



# Index

3	Mot d'introduction, La pérennité en mouvement !
4	Mission et Principes directeurs
5	Le Conseil d'administration et l'équipe
6	Organigramme des activités et services
7	Organigramme Ressources humaines
8	- Des résultats éloquentes traduits en chiffres
9	Au-delà des chiffres...des gens
10	Le CÉRES dans le dernier droit !
15	Un sondage de fréquentation qui parle de lui-même
17	Un nouveau site web et une page Facebook où ça bouge !
18	Le secteur de l'éducation alimentaire, au cœur de nos priorités.
21	Le Bénévolat <i>rétributif</i>
23	La trajectoire du financement
24	Nos partenaires sociaux
25	Nos partenaires économiques

# La pérennité en mouvement

Penser la pérennité et agir pour maintenir le cap, tel est la préoccupation majeure des gens qui donnent vie au Sésame. Perdurer dans le temps tout en maintenant une attention constante sur les besoins de notre communauté. Développer des moyens novateurs pour répondre à ces besoins et convaincre nos partenaires de supporter notre action. Collaborer avec eux afin que ces fameux besoins trouvent des réponses coordonnées. Des défis de tous les jours que nous relevons dans une atmosphère où malgré les incertitudes, l'humour côtoie la passion du travail bien fait. Voilà ce qui nous caractérise le mieux !

Notre conseil d'administration, notre direction générale ainsi que chacun des membres du personnel travaille en ce sens parce que capitaliser sur la durée c'est le passage obligé vers une véritable manière d'opérer un changement au sein d'une communauté.

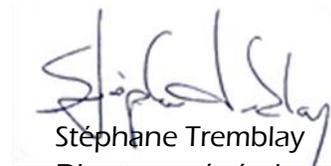
Malheureusement, trop de projet prometteur finissent par périr et mourir avant même d'avoir atteint leur vitesse de croisière. La compétence, la sensibilité aux besoins réels et la durée, sont des clefs incontournables vers la reconnaissance, et l'installation d'une ressource dans le patrimoine collectif. C'est de cette manière qu'il est permis de jouer un rôle qui contribue à l'amélioration de la qualité de vie de notre population pour laquelle notre organisation a été créée.

Fort de plus de 15 années dans le monde communautaire et de l'économie sociale, le Sésame, en initiant le projet CÉRES, a capitalisé sur un développement qui n'était plus tributaire uniquement des apports de financement venant de ses bailleurs de fonds. L'autonomie n'est qu'un leurre lorsque les revenus nécessaires au fonctionnement d'une organisation à mandat social proviennent essentiellement de l'extérieur. Produire des revenus autonomes en subordonnant l'aspect économique du marché aux impératifs sociaux inscrits à la mission. Tel est la stratégie de développement adoptée par le Sésame dans le cadre du projet CÉRES. Ce projet qui se confond avec le devenir même du Sésame

Merci à tous ceux et celles qui croient tout comme nous que le travail accompli doit s'ouvrir sur des lendemains encore plus solides. Merci à nos critiques, à nos collaborateurs et surtout merci au public, par et pour qui le Sésame existe et continuera d'exister. Imagination, expérience, action, savoir-faire et plaisir sont et demeureront nos lignes de conduite pour l'année qui commence et pour toutes celles qui suivront !



Michel Brunelle  
Président du Conseil d'administration



Stéphane Tremblay  
Directeur général

## Mission

Extrait des Lettres Patentes de l'organisme émises le 30 mai 2001



«À des fins humanitaires et charitables, et sans intention de gain pécuniaire pour ses membres, assurer à tous les résidents du quartier Mercier-Est de Montréal, la sécurité alimentaire en leur donnant accès à des aliments nutritifs, culturellement acceptables, par des moyens qui respectent la dignité de chacun et en leur donnant accès à de l'information adéquate favorisant le développement et la prise en charge personnelle ;  
Organiser et mettre en place des solutions adaptées aux besoins des différents groupes de population, autant à court terme que pour l'entraide et le développement à long terme de leur capacité de prise en charge ;  
Offrir des ateliers et des activités éducatives afin de permettre à la population cible d'acquérir des connaissances et des habiletés utiles

pour s'alimenter à faible coût tout en améliorant la qualité de son alimentation ;  
Favoriser la reconnaissance et la promotion de l'action communautaire et bénévole ;  
Favoriser le partenariat et la complémentarité avec les ressources existantes en sécurité alimentaire;  
Sensibiliser et informer la population et les organismes communautaires publics et privés à la problématique de la sous-alimentation en milieu populaire, son impact sur la santé et les actions à réaliser pour solutionner la situation ;  
Aux fins des objets et des pouvoirs mentionnés ci-haut, amasser de l'argent, des fonds ou d'autres biens par voie de souscription publique ou privée, par voie de subvention ou de toute autre manière, y compris la sollicitation, la réception et l'acceptation de dons, legs, octrois ou bénéfices ;  
Exercer toute autre activité en relation avec les buts de la corporation.»

## Principes directeurs

Dans le respect de la charte des droits et libertés et conformément au statut qu'il s'est donné, le Sésame est un organisme autonome qui ne relève d'aucun mouvement religieux ou laïc, ni d'aucune doctrine particulière qui viendrait teinter son action dans le milieu.

Toutefois, il se fait le véhicule d'une série de valeurs sociales et humaines qu'il croit juste, notamment :

- La justice sociale;
- La démocratie;
- Les principes du *développement durable*;
- L'égalité des sexes;
- L'interculturalisme;
- L'universalité des services;

Le Sésame est d'abord et avant tout un outil au service des citoyens et des citoyennes ; à ce titre, tous les efforts doivent être faits pour s'assurer que les personnes qui s'y présentent retrouvent cette perspective dans le contact qu'elles établissent avec le personnel, les bénévoles et la direction de l'organisme.

Le Sésame fait de l'aspect éducatif de sa mission, une priorité. C'est donc dans cette ligne de conduite, où prévalent la conscientisation et l'éducation populaire, qu'il favorise des activités et des services qui concourent à l'autonomisation des individus.

Le Sésame est un organisme *communautaire* et entend par ceci qu'il participe activement au développement social et économique de sa communauté d'appartenance en favorisant la concertation, le partenariat, la vie associative et la démocratie.

Le Sésame, compte tenu des facteurs sociaux et économiques qui caractérisent son territoire, favorise la mixité sociale en initiant des projets inclusifs et susceptibles de trouver écho chez un maximum de citoyens, toutes strates socioéconomiques confondues.

Toutefois, de par sa mission de sécurité alimentaire, il doit porter une attention particulière aux populations qui présentent des indices de défavorisation multiples et s'employer à trouver des solutions adaptées et respectueuses de la dignité de ces personnes.

Le Sésame, en raison des objets de sa mission, doit en tout temps être en mesure de pourvoir aux besoins exprimés par sa communauté, dans les limites de ses ressources et des paramètres que lui confère sa mission.

Le Sésame participe activement au développement de sa communauté et, en ce sens, prend acte et parole au sein de sa concertation locale et des autres instances décisionnelles ou consultatives sur lesquelles il siège. Au besoin, il se fait le porteur des revendications propres à sa mission en cherchant des appuis auprès de ses partenaires.



# Administrateurs et équipe

MERCI À TOUS ET TOUTES POUR VOTRE DÉVOUEMENT ET VOTRE GRANDE COMPÉTENCE !



Président  
**Monsieur Michel Brunelle**



Vice-présidente  
**Madame Sylvie Lemire**



Administratrice  
**Madame Francine Malouin**



Adjointe à la direction  
**Chantal Thibault**



Responsable de l'accueil  
**Marie-France Dubé**



Responsable Cuisine  
**Manon Laurin**



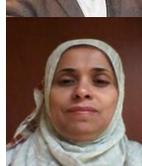
Responsable technique  
**Isabelle Trudel**



Assistante Cuisine et Café  
**Audrey Dupont**



Trésorier  
**Monsieur Laurent Émery**



Administratrice  
**Madame Karima Souici**



Directeur général  
**Stéphane Tremblay**



Responsable du volet éducatif  
**Valérie Duval**



Responsable Cuisine  
**Martine Sauriol**



Responsable Cuisine  
**Ginette Laurin**



Responsable adjointe cuisine  
**Katherine Laurin**



Assistante Cuisine et Café  
**Florence Lagacé-Routhier**

# Organigramme des activités et services



## Comité de suivi

(groupes communautaires, CIUSSS, table de quartier (SME) , arrondissement Mercier/H-M et élus )

### Nourrir

Fruiterie de quartier

Kiosques maraîchers

Comptoir alimentaire

Café bistro

Popote roulante

Distribution fruits et légumes gros et détail

Deux (2) cafétérias scolaires

Traiteur public et institutionnel

Traiteur spécialisé petite enfance (CPE et garderies)

Bénévolat rétributif

### Conscientiser

Atelier/conférence sur le thème de l'alimentation

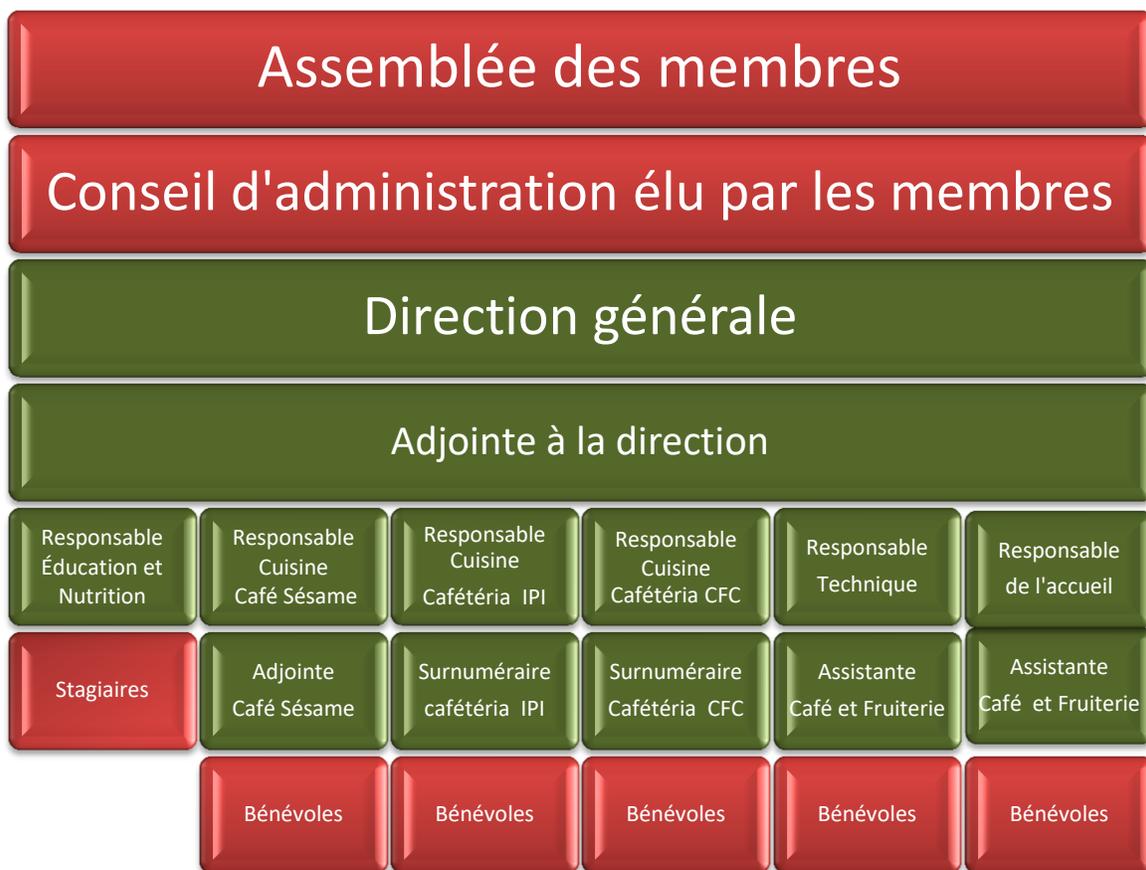
Cuisines collectives éducatives

Consultation diététique sur place

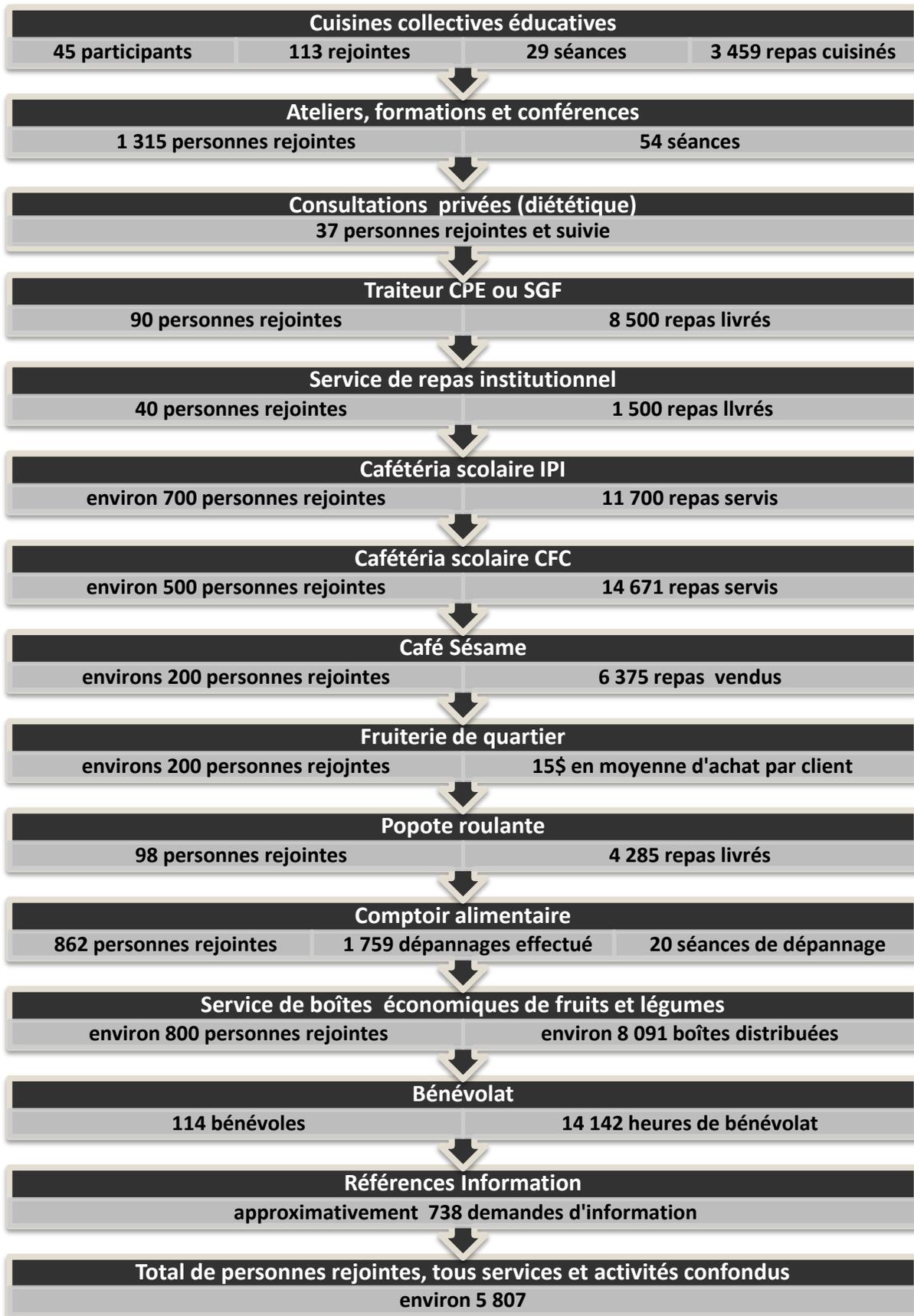
Consultation diététique mobile



# Organigramme des ressources humaines



# Des résultats éloquentes traduits en chiffres



*Grâce au Sésame, je viens apprendre à cuisiner pour ma femme et je le fais même maintenant pour mes petits-enfants !*

**Bernard**

Grand-Papa et participant aux Cuisines collectives éducatives

---

*J viens apprendre à cuisiner en sauvant des sous. On a fait plein de nouvelles recettes et en plus on s’amuse avec le groupe. Quand je reviens à la maison mon ado est toujours curieuse de savoir ce qu’on va manger cette semaine !*

**Nathalie**

Maman et participante aux Cuisines collectives éducatives

---

*J suis beaucoup trop occupée pour cuisiner chaque jour et je tiens à manger santé sans que ça me coûte trop cher. Les cuisines collectives du Sésame sont un moyen vraiment parfait pour moi !*

**Line**

Artiste et participante aux Cuisines collectives

---

*Avec le Sésame je prends de l’assurance en cuisinant mes plats particuliers adaptés à ma condition. C’est santé ! C’est maison ! et en plus je rencontre plein de gens le fun !*

**Nicole (diabétique)**

Retraitée et participante aux Cuisines collectives

---

*J suis d’abord venu rencontrer Valérie suite à un récent diagnostic de diabète et d’hypertension artérielle. Je voulais connaître des trucs pour mieux manger. Après deux rencontres, Valérie m’a donné des conseils et des astuces et je me suis mis à manger plus de légumes et de fruits, à faire plus d’exercice. Je commencé à cuisiner moi-même et je me sens beaucoup mieux. Je n’ai pas besoin de prendre de médication et je contrôle très bien mon diabète. J’encourage maintenant mes enfants à faire la même chose et ils m’écoutent ! Toute la famille en profite !*

**Ivan**

Papa et client du Sésame

---

*J’ai été bénévole pour le Sésame pendant plus de dix ans. J’ai profité de tous les services. Le comptoir alimentaire, les cuisines collectives, les boîtes de fruits et légumes, le Café pour relaxer etc. On travaille tous ensemble comme une grande famille qu’on retrouve toute les semaines et y a toujours de nouveaux visages !*

*Depuis quelques mois maintenant, j’ai été engagé comme permanente à titre de Responsable de l’accueil. Mon engagement pour le Sésame est devenu un vrai travail !*

**Marie-France**

Ancienne participante et bénévole, maintenant à l’emploi de l’organisme

---

*Moi j’suis bénévole depuis cinq ans. J’suis là autant que je le peux. Le monde est gentil. Je fais ça parce que je sais qu’on aide la communauté, que ça me garde en forme et en plus on nous remercie en nous donnant des fruits, des légumes et puis plein d’autres produits !*

**Romain**

Bénévole

Aux termes de sa quatrième année Le CÉRES continue de transformer le Sésame en développant de plus en plus sa portée. Bien qu'il soit un projet, c'est la structure même du Sésame que le CÉRES revisite.



Il redéfinit, actualise et repense l'ensemble de la structure du Sésame. Il vient établir des partenariats avec des ressources du milieu, il ajoute une foule d'activités et de services à la population. Il établit des ancrages solides et une vision de développement à long terme viable et dynamique. Bref, il donne naissance au Sésame 2.0 avec un type d'organisation complètement actualisé et unique en termes d'innovation.

On entame le dernier droit et les défis sont grands !

## TOUS CES DÉFIS S'INSCRIVENT DANS UN NOUVEAU PLAN D'ACTIONS QUI MÈNERA LE SÉSAME AUX PORTES DE 2020

Ce vaste projet qu'est le CÉRES aura définitivement changé le visage du Sésame. Alors que l'année qui s'achève prouve par la croissance enregistrée tant au niveau de l'économie sociale qu'au chapitre des services et des activités offerts à la population la plus fragilisée, que la conclusion de l'étude de faisabilité qui est à l'origine du projet se vérifie

*Extrait de l'étude de faisabilité du projet CÉRES :*

### En conclusion



À la lumière de l'ensemble des facteurs inhérents, et dont dépend la mise en œuvre et la réussite du projet CÉRES, il apparaît peu probable que ce dernier ne rencontre d'écueils majeurs susceptibles de compromettre sérieusement son développement.

L'expertise des promoteurs conjuguée à une vision juste, éclairée et conservatrice du marché, ainsi que l'adhésion à un mode étagé de croissance nous permet de croire en la pérennité d'une telle approche basée

sur des impératifs de développement sociaux et communautaires en équilibre avec des activités économiques génératrices de revenus autonomes.

La nature même du projet et sa portée locale supposent une mise en réseau bénéfique à la mise en commun de ressources, d'expertise et de capacités de volumes avec d'autres initiatives de même nature sur l'île de Montréal.

Pour plusieurs une organisation communautaire demeure un lieu réservé aux plus défavorisés.

Depuis toujours, le Sésame a tenté de changer cette perception.

Pour le Sésame une organisation communautaire doit pouvoir rejoindre toute une communauté.

**C'est donc sur ce grand principe de la mixité sociale que repose le projet CÉRES**



Offrir des activités, des services et surtout des espaces de développement ouverts à toute la population tout en ayant une préoccupation particulière pour les personnes et les familles fragilisées socialement et/ou économiquement; le Sésame, par la voie du CÉRES, en a fait une politique essentielle de son développement

## Une terrasse pour tous !



En collaboration avec Solidarité Mercier-Est , notre table de concertation locale ainsi que des citoyens et partenaires sociaux réunis autour du comité de développement socio- urbain et du programme de revitalisation urbaine intégré de la ville de Montréal, le Sésame a vu s'installer devant ses locaux une superbe terrasse collective., devant laquelle on retrouve un étal

de fruits et légumes frais à juste prix. Un espace urbain d'un nouveau genre qui accueille quiconque a le goût de venir y flâner ou y manger. On y apporte son lunch, on achète un repas dans un restaurant local ou on commande au Sésame !

## En pratique...



Pour que l'ensemble de la communauté trouve un intérêt à fréquenter le Sésame, il est capital que les lieux soient invitants et chaleureux et qu'on puisse profiter de produits et services intéressants, économiques, et tout à fait en phase avec l'ère du temps et les préoccupations des citoyens en ce qui concerne leur alimentation et leur santé.

L'année qui finit prouve que nous tenons notre pari. Les fruits et légumes ont trouvé deux fois plus de preneur. On leur a ajouté des produits secs en vrac et d'autres produits alimentaires non-périssables. L'ensemble des activités et services a attiré au final 25% plus de gens que l'an dernier !



## Réfléchir la croissance...



La stratégie développée pour assurer la pérennité du CÉRES tient dans la **multiplication synergique des services**.

Cette approche permet une complémentarité efficace entre les ressources et palie aux creux économiques de l'un par le pic économique d'un autre. L'expérience acquise par le Sésame lui a permis de comprendre que certains services, quoiqu'essentiel arrive difficilement à

se rentabiliser, pendant une période spécifique de l'année. C'est le cas par exemple de la fruiterie de quartier, qui, en raison des prix très bas peut difficilement atteindre à elle seule son seuil de rentabilité. Néanmoins elle répond à un besoin exprimé de la communauté. C'est pourquoi un service corollaire d'établissement de points de chute de vente de boîtes de fruits et légumes frais a été mis en place. Les revenus produits par ses très nombreux points de chute viennent donc épouser le déficit de la fruiterie de quartier et permettre ainsi sa pérennité.



Avec l'avènement du CÉRES, le Sésame c'est aujourd'hui...

- ▶ Une Fruiterie de quartier à juste prix
- ▶ Un Service de distribution de boîtes de fruits et légumes frais à juste prix
- ▶ Un Comptoir alimentaire aux plus démunis
- ▶ Une Popotes roulante aux aînés
- ▶ Un Café de quartier public et une terrasse collective
- ▶ Un programme de Cuisine collectives éducatives
- ▶ Un Service conseil personnalisé en nutrition (technicienne en diététique)
- ▶ Un programme complet d'ateliers et conférences sur l'alimentation
- ▶ Un Traiteur spécialisé petite enfance destiné aux CPE et aux services de garde
- ▶ Des Kiosques maraîchers locaux en période estivales (agriculture urbaine)
- ▶ Deux Cafétérias scolaires
- ▶ Un milieu de vie de Bénévolat rétributif
- ▶ Un Distributeur institutionnel et commercial de fruits et légumes

L'année qui s'achève nous apporte la preuve que la formule est gagnante ; Une communauté vit au rythme des gens qui l'habitent et qui y travaillent, et tous ne sont pas issus des mêmes milieux sociaux et économiques. Tétreaultville n'échappe pas à cette règle. Plus que bien d'autres communautés, notre quartier est très hétérogène. C'est pourquoi le Sésame bâtit autour de cette mixité, offrant aux uns une opportunité d'acheter à moindre coût et aux autres de profiter d'une panoplie de moyens pour garantir leur sécurité alimentaire tout en rompant l'isolement.

**Dans un monde où les ressources financières offertes par les bailleurs de fonds traditionnels se raréfient, le projet CÉRES développe, en guise de réponse, une structure originale où tous les bénéficiaires issus de la vente de produits et de services servent à financer (en partie) les activités destinés aux plus démunis.**

# C'est de cette façon que le Sésame...

- **dégage des revenus autonomes en 2016-2017 équivalents à plus de 60% de son budget annuel;**

- **Maintien ou accroît les services de derniers recours aux personnes et aux familles les plus fragilisés ;**

- **Crée un sommet d'emplois cette année en comptant dans ses rangs 14 employés;**

- **Met à l'action des centaines de personnes défavorisés bénévoles;**

**Éduque, enseigne, informe et motive la population à adopter des comportements alimentaires sains** (ce qui a un impact réel sur la santé publique)

et rejoint du coup des **milliers de personnes**



Lors du lancement du projet CÉRES, l'un des objectifs était d'atteindre les populations les plus défavorisées résidants dans le secteur St-Victor (le secteur le plus à l'est du quartier)



Secteur où le désert alimentaire est le plus criant, St-Victor souffre d'un manque de commerce de proximité, de la vétusté de certaine portion de son cadre bâti, de sa grande proximité avec la zone industrielle et de ses carences en transport en commun. Installer un lieu ou un service qui soit viable dans ce secteur demeurerait hasardeux,

Tabler sur l'attraction du nouveau visage du Sésame et diffuser une information abondante et transmissible aisément de bouche à oreille au sein de cette population. Voilà quelle était la stratégie.



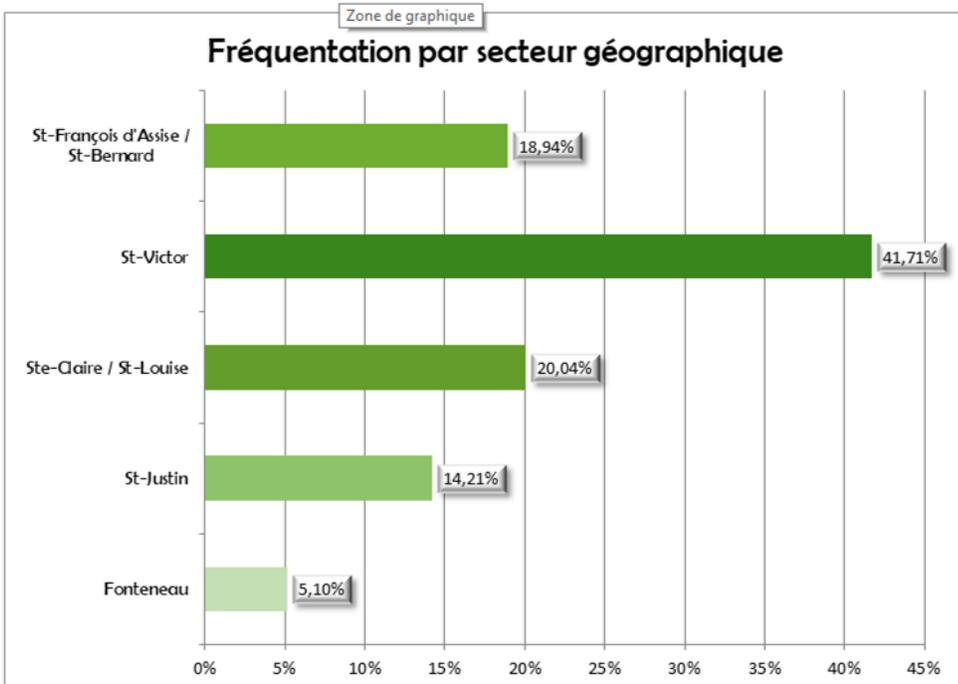
En janvier 2017, le Sésame fait l'exercice d'un sondage de fréquentation afin de savoir si cette portion démographique est rejointe.

**LES RÉSULTATS SONT PROBANTS. ILS RÉVÈLENT QUE LES GENS DE ST-VICTOR CONSTITUENT LA PORTION LA PLUS IMPORTANTE DES PERSONNES QUI PROFITENT DES SERVICES**

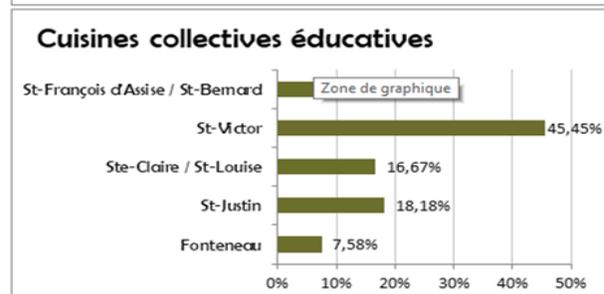
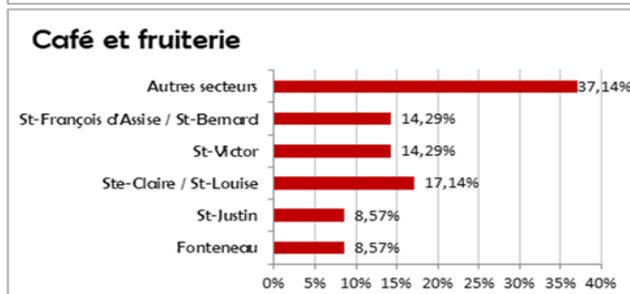
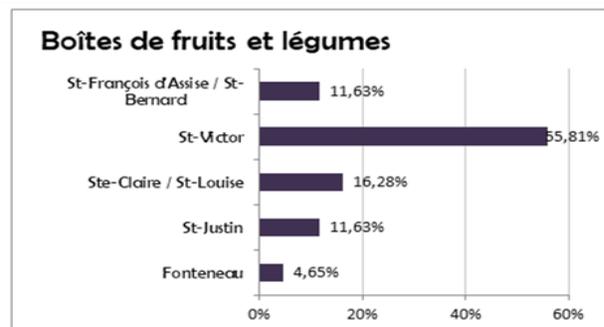
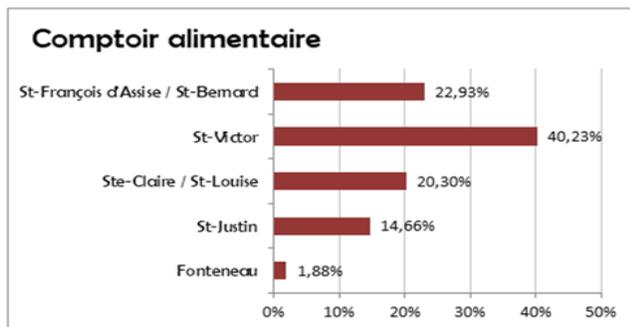
# Toutes activités confondues, ils constituent plus de 41% des clients du Sésame !



## Sondage de fréquentation des usagers



Les données ont été recueillies entre le 4 et le 31 janvier 2017 auprès de 549 répondants fréquentant les quatre grands secteurs d'intervention de l'organisme

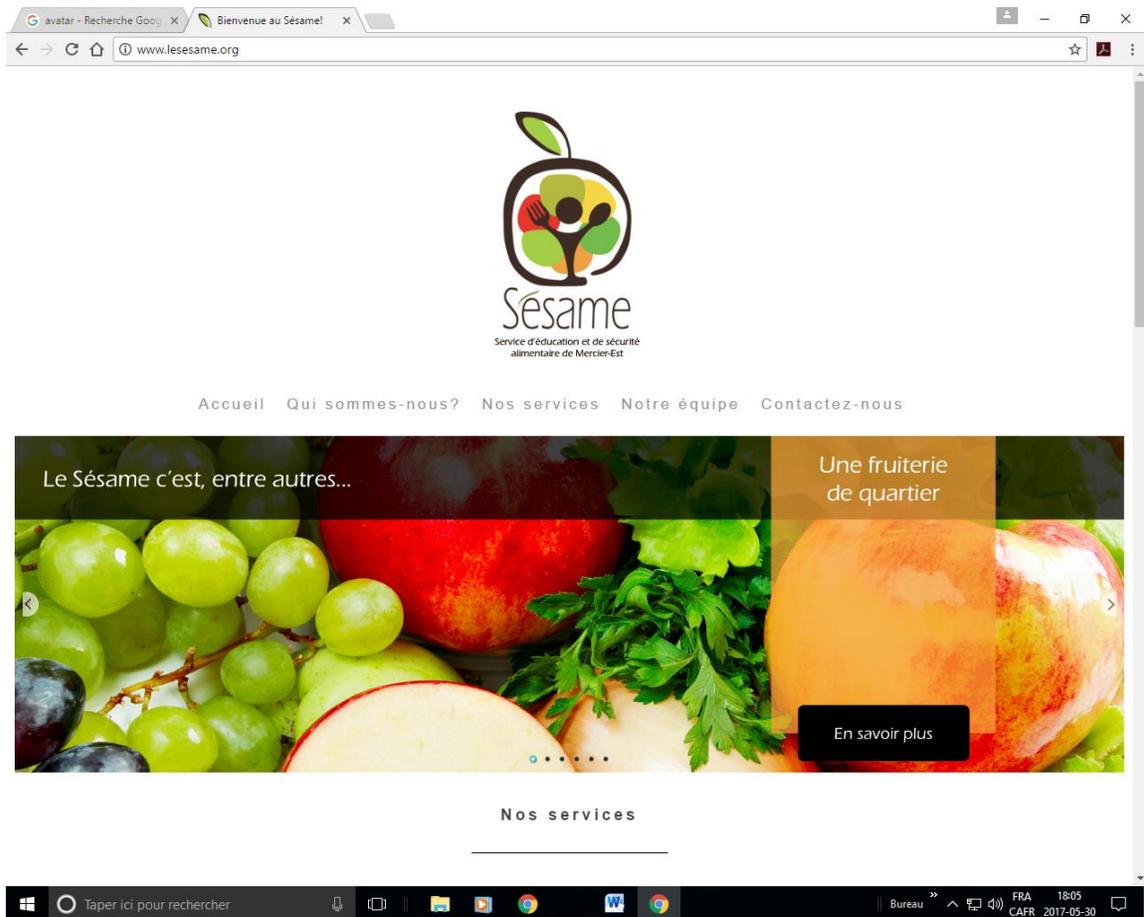
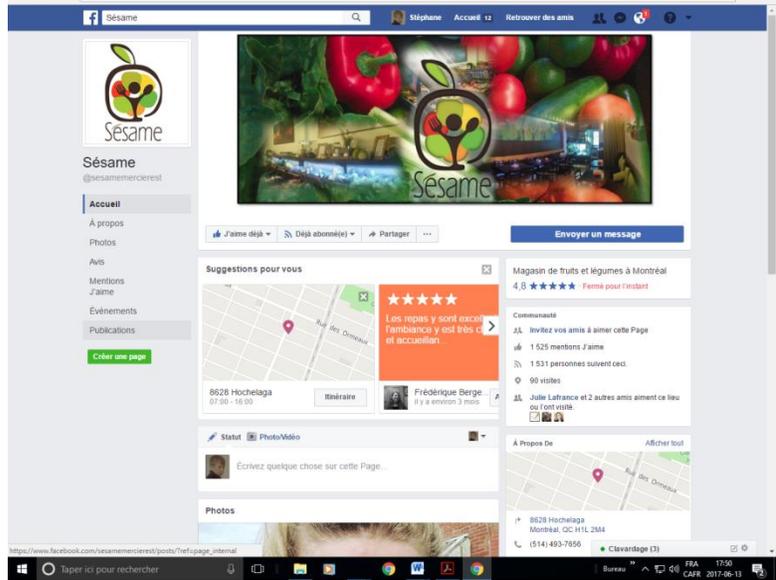


# Un nouveau site web et une page Facebook qui bouge !

Un site complètement revampé en 2017 et une page Facebook suivie par plus de 1500 fidèles !

Plus que jamais présent sur le web, le Sésame compte sur cette plateforme incomparable pour rayonner à travers tout le quartier et bien au-delà.

On parle maintenant du Sésame et de son modèle de développement original jusqu'en... Nouvelle-Zélande !



## Les cuisines collectives et éducatives du Sésame



Les cuisines collectives du Sésame connaissent toujours un aussi grand succès ! De septembre à juin, au cœur de la magnifique cuisine du café, trois groupes de six à huit participants se rencontrent une fois par mois pour mijoter trois recettes, guidés par notre spécialiste en nutrition vers des choix sains, savoureux et économiques. Cette année près de 3500 portions ont été ainsi préparées pour moins de 1.50\$ la portion, souvent moins!

En plus de cuisiner dans un environnement des plus convivial, joignent l'utile à l'agréable : certains viennent pour socialiser avec leurs collègues et briser leur isolement, d'autres en profitent pour faire provision de bons petits plats économiques, d'autres encore pour élargir leurs connaissances en cuisine.

Près de 115 personnes ont ainsi bénéficié des repas préparés par les participants tout au long de l'année.



## Les Ateliers-culinaires du Sésame

Le Sésame a offert au cours de l'année 2016-2017 une trentaine d'ateliers et conférences portant sur une panoplie de sujets touchant à l'alimentation, la nutrition ou tout autre sujet relié. Des invités spéciaux ont partagé leurs connaissances et passions pour le plus grand bonheur de tous.

## Atelier "À vos frigos", en collaboration avec la Tablee des chefs et le Fonds IGA du Jour de la Terre

En novembre, la 2<sup>e</sup> édition de l'atelier "À vos frigos" a été offert dans un Sésame encore plein à craquer ! Une animation dynamique par le chef Bobby Grégoire de la Tablee des chefs et Edith Ouellet, spécialistes anti-gaspillage du Fonds IGA du Jour de la Terre et blogueuse de *Nutritonic* a captivé l'auditoire présent. Ils sont su partager une panoplie de trucs et astuces pour réduire le gaspillage alimentaire, du panier d'épicerie jusqu'à l'assiette.

## Les ateliers/conférences du Sésame... sur place et ailleurs !



En cours d'année, le Sésame a eu le privilège d'accueillir des conférenciers de grande qualité qui tous ont affiché complets. Les thèmes abordés répondent toujours à la mission d'éducation populaire de l'organisme tout en étant à l'affût de l'air du temps dans le domaine. Ainsi, nous

avons invité Mme Lia Chiasson, spécialiste de la lacto-fermentation pour un atelier sur les légumes fermentés et le kombucha. Nous avons aussi eu le privilège d'avoir un atelier très populaire sur les légumineuses, offert en collaboration avec les étudiantes en Techniques de diététique du collège de Maisonneuve. L'organisme « Cuisinons ensemble » est aussi venu à deux reprises offrir un atelier de cuisine mexicaine ainsi qu'un atelier sur la nutrition et la santé mentale.

Également, le Sésame, par le biais de sa Responsable du volet Éducation et nutrition s'est promené dans divers organismes du secteur pour aborder différents sujets touchant l'alimentation. Les organismes hôtes ont entre autres été **La Maison des familles de Mercier-Est**, le **PITREM**, l'**Institut en santé mentale**, le **Chez-nous de Mercier-Est**, et l'**école Armand-Lavergne**. Les sujets abordés vont comme suit : la saine alimentation à petit budget, démystifier la lecture des étiquettes nutritionnelles, démystifier le Guide alimentaire canadien, atelier « vide-frigo », cuisiner les courges, etc.



Enfin, le Sésame a eu la chance d'animer un atelier sur-mesure de *teambuilding* pour la Société de sauvetage, dont toute l'équipe (plus de 25 personnes) est venue au Sésame afin de s'amuser et d'apprendre entre collègues. Le thème abordé, « Marinades et vinaigrettes » a connu un autre beau succès !



## Les rencontres individuelles gratuites sur l'alimentation

Le Sésame a continué son service fort apprécié de rencontres individuelles gratuites avec notre Responsable du volet éducation et nutrition. D'une durée d'environ 45 minutes, ces rencontres permettent aux participants d'aborder tout sujet portant sur la nutrition et l'alimentation en général. Cette année, 37 personnes ont ainsi bénéficié gratuitement des conseils personnalisés de notre spécialiste.

## Le service traiteur pour CPE et services de garde

En 2016-2017, le Sésame a poursuivi son service de traiteur pour les CPE et SGF. Tout au long de l'année, les enfants du *CPE Les Maisons Enjouées* ont savouré des repas et collations sains, délicieux et tout spécialement adaptés à leurs besoins nutritionnels particuliers.



De plus, d'autres clients se sont ajoutés pendant l'été pour pallier les vacances de leur personnel de cuisine, et le Sésame maintient ses efforts pour développer ce marché. Le bouche-à-l'oreille va bon train, et la plupart de nos nouveaux clients ont entendu parler de nous par le biais de notre client régulier et/ou de parents soucieux de l'alimentation de leurs tout-petits en garderies..



## Le Sésame, un outil de développement social qui existe par et pour les citoyens de Mercier-Est

Le Sésame dans sa structure même prévoit l'apport de la communauté. D'abord par l'ajout d'un comité de suivi formé des acteurs importants de la communauté (politique, institutionnel et communautaire) et d'un comité de citoyens qui le lie en permanence avec les besoins des citoyens et citoyennes.

Tous les secteurs d'activités de l'organisme sont investis par des citoyens bénévoles qui viennent offrir leurs compétences et leur force de travail. En échange, l'organisme a mis sur pied une politique qui leurs confère des avantages en termes de ressources alimentaires. En 2016-17 c'est près de 115 personnes qui ont donc donné de leur temps à l'organisme.

**Une prise en charge des populations par elle-même, un outil qui permet l'épanouissement autant personnel, social qu'économique.**



Depuis ses débuts le Sésame avait instauré une politique qui prévoyait que tout bénévole œuvrant au comptoir alimentaire et résidants dans Mercier-Est, pouvait recevoir deux dépannages alimentaires par mois, au lieu d'un seul comme le prévoit la règle pour tout citoyens du quartier y ayant droit mais ne faisant pas de bénévolat au Sésame.

Cette règle qui favorise la prise en main des populations par-eux-mêmes a été étendue cette année à l'ensemble des activités et services du Sésame et fait maintenant l'objet d'une politique. Toutes personnes qui contribuent au fonctionnement et au développement de son organisation locale en offrant de son temps et de ses compétences à titre de bénévole reçoit en retour une part de rétribution sous forme de fruits, de légumes, de repas sains et nutritifs ou de denrées non-périssables.

**Un autre développement important pour 2016-2017 au plan organisationnel qui touche directement l'implication citoyenne !**

Fort de ses 15 ans d'existence au sein de la collectivité et heureux de pouvoir compter sur de nombreux bénévoles issus de cette communauté, l'organisation du Sésame a vu le nombre de ses bénévoles- déjà important- grandir à vue d'œil.

## **Partenaire dans le cycle de vie des denrées alimentaires**

Le Sésame a mis en place cette année grâce au projet CÉRES un système de réduction des déchets tout en profitant au partenariat local;

Connaissant les dépenses associées à la gestion des déchets dans les grandes chaînes (il en coûte des dizaines de milliers de dollars annuellement à chaque grande surface afin de répondre aux critères esthétiques des fruits et légumes et au roulement des inventaires. De fait, Hormis les aliments qui sont transformés sur place pour devenir des plats préparés ou des assemblages de légumes coupés, le reste est jeté dans des containers qu'il faut faire vider souvent plusieurs fois par semaine à des coûts prohibitifs.)



Le Sésame a développé avec la grande surface locale un partenariat de récupération des invendus.

Chaque vendredi tous les stocks d'invendus sont rapatriés au Sésame et servent à rétribuer les bénévoles, ou sont transformés dans nos cuisines et servent de matière première aux repas préparés

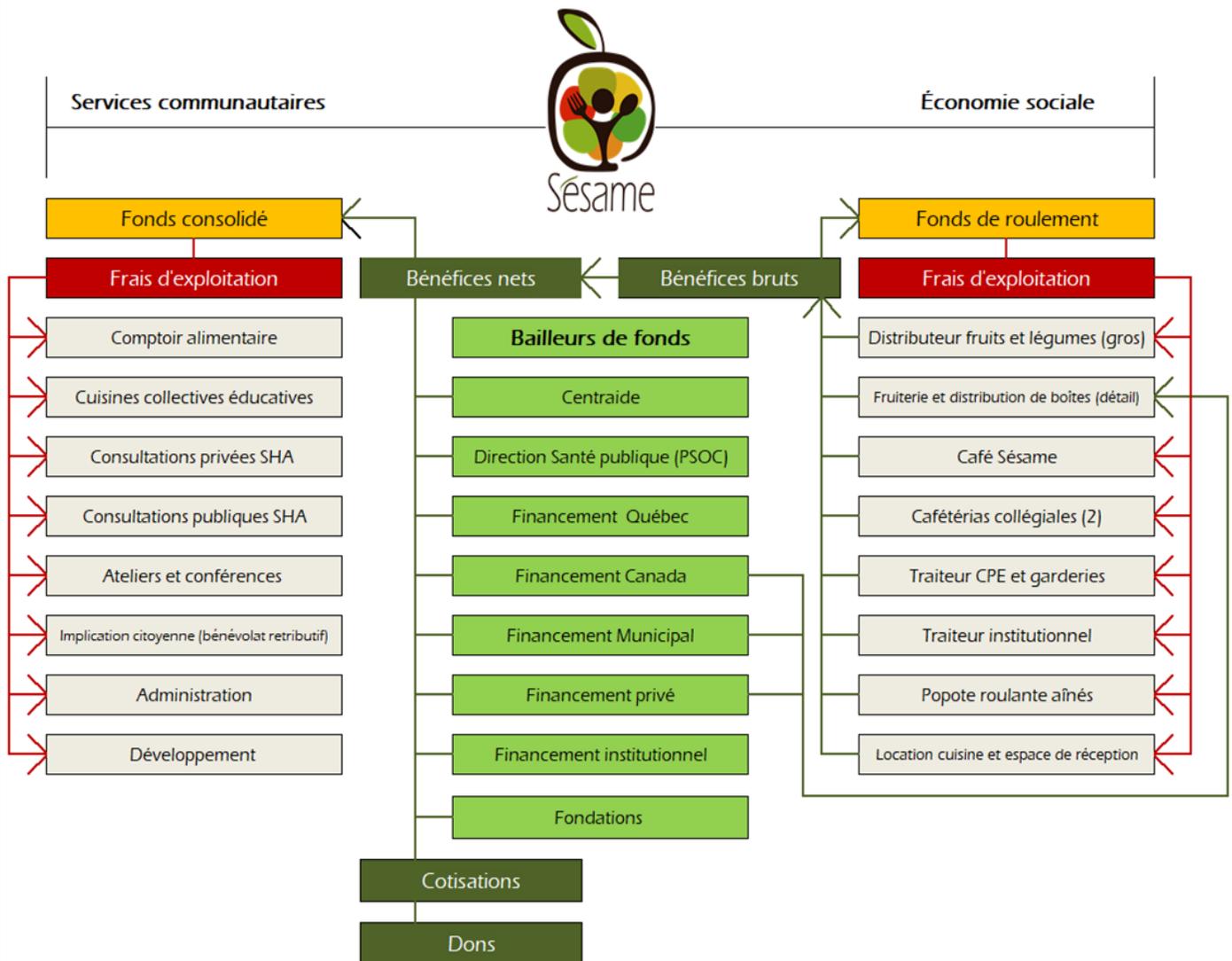
pour le Café Sésame, pour l'une des deux cafétérias de l'organisme, pour les popotes roulantes ou pour le service traiteur aux CPE et garderies.

Tout le reste est acheminé à d'autres partenaires (notamment SOS Itinérance) qui à leur tour distribue cette nourriture aux plus démunis.

Au final toutes les matières alimentaires résiduelles impropres à la consommation humaine sont compostées.

Dans un souci de transparence et pour mieux illustrer le concept sur lequel repose la structure financière du Sésame, nous publions encore cette année un schéma qui explique la trajectoire du financement de l'organisation

### Trajectoire du financement



# Nos partenaires sociaux



Le partenariat, la collaboration, le dialogue, la solidarité sont les clés incontournables du développement social d'une communauté.

**Merci à tous nos partenaires dans l'action !**



**Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de l'Est-de-l'Île-de-Montréal**



**Le Chez-Nous, c'est chez vous!**

7958, rue Hochelaga  
Montréal (Québec) H1L 2K8  
Téléphone : (514) 354-5131  
Télécopieur : (514) 354-6771  
lecheznous@lecheznous.org  
www.lecheznous.org



# Nos partenaires économiques

Toutes les activités communautaires destinées aux plus fragilisés de nos concitoyens n'auraient pu être rendues possibles sans l'apport précieux de nos partenaires financiers.

Au nom de tous ceux et celles pour qui souvent un simple geste fait toute la différence, nous tenons à les en remercier.



**Centraide**

**Emploi Québec**

**Santé et Services sociaux Québec**

**L'ŒUVRE LÉGER**

Pour la dignité humaine au Québec et dans le monde

**Québec ENFORME**

Des communautés mobilisées pour des jeunes en forme et en santé

**Fondation du Grand Montréal**  
Votée pour toujours à la communauté

**Office municipal d'habitation de Montréal**

**INSTITUT DES PROCÉDÉS INDUSTRIELS**  
COLLÈGE DE MAISONNEUVE

**Maka Kotto**  
Député de Bourget  
ASSEMBLÉE NATIONALE QUÉBEC  
514-251-8126  
maka.kotto.bour@assnat.qc.ca

**Réal Ménard**  
Maire  
Mercier-Hochelaga-Maisonneuve  
Téléphone : 514 872-8759  
real.menard@ville.montreal.qc.ca

**Solidarité MERCIER-EST**

**Mario Beaulieu**  
Député de La Pointe-de-l'Île  
514 645-0101  
Mario.Beaulieu@parl.gc.ca  
BLOC Québécois  
12500 Boulevard Industriel, Montréal, Québec H1B 5H7

**Richard Celzi**  
Conseiller municipal  
District de Tête-aux-vents  
Téléphone : 514 872-9899  
richard.celzi@ville.montreal.qc.ca

La fondation de la famille  
**J.W. McConnell**

**Gouvernement du Canada**

**Collège de Maisonneuve**