



Programme de Noël 2025



Faire une place à la table

Sofia n'aurait jamais pensé devoir un jour faire appel à une banque alimentaire. Elle avait un bon emploi à temps plein dans la fonction publique, deux jeunes enfants, et faisait de son mieux pour leur offrir un foyer stable.

Mais derrière cette apparence de stabilité, la réalité était tout autre. Après des années de violence conjugale, Sofia a pris la décision courageuse et difficile de quitter son partenaire, emmenant ses enfants avec elle. Repartir à zéro signifiait assumer seule toutes les dépenses du ménage : le loyer, les services publics, la garde des enfants, l'épicerie. Au début, elle a réussi à tenir le coup. Elle réduisait partout où elle le pouvait et sautait souvent des repas pour que ses enfants puissent manger.

Mais avec la hausse constante du coût de la vie, la pression est devenue insoutenable. Sofia a réalisé qu'elle avait besoin d'assistance. Elle ne voulait pas que ses enfants manquent de nourriture pendant les Fêtes. Et même si franchir les portes de la banque alimentaire était difficile, elle a été accueillie avec bienveillance et compassion dès son arrivée.

Grâce au programme de Noël du CRCOC, Sofia a reçu du soutien pour elle et ses deux enfants. Cela signifiait qu'ils auraient de quoi manger pendant les Fêtes, et qu'elle pourrait cuisiner les plats qu'ils connaissaient et aimaient. Ce petit moment de confort et de stabilité a fait toute la différence. Cela a donné à Sofia l'espace dont elle avait besoin, une place à la table, même pour un court instant.

Son histoire n'est pas unique. Chaque mois, plus de 1 300 personnes se tournent vers nous pour obtenir de l'aide. Pour beaucoup, c'était la première fois qu'ils demandaient de l'aide.

L'histoire de Sofia est une histoire fictive, inspirée de vécus bien réels partagés par les personnes que nous accompagnons. Même si les noms et certains détails ont été modifiés pour respecter leur vie privée, sa situation reflète ce que vivent plusieurs ménages dans notre communauté. Chaque personne qui franchit nos portes est accueillie avec respect et bienveillance. Grâce à un processus d'accueil et d'évaluation attentif, nous prenons le temps de comprendre chaque réalité afin d'offrir un soutien adapté.

Nous faisons tout notre possible pour répondre à la demande croissante. Malheureusement, les besoins n'ont jamais été aussi élevés, et parfois, nos ressources sont insuffisantes.

C'est là que vous entrez en jeu.

Votre appui nous permet de combler cet écart. Il fait en sorte que des personnes comme Sofia ne traversent pas les Fêtes seules. Grâce à votre générosité, chaque table peut ressentir la magie des Fêtes.

À Ottawa, les visites aux banques alimentaires ont atteint des sommets — une augmentation de 90 % depuis 2019.

En Ontario, on compte près de 800 000 visites par mois, et près d'une personne sur cinq a un emploi.

