

NUTRI CENTRE

du jardin à l'assiette



Rapport d'activités 2021-2022

Nutri-Centre LaSalle

Table des matières

Tableau des acronymes	4
Le Nutri-Centre Lasalle	5
Notre Mission	5
Notre slogan	5
Nos valeurs	5
Mot de la présidente	6
Mot de la directrice	6
Le Conseil d'Administration (CA)	10
Le mandat accompli par le conseil d'administration au cours de l'année 2021-22.	10
L'équipe	11
Le Nutri-Centre LaSalle	11
La sécurité alimentaire	12
La cuisine du Nutri-Centre	13
Les objectifs	13
Conséquences de la pandémie sur les activités en cuisine	13
Production et transformation	13
Cafés-rencontres	14
Reprise graduelle des activités	15
Mesure 3.1	15
Soutien alimentaire + référencement	16
Profil des familles aidées	17
Le Jardin du Nutri-Centre	20
L'équipe jardin	21
Membres, bénévoles et équipe dédiés & impliqués	21
Membres	21
Bénévoles	21
Récoltes	23
Personnes rejointes par les activités de jardinage	24
Marchés de quartier	26
Un accès à une offre alimentaire saine et abordable	26
Paniers hebdomadaires et marchés	26
Témoignages	27
Représentation dans la communauté	28
Projet PIC	28
Table d'action et de concertation enfance famille de LaSalle	28
Participer	28
Partenaires 2021-2022	29
Bailleurs de fonds	29

Mai 2022



Conception graphique
kiweecreation@gmail.com

Tableau des acronymes

ACRONYME	DÉFINITION
AULAB	Laboratoire agriculture urbaine UQAM
CIUSSS ODIM	Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de l'ouest de l'Île de Montréal
CO-CO	Comité de coordination
CVML	Centre du vieux moulin
DRSP	Direction régionale de la santé publique
JASP	Journée annuelle de la santé publique
JNC	Jardin du Nutri-Centre
NCL	Nutri-Centre Lasalle
OGM	Organismes génétiquement modifiés
PIC	Programme d'impact collectif
PRAIDA	Programme régional d'accueil et d'intégration des demandeurs d'asile
PSOC	Programme de soutien aux organismes communautaires autonome
SAM	Système alimentaire montréalais
TACL	Table d'action et de concertation (TACL) Enfance-Famille de LaSalle

Le Nutri-Centre Lasalle

NOTRE MISSION

Engagé envers les plus vulnérables. Le Nutri-Centre LaSalle (NCL) est un carrefour axé sur l'autonomie et l'éducation. Plus précisément, nous visons à :

- Offrir un espace jardin et une cuisine équipée favorisant la sécurité alimentaire et les saines habitudes dans un principe d'autonomisation.
- Favoriser le développement d'habiletés et de connaissances en matière de nutrition et/ou de jardinage.
- Plaidoyer, sensibiliser les organismes communautaires et les institutions dans une perspective de lutte à la pauvreté et l'exclusion sociale.

NOTRE SLOGAN

du jardin à l'assiette

Solidarité

Entraide

NOS VALEURS

Respect

Autonomie

Engagement

Mot de la présidente

Cher-es membres et partenaires,

Nous vous invitons à prendre connaissance des réalisations accomplies au Nutri-Centre LaSalle au cours de la dernière année. Pandémie n'a certainement pas rimée avec paralysie au Nutri-Centre, au contraire! Cette période très spéciale a nécessité la mise en place de services inédits pour répondre différemment aux besoins des LaSallois (ex. : don de cartes d'épicerie). Alors que certaines activités ont pu être ajustées et maintenues (ex. : jardin), d'autres ont dû être interrompues ce qui nous a éloigné en quelque sorte d'une partie de nos membres.

Nous avons très hâte que la vie reprenne autant à l'intérieur qu'à l'extérieur des locaux. Le partage, l'entraide, l'échange font partie du pouvoir rassembleur de l'alimentation et il nous tarde de reconnecter avec vous!

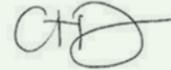
L'inflation et l'augmentation incessante du coût des aliments ainsi que de bien d'autres biens essentiels confirment (malheureusement) la pertinence de notre mission.

Je tiens à souligner le travail incroyable de Gratia et de son équipe afin de « garder le fort ». Le départ à la retraite de Gratia, prévu pour la prochaine année, créera certainement quelques

soubresauts mais nous avons confiance dans les fondations solides qu'elle laissera derrière elle.

Merci à nos partenaires et bailleurs de fonds, sans qui cette aventure ne serait pas possible.

Bonne lecture!



Catherine Devost
Présidente du conseil
d'administration

Mot de la directrice

Chère.s membres, partenaires, bénévoles, collègues et bailleurs de fonds.

L'année 2021-22 a été encore une année sous le signe de la Covid. Au Nutri-Centre nous avons à cœur nos membres et les citoyens de Lasalle, ainsi que nos frères et sœurs les humains.

À la lecture de notre rapport annuel, vous pourrez observer que nous avons une fois de plus démontré notre résilience et notre détermination comme équipe au Nutri-Centre.

Ceci est ma dernière participation au rapport d'activité à titre de directrice générale du NutriCentre

Lasalle. J'ai eu le privilège de commencer cette belle aventure le 9 juin 2003, et elle se terminera le 31 décembre 2022 avec mon départ à la retraite.

J'ai choisi un travail en concordance avec mes valeurs. Mon travail m'a offert de rencontrer de belles personnes, et de côtoyer des personnes

venant des quatre coins de la planète. Ceci représente pour moi une immense richesse culturelle et humaine.

Le milieu communautaire est un milieu émergent, bouillonnant d'idées, d'initiative et d'échange. J'ai eu souvent à me remettre en question, à observer, à réfléchir. C'est un travail de collectivité et de partenariat.

Il y a eu de nombreuses années de vache maigre, peu de ressources monétaires, donc peu de ressources pour accomplir tout le travail. Là encore j'ai eu le bonheur d'avoir des collègues de travail, pour qui l'être prime sur l'avoir.

Toutes ces années sont passées tellement rapidement, car je suis passionné par la sécurité alimentaire et par la mission du Nutri-Centre. Je me suis intéressé aux enjeux locaux, régionaux et mondiaux de la sécurité alimentaire. Je ne peux encore à ce jour accepter que des êtres ne puissent se nourrir en toute dignité et que dans une province riche comme le Québec des personnes soient dépendantes des banques alimentaires.

Nous devons nous questionner comme citoyen et comme consommateur. Le droit à

l'alimentation fait partie du droit international, cependant le droit à l'alimentation ce n'est pas le droit d'être nourri à partir de la surproduction, mais le droit à une alimentation saine et égalitaire pour tous.

Soyons porteurs de la démocratie alimentaire pour faire disparaître les inégalités alimentaires.

Je remercie sincèrement, Madame Françoise Sauvé, une des instigatrices de la création du NC. Elle est demeurée active au sein du NC et de 2019-21 a été membre du conseil d'administration. Il y a eu des personnes significatives au sein du conseil d'administration. Je remercie chacune de ses personnes qui ont donné de leur temps pour le mieux-être du NC. Je remercie aussi les autres bénévoles qui ont si généreusement offert de leurs temps permettant de bonifier notre soutien à la communauté.

Je remercie aussi les collègues et partenaires du milieu communautaires, les collègues du CIUSSS, de l'arrondissement de Lasalle, de la Ville de Montréal, les différents bailleurs de fonds et tous ceux qui ont croisé ma route.

Un immense merci aux différents stagiaires, étudiant.e.s

et aux employés.e.s. Ils ont choisi l'être et une communauté de pratique basée sur l'empowerment.

Merci à tous les membres de l'organisme qui nous ont fait confiance.

En 2003, j'ai trouvé un organisme sur le point de fermer ses portes, ou tout était à bâtir, au 31 décembre 2022 je vais quitter un organisme en excellente santé financière, avec une très belle équipe de travail, de très beaux locaux rénovés et un magnifique jardin avec une serre.

Je vais terminer un autre chapitre de ma vie, l'âme en paix.

Je vais continuer de m'impliquer dans ma communauté, car cela fait partie de mon ADN, et je vais avoir plus de temps à partager avec mes cinq enfants et mes douze petits-enfants.

Immense salut à vous tous et toutes.



Gratia Lapointe
directrice Générale



Le Conseil d'Administration (CA)

NOM	RÔLE
CATHERINE DEVOST	présidente
CHARLES GOUDREAU	vice-président secrétaire
CHRISTINE BERTHUIN	trésorière

Françoise Sauvé a assuré la présidence du conseil d'administration jusqu'à l'AGA du 15 septembre 2021. Maty Ndiaye et Susanne Laberge ont quitté le conseil d'administration.

LE MANDAT ACCOMPLI PAR LE CONSEIL D'ADMINISTRATION AU COURS DE L'ANNÉE 2021-22

- 4 rencontres en Zoom afin de respecter les mesures sanitaires de la Santé publique en lien avec la pandémie;
- Implication pour embaucher la personne qui remplacera la direction lors de son départ à la retraite;
- Suivi de l'évolution du projet PIC;
- Recommandation en lien avec les mesures sanitaires.



L'équipe

LE NUTRI-CENTRE LASALLE

Direction générale : Gratia Lapointe (9 juin 2003 à ce jour)

Coordonnatrice générale : Dominique Guay (avril 2021 – août 2021)

Responsable du jardin : Amine Ayari (juin 2021 – août 2021)

Responsable des marchés : Emily Dupras-Rioux (juin 2021 – décembre 2021)

Coordonnatrice de la production et des activités au jardin :

Emily Dupras-Rioux (février 2022 à ce jour)

Coordonnatrice des activités culinaires :

Geneviève Nolet (congé maternité février 2021 – retour février 2022)

Responsable de la transformation culinaire : Sophie Falardeau (retour congé maternité – juillet 2021)

Agente du développement communautaire et service aux membres : Sophie Falardeau (janvier 2022)

EMPLOYÉ-E-S CONTRACTUEL-LES

MARIA GALINDO (juin 2021 – décembre 2021)	Adjointe administrative
MEGAN MCLOUGHLIN (juillet 2021 – décembre 2021)	Animatrice jardin

EMPLOIS ÉTUDIANTS

ÉLISA MABONI (mai 2021 – août 2021)	Animatrice jardin – sécurité alimentaire
---	--



La sécurité alimentaire

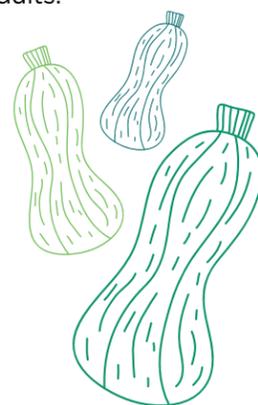
La sécurité alimentaire est un enjeu majeur à Montréal depuis de nombreuses années et a été exacerbée depuis le début de la pandémie. Il faut savoir que les personnes en insécurité alimentaire vivent souvent un problème plus large, soit d'avoir accès à suffisamment d'argent pour couvrir leurs besoins de base. À défaut de ce que pensent plusieurs, une forte proportion d'entre eux ont un emploi, sont activement à la recherche d'emploi ou aux études. L'insécurité alimentaire amène aussi une plus grande prévalence de maladies chroniques, de dépression et coûte cher au système de santé.

C'est pour soutenir les citoyens de LaSalle en contexte d'insécurité alimentaire en lien avec la pandémie, que nous avons offert au NCL des cartes-cadeaux d'épicerie. La pandémie s'est poursuivie en 2021 contre toute attente. Le maintien du choix de cette formule est en lien avec nos valeurs et notre vision « d'empowerment » et permet l'accès à des aliments nutritifs et de qualité à tous. Le montant offert est calculé avec le tableau du Dispensaire Diététique de Montréal et permet d'obtenir un panier de provisions nutritif. Pour faciliter le déplacement, nous offrons le choix de l'épicerie la plus près des familles.

Les gens que nous avons accompagnés fréquentaient pour la plupart les banques alimentaires et ont mentionné devoir se rendre à une, deux ou même trois banques alimentaires différentes pour obtenir une quantité suffisante de denrées.

Ils nous ont partagé leurs constats quant aux produits reçus dans les banques alimentaires :

- Ils peuvent rarement choisir les denrées;
- Ils obtiennent des aliments qu'ils ne connaissent pas ou ne mangent pas;
- Le panier reçu est souvent composé de beaucoup de produits transformés, contenant trop de sucre ou de sel;
- La date de péremption est souvent dépassée et ils n'osent pas consommer les produits.



La cuisine du Nutri-Centre

LES OBJECTIFS

La cuisine du NCL se veut un espace multifonctionnel à la fois salle de classe, laboratoire d'expériences et cuisine collective avec une ambiance de café du coin. Mais il s'agit surtout d'un endroit pour découvrir et développer une alimentation plus saine par sa mise en pratique.

Les objectifs de la cuisine sont :

- Développer des compétences visant une alimentation saine et abordable;
- Accroître les habiletés culinaires;
- Favoriser le pouvoir d'agir des participants-es;
- Briser l'isolement par la création de liens sociaux.



CONSÉQUENCES DE LA PANDÉMIE SUR LES ACTIVITÉS EN CUISINE

Encore cette année, l'avènement de la pandémie de COVID-19 a touché la programmation du volet cuisine dû au respect des mesures de confinement émises par la santé publique. Les nombreuses activités planifiées ont été remises en cause, remodelées et finalement n'ont pu avoir lieu. L'équipe du NCL n'a pas baissé les bras et s'est affairée, à s'organiser pour poursuivre une offre de service adaptée à la situation en constant changement. Les montants alloués pour les mesures 3.1 et du CIUSSS ont pu être attribués au soutien alimentaire.

PRODUCTION ET TRANSFORMATION

La cuisine du NCL se veut un espace multifonctionnel à la fois salle de classe, laboratoire d'expériences et cuisine collective avec une ambiance de café du coin. Mais il s'agit surtout d'un endroit pour découvrir et développer une alimentation plus saine par sa mise en pratique.





PRODUCTION ET TRANSFORMATION EN CUISINE 2021-2022

Nb total de portions produites	645
Nb total de conserves produites	175
Nombre total de kilos du jardin transformés	115



CAFÉS-RENCONTRES

L'assouplissement graduel des mesures sanitaires nous a permis d'offrir quatre cafés-rencontres en présentiel en mars 2022, rejoignant 10 familles. Les dates proposées étaient en lien avec les réponses d'un sondage effectué auprès des membres. Le but de l'activité était de soutenir les familles dans l'atteinte d'une alimentation saine et économique.

Les thèmes : planification des repas, l'épicerie et la préparation des repas.

La formule café-rencontre permet d'adapter les informations aux besoins et commentaires mentionnés par les gens présents tout en favorisant les échanges et le partage de conseils entre les membres.



REPRISE GRADUELLE DES ACTIVITÉS

Au début de 2022, avec le début de l'assouplissement des mesures sanitaires, nous avons fait un sondage auprès de nos membres afin de cerner leurs intérêts et leurs besoins en lien avec la sécurité alimentaire. De toute évidence, nos membres nous ont fait comprendre qu'ils voulaient cuisiner et jardiner avec nous, et près de 58% des membres ont soulevé le besoin de socialiser. Afin de briser l'isolement et de revoir graduellement nos membres, nous avons fait des cafés-rencontres. « Ça fait plaisir de voir du monde! » « Content de vous revoir, vous nous avez manqué ». Les réactions ont été vives et très positives. Nous sommes prêts plus que jamais à accueillir nos membres pour cuisiner et jardiner ensemble.

MESURE 3.1

Cette année, le projet déposé pour la mesure 3.1 se déclinait en trois volets, soit des ateliers de cuisine, des ateliers père-enfants et des ateliers de jardinage en pot (smart pot). Malgré une amélioration de la situation pendant une partie de l'année, le contexte pandémique a persisté. Les aléas du virus ont apporté leurs lots de contraintes et nous ont amenés à reconfigurer nos activités pour une deuxième année consécutive. Au jardin, les activités de « smart pot » ont eu lieu, 33 personnes sont venues au jardin afin d'y concevoir des « smart pot ». Les familles avaient le choix parmi : tomates, poivrons, fines herbes et capucines. Ils sont repartis avec leur « smart pot » afin de poursuivre leur petit jardin sur leur balcon. Un bénévole a fait la livraison dans le cas où le transport n'était pas possible. Nous avons également fait une activité de jardinage familiale dans le parc Hayward. 24 enfants et 20 adultes ont participé à notre atelier d'initiation aux semis.

Puisque nous n'avons pas fait d'atelier de cuisine, nous avons maintenu le soutien alimentaire aux familles laSalloises, en reprenant la distribution de bons d'épicerie. Des cartes d'épicerie, 955 masques et près de 300 billets d'autobus ont été distribués de novembre à mars.



SOUTIEN ALIMENTAIRE + RÉFÉRENCIEMENT

Voici les grandes lignes de ce que nous avons maintenu cette année pour assurer un soutien aux familles, dans le respect de la vision et des valeurs du NCL :

- Le soutien alimentaire a été offert aux familles de LaSalle membres ou non. À titre de référence 65% des familles soutenues n'étaient pas membres au NCL.
- Nous avons poursuivi l'utilisation de notre questionnaire mis en place en 2020 pour répondre aux appels téléphoniques. Ce questionnaire comprenant un volet sur la situation familiale, l'insécurité alimentaire et l'évaluation des autres besoins qui pouvaient être référés.
- Notre guide de référencement bonifié en 2020 nous a servi à recommander les familles vers différentes ressources ayant des liens, comme le Comité logement, PRAIDA, etc.
- Bonification du montant remis aux familles pour refléter l'inflation alimentaire.
- Remise en personne de cartes d'épicerie, de masques et de billets d'autobus.

La plupart des familles aidées ont été recommandées par un organisme, une école, le CLSC ou PRAIDA. Les autres nous ont trouvés via internet. Chaque famille qui nous contacte partage un peu de sa réalité et des enjeux qui l'amènent à nous appeler. Cette deuxième période de soutien alimentaire a fait ressortir des difficultés rencontrées par les familles en insécurité alimentaire :

- Le coût d'adhésion pour pouvoir accéder à certaines banques alimentaires est trop onéreux;
- Le manque de variété et la piètre qualité des denrées données, et peu ou pas de produits frais;
- Les produits reçus ne leur permettent pas de préparer un repas complet;
- La fermeture de certaines banques alimentaires restreint l'accès à la nourriture.

Le bon d'achat d'épicerie permet de surmonter certaines difficultés et les familles ont apprécié cette approche d'autonomisation afin de pouvoir faire leur propre choix alimentaire.

Profil des familles aidées

Nous avons soutenu

75
familles

de novembre 2021 à la fin mars 2022, soit **272 personnes**.



Plus de

45%

des familles aidées sont prestataires de l'aide sociale et rapportent que leur loyer utilise la majeure partie du montant qu'ils reçoivent mensuellement.

45%
des familles

proviennent du continent africain, la portion « autre » vient en grande majorité de l'Inde.

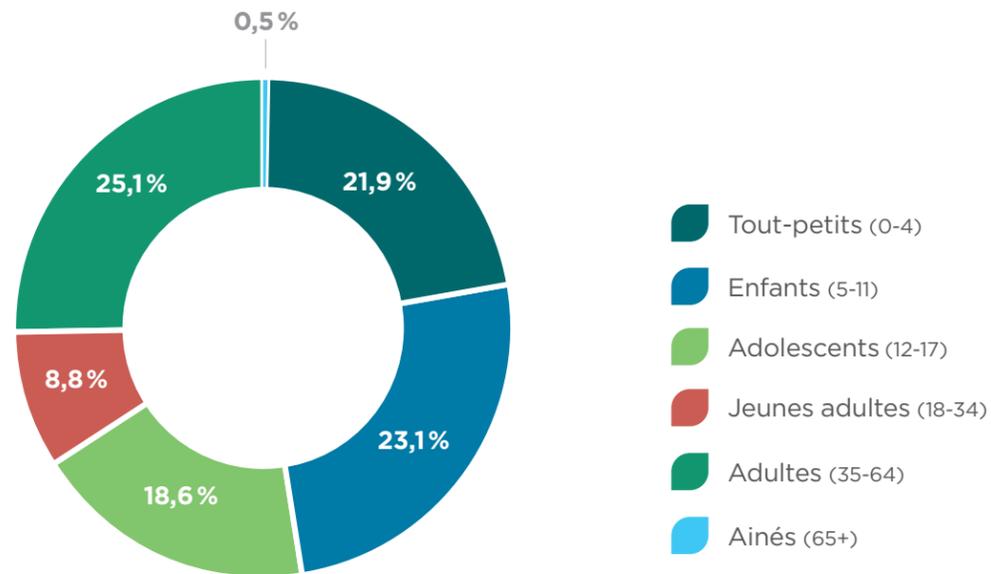
57% sont demandeurs d'asile

La pandémie retardait de façon significative l'avancement du traitement de leur dossier et de leur statut et affecte directement leur revenu (accès aux allocations familiales et permis de travail).

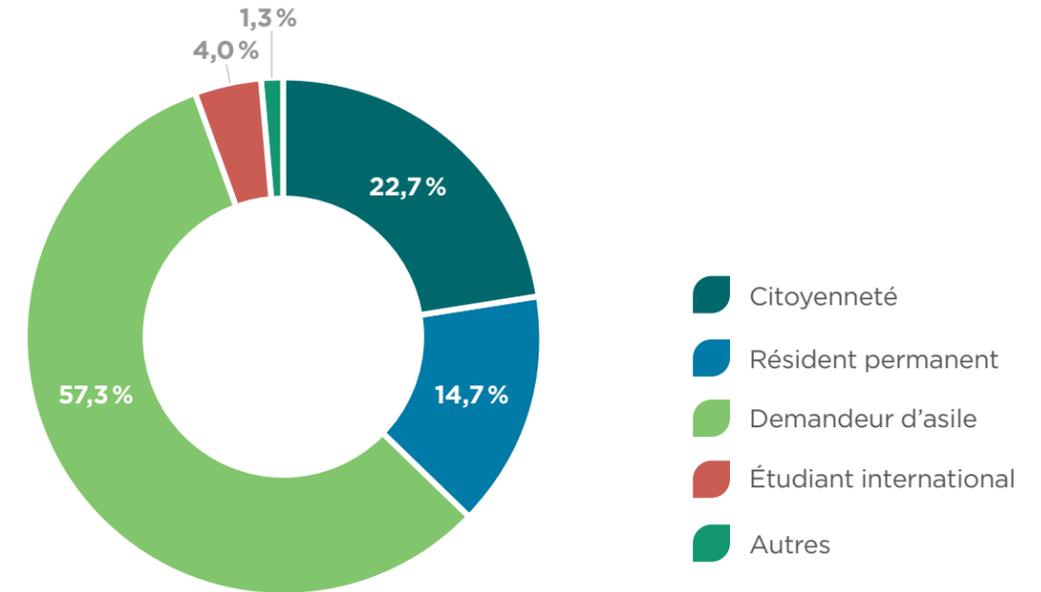
80%

des personnes qui nous ont contactés étaient des femmes.

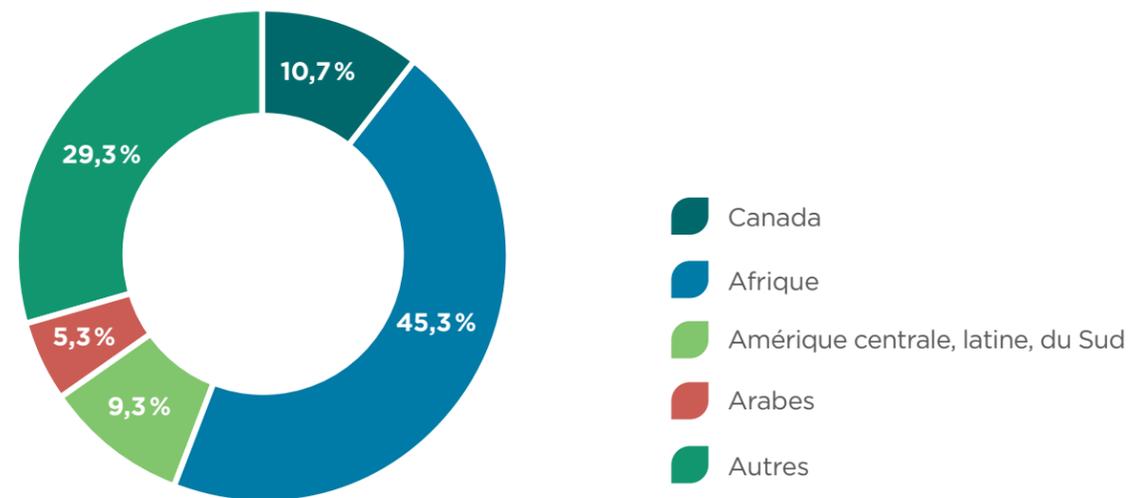
RÉPARTITION DE L'ÂGE DES MEMBRES DES FAMILLES



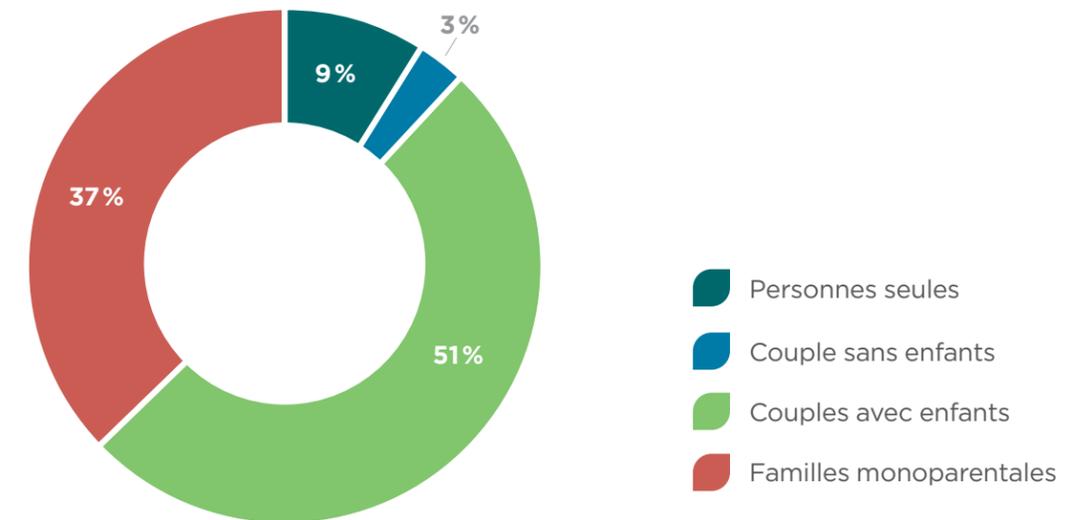
STATUTS DES DEMANDEURS DE SOUTIEN ALIMENTAIRE



ORIGINE ETHNIQUE DES FAMILLES AIDÉES



RÉPARTITION PAR TYPES DE MÉNAGE



Le Jardin du Nutri-Centre



Plus qu'un jardin, ce dernier s'inscrit dans une vision d'accès et de promotion de la sécurité alimentaire par le biais d'une alimentation saine fraîche et abordable, dont les principaux objectifs demeurent après 16 années d'agriculture urbaine :

- Améliorer l'accessibilité à des légumes et fruits frais
 - Développer les compétences en agriculture urbaine aidant à la sécurité alimentaire
 - Briser l'isolement
 - Développer et partager son savoir-faire
 - Favoriser le pouvoir d'agir des participants
- À moyen et long terme :**
- Favoriser la sécurité alimentaire en produisant ses légumes et fruits.
 - Développer un sentiment de partage collectif et une vie de quartier, en socialisant.
 - Acquérir de saines habitudes alimentaires.

Le NCL, par le biais de son jardin, offre à ses membres de travailler au jardin en échange de Nutri-Dollars échangeable lors des marchés pour se procurer des fruits, des légumes, produits cuisinés, transformés ou pour participer à des ateliers de cuisine.



L'ÉQUIPE JARDIN

Malgré un roulement d'employés élevé, nous avons réussi à garder l'équipe motivée et enjouée tout au long de la saison. Grâce à quelques initiatives, nous avons pu conserver un esprit d'équipe fort et agréable.

L'heure du diner était un bon moment pour se retrouver tous ensemble et échanger des idées et des fous rires. Nous avons organisé quelques activités, telles que des collations, lunchs et rencontres d'équipe qui ont renforcé l'esprit d'équipe.

MEMBRES, BÉNÉVOLES ET ÉQUIPE DÉDIÉS & IMPLIQUÉS

Malgré les nombreux défis rencontrés au courant de la saison, les participants et bénévoles se sont impliqués du début à la fin de la saison. Ils étaient très motivés à travailler au jardin et plusieurs d'entre eux ont dédiés plus de 20 h de travail pendant la saison.



Les jeunes étudiants de destination travail ont participé au jardin à plusieurs reprises pendant 5 semaines consécutives.

Nous avons pu continuer de créer un environnement positif pour eux, malgré les contraintes de la Covid-19. Quelques ateliers ont été organisés pour créer du rayonnement au sein de la communauté de LaSalle, mais la majorité des efforts d'éducation se faisait au jardin, au jour le jour.

L'équipe du jardin et les participants ont fait pousser de très beaux et bons légumes qui ont agrémenté nos marchés, fourni la cuisine répondant au besoin de transformation et ont permis de faire des dons à un organisme de LaSalle.

MEMBRES

Nous avons eu la chance d'avoir 13 membres qui ont travaillé un total de 200 heures au jardin. Grâce à leurs efforts, ils ont accumulé 1500 \$ Nutri-Dollars échangeables contre des fruits et légumes frais lors des marchés.

BÉNÉVOLES

Nous tenons à souligner les bénévoles qui nous ont grandement aidés tout au long de l'année. Au total, les bénévoles ont accordé 155 heures de leur temps au jardin.



L'équipe de bénévoles UPS nous a aidés avec les récoltes et le désherbage des radis.



L'équipe de bénévoles de chez Mercer et Marsh nous a donné un coup de main avec le désherbage et la cueillette de pommes et poires.



RÉCOLTES

Nous avons réussi à cultiver plus de 40 espèces de fruits, légumes et fines herbes. Nous avons testé plusieurs variétés de laitues, tomates, poivrons et aubergines qui ont donné de bons rendements au niveau de récoltes.

Grâce aux efforts de plantation en 2020, nous avons eu une très grande récolte d'ail en 2021. Au total 645 têtes d'ail ont été récoltées en juillet. Conséquemment, les fleurs d'ail ont aussi été très productives.



LA PRODUCTION AU JARDIN ÉTÉ 2021

RÉSULTAT

Récolte totale en kg	910 kg
Total de kg transformés en cuisine	115 kg
Total de kg offerts en don	25 kg

Personnes rejointes par les activités de jardinage

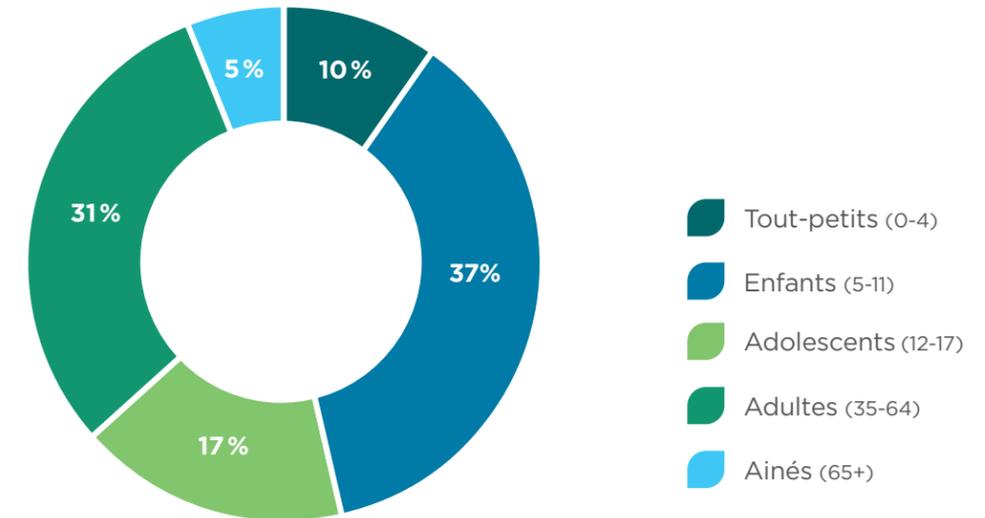
Cette année,

118 personnes

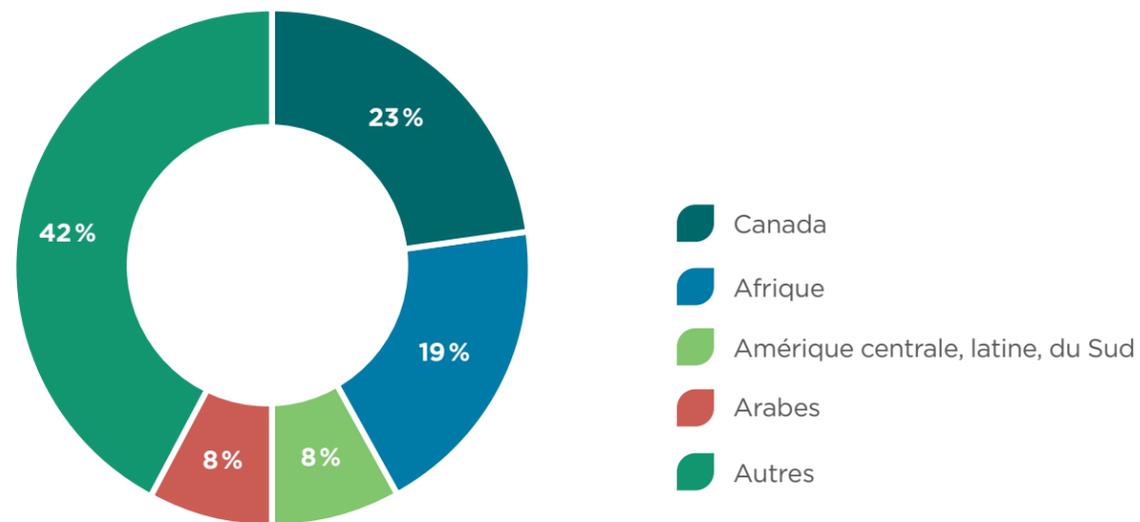
ont été rejointes par nos activités.



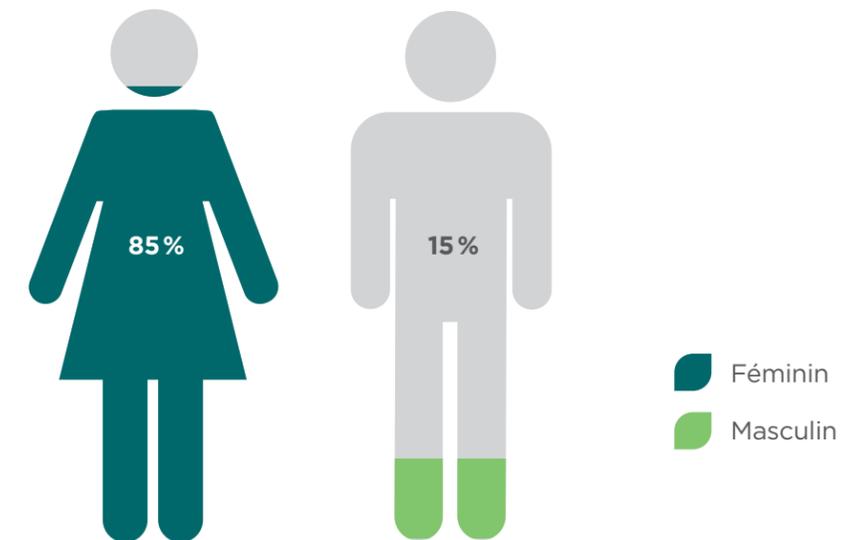
RÉPARTITION PAR CATÉGORIES D'ÂGE



RÉPARTITION PAR ORIGINE ETHNIQUE



RÉPARTITION PAR SEXE



Marchés de quartier



UN ACCÈS À UNE OFFRE ALIMENTAIRE Saine ET ABORDABLE

Les marchés de quartiers offerts par le NCL font partie d'une approche concertée, pour favoriser une alimentation saine et offrir des aliments frais à un prix abordable pour la population du territoire LaSallois.



Les objectifs du marché sont :

- Favoriser une plus grande consommation de fruits et légumes par le biais de l'agriculture urbaine et de proximité;
- Offrir des conseils nutritionnels;
- Promouvoir de saines habitudes de vie.

PANIERES HEBDOMADAIRES ET MARCHÉS

La pandémie a continué d'avoir des conséquences sur les marchés de quartiers qui n'ont pu se tenir sous leur forme habituelle. L'équipe a conservé le format utilisé en 2020 afin de s'adapter aux restrictions en vigueur.

Ainsi, les kiosques publics que le Nutri-Centre avait tradition de mettre en place chaque semaine dans trois quartiers de LaSalle ciblés comme défavorisés, se sont transformés en paniers hebdomadaires.

Nous avons consulté les membres pour savoir ce qu'ils souhaitent retrouver dans leurs paniers, le jour et la plage horaire la plus accessible pour tous. Ensuite, nous avons utilisé notre système de bon de commandes en ligne (Google Forms envoyés à partir de MailChimp), pour préparer les paniers de façon hebdomadaire. Ceux-ci étaient ensuite récupérés et payés au bureau du NCL. À ceci s'ajoute un volet photo sur les bons de commande pour aider à guider les choix des personnes ne connaissant pas le nom de certains légumes, ou avec un problème de littératie ou de compréhension de la langue.

Suite à l'assouplissement des restrictions, nous avons fait des marchés en présentiel aux Habitations les Trinitaires, une résidence pour personnes âgées. Ces marchés se sont déroulés à l'extérieur devant la résidence et à l'intérieur de la salle à manger. Suite à ces marchés, nous avons fait des ventes par bons de commandes pendant quelques semaines. Les résidents ont beaucoup apprécié les marchés, surtout ceux en présentiel, puisqu'ils pouvaient voir tous les produits offerts.

À noter que nous avons acheté 1665 \$ de produits frais pour bonifier nos récoltes et offrir plus de variété lors des marchés. Nous avons aussi un éventail de produits cuisinés et transformés que vous voyez dans la section cuisine du rapport.

LES MARCHÉS DE QUARTIER DU NCL

Nombre de marchés réalisés	30
Fruits et légumes du jardin vendus sans transformation en kg	680 kg
Fruits et légumes achetés pour bonifier les marchés	1665 \$

Temoignages

« Ma famille est en Russie, ma mère est dans sa tombe. Ici entre vous, je me sens en famille. Je n'ai pas d'enfants et vous êtes tout ce qui me reste de ma famille. Sans vous, je serais vraiment perdue. Je trouve l'idée du « jardin à l'assiette » très bonne! Pour les personnes seules en particulier : la nature, les mouvements, la communication et les ateliers sont vraiment utiles et donnent de la joie de vivre! Merci beaucoup. » - Tamara

« J'ai été pas mal maltraité. Ici, je me sens très en sécurité et vous me laissez sentir importants. Je me sens que je suis encore capable de donner à cette communauté. » - Edlina

« J'apprécie beaucoup de venir au jardin l'équipe est super. Ils nous encouragent tout le temps, ils répondent à nos questions de jardinage (même si vous pensez que c'est naïf) j'ai appris beaucoup et j'en apprend toujours. C'est vraiment une bonne équipe vaillante, drôles, gentilles, c'est une vraie thérapie en plein air (et ça ne coûte rien). Être dans le jardin, faire du bénévolat dans la terre, c'est la meilleure idée que j'ai eue. Bravo l'équipe du Nutri-Centre et le jardin vous faites du bon travail. Vous nous faites sentir moins idiots et se sentir utile à quelque chose. Merci à chacun de vous. » - S. Tandif

Représentation dans la communauté



PROJET PIC

Le NCL est membre du Comité de Coordination (Co-Co) du projet Impact collectif de LaSalle depuis 2016. Une partie de la communauté LaSalloise a été touchée de près et de loin par l'insécurité alimentaire, encore plus particulièrement au cours des deux dernières années de pandémie.

Nous avons aussi réalisé le bien fondé du projet du PIC *Carrefour Alimentaire* à LaSalle, car si le projet avait été en place, il eut été plus facile de concentrer nos efforts collectifs en un seul lieu avec des ramifications soutenantes et offrant un soutien alimentaire adéquat et avec des choix.

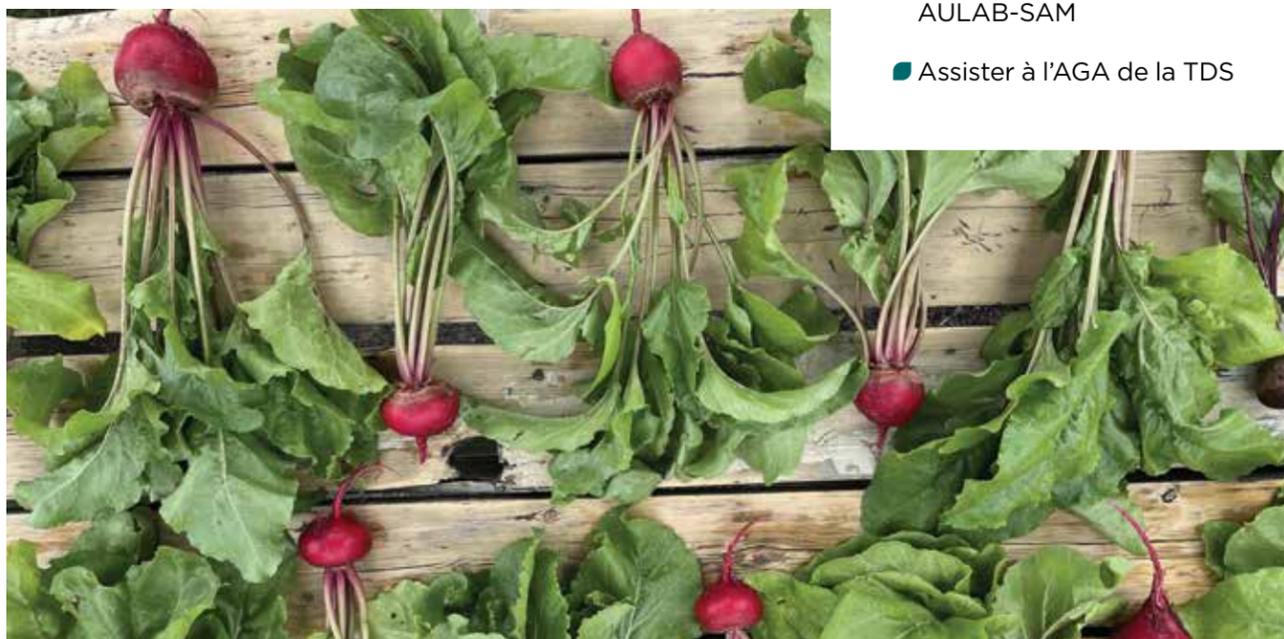
Nous travaillons en étroite collaboration avec les membres du COCO PIC et nous sommes présents aux rencontres de l'Espace en sécurité alimentaire soutenu par la TDS.

TABLE D'ACTION ET DE CONCERTATION ENFANCE FAMILLE DE LASALLE

Le NCL a participé à la planification stratégique de la Table, planification quinquennale qui a été adoptée par ses membres lors de l'assemblée en mai 2021. Le Nutri-Centre est un acteur important au sein de la TAC comme organisme porteur de la sécurité alimentaire.

PARTICIPER

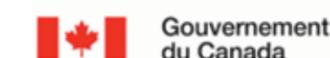
- 24^e journées annuelles de la santé publique
- Participer à une étude sur la résilience des initiatives d'agriculture urbaine sociale et collective à Montréal-AULAB-SAM
- Assister à l'AGA de la TDS



Partenaires 2021-2022

- AIR/SOM Centre prisme
- Arrondissement LaSalle
- CENTRE DU VIEUX MOULIN
- CADRE
- Centre d'éducation des adultes de LaSalle, Édifice Clément
- Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de l'ouest de l'île de Montréal (CIUSS - ODIM)
- Maison des familles de LaSalle
- Jame
- Revitalisation Urbaine Intégrée (RUI) Airlie-Bayne
- Table de développement social de LaSalle
- Table d'action et de concertation en petite enfance de LaSalle
- Université du Québec à Montréal

Bailleurs de fonds





NUTRI  **CENTRE**
du jardin à l'assiette

NUTRI-CENTRE LASALLE

408-A, avenue Lafleur, LaSalle (Québec) H8R 3H6
(514) 365-3670 | Info@nutricentrelasalle.com

