populaire d'Entraide de Lavaltrie



E-mail : info.gpel@videotron.ca

Site web : www.entraidelavaltrie.org



Rapport d'activités 2025-2026

*160, Rue St-Antoine Nord
Lavaltrie, J5T2G1, Qc*



AVIS DE CONVOCATION ET ORDRE DU JOUR	3
MOT DU PRÉSIDENT DU CA	5
MOT DE LA DIRECTRICE.....	7
ORGANISME COMMUNAUTAIRE AUTONOME	8
NOTRE MISSION	12
NOS VALEURS	12
CONSEIL D'ADMINISTRATION	15
ÉQUIPE DE TRAVAIL	17
FORMATIONS.....	19
RÉINSERTION	20
BÉNÉVOLES.....	20
COHÉSION D'ÉQUIPE.....	22
PLAN D'ACTION 2025-2026: NOS AVANCÉES	23
ATELIERS D'ÉDUCATION POPULAIRE.....	26
ACTIVITES AU SEIN DE LA COMMUNAUTE	29
GRÈVE DU COMMUNAUTAIRE.....	31
CAMPAGNE COMMUNAUTAIRE	32

SÉCURITÉ ALIMENTAIRE	33
Repas congelés et menu des fêtes.....	36
Les repas suspendus	36
Les bouchées de la réussite	38
Le frigo-partage & la distribution de denrées non périssables.....	40
Ateliers culinaires	41
La Guignolée de la Ville de Lavaltrie	43
Le dépannage alimentaire	45
Les potagers à partager	46
LES SERVICES.....	47
Écoute, accueil et référence	47
Services aux citoyens.....	47
Clinique administrative et fiscale.....	48
Le bonhomme à lunettes	49
La Buanderie	49
Le prêt de matériel médical.....	50
Bénévole à l'écoute	50
LES SERVICES VESTIMENTAIRES	51
La friperie.....	51
Le dépannage vestimentaire	54
Le recyclage	54
La campagne de sensibilisation	55
PÉRIODE D'OUVERTURE	56
REPRÉSENTATION	57
PRÉSENCE SUR LES RÉSEAUX SOCIAUX	58
PARTENAIRES FINANCIERS.....	60
HISTORIQUE.....	61
ET DEMAIN ? PRIORITÉS D'ACTION 2026-2027	62
EN DERNIER LIEU	64

Avis de Convocation

Assemblée générale annuelle 2025-2026 du Groupe Populaire d'Entraide de Lavaltrie (GPEL)

Le Conseil d'administration ainsi que toute l'équipe du Groupe Populaire d'Entraide de Lavaltrie ont le plaisir de vous convier à l'Assemblée Générale Annuelle du GPEL

Date : Le mardi 16 juin à 12h

Lieu : Fondation Marc Saulnier, 1180, Rue Notre Dame, Lavaltrie, J5T 1W8

Un buffet réalisé par le Comptoir Alimentaire l'Essentiel sera offert à 12h

Merci de confirmer votre présence pour le 10 juin au plus tard par courriel :

info.gpel@videotron.ca ou tel : 450 586 3536

En pièce jointe : Projet d'ordre du jour & PV de l'AGA du 2 juin 2025

**Groupe Populaire d'Entraide
de Lavaltrie**

Courriel : info.gpel@videotron.ca

Site internet : www.entraidelavaltrie.org

Téléphone : 450 586 3536

Assemblée générale annuelle

Groupe Populaire d'Entraide de Lavaltrie

Date : 16 juin 2026 – 12h

**Lieu : Fondation Marc Saulnier, 1180 Rue Notre-Dame, Lavaltrie, QC J5T
1W8**

Proposition d'ordre du jour :

- 1. Accueil et dîner**
- 2. Ouverture de la rencontre**
- 3. Nomination d'un président et d'un secrétaire d'assemblée**
- 4. Constatation de la régularité de l'avis de convocation et vérification du quorum**
- 5. Lecture et adoption de l'ordre du jour**
- 6. Lecture et adoption du procès-verbal de l'AGA du 2 juin 2025**

Pause

- 7. Adoption du rapport des activités 2025-2026**
- 8. Adoption du rapport financier 2025-2026**
- 9. Priorités d'action 2026-2027**
- 10. Nomination d'un(e) comptable agréé(e)**
- 11. Nomination d'un président d'élection et d'un secrétaire**
- 12. Élection des administrateurs**
- 13. Parole aux membres**
- 14. Levée de l'assemblée**



Mot du président du CA

Bonjour à toutes et à tous,

En tant que président du conseil d'administration du GPEL – Groupe Populaire d'Entraide de Lavaltrie, c'est un grand plaisir pour moi de vous accueillir aujourd'hui à notre Assemblée générale annuelle. Votre présence témoigne de votre attachement à notre mission et à la force de notre communauté.

Avant toute chose, je souhaite adresser un remerciement tout particulier à notre directrice, Anne Schumacher. L'année 2025 a été pour elle une période extrêmement difficile, marquée par des défis personnels et professionnels importants. Malgré tout, Anne a su revenir en force, avec courage, détermination et un engagement renouvelé envers le GPEL. Sa résilience et sa capacité à se relever sont une source d'inspiration pour nous tous. Merci sincèrement, Anne, pour ton leadership et ta présence.

Nous devons également souligner le travail exceptionnel de nos employées. Jour après jour, vous êtes sur le terrain, à l'écoute, présentes pour les personnes et les familles qui comptent sur nous. Votre professionnalisme, votre humanité et votre dévouement sont au cœur de l'impact du GPEL dans la communauté. Vous incarnez nos valeurs et faites vivre notre mission avec une constance admirable.

Je tiens aussi à remercier mes collègues du conseil d'administration. Votre rigueur, votre vision et votre soutien constant assurent la stabilité et la bonne gouvernance du GPEL. C'est un privilège de travailler avec vous.

Un immense merci à nos bénévoles, qui sont le cœur battant du GPEL. Par votre temps, votre énergie et votre bienveillance, vous changez réellement des vies. Rien de ce que nous accomplissons ne serait possible sans vous.

Nous voulons également reconnaître l'apport précieux de nos partenaires communautaires, institutionnels et financiers, dont La Fondation Marc Saulnier, qui joue un rôle important dans notre capacité à soutenir davantage de personnes et à développer des projets porteurs pour la communauté. Votre appui nous permet d'élargir notre portée et de répondre plus efficacement aux besoins de la population.

Enfin, un remerciement particulier à la Ville de Lavaltrie, dont la collaboration et le soutien constant contribuent directement à la vitalité du GPEL et au mieux-être de nos citoyens.

L'AGA est un moment privilégié pour célébrer nos réussites, reconnaître les efforts de chacun et réfléchir ensemble à ce que nous voulons bâtir pour l'année à venir.



Je vous invite donc à entreprendre nos travaux dans un esprit d'ouverture, de respect et de collaboration. Ensemble, continuons de faire du GPEL un pilier de solidarité, d'accueil et d'entraide pour toute la communauté de Lavaltrie

Merci à toutes et à tous, et bonne assemblée.

Jean Fauvel

Mot de la directrice

Chers membres, chers bénévoles, chère équipe, chers partenaires et citoyennes et citoyens engagés,

Merci d'être ici aujourd'hui. Notre AGA est toujours un moment important : un moment pour reconnaître ce que nous avons accompli ensemble et pour réaffirmer la mission qui nous unit depuis près de quarante ans.

Cette année, les besoins ont été grands. Les demandes d'aide alimentaire ont augmenté, et derrière chaque colis remis, chaque denrée offerte, il y a une personne, une famille, une histoire. Grâce à vous — bénévoles, employés, partenaires — nous avons pu répondre présent. Nous avons offert plus que des services : nous avons offert de la dignité, de l'écoute et un espace où l'on se sent accueilli.

Nous avons poursuivi tous nos services et avons proposé des ateliers d'éducation populaire liés qq projet D.O.N. (Développer, Outiller, Nourrir) par les Alliances pour la Solidarité, en collaboration avec le Ministère de L'Emploi et de la Solidarité Sociale, par la Fondation Marc Saulnier et par le PSOC volet négligence.

Et surtout, nous avons continué à créer ce qui ne se mesure pas : des liens, de la confiance, de la solidarité.

Cette année a aussi marqué un tournant pour notre territoire. La Ville de Lavaltrie a fait de la **Communauté nourricière** un axe central de son développement social, et la Table de Pauvreté Lavaltrie–Lanoraie a réaffirmé l'importance d'agir en sécurité alimentaire. Le GPEL a été au cœur de ces discussions, portant la voix des personnes qui vivent les réalités de la pauvreté et rappelant que la dignité doit toujours guider nos actions. Je veux souligner la force du projet **Graines et Racines**, sur lequel nous travaillons depuis 18 mois et qui va devenir un véritable pôle nourricier éducatif & communautaire. Ces jardins, qui seront aménagés cette année, seront un lieu d'apprentissage, de partage et de reconnexion à la terre et à la communauté, tout en favorisant l'accès à de la saine alimentation.

Je tiens à remercier chaleureusement et profondément nos bénévoles, notre équipe, nos partenaires et nos membres. Sans vous, rien de tout cela ne serait possible. L'année 2025 a vu son lot de changements. 2026 s'annonce différent avec une nouvelle équipe de cuisine, l'embauche d'une nouvelle adjointe en communications et soutien à la direction et l'arrivée de Sandra en renfort en friperie.

Enfin, je tiens à remercier vivement mon Conseil D'Administration qui a su me montrer le chemin du repos et de la sagesse lorsque j'étais épuisée, qui me mentore jour après jour, qui apporte, de par leurs parcours diversifiés, une expertise variée et surtout beaucoup de bienveillance.

Le GPEL, c'est nous, c'est vous. C'est une communauté qui refuse l'indifférence et qui choisit la solidarité. Merci de faire vivre cette mission avec nous et de continuer à bâtir un Lavaltrie plus humain, plus juste et plus nourricier. *Merci. Anne Schumacher*

Organisme Communautaire autonome

Le Groupe Populaire D'Entraide de Lavaltrie est un Organisme Communautaire Autonome (OCA), membre de la TROCL (Table Régionale des Organismes Communautaires de Lanaudière).

Qu'est-ce qu'un OCA ?

Il y a huit (8) critères à respecter pour être reconnu en tant que tel :

Les 4 critères de bases de l'action communautaire :



Notre organisme est un organisme à but non-lucratif. Il a obtenu les lettres patentes (ou charte) auprès du Registraire des entreprises du Québec. Les règlements généraux sont la base de son organisation démocratique. Nous respectons nos obligations légales de mise à jour des informations annuellement et les Lois en vigueur pour les OBNL.



Notre organisme est reconnu dans sa communauté et il a des liens avec d'autres organismes ou partenaires. Notre CA représente bien la communauté visée par notre mission.



Notre organisme encourage l'engagement de ses membres et favorise leur participation dans la vie de l'organisme. Nos membres sont consultés, nous avons un conseil d'administration actif et une assemblée générale annuelle vivante !



Notre organisme est libre de déterminer sa mission, ses orientations, ses pratiques et ses approches. Notre vie associative et démocratique permet de définir nos politiques, notre réponse aux besoins exprimés par les membres et notre développement comme organisme. Notre expertise se développe grâce à notre action dans la communauté.

+ les 4 critères de l'action communautaire autonome :



Notre organisme répond aux besoins de la communauté visée par sa mission. Il participe à des luttes visant des changements à caractère politique ou conduisant à une plus grande justice sociale et au respect des droits.



Notre organisme est administré par un conseil d'administration indépendant du réseau public. Nos administratrices et nos administrateurs participent au conseil d'administration librement et dans la volonté d'un développement cohérent avec les aspirations de nos membres. Aucun siège n'est réservé pour un.e représentant.e du réseau public et gouvernemental et il n'y a pas d'élus local, provincial ou fédéral sur notre conseil administration.



Notre organisme est né de la volonté d'un groupe de citoyennes et de citoyens ou de membres de notre communauté qui souhaitent s'organiser afin de répondre à une problématique, un enjeu, une situation et se donner une voix pour y répondre. Notre mission a été définie par les membres fondateurs, puis a été mise à jour en fonction de la réalité d'aujourd'hui par les membres. C'est une volonté citoyenne qui fait que notre organisme existe.



Notre organisme a des approches qui font appel à l'initiative des personnes qui participent à ses activités. Il agit sur l'ensemble des causes qui sont à la base de la situation des personnes auprès desquelles l'organisme intervient.

Les différentes approches de l'action communautaire autonome :



Notre organisme met à contribution les expériences et compétences de chacun et permet des prises de conscience individuelles et collectives. L'éducation populaire autonome permet d'agir ensemble dans le but de faire changer les choses.



Notre organisme contribue, de manière non-partisane, aux débats sociaux et mène des luttes pour améliorer les conditions de vie des personnes les plus démunies. Il aide les gens à se mettre ensemble pour faire respecter leurs droits et combattre les discriminations qui s'exercent contre eux.



Notre organisme fait de la prévention en misant sur l'intégration sociale, le renforcement du potentiel des individus, la solidarisation des collectivités et l'amélioration de la qualité de vie des citoyens et des citoyennes.



Notre organisme, par sa mission de transformation sociale, parle de politique et contribue aux débats de société. C'est également pour faire avancer des réflexions collectives, vivre des processus d'éducation populaire autonome et pour faire vivre les pratiques citoyennes que la politique fait partie de notre action. Toutefois, notre organisme n'encourage pas et ne fait pas de promotion pour un parti politique en particulier.

Les revendications communes de l'action communautaire autonome :



Notre organisme adhère aux revendications communes du mouvement d'action communautaire autonome lanauois et québécois notamment pour un meilleur financement à la mission des OCA, le respect de la politique gouvernementale sur l'action communautaire et une meilleure justice sociale.



Notre organisme priorise le financement à la mission globale afin d’actualiser sa mission en cohérence et en concordance avec les huit critères de l’action communautaire autonome. Ce mode de financement est le meilleur afin de permettre l’atteinte de nos objectifs et de notre mission.

Notre mission



Le Groupe Populaire d'Entraide de Lavaltrie est un organisme sans but lucratif s'adressant aux gens à faible revenu de Lavaltrie et des environs. Sa mission consiste à :

- Éduquer le public de Lavaltrie et des environs en ce qui concerne les réalités vécues par les personnes à faible revenu en offrant des ateliers et des séminaires ;
- Contribuer à l'avancement de l'éducation des personnes à faible revenu de Lavaltrie et des environs en présentant des ateliers, des séminaires et divers programmes d'apprentissage favorisant le développement des compétences et des habiletés leur permettant notamment de se réinsérer sur le marché du travail ;
- Briser l'isolement et renforcer les compétences des personnes à faible revenu de Lavaltrie et des environs en offrant des services d'accueil, de soutien, de formation, d'échange, d'orientation et des ateliers thématiques ;
- Soulager la pauvreté des personnes à faible revenu de Lavaltrie et des environs en leur offrant un programme de cuisine collective, un comptoir vestimentaire et autres commodités de base.





Les valeurs donnent un sens à la mission que s'est donné le *Groupe Populaire d'Entraide de Lavaltrie*. Elles sont à la base de toutes formes de décisions, d'actions et d'activités mises de l'avant et permettent de recentrer les interventions lorsqu'elles s'en éloignent. Et ce, autant avec les personnes qui franchissent les portes de l'organisme qu'avec les différents partenaires ou collaborateurs. Il s'agit de valeurs dont la portée se vit au quotidien dans notre organisme communautaires autonomes, si cher à nos cœurs.



Le plaisir au travail est aussi un aspect important pour notre organisme !



Conseil d'Administration

Un organisme à but non lucratif est créé par et pour ses citoyens et fonctionne démocratiquement grâce à ses membres qui élisent le Conseil d'Administration qui a pour mission de diriger l'organisme, le représenter légalement, définir ses objectifs et veiller à la continuité de ses services avec l'aide de la direction qu'il a mis en place.

Chaque membre a donc une importance capitale pour le bon fonctionnement du GPEL. Au 31 mars 2026, le GPEL compte 88 membres inscrits et en règle. Parmi ces membres, 6 siègent au conseil d'administration. Le CA, par son profil diversifié et son expérience acquise, apporte idées innovatrices et insuffle un vent de fraîcheur sur notre OCA :

- **Luc Des Alliers – Président (Jusqu'au 22 octobre 2025), Membre bénévole**
- **Jean-Fauvel - Vice-Président (président par intérim depuis le 22 octobre 2025), Membre régulier**
- **Alexandre Dery- Secrétaire-Trésorier, Membre régulier**
- **Alain Pruneau – Administrateur, Membre bénévole**
- **Thérèse Lemay- Administratrice, Membre bénévole**
- **Jocelyne Berger- Administratrice, Membre bénévole**
- **Mariette Bastien – Administratrice, Membre régulier**



Le Conseil d'Administration s'est réuni 8 fois en 2025-2026 et a pris des décisions importantes; comme :

- L'approbation des différentes étapes du financement du Projet Graines et Racines (160 000\$) ;

- La restructuration organisationnelle des ressources humaines ;
- La sécurisation de l'ensemble du GPEL (caméras et alarmes reliés et serrures intelligentes) ;
- L'installation de thermopompes chauffantes dans les bureaux et la friperie ;
- La réflexion sur la planification stratégique des prochaines années ;
- La présence sur différentes tables de concertation pour créer des liens et des opportunités ;
- L'évaluation de la Direction Générale et la détermination des objectifs à atteindre.

Le comité exécutif est formé de Mr Jean Fauvel et Mr Alexandre Déry qui soutiennent la direction sur des mandats bien précis comme :

- **Les ressources humaines ;**
- **Le climat de travail / les politiques internes ;**
- **Les dépenses importantes**

Toutes les informations gérées par ce comité sont présentées aux autres membres du Conseil d'Administration lors des assemblées ordinaires.



Équipe de travail

Petite mais costaute, notre équipe travaille fort pour répondre aux besoins croissants de la population.

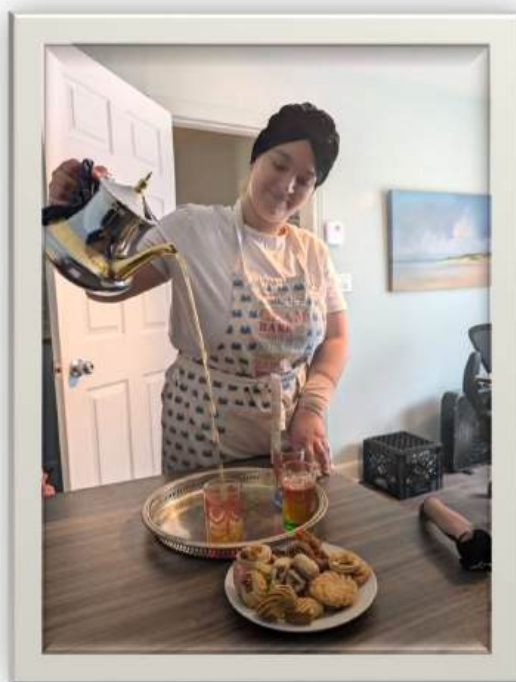
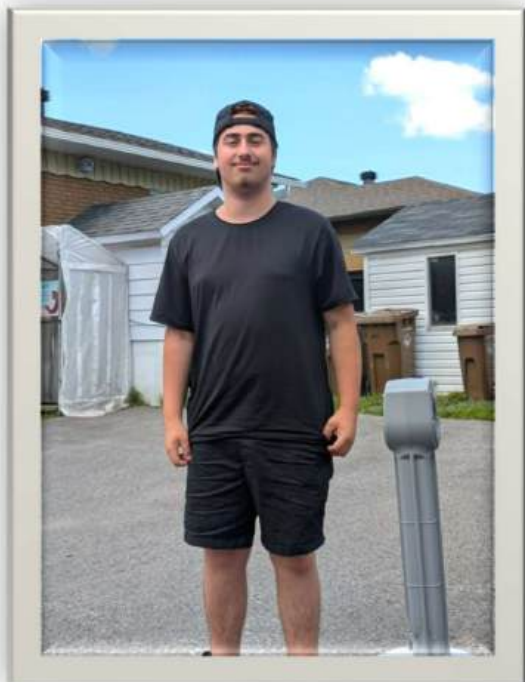
L'équipe en place se compose des personnes suivantes :

- Anne Schumacher- Directrice générale
- Nicole Potvin – Chargée de projets et activités
- Stéphanie Ross – Adjointe aux communications et soutien à la direction (depuis janvier 2026)
- Caroline Cyr- Responsable des Services Alimentaires
- Bérengère Vercueil – Responsable des services Alimentaires (remplacement congé maladie)
- Megan Pausé – Cuisinière
- Mailyn Gonzaga – Commis de cuisine
- Ilona Régnier - Responsable de Friperie
- Nathalie Mercier – Caissière
- Sandra St-Martin – Commis de plancher



Nous avons aussi pu bénéficier de l'aide et l'expertise de différents employés durant l'année 2025-2026 :

- Emerick Lavoie – Emploi d'été commis de plancher
- Omar Igrahatan - Adjoint aux communications et soutien à la direction (juin 2025 à février 2026)
- Mariem Bourchane – Cheffe Cuisinière
- Kimberley Chrétien – Commis de plancher
- Zaid Igrahatan- Emploi d'été – Commis de cuisine
- Laurianne Rioux-Colombe – Emploi été – commis de cuisine
- Alyssa Desnoyers- Commis de cuisine



Formations



La formation permet de se ressourcer et de s'outiller tout en développant de nouvelles compétences. Voilà pourquoi elle est offerte en continuité à nos employés. Elle tient donc une place importante dans l'organisme.

- **Diversité, équité et inclusion (Tous les employés) avec élaboration d'une politique EDI**
- **Premiers secours (1 employée)**
- **Décisions collaboratives (1 employée)**
- **De sauveur à semeur ; sortir du triangle (2 employées)**
- ***Programme de numérisation des activités d'aide alimentaire (PR2) :***
 - **Dépannages (1 employée)**
- **Le jardinage en serres (1 employée)**



Réinsertion

Le GPEL est une terre d'accueil pour la réinsertion socioprofessionnelle. Nous intégrons dans notre équipe des personnes issues de différents programmes de Services Québec (*Paas Action* et Subventions salariales) et aussi de jeunes stagiaires.

Nous accueillons également des travailleurs pour des travaux communautaires, compensatoires ou encore des jeunes d'*Équi-Justice*, dans toute la confidentialité et le respect qu'ils méritent. Parce que nous croyons à la seconde chance.

Cette année, nous avons accueilli et formé :

- **Plusieurs nouveaux arrivants,**
- **Un stagiaire scolaire de moins de 16 ans**
- **Six adultes et un adolescent en travail communautaire,**
- **Un Paas Action et deux subventions salariales.**



Notre pétillante stagiaire, Anabel

« Si vous respirez encore, c'est que vous avez une seconde chance. » **Oprah Winfrey**



Pas moins de 4014 heures offertes au GPEL en 2025-2026.

28 bénévoles, dont 10 réguliers.

Les bénévoles sont actifs dans plusieurs services :

- La friperie
- Le service pour les repas communautaires
- La cuisine
- La rénovation du GPEL
- La maintenance du GPEL
- Le conseil d'administration
- Le nettoyage/ménage
- Le jardinage
- Le transport
- etc



Cohésion d'équipe

Dans le but de renforcer les liens entre les employés, de remercier toutes les ressources humaines de l'organisme et de créer un sentiment d'appartenance, différentes activités sont offertes au courant de l'année. Que ce soit une épluchette de blé d'inde, un souper de Noël, des repas de pizza ou encore une sortie à la cabane à sucre, toutes les excuses sont bonnes pour se réunir et avoir du plaisir ensemble dans un cadre extérieur au travail.

« Créer des souvenirs c'est perpétuer son histoire. » - Jean-Pierre De Muylder



Plan d'action 2025-2026:

Le 2 juin 2025, nous avons présenté, durant l'AGA, notre planification stratégique qui guiderait notre plan d'action annuel pour plusieurs années.



Vous étiez 21 membres et 10 invitées à découvrir ce qui allait guider nos actions et recherches de financement futures.

Un petit rappel de nos grands objectifs s'impose :

Dans le cadre de notre engagement envers la durabilité, l'inclusivité et le développement communautaire, nous mettons en place un plan stratégique pour les deux prochaines années, **minimum**. Ce projet vise à identifier des alternatives et des sources de financement permettant de concrétiser plusieurs initiatives essentielles à l'amélioration de notre organisme et de ses services. Nos objectifs sont les suivants :

1. **Renforcement des ressources humaines**
2. **Construction de nouveaux jardins communautaires**
3. **Agrandissement de la friperie et du stockage**
4. **Agrandissement du stationnement**
5. **Amélioration de l'accessibilité pour les personnes handicapées**
6. **Acquisition d'une camionnette réfrigérée pour les services alimentaires**

Quelles sont nos avancées en 2025-2026 ?

1. **Renforcement des ressources humaines :**

Même si les ressources humaines fluctuent au fil de temps, nous avons atteint les objectifs suivants :



Évaluation des besoins en personnel pour soutenir la direction et les services alimentaires et vestimentaires.



Élaboration d'une stratégie de recrutement axée sur l'inclusion et la diversité, avec des opportunités pour les personnes issues de milieux variés.



Recherche de subventions et de financements pour soutenir l'embauche et offrir des conditions de travail optimales.



Mise en place de formations adaptées pour favoriser l'intégration et le développement des compétences des nouveaux employés.



Promotion d'une culture d'entreprise engagée et bienveillante, favorisant la collaboration et la motivation.

2. Construction de nouveaux jardins communautaires

Le projet Graines et Racines a vu le jour grâce à des partenaires forts et une recherche de financement intense.



Le Projet *Graines et Racines* c'est un nouveau site de jardins communautaires, collectifs, accessibles, inclusifs où l'apprentissage, le transfert de savoir, la résilience et l'accès à de la nourriture saine seront nos priorités.



Ce projet n'aurait pas pu être possible sans l'appui considérable de la Ville de Lavaltrie qui nous prête un terrain à 1 km de l'organisme, nous soutient pour la logistique, nous a offert les plans d'architecte et une écoute active de nos besoins.

Nous avons de plus travaillé fort pour susciter l'intérêt d'autres acteurs. Ont embarqué dans cette belle aventure :

- **La Caisse Populaire Desjardins de la MRC de D'Autray**
- **Le Ministère Fédéral de l'Agriculture par le biais du Fonds des Infrastructures Alimentaires Locales**
- **Le Pac Rurales (Programme d'aide aux collectivités rurales)**
- **Dévolutions**

L'aménagement de ces jardins fait partie de nos priorités d'action de 2026-2027.

3. Amélioration de l'accessibilité pour les personnes handicapées



Évaluation des obstacles à l'accessibilité dans la friperie, le stationnement et les espaces de stockage.



Aménagement de 4 bacs accessibles aux personnes en fauteuils roulants.

4. Acquisition d'une camionnette réfrigérée pour les services alimentaires

Une belle avancée pour ce projet qui bénéficie d'une mutualisation avec le Canoé Collectif. Le projet est désormais sous son aile et trouve déjà bon accueil auprès des acteurs du milieu.



Évaluation des besoins en transport pour assurer une gestion efficace des denrées alimentaires.



Ateliers d'éducation populaire

Nouveau service du GPEL !

C'est dans le cadre du **projet D.O.N. (Développer, Outiller, Nourrir)** réalisé par les Alliances pour la Solidarité, en collaboration avec le Ministère de L'Emploi et de la Solidarité Sociale, que ce projet est né. Le Projet est aussi soutenu par la Fondation Marc Saulnier et le PSOC volet négligence (Projet SAFE). Le GPEL et des partenaires locaux ont offert trois ateliers d'éducation populaire qui ont eu lieu à **La Fondation Marc Saulnier** et qui étaient ouverts au grand public :

- **Atelier Fraude amoureuse, financière et protection de votre compte Facebook** (animation par Les Cadets de La SQ ainsi que Josiane Laporte, policière communautaire) – 13 présences

Le 16 juillet 2025, de 12h30 à 15h00
Fondation Marc Saulnier
1180 Rue Notre-Dame, Lavaltrie, QC J5T 1W8

Ouvert à tous et gratuit

Inscription obligatoire au 450 586 3536
Pour le 14 juillet au plus tard

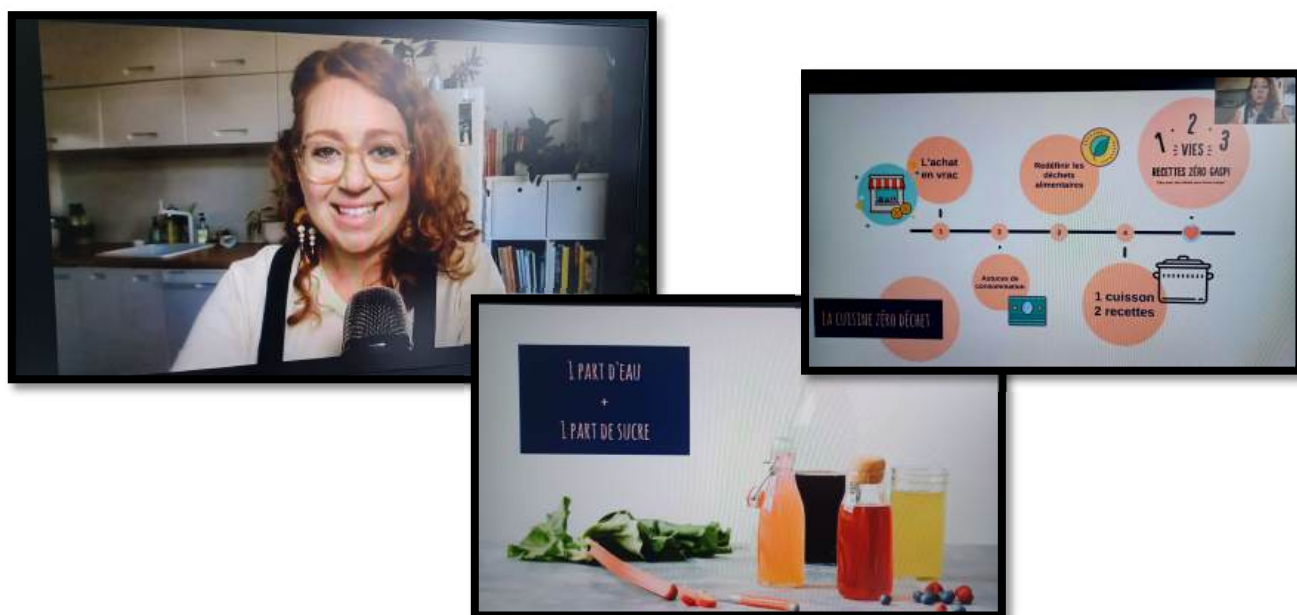
**Atelier
Sur la fraude
amoureuse, financière
et la protection de
votre compte
Facebook**

Une collaboration entre le Groupe Populaire
d'Entraide de Lavaltrie, La Fondation Saulnier et
l'école des cadets de la SQ

**LA
FONDATION
MARC SAULNIER**

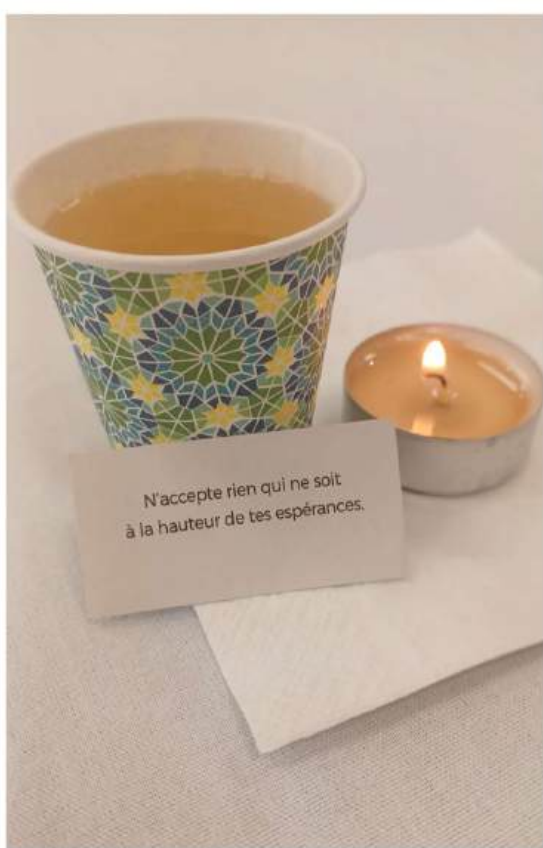
G.P.E.L.

- Atelier Anti-gaspi et glanage (animation par Laurent Dubois de D'Au-tray récolte, ainsi qu'une conférence en virtuel animée par Florence-Léa Siry) – 12 présences



➤ **Atelier Zen (animation par le Centre Inspire de Lavaltrie) – 8 présences**

Gestion du stress, outils et méditation pour soigner son anxiété, yoga chaise.



Yoga sur chaise!

Activités au sein de la communauté

Le GPEL fut présent lors de diverses activités dans la municipalité, rayonnant ainsi parmi la communauté :

- Brunch de la Fête des Sucres
- La Fête de la Famille
- La Saint-Jean-Baptiste
- Le marché de Noël de Lavaltrie
- La Guignolée de la Ville de Lavaltrie
- La Nuit des Sans Abris
- Le Festiv'Ado (136 participants)
- Le Sapin de Noël enchanté et la distribution de manteaux aux plus démunis, initiatives des Chevaliers de Colomb de Lavaltrie.
- Le Glanage avec D'Autray Récolte
- Etc



*Décoration de biscuits,
Festiv'Ado !*





Distribution de manteaux et Sapin de Noël Enchanté !

10 avril 2025

[Retour sur la Fête des Sucres]

Un grand succès pour la 4e édition de la Fête des sucres à Lavaltrie !
Plus de 500 personnes ont répondu à l'appel pour célébrer la tradition du temps des sucres dans une ambiance chaleureuse et festive.

Nous avons doublé le nombre de repas servis par rapport à l'année dernière, avec plus de 425 repas servis en un temps record ! Nous nous excusons auprès de ceux et celles qui sont arrivés plus tard, la demande était particulièrement forte cette année !

Merci à tous les bénévoles, partenaires et citoyens pour leur incroyable participation : Devolutions, Chevaliers De Colomb Conseil 8632 Lavaltrie et le Groupe Populaire d'Entraide Lavaltrie.

Partagez vos photos en commentaires et faites-nous part de votre avis sur l'événement en répondant à notre sondage : https://portail.lavaltrie.ca/_/partagez-votre-opinion...



Fête des sucres !



Féerie d'hiver de la ville de Lavaltrie !

Grève du communautaire



L'année s'est conclue dans un contexte de mobilisation nationale importante. Du 23 mars au 2 avril 2026, le secteur communautaire du Québec a tenu une grève nationale de 10 jours afin de revendiquer un meilleur financement et des conditions de travail plus justes pour les organismes d'action communautaire autonome.



Notre organisme a pris part à ce mouvement. Un mandat de grève a été adopté pour les 31 mars et 2 avril, permettant à l'équipe de se joindre aux manifestations et aux actions de mobilisation. Cette implication a toutefois nécessité la suspension de certains services durant cette période, une décision prise dans un esprit de solidarité avec l'ensemble du réseau communautaire.

Cette participation s'inscrit dans notre mission de défense collective des droits et témoigne de notre engagement envers la reconnaissance du travail essentiel réalisé par le milieu communautaire.



Campagne Communautaire



Durant la campagne électorale, le GPEL a lancé une campagne communautaire partageant sa réalité, son quotidien, ses défis, ses succès et son indicible espoir.

« Ma couleur politique ? Celle du communautaire.

Ni rouge, ni bleu, ni vert. Ni gauche ni droite.

Ma bannière, c'est celle des gens qui se retroussent les manches pour semer du lien, récolter du respect, aider son prochain et cultiver la dignité.

Je vote pour les poignées de main sincères, les cafés partagés, les friperies qui font chaud au cœur, et les jardins qui sèment des graines de solidarité — ils font grandir l'espoir.

Ma campagne électorale, c'est chaque jour au GPEL :

Un sac de dons bien trié,

Un client heureux,

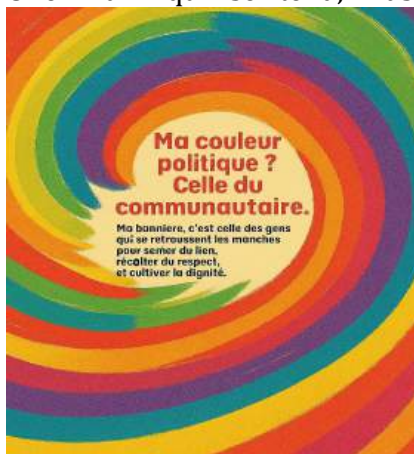
Une racine qui prend vie,

Une parole qui réconforte,

Un repas qui se partage,

Une larme essuyée,

Une main qui se tend, Pas besoin de pancartes géantes ni de promesses en majuscules.



Ici, on fait du terrain, du vrai.

On tisse du tissu social, on rafistole les trous parfois béants et on essaie de broder des sourires en combattant la vulnérabilité, la précarité. a couleur politique, c'est celle qui ne s'impose pas — elle s'infuse.

Dans les gestes, les regards, l'écoute, l'accueil, le non-jugement, ...

Et elle va très bien avec toutes les autres... tant qu'elles respectent L'HUMAIN. »



Repas communautaires

Toujours à petits prix et avec un accueil chaleureux, nous avons servi en 2025-2026 :

- **239 repas « à la soupe »** les derniers jeudis du mois. C'est un peu plus cette année, ce qui est une bonne nouvelle d'autant que nous n'avons pas eu de dîner en mars, dû à la grève. Cette année, l'équipe de cuisine a concocté un menu de repas pour nous faire voyager à travers nos assiettes!

Jeudi 25 septembre 2025

- Velouté carottes, potimarron et gingembre
- Salade carottes, chou et pommes,
- Pâté chinois aux légumes ou sauté de porc moutarde, poireaux et pommes
- Crumble pommes et prunes

Jeudi 30 octobre 2025

- Velouté de patates douces au lait de coco
- Salade d'orzo aux légumes
- Vol au vent à la dinde ou Mac and cheese à la courge butternut
- Scones à la banane et à l'érable

Jeudi 27 novembre 2025

- Velouté de panais, carottes et poireaux au lait d'avoine
- Salade tiède de chou rouge, pommes et vinaigrette au cidre
- ragoût de boulettes aux légumes ou tajine de poulet aux légumes et citron confit
- Crumble aux pommes (sans noix)

Jeudi 29 janvier 2026

- Soupe thaïlandaise au lait de coco, crevettes et citronnelle
- Salade andalouse aux coeurs de palmiers
- Casserole mexicaine de bœuf et pommes de terre ou • Gratin de filets de sole et crevettes à la crème légère
- Tartelette au sucre à la crème



Jeudi 26 février 2026

- Potage vichy
- Salade italienne tomates et bocconcini
- Lasagne ricotta épinards ou boeuf bourguignon
- Moelleux au chocolat

Jeudi 26 mars 2026

- Crème de courgettes et pommes de terre
- Salade grecque aux pois chiches
- Poulet cacciatore ou boulettes de poisson à la chermoula
- Riz au lait à la cannelle

Jeudi 30 avril 2026

- Potage chou-fleur et chorizo
- Salade de couscous aux légumes et pois chiches
- Boulettes de saucisses à la courgette, orzo au brocoli ou brandade de morue
- Salade de fruits au sirop d'érable

Jeudi 28 mai 2026

- Crème de petits pois, menthe et halloumi
- Salade de pâtes à l'haïtienne
- Riz frit au poulet et omelette ou Enchiladas de bœuf gratiné à la mexicaine
- Tartelette rhubarbe, fraise et basilic

- **730 déjeuners**, avec deux formules chaque vendredi. C'est une augmentation de 30% comparativement à l'année dernière!



Tous les repas ont été servis dans notre salle à manger.

Briser l'isolement pour pas cher ! Un sourire, de la gourmandise et de la chaleur humaine à prix démocratique.

Quelques commentaires de nos usagers concernant les repas communautaires :

Le soleil brille en
votre compagnie;
déjeuner formidable.
Merci beaucoup.

Merci pour vos
bons repas fait
avec amour.

Quelle place
chaleureuse; gens
accueillants, repas
délicieux. Merci.

Super
savoureux.
Bonne idée
les petits
plats vides
pour
rapporter nos
restants.
Wow! Merci

Par un froid pareil,
c'est bon de
profiter d'un bon
repas.

Tout est
excellent. Je
vous dis à la
prochaine.





Repas congelés et menu des fêtes

4354 portions de repas à bas prix préparées et vendues (hors repas suspendus) et 16 repas des fêtes, tous faits maison, ont été préparés et vendus par une équipe au grand cœur qui sait manier les saveurs! Notre menu complet est accessible, afin de contrer le coût du panier de l'épicerie – véritable défi pour nos usagers - : 9\$ pour une soupe, un plat et un dessert.

La plateforme de commande en ligne remporte un vif succès : 17 900 \$ de vente (+126%) à 25 clients réguliers et 197 nouveaux clients.

Les repas comportent toujours des protéines, des féculents et des légumes. Les soupes sont gorgées de légumes. Les repas végétariens ont fait leur apparition et rencontrent un beau succès.

Nous cherchons une solution environnementale et peu coûteuse pour proposer des plats familiaux à prix légers.



Les repas suspendus

Mis en place en octobre 2022 grâce à l'action et l'investissement financier et humain de trois autres partenaires, soit : *La Table des Préfets*, *Action Famille Lavaltrie* et *TRUEL*, ce service a permis de distribuer aux familles/individus les plus défavorisés, des repas gratuits et produits dans nos cuisines.

Depuis 2025, les repas suspendus font partie du Projet **D.O.N.** réalisé par les Alliances pour la Solidarité, en collaboration avec le ministère de L'Emploi et de la Solidarité Sociale. Le Projet est aussi soutenu par le **PSOC volet négligence** et par la **Fondation Marc Saulnier**.



7 pôles de soutien se détachent de nos statistiques (contre 6 l'année passée) :

- Les aînés à faibles revenus,
- Les familles monoparentales,
- Les familles nombreuses (5+),
- Les personnes atteintes d'une maladie grave,
- La (semi)itinérance,
- Les nouveaux arrivants ET
- Les familles de la classe moyenne.

DISTRIBUTION 2025-2026

Nombre d'interventions en moyenne par semaine : 4 à 5 ménages

Nombre de semaines de distribution : 52 semaines de distribution sur 52

C'est **2157 repas** qui ont été distribués à un total de **44 ménages**.

Au total, nous avons nourri 63 adultes et 45 enfants différents à raison de 1 à 2 fois par mois ou au besoin.

Nos interventions « repas suspendus » ont soutenu en tout dans l'année **221 adultes et 94 enfants**

Nombre de portions transformées et distribuées : **2157 portions**

Coût de production des portions (hors salaire) : 7910 \$

Une partie très importante des repas suspendus est l'accueil. En effet, chaque personne reçoit un accompagnement personnalisé, du référencement, de l'aide pour aller chercher leurs allocations ou autres droits gouvernementaux, une écoute active, un accès à nos autres services gratuits, des outils pour améliorer leur pouvoir d'agir, etc. C'est ce qui nous avait donné l'idée de l'ouverture de la clinique administrative.

Ce travail est bien plus important que la distribution des repas en eux-mêmes. Nous créons un lien de soutien et d'appartenance avec nos usagers qui se sentent accompagnés vers un mieux-être.

Nous rappelons que ce service constitue une aide de dernier recours quand la banque alimentaire ne suffit plus ou que les usagers ne peuvent plus payer leurs boîtes hebdomadaires auprès du *Comptoir L'Essentiel de Lavaltrie*.



Les bouchées de la réussite

Malheureusement, faute de fonds publics, la distribution des collations à l'école *Des Eaux-Vives* et aussi pour la *Maison Des Jeunes de Lavaltrie* est passée de 2 fois à 1 fois par semaine. Ce programme est à présent soutenu grâce au partenariat de **la Fondation Marc Saulnier** et la **Fondation Le Berlingot**. Ce partenariat a été réitéré en 2026-2027 mais ne sera pas récurrent. Si pour vous, en 2026, il est inconcevable qu'un enfant ait faim, embarquez dans cette belle aventure avec nous !



Nous avons produit cette année :

- **20 300 collations pour l'école des Eaux-Vives (435 élèves de 6-12 ans)**
- **9 280 collations pour la maison des jeunes**
- **136 pour le *Festiv'ado***
- **200 pour la *St-Jean-Baptiste* (distribution aux 0-12 ans)**



Miam-miam

- **1 200 collations pour les colis de repas suspendus**
- **400 collations en maternelle 4 et 5**

Pour un total général de : **31 516 collations** – ce qui occupe l'équipe 1 journée complète par semaine.

Nous varions les plaisirs chaque semaine. Par exemple :

- **Muffins salade de fruits**
- **Muffins aux pépites de chocolat**
- **Rice Kispies**
- **Muffins choco-bananes**
- **Galettes du secondaire**
- **Muffins brownies-haricots**
- **Mini muffins double chocolat**
- **Muffins à l'avoine**
- **Biscuits simples**
- **Barres tendres**
- **Biscuits double-chocolat**
- **Cupcake, etc**

Nous avons pu bénéficier d'une belle quantité de fruits grâce au glanage du projet **D'Autray Récolte**.

Le frigo-partage & la distribution de denrées non périssables

En octobre 2021, dans le but d'éviter le trop grand gaspillage alimentaire *Le Groupe d'entraide de Lavaltrie* (GPEL), en collaboration avec la *Table de concertation sur la pauvreté de Lavaltrie/Lanoraie*, met à la disposition des citoyens de Lavaltrie un frigo anti-gaspillage.

Ce frigo en libre-service est accessible à tous. Il nous a été offert par la Caisse Desjardins et a rencontré un vif succès auprès de la clientèle. En 2025-2026, il y a malheureusement moins de donateurs que de bénéficiaires. Nous compensons majoritairement avec des denrées récoltées par l'organisme. Nous tentons tant bien que mal de conscientiser la communauté.

Le frigo est installé à l'arrière du bâtiment par souci de discrétion pour les bénéficiaires et il est rempli par nos employées en cuisine une fois par semaine. Autant de produits frais que de denrées alimentaires non périssables y sont déposés.

Nous gardons aussi en tout temps un stock de denrées non périssables et produits d'hygiène essentiel pour offrir aux personnes qui s'adressent à nous en tout dernier recours. Nous avons ainsi aidé **49 personnes** pour un total de 936.50 \$ de produits divers.





Ateliers culinaires

Depuis l'ouverture des repas suspendus, nous effectuons un suivi plus rapproché de certaines familles monoparentales extrêmement impactées par la crise du logement. Le stress est constant dans leur vie et l'alimentation est toujours la partie du budget que l'on coupe en premier.

Après réflexion interne, nous avons décidé de proposer un service d'ateliers parents-enfants éducationnels et ludiques.

Ces ateliers ont plusieurs objectifs de :

- **Valoriser les parents et les enfants dans une activité qui les rassemblent,**
- **Proposer un répit au parent qui peut échanger avec d'autres parents,**
- **Éduquer les participants à l'hygiène en cuisine,**
- **Développer les compétences des participants en proposant des supports papiers (guide alimentaire, guide de l'achat local, recettes anti-gaspillage, ...) et**
- **Lutter contre l'insécurité alimentaire en permettant aux familles de repartir avec leurs réalisations.**

Ces ateliers ont rencontré un vif engouement.



8 ateliers d'une demi-journée chacun ont été organisés durant les vacances d'été, les vacances de Noël et la semaine de relâche. Voici quelques-uns des thèmes qui ont été explorés :

Gyoza de porc et légumes & bananes caramélisées
Risotto au poulet & coupe de fruits crémeuse.
Boulettes de bœuf aux épinards & sorbet de fruits rouges express
etc

Nous avons eu la chance d'accueillir des enfants de nouveaux arrivants, des enfants ayant une problématique en santé mentale et des enfants en situation de négligence (involontaire).



Le projet D.O.N est venu renforcer cette offre en permettant aux familles participantes de recevoir d'autres recettes et les denrées requises pour les réaliser à la maison.

Le projet D.O.N. est réalisé par les Alliances pour la Solidarité, en collaboration avec le ministère de L'Emploi et de la Solidarité Sociale. Le Projet est aussi soutenu par la Fondation Marc Saulnier et le PSOC volet négligence.

Les familles ont pu repartir avec de quoi cuisiner de bons petits plats comme :

- **Gnocchis aux champignons et parmesan & mousse au chocolat noir**
- **Sauté de bœuf en lanières et pommes de terre croustillante & crème vanille minute**

L'initiative a beaucoup surpris et ému les participants.

La Guignolée de la Ville de Lavaltrie



Cette année encore, le GPEL a soutenu la Guignolée de Lavaltrie dans les activités suivantes :

- Gestion bancaire;
- Achat des cartes cadeaux;
- Distribution des paniers de Noël et
- Don de boîtes de collectes

Nous sommes toujours heureux de contribuer à cet événement avec la Ville de Lavaltrie et tous les autres organismes participants. Nous comptons réitérer notre aide pour les années à venir.

Total des familles aidées : 165 familles – total récolté : + de 55 000 \$



[Guignolée 2025] ❤️

Une vague de générosité à Lavaltrie !

Grâce à votre incroyable solidarité, la Guignolée 2025 a permis d'amasser plus de **55 000 \$** et de préparer **165 paniers de Noël** pour des familles dans le besoin. ❤️

🙌 Un immense merci à nos bénévoles, aux employés municipaux (qui ont remis un montant record de 1 744 \$), ainsi qu'à nos précieux partenaires :

Desjardins et ses employés, la Ville de Lavaltrie et ses employés, la La Fondation Marc Saulnier, Caroline Proulx (députée de Berthier), Devolutions et les employés, l'Équipe Paradis Courtier immobilier Proprio Direct, Familiprix Extra - Mélanie Boulanger, Jean Coutu Lavaltrie, IGA extra - Marché famille Mondor, Super C, La Clé de Sol, Patrick Morin Lavaltrie, le restaurant NAGA, le Comptoir alimentaire L'Essentiel de Lavaltrie, Église Le Phare - Lavaltrie, le Club FADOQ de Lavaltrie - F005, Regroupement des gens d'affaires de Lavaltrie, le Groupe Populaire d'Entraide Lavaltrie, la Maison des aînés de Lavaltrie Hop la vie, Action Famille Lavaltrie, la Maison des jeunes de Lavaltrie, Travail de Rue Lavaltrie (TRueL), les Chevalier De Colomb Lavaltrie. Merci également aux bénévoles Huguette Ricard et Jean-Luc Ouellet pour leur dévouement sans faille. Lavaltrie est fière de son esprit d'entraide. Merci à toute la communauté lavaltrioise pour avoir fait de cette Guignolée un succès retentissant !

Ville de Lavaltrie

Le dépannage alimentaire



Avec le prix du panier d'épicerie qui ne cesse d'augmenter, les conséquences sur l'insécurité alimentaire sont flagrantes !

Nous avons distribué en 2025-2026 pas moins de 71 cartes cadeaux d'épicerie et de pharmacie pour un montant total de 1 400\$. Ces cartes ont été distribuées à 23 personnes différentes qui ont besoin de produits spécialement pour les enfants en bas âge : produits laitiers, couches, etc.

Nous avons aussi conclu une entente pour ouvrir un droit aux paniers alimentaires du Comptoir alimentaire l'Essentiel pour deux familles de Lavaltrie en détresse et incapables de payer les paniers alimentaires. A raison de deux paniers par mois, cela correspond à 64\$/mois.



Solidarité alimentaire

Les potagers à partager

Encore une fois, un beau succès. Tous les bacs ont été loués, excepté deux bacs que nous avons conservé pour la cuisine de l'organisme. Les tomates ont envahi la terre avec générosité mais elles sont difficilement arrivées à maturité faute de soleil !

Selon les informations reçues, voici ce qui fût récolté :

- des tomates : rouges, roses, vertes et cerises
- des poivrons rouges et verts
- des haricots verts
- des fraises
- des zucchini
- des carottes
- des concombres
- des oignons verts
- des piments habanero
- des laitues.
- des herbes fraîches : ciboulette, persil, coriandre, origan, ...



Rappelons que les graines, les plants, l'engrais et la terre sont offerts gracieusement aux locataires des bacs pour la modique somme de 25\$ par saison estivale. Briser l'isolement, combattre l'exclusion sociale, favoriser la sécurité alimentaire et former les usagers pour améliorer leur pouvoir d'agir : tel est le crédo du GPEL.

Il s'agissait de la dernière saison de jardinage sur le terrain du GPEL puisque de nouveaux jardins communautaires et collectifs vont être aménagés dès 2026-2027 pour accueillir plus d'usagers et favoriser l'apprentissage et l'éducation à l'environnement.

Les services

Écoute, accueil et référence



Des interventions en personne ou par téléphone tous les jours.

De l'écoute active, de l'aide et du référencement avec empathie et solidarité. Notre porte est toujours ouverte pour accueillir votre histoire, vos victoires et vos peines.



Services aux citoyens

Les bureaux et le service alimentaire sont ouverts du lundi au vendredi de 09h à 12h et de 13h à 16h.



La friperie est ouverte le mercredi, jeudi, vendredi de 09h à 12h et de 13h à 17h, ainsi que le samedi de 10h à 12h.

Clinique administrative et fiscale



80 personnes ont pu faire remplir leurs impôts fédéraux et provinciaux gratuitement pour leurs revenus 2025 et antérieurs.



Dans le but d'augmenter le mieux-vivre des citoyens et de les outiller au mieux dans leur quotidien, nous offrons un accompagnement pour diverses démarches administratives. Cette année, nous sommes intervenus pour :

- **Un soutien budgétaire personnalisé en plusieurs rencontres,**
- **Une demande de changement de nom et prénom ainsi que la correction du baptistaire,**
- **Trois demandes en allocation-logement,**
- **Une demande de chômage/aide financière de derniers recours par suite de la fermeture du PEQ,**
- **Une demande pour les allocations pour personnes handicapées,**
- **Une demande pour la Sécurité de Vieillesse,**
- **Deux rédactions et envois de CV,**
- **Une dizaine de lettres officielles à Services Canada (chômage maladie ou chômage normal) et**
- **Une aide rédactionnelle pour une procuration.**

Nous offrons aussi un espace et de l'équipement (de base) pour que nos usagers puissent faire leurs appels téléphoniques et recherches internet en toute discrétion.

La clinique administrative est soutenue à travers le projet D.O.N. réalisé par les Alliances pour la Solidarité, en collaboration avec le ministère de L'Emploi et de la Solidarité Sociale

Le bonhomme à lunettes

Le bonhomme à lunettes a couvert 20 jours de permanence dans nos locaux pour aider une bonne centaine de personnes à mieux voir sans se faire avoir.



La Buanderie

La Buanderie a été refaite grâce au don de *la Fondation Marc Saulnier*. Elle permet d'ouvrir nos portes aux gens qui ne possèdent pas de lessiveuse/sécheuse ou de logement pour laver leurs vêtements. Ils ont la possibilité de boire une tasse de café dans un milieu réconfortant en attendant.

La buanderie a été utilisée plus de **50** fois cette année en guise de dépannage.





Le prêt de matériel médical

📍 NOUVEAU SERVICE AU GPEL

Depuis un an, le GPEL aide les moins nantis en prêtant du matériel médical afin de permettre leur maintien à domicile. La demande est croissante à la suite de l'arrêt du service de prêt du CISSS. Chaises roulantes, béquilles, rehausseurs de toilettes, tire-lait, bébé *reborn* pour travailler sur un décès, cannes, etc sont prêtés gratuitement aussi longtemps que la personne en a besoin.

Un poids de moins pour cette charge supplémentaire à la personne en période de souffrance.

Bénévole à l'écoute



📍 NOUVEAU SERVICE AU GPEL : Une bénévole à l'écoute 📍

Parce que nous sommes sur le terrain, parce que nous savons les défis que vous traversez et parce que l'accueil est au cœur de notre mission... Le GPEL lance un tout nouveau service : Bénévole à l'écoute.

👉 Un espace confidentiel, bienveillant, et sans jugement.

Certaines personnes n'osent pas franchir la porte d'un organisme. Nous le comprenons. C'est pourquoi nous vous offrons la possibilité de parler directement à une bénévole expérimentée, dans l'anonymat et la confidentialité, sans vous déplacer.

📞 Comment ça fonctionne ?

Il suffit d'envoyer votre prénom et votre numéro de téléphone à :

📧 benevolecoute@gmail.com

Notre bénévole Johanne vous contactera le mardi matin suivant, avec toute la douceur et l'écoute qu'on lui connaît.

🙏 Un immense merci à Johanne pour son engagement généreux et discret.



Le GPEL, c'est aussi ça : une terre d'entraide, de respect et de présence humaine.

Les services vestimentaires

La friperie



L'incontournable du GPEL, sa pierre angulaire, c'est la friperie. Notre service le plus populaire et le plus connu de la population lavaltoise. Sa réputation n'est plus à faire. Nous avons un achalandage exceptionnel et c'est notre source d'autofinancement la plus importante.

Ce service permet aux familles de venir s'habiller ou décorer leur maison à petits prix : De belles aubaines sont proposées à différents moments de l'année.

La qualité du triage est reconnue : Notre clientèle régulière aime flâner dans les rayons en discutant avec l'un ou l'autre de nos employés et/ou bénévoles. N'est-ce pas là notre mission première ? De briser l'isolement ?

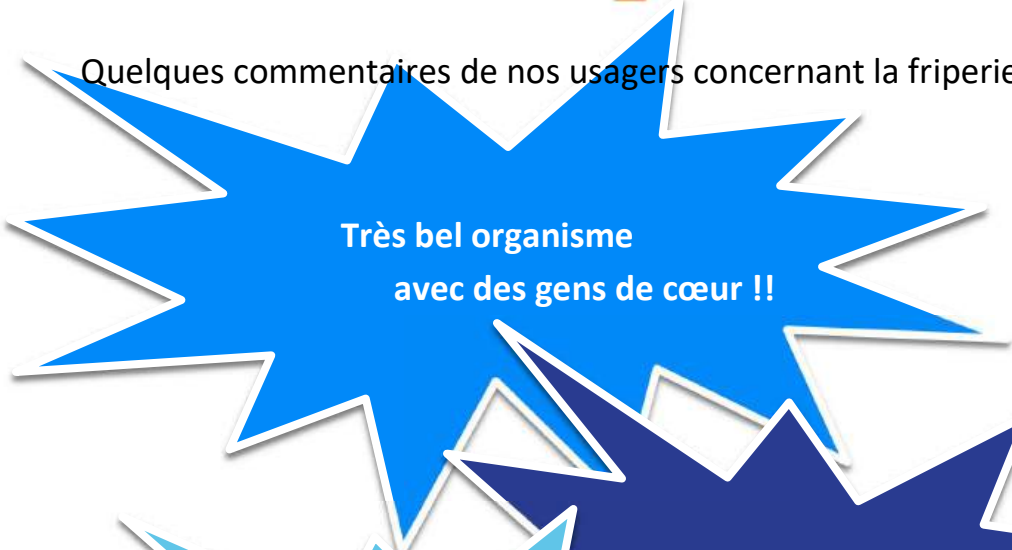
C'est aussi un lieu d'inclusion et de diversité qui draine beaucoup de bénévoles, de nouveaux arrivants, des personnes isolées, etc.

Enfin, nous y offrons la possibilité de retrouver le marché du travail en y accueillant des personnes déconnectées de l'univers professionnel, grâce à des partenariats avec entre autres le *Centre Jeunesse Emploi* ou encore *Services Québec*.





Quelques commentaires de nos usagers concernant la friperie :



**Très bel organisme
avec des gens de cœur !!**



Personnel très gentil



**J'ai fait de bons achats
et ma fille aussi.**



Très chaleureux



Très belle place

Le dépannage vestimentaire



Pour vivre heureux il ne faut avoir ni faim, ni froid. En parallèle des besoins alimentaires, nous offrons notre aide aux familles démunies ou aux personnes en semi-itinérance pour se vêtir convenablement selon les saisons et aborder le quotidien avec dignité.

Cette année, c'est **30** personnes à qui nous avons distribués des certificats-cadeaux pour acheter en friperie. Total : **810 \$**.

Nous avons aussi distribué gratuitement des vêtements chauds, toutous, mitaines et tuques lors de diverses activités sociales : La nuit des sans-abris et le Marché de Noël de Lavaltrie, entre autres.

Le recyclage



L'équipe de triage de la friperie abat un boulot exceptionnel pour permettre une seconde vie aux dons des citoyens. Ils se retrouvent soit dans notre magasin ou au recyclage de textile (exportation à l'extérieur du pays).

En 2025-2026, selon notre mandat auprès de la MRC de d'Autray, nous avons optimisé le recyclage pour envoyer le moins possible à l'enfouissement. Nous sommes très sensibles à l'empreinte écologique sur notre belle terre faite par les déchets générés de notre consommation. La friperie permet de donner une seconde vie aux dons et d'offrir une alternative moins onéreuse à la population.

Cette année, nous avons réutilisé, vendu, donné ou recyclé **126.9** tonnes de vêtements (contre **123.4** tonnes en 2024-2025) et **46.52** tonnes d'articles divers.

Nous avons reçu de la part des citoyens **194.95** tonnes (contre **181.13** tonnes en 2024-2025) de dons soit une progression de 7%

L'accroissement des dons citoyens révèle des défis tels que le manque d'espace de collecte et de triage, le manque de place en magasin, le manque de main-d'œuvre et le manque d'espace de stationnement. Il est donc tout naturel de retrouver ces enjeux dans la planification stratégique et le plan d'action de l'organisme pour les années à venir.

La campagne de sensibilisation

Nous avons mené une campagne de sensibilisation avant le 1^{er} juillet sur nos réseaux sociaux.

L'objectif de cette campagne visait à diminuer les dons-poubelles.

Cette campagne a été également déployée par la MRC De D'Autray.



Période d'ouverture



Entraide Lavaltrie

La Maison

450 586 3536

Du lundi au vendredi de 9h à 12h
et de 13h à 16h.

Accueil, écoute, information.

Sécurité alimentaire.

Les repas à emporter.

Frigo partage.

Jardins à partager.

Repas communautaires

Ateliers culinaires

Colis de repas gratuits

Buanderie.

info.gpel@videotron.ca

www.Entraidelavaltrie.org

www.facebook.com/entraidelavaltrie

www.facebook.com/FriperieduGPEL

La Friperie

450 586 4744

Mercredi de 9h à 12h et de 13h à 17h

Jeudi de 9h à 12h et de 13h à 17h

Vendredi de 9h à midi et de 13h à 17h

Samedi de 10h à 12h

Vêtements F/H, enfants.

Chaussures.

Bibelots, vaisselle.

Linge de maison.

CD, K7, électronique.

Livres.

Jouets.



Entraide Lavaltrie

160, rue St-Antoine Nord,
Lavaltrie J5T 2G1

Nous restons ouverts toute l'année, excepté les jours fériés.

Représentation

Toujours motivé à apporter la réalité du terrain et travailler sur des actions collaboratives, solidaires et innovantes, le GPEL est présent sur plusieurs tables de concertations, regroupements et organismes :

- Comité de Concertation du CLDS de D'Autray
- Comité de Concertation de la Table de la pauvreté Lavaltrie-Lanoraie
- Regroupement des Comptoirs alimentaires et vestimentaires
- Conseil d'Administration de CANOE Collectif
- Table de concertation « famille » pour la rédaction de la nouvelle politique de développement social de la Ville de Lavaltrie
- Trésorier de la Guignolée de la Ville de Lavaltrie

Cela représente plus de 100 heures de représentation extérieure et d'implication dans l'essor social de la communauté.



Présence sur les réseaux sociaux



Page Facebook de la Friperie : <https://www.facebook.com/FriperieduGPEL> : 1.1K followers

Page Facebook du GPEL : <https://www.facebook.com/entraidelavaltrie> : 1.7K followers



Site web : www.entraidelavaltrie.org : 2 061 visites du site en un an



Quelques publicités réalisées cette année !



Rabais
sur tout les plats de poissons !

seulement 3.99\$
au lieu de 5.99\$

Offre valable jusqu'au 22 Août 2025
16:00 ou jusqu'à écoulement des stocks

Offre d'emploi étudiant.e pour la période estivale:
1 commis cuisine - pas besoin d'être formé.e juste être passionné.e et rigoureux.se
30 h/semaine- 8 semaines-16.50\$ de l'heure
Horaire fixe- bonne équipe - bon climat de travail
450.586.3536- info.gpel@videotron.ca

G.P.E.L.
Entrée Lavaltrie

Ateliers Parents-Enfants
Ce mercredi 4 mars et jeudi 5 mars 2026.

G.P.E.L.

PLAT PRINCIPAL
IMAC & CHEESE À LA COURNOYE
DUTTERMUT
OU
VOL-AU-VENT À LA GONDIE

DESSERT
SCONES AUX BANANES ET À L'ORANGE

SALADE
SALADE D'ORZO DE MARCHÉ D'HYDRO

ADULTES : 8.99\$ ENFANTS : 4.99\$
(450) 886-3536
160 RUE SAINT-ANTOINE-NORD, LAMARQUE, QC J0T 2S1

COMMENT FAIRE FACE À L'ISOLEMENT AVEC LE GPEL ?

- EN VENANT À NOTRE DÉJEUNER DU VENDREDI
- EN DEVENANT BÉNÉVOLE
- EN VENANT À NOS REPAS COMMUNAUTAIRES
- EN VENANT À NOS ACTIVITÉS
- EN VENANT À NOS ACTIVITÉS
- EN VENANT À NOS ACTIVITÉS

Partenaires financiers



Un grand merci aux organismes, fondations et bailleurs de fonds qui, chaque année, nous permettent de poursuivre et d'atteindre nos objectifs d'entraide et de soutien. C'est par la collaboration et la mutualisation des services que nous parvenons à soutenir notre communauté.



Centre intégré
de santé
et de services sociaux
de Lanaudière

Québec



Services
Québec



Avec la participation financière de

Québec



Agriculture et
Agroalimentaire Canada

Canada

Agriculture and
Agri-Food Canada

Historique

À l'aube de nos 40 années au service de la communauté lavaltoise

1987 -----> 2026

Le Groupe Populaire d'Entraide de Lavaltrie existe depuis 1987. Durant ces années, des milliers de personnes ont franchi les portes de l'organisme. Au fil des ans, les murs du GPEL furent témoins de milliers de confidences, de gestes de confiance, de partage, d'entraide et même d'amitié.

Bien plus qu'une friperie (1988), le GPEL a vu naître nombre d'activités telles que le service d'accueil, d'écoute et références (1987), des cuisines collectives (1992), un camp familial (1990), , les petits déjeuners du vendredi (1996), les dîners communautaires (2009), les potagers à partager (2013), les bouchées de réussite (2017), les repas à emporter (2020), le frigo partage et la buanderie (2021), la distribution de repas suspendus et de denrées alimentaires (2022-2023), les ateliers culinaires parents-enfants (2023-2024), la clinique fiscale (2022), la clinique administrative (2024) et cette année (2025), les ateliers-conférences d'éducation populaire, «Bénévole à l'écoute » se sont ajoutés alors que certains service se sont bonifiés.

Le Groupe Populaire d'Entraide de Lavaltrie c'est un lieu pour sortir de son isolement, de prise de pouvoir et l'occasion d'améliorer ses conditions de vie et ce, depuis 39 ans.

Tout cela grâce au dévouement et au courage de nos :

- Employé.es
- Bénévoles
- Organismes Partenaires
- Services Publics
- Donateurs
- Bailleurs de fonds

Et demain ? Priorités d'action 2026-2027

Le C.A. et la direction ont travaillé fort l'année précédente pour amener le GPEL aux priorités d'action 2026-2027 suivantes (nous rappelons que ces priorités ont été annoncées en 2024-2025 comme faisant partie de notre planification stratégique) :

1. Aménager les nouveaux jardins communautaires, collectifs, accessibles « Graines et Racines »

Nous sommes très fiers de vous annoncer que l'aménagement des jardins aura lieu en 2026-2027.

Le projet Graines et Racines va prendre vie dans un terrain prêté par la Ville de Lavaltrie. Celui-ci se trouve à proximité du GPEL.

Le financement est en phase finale d'obtention.

La chargée de projets et l'étudiant.e vont être engagés.es en juin afin de :

- Superviser les travaux
- Créer des partenariats avec des fermes locales pour les animations et les ateliers
- Préparer la première saison d'ouverture
- Créer tout le rédactionnel : cahier des charges, politique(s), documents d'inscriptions, etc
- Former un comité bénévole pour assurer le présentiel sur site

2. Monter le dossier pour le projet « Une nouvelle aire pour L'ère fripée »

La friperie du GPEL devient « L'ère fripée » - Ce jeu de mots intelligent a été choisi par l'équipe en place et promet des slogans magnifiques :

Entrer dans l'ère du style circulaire, Bienvenue dans l'ère de la seconde main, etc

Nous allons, cette année, dans la mesure de nos moyens :

- Mettre par écrit et documenter nos besoins.
- Faire faire des plans par un architecte en fonction de la faisabilité structurelle.
- Commencer la recherche de financement.

3. Travailler conjointement avec le Canoé Collectif sur le projet d'acquisition d'une camionnette réfrigérée.
4. Travailler conjointement avec la Maison des Jeunes de Lavaltrie sur le projet d'aménagement d'un café social et communautaire au sein de Lavaltrie (nouvelle priorité).



À tous ceux qui ont gravité, de près ou de loin, autour de notre merveilleux organisme ; nous vous disons merci. Grâce à vous, notre mission peut se poursuivre au fil du temps.

Au nom de tous ceux qui ont eu recours à nos services



*Le GPEL par et pour ses citoyens :
Ensemble, nous irons loin*