

# Programme de Noël 2024



## Andrea trouve l'espoir à la banque alimentaire

Lorsque Andrea est allée pour la première fois au CRCOC, son fils suivait une thérapie orthophonique avec Premiers Mots à l'âge de quatre ans. Pendant sa visite, on lui a mentionné qu'elle pouvait obtenir de l'aide alimentaire. Elle était initialement réticente, mais elle a finalement accepté et s'est présentée à la banque alimentaire.

Dès son arrivée, Andrea a été accueillie avec chaleur et a immédiatement senti qu'elle faisait partie de la communauté. Les bénévoles et les membres du personnel l'ont accueillie avec compassion et lui ont donné de l'espoir et du courage. Le fait qu'elle ait pu entrer avec son chariot et de sélectionner divers aliments, comme des fruits et légumes frais, des produits laitiers, de la viande et des aliments de base, tels que le riz et les pâtes, Andrea a pu constater l'engagement et la bienveillance de la communauté.

Les visites d'Andrea à la banque alimentaire sont devenues plus fréquentes pendant la pandémie, lorsque les prix des denrées alimentaires ont grimpé en flèche. « Lorsque la COVID a frappé, les prix des épiceries ont augmenté et n'ont cessé d'augmenter. C'est à ce moment-là que j'ai commencé à y aller régulièrement ». Les seules fois où elle n'a pas pu venir, c'est lorsqu'elle s'est sentie malade ou qu'elle n'a pas pu trouver de moyens de transport. « Je le remarque quand je n'y vais pas pendant ces mois-là. Il y a une différence notable lorsqu'il y a moins de nourriture dans les armoires ».

Cette triste vérité met en évidence l'importance urgente et cruciale des banques alimentaires pour garantir la constance dans un contexte d'incertitude.

Le fils d'Andrea a maintenant dix ans et adore manger ! « Il mange le double de ce que je mange en une journée, et ce depuis un certain temps. Je ne suis pas une grosse mangeuse, mais je pense qu'on s'entraîne presque à ne pas être un gros mangeur quand on a des insécurités alimentaires ». Bien qu'elle se rende toujours à la banque alimentaire, elle cherche à faire des affaires. Elle trouve des moyens astucieux de préparer des déjeuners sains pour son fils, notamment en utilisant un thermos pour les restes et en l'impliquant dans la préparation des aliments en jardinant et en réduisant des fruits en purée pour en faire des rouleaux cuits au four. Ses expériences lui ont appris à être débrouillarde et créative, et elle est aujourd'hui fière de pouvoir fournir des repas nutritifs à son fils malgré les difficultés.

Andrea exprime sa profonde reconnaissance envers la banque alimentaire pour le soutien qu'elle a reçu. Son parcours pour trouver les bonnes ressources afin d'aider sa famille a débuté par une visite à Premiers Mots. Toutefois, le CRCOC lui a fourni beaucoup plus de soutien, incluant de l'aide grâce au Programme d'effets scolaires, la participation à des groupes de jeu On y va avec son fils, ainsi que des conseils sur la rédaction de son curriculum vitae par l'entremise d'Emploi Ontario.



# Programme de Noël 2024



## Parcours d'une famille grâce à notre banque alimentaire

La famille de Aafia, qui vit dans une communauté très soudée, fait face à des défis quotidiens qui témoignent de sa résilience. Elle, son mari et leurs trois enfants pleins de vie, dont un fils en pleine croissance à l'appétit insatiable, s'efforcent de maintenir une alimentation équilibrée pour les cinq membres de la famille, sacrifiant souvent des portions pour leur fils adolescent. Malgré le handicap de son mari, qui a considérablement modifié la dynamique familiale, Aafia s'est occupée à plein temps de lui et de leurs enfants, incarnant ainsi l'esprit inébranlable de la famille.

Sans voiture, Aafia dépend beaucoup de la générosité de ses proches et de services de covoiturage occasionnels pour se rendre chaque mois à la banque alimentaire. Ces sorties sont cruciales, car l'appétit grandissant des enfants augmente leurs besoins en nourriture.

Cependant, la dépendance de la famille envers l'aide gouvernementale, qui ne couvre même pas son loyer, met en évidence le défi permanent que représente la gestion de ses finances et l'alimentation de sa famille.

Les enfants participent activement à diverses activités scolaires, y compris la natation, qui favorisent leur développement physique et leur procurent un répit bien nécessaire ainsi qu'une interaction sociale avec leurs pairs. La famille bénéficie également des services offerts par le CRCOC, notamment du programme sur les effets scolaires et du programme de Noël. Vos dons allègent leur fardeau et apportent une grande joie et un grand soulagement à la famille, tout en enrichissant le développement des enfants et en remplissant leur vie de bonheur.

