

Un feu ardent, une force vive

RAPPORT ANNUEL 2025-2026

Rafal
Ressources actions familles à Lac-St-Charles

Mot de la présidente

Bonjour et merci d'être au rendez-vous.

L'année 2025-2026 a été marquée par de nombreux rebondissements. Avec près de 200 activités offertes, elle a débuté **avec l'énergie et la passion** qui caractérisent si bien notre organisme. Puis, en août dernier, un incendie s'est déclaré au centre communautaire Paul-Émile-Beaulieu.

Cet édifice est bien plus qu'un simple bâtiment pour la communauté de Lac-Saint-Charles : il constitue un véritable cœur pour les rassemblements et les activités pour plusieurs organismes, dont Rafal. Activités parents-enfants, cuisines collectives, distributions alimentaires, groupe d'achats, Petit Nowel… l'impact de cet événement a été soudain et rude.

La rapidité avec laquelle les employés de Rafal se sont réorganisés a été remarquable – merci ! De plus, la façon dont vous, membres et citoyens engagés, avez répondu à l'appel a été exceptionnelle. Elle illustre parfaitement **la complicité et la synergie** qui animent la grande famille de Rafal.

Quelques jours à peine après cet incident, vos actions ont permis de maintenir la distribution alimentaire telle que prévue, assurant ainsi aux familles l'aide essentielle à leur bien-être. Cela démontre, une fois de plus, que Rafal est un organisme pivot dans **la communauté de la Haute-Saint-Charles**, où l'entraide et la solidarité sont au cœur de chacune de nos actions. Bravo !

De plus, merci aux administrateurs du conseil d'administration, composé de membres et de citoyens engagés, qui offrent généreusement leur temps, leur expérience, leurs connaissances et leur bienveillance au service de notre communauté. Les défis sont nombreux – ressources humaines, financement, gestion budgétaire, développement de projets, relations avec les élus – mais, comme les résultats le démontrent, nous formons une équipe forte, unie et résolument tournée vers l'avenir. La relève y est essentielle et je vous invite à faire un pas de plus afin de vivre, vous aussi, cette expérience stimulante au sein de notre belle équipe.

En terminant, permettez-moi de formuler un vœu : que Rafal et la communauté de Lac-Saint-Charles poursuivent ensemble cette magnifique relation qui dure depuis plus de vingt ans. Encore aujourd'hui, Rafal est – et demeurera pour moi – une véritable perle rare.

Lucie Gratton

Mot du directeur

La dernière année, le feu au centre communautaire Paul-Émile-Beaulieu a bouleversé notre organisation, nos lieux, nos habitudes et nos façons de faire. En peu de temps, il a fallu se réinventer afin de continuer à offrir aux citoyens des activités de qualité auxquelles ils peuvent s'attendre.

Changer, moduler, adapter, ajuster, déplacer.

Ce fut le quotidien de l'équipe cette année.

Mais au-delà des défis, ce que je retiens surtout, c'est la résilience de l'équipe. J'ai vu des collègues s'entraider, se remplacer, trouver des solutions, recommencer autrement quand quelque chose ne fonctionnait plus. J'ai vu de la fatigue, oui, mais j'ai surtout vu de la solidarité, de la débrouillardise et beaucoup de cœur.

Dans le milieu communautaire, on parle souvent d'entraide et de solidarité comme des valeurs. Cette année, elles ont été vécues pour vrai. Chaque obstacle est devenu un problème à résoudre ensemble. Chaque changement est devenu une occasion de se serrer les coudes. Et c'est grâce à cet esprit d'équipe que nous avons réussi à continuer d'offrir nos activités et à garder Rafal vivant et actif malgré les circonstances.

Je tiens à remercier sincèrement toute l'équipe pour sa persévérance et son engagement. Ce n'est pas toujours facile de travailler dans le changement constant, mais vous l'avez fait avec courage et générosité.

Je souhaite aussi dire merci aux citoyens et aux familles. Vous nous avez suivis d'un lieu à l'autre, vous vous êtes adaptées avec nous, vous avez fait preuve de patience et de compréhension. Rafal existe pour la communauté, et cette année, la communauté nous a montré, encore une fois, qu'elle est aussi là pour Rafal.

L'année nous aura rappelé une chose importante : Rafal n'est pas un bâtiment, ni un local, ni une adresse. **Rafal : ce sont des personnes, une entraide, une communauté**. Et tant que nous serons ensemble, Rafal continuera d'avancer.

Merci à tous de faire partie de cette grande famille.

Franz Gauthier

RAFAL, toujours le feu sacré !

Malgré les bouleversements vécus cette année, Rafal demeure un organisme pivot au cœur de sa communauté. Plus qu'un lieu, il est une porte d'entrée vers les ressources du milieu et un véritable carburant du pouvoir d'agir, tant individuel que collectif.

Au Lac-Saint-Charles et dans les environs, Rafal propose une diversité d'activités, tout en accordant une place centrale à la participation citoyenne. Cette approche permet de faire vivre un espace collectif riche et dynamique, façonné PAR et POUR les familles.

À Rafal, l'accueil est au cœur de tout. Chaque personne est reçue avec ses forces, son potentiel et son rythme. L'invitation à s'impliquer se construit à partir de ce que chacun souhaite et se sent prêt à offrir. Ce cheminement vers le pouvoir d'agir repose sur un changement de regard : voir les forces plutôt que les limites, reconnaître le potentiel de chacun et créer des occasions de vivre ensemble des expériences positives.

C'est ainsi que, concrètement :

- nous agissons **avec** les familles, dans leur milieu;
- **chaque personne** est au centre de nos préoccupations;
- chacun est **reconnu**, écouté et entendu;
- la communauté se construit comme un milieu d'**appartenance solidaire**;
- la différence est accueillie **avec ouverture**, sans préjugé.

Au-delà des épreuves, une chose demeure inchangée : ce feu sacré qui anime Rafal. Un feu qui ne dépend pas des murs, mais bien des personnes qui le portent, le nourrissent et le font rayonner.

Quel privilège de voir vivre un organisme aussi vibrant, enraciné dans sa communauté, **PAR et POUR les citoyens** du Lac-Saint-Charles.

Présentation du travail des membres du C.A.

Au cours de la dernière année, les membres du conseil d'administration se sont réunis à huit reprises afin d'assurer le suivi et la saine gestion de l'organisme. Le conseil a également tenu une journée pour réfléchir aux orientations de Rafal et assurer la continuité du plan stratégique.

Au-delà de ces rencontres, les administrateurs se sont impliqués activement dans plusieurs dossiers importants, notamment en lien avec les ressources humaines, la gestion et les finances. Ces réflexions et ce travail de fond, souvent moins visibles, sont **essentiels à la stabilité et au développement de l'organisme**.

Les membres du conseil ont également souhaité s'investir davantage dans leur rôle d'administrateur. La formation offerte par Isabelle Barbeau, organisatrice communautaire, a été un soutien précieux dans cette démarche et a permis au conseil de consolider son fonctionnement et sa gouvernance.

Nous remercions l'ensemble des membres du conseil d'administration pour leur engagement, leur temps et leur attachement sincère envers Rafal. Leur implication contribue directement à la solidité et à l'avenir de l'organisme.



De haut en bas :

Bianca Normandin, Administratrice
Tania Bossé, Secrétaire
Lucie Gratton, Présidente
Anne-Louise Champagne, Trésorière
Suzanne Beaubien, Administratrice
Serge Julien, Administrateur
Absentes : **Marie Miqueu**, Vice-présidente
et Liantsoa Rakotoniaina, Administratrice

Présentation de l'équipe Rafal

L'équipe de Rafal est au cœur de l'organisme et de la vie communautaire du milieu. Chaque jour, elle est à l'écoute des citoyens, de leurs idées, de leurs besoins et de leur réalité. Les membres de l'équipe travaillent à mobiliser les citoyens, à les accompagner et à leur donner les moyens de réaliser des activités et des projets mobilisateurs qui contribuent à faire vivre la communauté.

L'équipe accompagne également les familles dans des moments parfois plus difficiles. Elle le fait avec **une écoute attentive, de la bienveillance et un profond respect** de l'histoire, du rythme et de la réalité de chaque famille. Ce travail, souvent discret, est pourtant essentiel et fait une réelle différence dans la vie de plusieurs personnes.

Les membres de l'équipe ont à cœur la mission de Rafal et s'impliquent pleinement dans leurs fonctions. Ils forment un groupe solide, professionnel et profondément humain, où l'entraide, la collaboration et le respect font partie du quotidien.

Quelle chance de pouvoir compter sur une équipe aussi engagée et attachée à sa communauté. Leur travail contribue chaque jour à bâtir une communauté plus solidaire, plus humaine et plus vivante.



De haut en bas :

Franz Gauthier, Directeur général
Ann-Catherine Brisson, Coordonnatrice des activités
Audrey-Ann Pelletier, Adjointe-administrative
Marie-Michèle Caron, Éducatrice
Mélissa Petit, Coordonnatrice de l'intervention sociale
Ariane Lebel, Stagiaire en travail social
Jessica Trudel-Ampleman, Éducatrice spécialisée
Absente : **Alice Fillion**, Intervenante-animatrice

RAFAL, engagé dans l'action communautaire autonome

Rafal est un organisme à but non lucratif régi par la partie III de la Loi sur les compagnies. Sa mission n'est pas la recherche de profit, mais bien l'amélioration des conditions de vie, le renforcement des liens de solidarité, l'entraide et le développement du pouvoir d'agir des individus et des familles, contribuant ainsi à une communauté plus inclusive.

Profondément enraciné dans sa communauté, Rafal est né d'initiatives citoyennes et continue de se développer à partir des besoins exprimés par les familles de Lac-Saint-Charles. L'organisme collabore étroitement avec les acteurs du milieu et contribue activement à la vie communautaire locale.

La vie associative et démocratique est au cœur de son fonctionnement. Les membres sont invités à participer aux assemblées, aux comités et aux décisions, tandis que le conseil d'administration, composé de citoyens, assure une gouvernance ancrée dans la communauté.

L'année en rafale

Quelle année remplie d'actions très variées. Fêtes, rassemblements, introspection artistique et petite flambée ont animé le coeur de Rafal.

UN FEU QUI BOULEVERSE QUELQUE PEU LE QUOTIDIEN

En août dernier, un incendie s'est déclaré au centre communautaire Paul-Émile-Beaulieu, lieu de plusieurs activités de Rafal et d'autres organismes du secteur. Ce feu a obligé l'équipe et les citoyens à se réinventer afin que la mission de l'organisme puisse se maintenir, malgré cet incident. **Entraide et solidarité** ont été mises à l'œuvre. Partenaires, citoyens et employés Rafal se sont mobilisés. Entre autres, les citoyens ont signifié à la Ville de Québec, par différents moyens, l'importance de prioriser les travaux du centre communautaire. Ce défi a mis en lumière la force du collectif et la profondeur de l'engagement qui anime Rafal.



L'ART NOUS INVITE À REVOIR NOTRE PERCEPTION DE NOTRE TERRITOIRE

Sous le thème *À la découverte de votre territoire*, l'artiste peintre **Sophie Ouellet** et la citoyenne engagée Suzanne Morin ont invité neuf participants à explorer l'expression artistique inspirée de leur environnement intérieur et extérieur.

Au fil des neuf ateliers, ils ont été accompagnés dans une démarche qui allie exploration personnelle et création collective. Les participants ont réalisé un moulage de leur main et l'ont ensuite personnalisé afin d'exprimer leurs couleurs. Cette aventure s'est conclue par la réalisation d'une œuvre commune, reflet de la diversité et de la richesse de leurs regards où chacun a été invité à s'exprimer et décider de leur vision de l'œuvre finale. Aucune expérience artistique n'était requise, seulement l'envie d'explorer et de créer ensemble!



UNE FÊTE DE QUARTIER RASSEMBLEUSE POUR DÉBUTER L'ÉTÉ

Par un beau samedi ensoleillé de juin, près de **500 citoyens** se sont rassemblés lors de la grande fête de quartier pour souligner la programmation estivale. La Table des partenaires a travaillé fort pour une programmation enflammée: jeux gonflables, zumba, danse country, fabrication de queues de castor cuites à la flamme du four à pain, maquillage, pop-corn, etc. Sous la coordination de Rafal, plusieurs partenaires et citoyens engagés se sont impliqués dans l'événement: comité du *Frigo du LAC*, comité de *L'Espace du LAC*, les *Cadets de Lac-Saint-Charles*, le *Conseil de quartier de Lac-Saint-Charles, L'Amarrage, Agiro, Rap Jeunesse, la MDJ de Lac-Saint-Charles*, le *Salon de quilles de Lac-Saint-Charles*, les *Loisirs des Hauts-Sentiers*.
De quoi aviver la flamme de la vie de quartier!!!





LA FÊTE DES 5 ANS DE LA FORÊT NOURRICIÈRE

Cet été nous avons eu l'occasion de souligner le **5e anniversaire de la forêt nourricière,** un moment significatif considérant qu'une fête d'inauguration n'avait pu avoir lieu lors de sa plantation en raison de la pandémie de COVID-19.

Ce sont plus de 75 personnes qui se sont rassemblées pour prendre part à cette journée festive et rassembleuse. Celle-ci n'aurait pas été possible sans le soutien du *Conseil de quartier de Lac-Saint-Charles*, de la *Ville de Québec* et de la *Banque TD*, ainsi qu'à la présence de partenaires lors de cette journée, dont *Agiro* et la *Société de la rivière Saint-Charles*. Finalement, ceci n'aurait pu être aussi magique sans l'implication des jardiniers citoyens de la forêt qui ont joué un rôle central dans l'organisation, la planification et la réalisation de la fête. Nous soulignons également la participation *Des filles du roi* et du site traditionnel *Huron Onhoüa Chetek8e*.



Plusieurs activités diversifiées ont été offertes dont une dégustation aux saveurs de la forêt, un rallye découverte avec prix de participation, des contes autochtones, une animation historique mettant en scène une fille du Roy, des visites guidées en herboristerie, un atelier de fabrication de pigments naturels ainsi qu'une prestation musicale à l'accordéon.



UN PETIT NOWEL AUX SAVEURS DU MONDE!

L'équipe et les membres du comité ont travaillé d'arrache-pied pour trouver un lieu afin de maintenir le **Petit NoWel Rafal**, cette tradition familiale. Ce sont environ 125 personnes qui ont fêté au sous-sol de l'Église Notre-Dame-des-Laurentides pour partager un souper agrémenté de dégustations de mets du Burundi. En plus des jeux rassembleurs qui ont semé des étincelles de joie tout au long de la soirée, nos invités ont pu admirer une chorégraphie de danse traditionnelle africaine préparée par le comité interculturel durant tout l'automne. Les petits comme les grands se sont joints aux danseurs pour embraser les lieux au rythme enflammé de la musique africaine!





Témoignages

« Rafal est l'arbre
qui, dans chacune des feuilles qui se greffent à lui, se retrouve imprimé
par la puissance des années,
des saisons, des journées et
qui les abreuvent de sa sève élaborée
de la Terre mère tirée,
les nourris de ses galettes aux calmes pensées,
les bercent de sa rassurance illimitée,
printemps, hivers, automnes, étés combinés.
.... et ces feuilles à leur tour complètent
la sève royale avec lumière de l'étoile tirée,
et lui procurent ainsi la force réservée
pour les tempêtes de sa Vie, affronter. »

Poème de Yousri

Ces rencontres ont été bien plus qu'un cours de cuisine. C'était doux, humain, joyeux. Merci pour votre présence et tout ce que vous avez créé ❤️ À la prochaine saison ! Jacob vous a tous aimé aussi !

Participante aux cuisines collectives

« … Je voulais également prendre le temps de vous exprimer toute ma reconnaissance. Je ne vous oublie pas et je vous serai toujours profondément reconnaissante pour votre soutien, votre accompagnement et votre bienveillance. Votre aide m'a été très précieuse, tant sur le plan humain que dans le cadre de mon parcours, et elle a compté énormément pour moi. Votre écoute, votre disponibilité et vos encouragements ont fait une réelle différence et m'ont permis d'avancer avec plus de confiance. »

Maman d'une famille immigrante

« Un immense merci pour cette magnifique saison de cuisine. Vous avez été des participantes extraordinaires, et grâce à vous, nous avons vécu une aventure profondément enrichissante. Votre bienveillance et votre soutien ont fait une grande différence. Le fait que vous ayez accueilli ma conjointe sans jugement, l'a aidée à briser son isolement et lui a apporté beaucoup de réconfort. Votre amitié et votre chaleur humaine ont créé quelque chose de précieux. Merci d'avoir été là, merci d'avoir partagé ces beaux moments avec nous. On vous garde bien fort dans notre cœur. 💞 On vous aime infiniment ! 💖 Oh oui ! On a hâte de vivre une nouvelle aventure culinaire avec vous. À la prochaine saison, pleine de saveurs, de rires et de bons moments partagés. »

Participant des cuisines collectives

Rafal nourrit la communauté



DES CUISINES COLLECTIVES

Cuisines collectives
33

Bouches nourries
679

Coût moyen par bouche
1,24 $

Grâce à la générosité des *Chevaliers de Colomb du Lac-Saint-Charles* qui nous ont prêté leur cuisine et au travail acharné de la *Ville de Québec* pour se relocaliser, Rafal a pu maintenir la presque totalité de ses cuisines collectives ainsi que les ateliers Parents aux Marmites.

Les **cuisines collectives Rafal** sont, en plus d'assurer la sécurité alimentaire, un lieu de socialisation, d'éducation populaire et d'entraide.

Plusieurs notions sur la saine alimentation y sont partagées et ces connaissances ont une réelle influence sur la santé des participants et de leur famille, en plus de générer des économies substantielles grâce au partenariat avec *Moisson Québec*.

Ateliers Parents aux marmites
18

De quoi alimenter la flamme pour cette activité centrale à Rafal !

Pour leur part, les ateliers **Parents aux Marmites**, en collaboration avec la *Fondation OLO*, ont permis à 26 familles de repartir avec un panier alimentaire après chaque cuisine. Les ateliers ont encouragé le partage et la normalisation d'expériences parentales, l'apprentissage de notions de base sur l'alimentation et des interventions à privilégier autour des repas des enfants. Un partenariat avec le *CIUSSS-CN* a permis aux participants de connaître les ressources et créer un climat de confiance afin d'ouvrir la porte pour répondre à d'autres besoins au sein de Rafal ou d'autres organismes.

Familles touchées
26

Valeur totale des paniers distribués
4 250 $



LA DISTRIBUTION ALIMENTAIRE, POUR S'ENTRAIDER

Paniers donnés
716

Bouches nourries
2 508

Ménages dépannés
122



Cette année, la distribution alimentaire s'est réinventée à la suite de son déménagement dans de nouveaux locaux, significativement plus petits. Malgré cet enjeu d'espace, les activités ont pu se poursuivre grâce à la **capacité d'adaptation de l'équipe et à l'engagement constant des citoyens**, toujours présents pour soutenir les distributions.

Dans un contexte marqué par une augmentation de la demande d'aide alimentaire, le service demeure un soutien essentiel pour de nombreuses familles de la communauté.

La visite du maire Bruno Marchand est venue souligner l'importance de cette initiative et reconnaître le travail collectif déployé pour répondre aux besoins grandissants.

UN GROUPE D'ACHATS, POUR ÉCONOMISER

En raison de la perte d'accès à notre local, nous avons dû retarder la saison du groupe d'achats à l'hiver 2026. De plus, cette relocalisation a nécessité une adaptation en raison d'un espace plus petit et une capacité de stockage plus restreinte.

Malgré ces défis, **plusieurs nouveautés** ont été mises en place au sein du groupe d'achats, dont l'introduction de produits vedettes mensuels, l'ajout de produits de l'érable et la mise en place d'une ristourne d'implication. L'engagement des membres demeure au cœur du projet, avec une participation soutenue lors des journées de cueillette, dans les prises de décisions et dans la réalisation de diverses tâches de planification de commandes.

Acheteurs
54

Moyenne d'économies
25 % à 40 %

Fournisseurs
5







JARDIN COLLECTIF ET COMMUNAUTAIRE *LÉGUMES EN RAFALES*

Ce fut une équipe de feu cet été au jardin collectif!

Pour les **10 familles impliquées**, ce fut des occasions de se rassembler et d'apprendre. Elles ont donné en tout 332 heures en 166 présences au jardin, sans compter l'implication de plusieurs bénévoles pour les corvées de paillis, entre autre.

Faire son compost, planter et cultiver ses semis, prendre soin de la terre, cultiver des amitiés et faire des pas vers l'autonomie alimentaire, voilà tant d'apprentissages des jardiniers **Légumes en Rafale** cet été!

Récoltes
118,8 kg

Lots communautaires loués
12

Plages collectives d'entretien
56

Marmotte bien heureuse
1



Rafal avec les familles

DES ACTIVITÉS… EN FAMILLE



Cette année, Rafal a proposé plusieurs activités familiales. Plusieurs d'entre elles ont été réalisées en collaboration avec des partenaires tels que *1-2-3-Go Limoilou*, *Jeunes musiciens du Monde*, *Mél-Animo*, la *Bibliothèque de Québec*, le *CJEC*, *Éducazoo*, *Es Trad* et *Mission Crampon*, semant des étincelles de joie dans les yeux des enfants. Ces activités ont offert aux participants des occasions précieuses de se rassembler et de vivre des moments privilégiés en famille tant pour des activités extérieures grâce au **projet d'animation de parcs** de la *Ville de Québec*, que des activités intérieures comme les Matinées Galipettes. Ces espaces contribuent à briser l'isolement, à renforcer les liens entre les parents de la communauté, à créer un sentiment d'appartenance, à vivre des moments significatifs et privilégiés en famille.

Matinées Galipettes
15

Activités famille
24

Participants
421



Enfants accompagnés
27

Familles
22

Recettes créées par les colibris
24

HALTE-GARDERIE

La halte-garderie de Rafal est un foyer où brûle un feu ardent de bienveillance, offrant un espace chaleureux où chaque colibri peut s'épanouir.

Au cœur de ce milieu, l'éducatrice et l'éducatrice spécialisée agissent comme gardiennes de cette flamme, offrant un soutien **individualisé**, **bienveillant** et **adapté** aux besoins des familles. C'est pourquoi des enfants à besoins spécifiques ont pu être intégrés dans le milieu, tout en respectant leurs réalités de vie.

La cuisine, guidée par l'éducatrice, demeure un rituel collectif vivant qui a permis aux colibris de préparer des collations santé et d'explorer l'univers de l'alimentation.

Au total, 5 440 heures de répit ont été offertes aux familles, afin de pouvoir prendre soin de leur flamme intérieure.

SOUTENIR LES FAMILLES PAR UN ACCOMPAGNEMENT COLLABORATIF



Au cours de la dernière année, nous avons poursuivi notre engagement auprès des familles en offrant un accompagnement personnalisé centré sur les besoins spécifiques des enfants et de leurs parents.

Une place importante a été accordée à la participation active des parents dans le choix des interventions concernant leur enfant. En reconnaissant leur expertise parentale et leur rôle central, les familles ont été encouragées à prendre part aux décisions, renforçant ainsi leur pouvoir d'agir et leur confiance dans leurs capacités.

Le développement des compétences parentales a également été soutenu par la tenue d'activités structurées, notamment la nouvelle mouture des ateliers parents-enfants **Famille tout en couleurs** dans lesquels on aborde les fondations à mettre en place à la maison afin de favoriser le bien-être familial et l'épanouissement des enfants. De plus, les **conférences *Triple P*** ont offert aux parents des outils concrets favorisant des pratiques éducatives bienveillantes et efficaces au quotidien.

Familles ayant obtenu un accompagnement parental
13

Enfants avec besoins spécifiques
12

Ateliers Famille tout en couleurs
5

Conférences Triple P
3

SEMER DES ÉTINCELLES DE PASSION DU COMMUNAUTAIRE CHEZ NOS JEUNES…

Rafal s'implique auprès des écoles primaires avoisinantes : *Arc-en-Ciel*, *Du Boisé* et *La Passerelle*, afin de sensibiliser les jeunes à l'implication communautaire.

Trois types d'activités ont été réalisés :

- Des visites à la forêt nourricière pour sensibiliser sur l'environnement et la biodiversité.
- Des ateliers culinaires pour éduquer sur la santé et la littératie alimentaire.
- Des ateliers de sensibilisation sur la sécurité alimentaire, Jeunes cuistots solidaires, pour concocter avec les jeunes des recettes en pot à offrir dans le circuit d'aide alimentaire.

Ateliers Jeunes cuistots solidaires
24

Ateliers culinaires
2

«Je me sens fière de pouvoir aider des familles à manger à leur faim!»

Témoignage d'une élève de 3e année

Visites-classe à la forêt nourricière
6

Élèves touchés
270



Rafal et la participation citoyenne

Enfourneurs impliqués
7

Animations
8

LA MIE COMMUNE CONTINUE DE CRÉER DES AMIS!

La **Mie commune** incarne une initiative citoyenne vivante qui anime le milieu et favorise les échanges entre voisins. Durant l'été, les mardis midis ont été portés par l'équipe Rafal, tandis que les jeudis soirs étaient animés par des citoyens, créant un espace rassembleur où se tissent des liens et se vivent des moments de convivialité. La saison a été marquée par des visites de la *Maison Philo*, une prestation d'orgue de barbarie, des découvertes culinaires et une fournée de pizzas avec le camp de jour. Grâce à l'appui de *Desjardins*, le site a été bonifié pour mieux accueillir petits et grands.





Heures d'implication citoyenne
1 252

Dégustation et ateliers thématiques
44



UNE FORÊT NOURRICIÈRE EN MOUVEMENT

La forêt a connu une saison dynamique marquée par sa fête des 5 ans, mais aussi par plusieurs activités. Les citoyens ont pu approfondir leurs connaissances, notamment sur l'implantation de champignons comestibles et la fabrication d'un sirop de sureau tandis que des **dégustations hebdomadaires** leur ont fait découvrir les saveurs de la forêt. Aussi, une boîte à livres a été installée sur le site afin de promouvoir l'échange de connaissances touchant la biodiversité, l'écologie, la permaculture, etc.

Des actions concrètes ont également favorisé la **biodiversité**, dont l'installation de nichoirs à hirondelles bicolores, de zones de champignons et d'un espace pour les crapauds. L'entretien du site a été soutenu par l'embauche d'une étudiante et l'implication de groupes scolaires, d'étudiants et de bénévoles corporatifs. Enfin, le rayonnement du projet s'est accru grâce à une présence bonifiée sur les réseaux sociaux, de nouvelles affichettes éducatives, une participation à un événement horticole régional ainsi que la création d'un premier logo qui sera divulgué au cours de la prochaine saison.



Ateliers d'art
6

Cafés Terre d'Accents; Terre d'Accueil
9

Présences aux ateliers d'art
25

Autres activités
9

TERRE D'ACCENTS; TERRE D'ACCUEIL

Dans le cadre du projet *Québec collectivité accueillante*, un comité de personnes issues de l'immigration ont déterminé les éléments clés à leur intégration. Comme une étincelle, le projet **Terre d'Accents; Terre d'Accueil** est né, favorisant le vivre ensemble.

Parmi les activités réalisées touchant le thème de l'immigration : des cafés causerie, des journées interculturelles célébrant certains continents, différentes sorties et une cabane à sucre mobile, sans oublier les ateliers d'art!

Afin de réaliser ces ateliers d'art, un comité formé de citoyens, d'artistes et d'employés a déterminé le thème de ce projet : **Se ressembler dans l'invisible** afin de s'unir à travers nos différentes cultures. Les participants ont eu l'occasion de créer avec divers médiums et de partager des réflexions personnelles dans une démarche d'introspection sur les étapes de la vie.

Un milieu de vie où chacun peut contribuer et prendre sa place

À Rafal, l'implication citoyenne est au cœur de notre approche et de notre posture. Rafal est une maison, une famille ainsi qu'un espace vivant où les citoyens s'approprient le lieu, échangent, proposent et s'impliquent selon leurs intérêts et leurs forces. À travers cet écosystème, ils ont l'opportunité de prendre pouvoir sur leur vie, de participer, de s'impliquer et de s'engager dans leurs milieux de vie. À Rafal, ils sont des partenaires à part entière. **Ici, il n'y a pas de bénévoles, uniquement des citoyens engagés.** Cette posture valorise l'apport de chacun, renforce le pouvoir d'agir et contribue à bâtir une communauté vivante, solidaire et inclusive.

TOUS LES ACTEURS JOUENT UN RÔLE CLÉ

Tout comme les citoyens, les **partenaires organisationnels** occupent une place essentielle dans l'action de Rafal. Les collaborations avec des partenaires communautaires et institutionnels permettent d'agir de manière concertée, cohérente et adaptée aux besoins des citoyens. Parmi ces collaborations, notons : l'accueil de stagiaires contribuant ainsi au développement des pratiques et à la relève; l'implication de divers professionnels auprès des familles améliorant l'efficacité des interventions; l'engagement de l'organisme dans des instances structurantes permettant d'influencer des acteurs politiques de différents paliers gouvernementaux; etc.

Rafal, là où les alliances deviennent des actions… et les actions, du changement.

Citoyens engagés

92

Membres

763

Remerciements

Rafal tient à exprimer sa profonde gratitude envers les citoyens, les partenaires et les bailleurs de fonds qui rendent notre mission possible. Par votre engagement, votre confiance et votre générosité, vous permettez à notre organisme de demeurer un moteur d'actions au Lac-Saint-Charles. Votre contribution, qu'elle soit petite ou grande, fait une réelle différence dans la vie des familles et dans la vitalité de notre communauté. Ensemble, vous donnez un sens concret à la solidarité, à l'entraide et au pouvoir d'agir. Merci de faire partie de ce mouvement collectif et de contribuer, jour après jour, à bâtir une communauté plus forte, inclusive et vivante.

Un imense merci aux *Chevaliers de Colomb du Lac-Saint-Charles* et au *102e Groupe scout des Laurentides* qui nous ont accueillis dans leurs locaux à la suite de l'incendie du centre communautaire Paul-Émile-Beaulieu. Nous avons appris à mieux nous connaître et avons agrandi la famille communautaire.

PARTENAIRES FINANCIERS

Assemblée nationale du Québec

TD Canada Trust

Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de la Capitale-Nationale Québec

Desjardins Caisse de Charlesbourg

Famille Québec

Fédération des travailleurs et travailleuses du Québec FTQ

Fondation Dufresne & Gauthier

Pierre Paul-Hus Charlesbourg — Haute-Saint-Charles

Service Canada

Ville de Québec Arrondissement de La Haute-Saint-Charles

l'accent d'Amérique

AUTRES PARTENAIRES

Fondation Olo

Le Kiosque du Village Marché traditionnel Fruits et légumes de saison

Moisson Québec

Agiro, Arbre des pompiers, CABC, CCAP, Chevaliers de Colomb du LSC, Conseil de quartier Lac-Saint-Charles, École de l'Arc-En-Ciel, École de la Passerelle, École du Boisé, Fondation du Musée de la civilisation, Hommes à tout faire, L'Amarrage, La Pieuvre, La Ressourcerie du LSC, Cadets de LSC, Groupe scout des Laurentides, Loisirs des Hauts-Sentiers, Maison de la Famille Saint-Ambroise, Maison Philo, Mamie-Lait, MDJ LSC, Parcs Canada – amis des parcs, RAP Jeunesse, Salon de quilles LSC, Société de la rivière Saint-Charles, Table des partenaires de la Haute-Saint-Charles, Université Laval

Rafal
Ressources actions familles à Lac-St-Charles

Pour nous joindre

Ressources Actions Familles
à Lac-St-Charles
514, rue Delage
Québec (Québec) G3G 1J1

418 316-5211
info@organismeRafal.com
organismeRafal.com