

FRIG ♥ de l'EST



Rapport Annuel 2022 - 2023



TABLE DES MATIERES

PAGES
2 - 3

ADMINISTRATEURS & HISTORIQUE

LETTRE D'OUVERTURE & MISSION

PAGES
4 - 5

PAGES
6 - 7

MEMBRES & BÉNÉVOLES

NOS SERVICES ALIMENTAIRES

PAGES
8 - 9

PAGES
10-11

ACTIVITÉS ET COLLABORATIONS

PARTENAIRES ET BIENFAITEURS

PAGES
12 - 13

PAGES
14 - 15

ÉTATS FINANCIERS

NOTRE CONSEIL D'ADMINISTRATION 2022-2023

PRÉSIDENT : JEAN-MARIE BOULERICE

Retraité et ex-directeur d'une OBNL en déficience intellectuelle

VICE-PRESIDENTE : KATHLEEN PHAËTON

Coordonnatrice en sécurité alimentaire pour le Carrefour Populaire de St Michel

TRÉSORIÈRE : ISABELLE VIGNEAULT

Maman à la maison et ex-gestionnaire de projet communautaire

SECRÉTAIRE : MICHEL-ALEXANDRE CAUCHON

Directeur général de la Fédération des Centres d'action bénévole du Québec

AUTRES ADMINISTRATEURS :

MANON RAYMOND

Retraîtée engagée, cuisinière et animatrice de cuisine collective

PHILIP GOODING

Auteur, coordonnateur de recherche en Histoire à l'université Mc Gill

GENEVIÈVE TOUSSAINT

Conseillère en communication au CIUSSS MCQ (santé numérique)

2016 - 2023 HISTORIQUE DU FRIGO DE L'EST

2016 - 2019

INITIATIVE CITOYENNE DE RÉCUPÉRATION D'INVENDUS

- Un vent de partage et de solidarité dans l'Est de Montréal
- Implication de la communauté et du "dumpster diving"
- Lancement de la page Facebook et du frigo extérieur
- Premières collaborations avec les organismes communautaires
- Partenariats officiels avec les commerçants et producteurs
- On parle du Frigo de l'Est dans les médias télévisés et la presse
- Mars 2019 : Prêt d'une salle de distribution chez Info-Femmes
- Les bénévoles affluent...

2020 - 2021

INSTALLATION AU HLM DUPÉRÉ (COVID)

- Début des livraisons à domicile (ainés, mobilité réduite)
- Accréditation générale Moisson Montréal puis celle des viandes
- Lancement : ateliers culinaires et rencontres d'échange zérogaspi
- Redistribution aux comptoirs alimentaires de Mercier-Est
- Ouverture de la chaîne Youtube avec capsules éducatives
- Certification MAPAQ, premiers soins psychologiques, RCR et SST
- Accueil des premiers travailleurs communautaires
- Accréditation du YMCA pour le travail compensatoire
- Début du bénévolat corporatif

2022 - 2023

LE SOUTIEN FINANCIER À LA MISSION EST ENFIN LÀ

- 1^{ère} année de collaboration avec Centraide (fiduciaire : SME)
- 1^{er} soutien financier du PSOC avec un supplément pour les denrées
- Mai : Lancement officiel des quatre points de cueillette
- Été : Agriculture urbaine en jardin collectif et communautaire
- Sept. : Annonce de la perte du local pour problème de zonage
- L'arrondissement intervient et on reprend les services alimentaires
- Mars : Décision définitive de l'OMHM : on doit quitter en juillet

2021 - 2022

LANCEMENT DES ACTIVITÉS ZÉROGASPI (EN MODE HYBRIDE)

- Rénovations majeures (sols, murs, fenêtres)
- Projet pilote de livraison aux résidents d'autres organismes
- Soutien alimentaire aux autres organismes et coopératives
- Concours « illuminer la vie des gens » : 1^{er} prix de 10 000\$
- Décembre : Reconnaissance de l'arrondissement MHM (DCSLDS)
- Mars : P6
- Programme de soutien aux organismes communautaires
- Bourse pour la certification en leadership participatif et inclusif
- Employés formés aux 1^{ers} secours en santé mentale

2019 - 2020

INCORPORATION DE L'OBNL AVEC 7 ADMINISTRATEURS

- Octobre : Prêt d'un espace travail et de distribution au Sésame
- Janvier : Prêt d'une salle commune aux Habitations Aubry
- Nouveau groupe Facebook de partage et de solidarité (COVID)
- Mars : Mise à disposition d'un grand local au HLM Dupéré
- Premières subventions et premiers employés
- Des projets plein les yeux !

MOT DE LA DIRECTION ET DU PRESIDENT DU C.A.

Chers membres et partenaires, l'année 2022-2023 du Frigo Communautaire et Solidaire de l'Est nous a confronté à un enjeu majeur qui a fortement impacté la réalisation de notre mission.

En effet, l'annonce en septembre de la perte de notre local, nous a forcé à stopper nos activités zéro-gaspi et à réduire drastiquement la fréquence de nos services de dépannage alimentaire sur place et en livraison. Après un arrêt de 1 mois seulement, nous avons eu l'autorisation de reprendre les distributions aux 3 semaines, avec une échéance finale en juillet 2023.

Cela a également causé le départ de quelques administrateurs et des employés, cette insécurité rendant impossible le recrutement, mais nous avons remonté nos manches pour trouver des pistes de solution et assurer la pérennité de l'organisme.

Notre projet de relocalisation avance lentement, mais la rareté des locaux est une dure réalité pour les organismes communautaires et fort de cette réalité, nous comptons sur le soutien de nos élus et partenaires pour traverser cette épreuve. Des contacts ont été entrepris avec le milieu d'affaire de l'Est de Montréal, des architectes, courtiers, avocats, entrepreneurs ou autres organisations et des démarches sont en cours pour 2 locaux potentiels.

Simultanément, nous travaillons fort pour amasser les fonds nécessaires à la réalisation de ce projet et particulièrement avec la Caisse Desjardins Mercier-Est-Anjou, qui serait prête à nous commanditer pour certaines dépenses de rénovations liées aux règles d'hygiène et salubrité.

Toujours en action pour finaliser, d'ici septembre, notre déménagement vers le secteur St Victor ou vers Mercier-Ouest, nous ne pouvons malheureusement pas encore confirmer la reprise de nos services à l'automne.

C'est donc dans l'expectative que nous finissons cette année avec un avenir incertain, malgré la motivation et le désir de la direction, du conseil d'administration et des bénévoles qui se donnent corps et âmes pour améliorer la vie et l'alimentation de notre communauté.

La prochaine année sera donc une année charnière dans la vie de notre organisme et le prochain défi sera celui du recrutement et de la consolidation de la structure organisationnelle, afin de se détacher de l'image de comptoir alimentaire, qui s'est imposée avec la pandémie, et de remettre en avant nos activités de sensibilisation à la lutte contre le gaspillage de toute sorte, alimentaire ou non.



Jean Marie Boulerice,
Président du conseil d'administration




Virginie Coignet,
Fondatrice et directrice générale

MISSION DU FRIGO DE L'EST



Notre organisme fait la promotion de la **lutte contre le gaspillage** et soutient ses membres en offrant des dépannages alimentaires complets et équilibrés selon le guide alimentaire canadien.

Mais ici, **l'aide alimentaire est la véritable porte d'entrée vers l'inclusion sociale et la réinsertion durable** et c'est la réelle finalité de notre action !

C'est pourquoi le Frigo de l'Est propose des activités de transition vers **l'autonomie alimentaire** et des ateliers anti-gaspillage visant le zéro-déchet ou la simplicité volontaire. Le but est de permettre à chacun de développer son plein potentiel et de participer activement à la communauté.

VOICI NOS OBJECTIFS :

- **Améliorer la qualité de vie et l'alimentation** des personnes vulnérables
- Offrir des activités et services **accessibles économiquement et physiquement**
- Encourager la lutte au gaspillage et un mode de **consommation plus responsable**

**PARTICIPEZ AVEC NOUS AU CHANGEMENT QUI
S'OPÈRE POUR LE DÉVELOPPEMENT DURABLE ET
L'AVENIR DE NOTRE PLANÈTE !**



Récupérer des produits invendus / invendables ou de seconde main pour les redistribuer aux plus démunis est notre raison d'être. On vise la réduction de notre empreinte écologique et du gaspillage en général, par la valorisation et le réemploi des surplus ou des matières résiduelles.

Plus spécifiquement, il s'agit de **promouvoir un système sain, durable et équitable** à toutes les étapes de la production au consommateur, en soutenant le développement de l'agriculture urbaine, la restauration responsable locale, la production solidaire et en encourageant activement les institutions et commerçants tout comme la population à se joindre à l'effort communautaire.



QUI SONT NOS MEMBRES

Le Frigo Communautaire et Solidaire de l'Est est un organisme sans but lucratif, qui offre des services et activités visant des **groupes cibles particulièrement vulnérables**, tels que les immigrants, les aînés, les personnes à mobilité réduite, les ménages monoparentaux ou encore des familles ou personnes seules en situation financière précaire : assurance emploi, aide sociale, étudiants, nouveaux arrivants, réfugiés sans statut, avec des problèmes de santé mentale ou de dépendance.



Nos participants résident **principalement dans Mercier-Est**, mais ils viennent aussi de Mercier-Hochelaga-Maisonneuve, Anjou, St-Léonard, Montréal-Est, Rivière des Prairies, Pointes aux Trembles, Rosemont, Ahuntsic, Montréal-Nord...

1 385 MÉNAGES ONT REÇU DES PANIERS ALIMENTAIRES DEPUIS MARS 2020, SOIT PLUS DE 4 500 CITOYENS QUI ONT INDIRECTEMENT PU SE NOURRIR GRÂCE AU FRIGO DE L'EST.

Notre organisme compte deux catégories de membres (actifs et partenaires) et toute personne physique ou morale qui s'engage à respecter la mission et les valeurs de l'organisme peut le devenir.

La **mobilisation d'une trentaine de bénévoles par semaine**, aussi usagers pour la plupart, très impliqués dans le quotidien de l'organisme, démontre l'engagement de la communauté pour la lutte contre le gaspillage et plus particulièrement, **l'engouement de la population de l'Est de l'île** pour faire émerger en sécurité alimentaire, un mode de fonctionnement innovant pour soutenir les plus démunis, qui soit plus inclusif et surtout **plus valorisant face aux comptoirs alimentaires traditionnels**.



« ...Je suis une personne âgée et je vis seul..., un organisme comme le vôtre mérite 5 étoiles, avec son personnel et ses bénévoles dévoués, que je qualifierais comme nos anges..., je souhaite longue vie au Frigo de l'Est... je suis très reconnaissant et je ne vous oublierai jamais... Merci... »

Gilles Bessette, 77 ans, retraité

SUR 750 BÉNÉFICIAIRES CETTE ANNÉE, IL Y A PRÈS DE 30% D'AINÉS, ILS PENSENT QUE L'AIDE ALIMENTAIRE LEUR PERMET DE RESTER EN MEILLEURE SANTÉ ET D'AVOIR UNE ALIMENTATION PLUS ÉQUILBRÉE

NOS MEMBRES ESTIMENT FAIRE UNE ÉCONOMIE DE PLUS DE 250\$ / MOIS GRÂCE AUX SERVICES DE NOTRE ORGANISME

BÉNÉVOLAT ET INTEGRATION SOCIO-PROFESSIONNELLE

L'implication bénévole et la participation citoyenne sont au cœur de notre mission et de notre fonctionnement, tout comme l'engagement par et pour la communauté. D'ailleurs, plus des 2/3 de nos usagers nous ont souligné le rôle des bénévoles dans leur choix alimentaires et leur prise de conscience sur la saine alimentation et le gaspillage.



NOS BÉNÉVOLES : MERCI À CES HÉROS LOCAUX



Avec une majorité de bénévoles aînés, grâce au **programme Nouveaux Horizons**, mais aussi d'immigrants, œuvrant dans le quotidien de l'organisme, le **partage intergénérationnel et multiculturel** est notre force. Nous sommes fiers et chanceux de pouvoir compter sur ces « anges », sans qui rien ne serait possible.

Nous accueillons des entreprises privées qui viennent nous prêter main forte lors des distributions, en **bénévolat corporatif**, comme les 14 bénévoles d'un jour de **Bombardier Aerospace** cette année.

EN 2022, 77 GÉNÉREUX BÉNÉVOLES ONT CONSACRÉ PLUS DE 5 200 HEURES CHEZ NOUS, UNE VALEUR FINANCIÈRE ESTIMÉE À 79 300\$

« C'est tellement valorisant..., je participe à faire une différence concrète dans la vie des gens. Cette expérience m'a aussi permis de renforcer mon employabilité en développant de nouvelles aptitudes professionnelles et interpersonnelles et ça m'a fait découvrir des voisins de quartier attachants. »

Frédéric T. 43 ans, bénévole et usager depuis 2019



STAGIAIRES ET ÉTUDIANTS

Cette année, ce sont 4 stagiaires en **sciences infirmières de l'université de Sherbrooke** et 3 étudiantes en **psychologie à l'université de Laval**, qui ont mis leurs compétences au service de nos membres, pour mettre à jour leurs dossiers et identifier leurs besoins.

7 STAGIAIRES ET 3 EMPLOIS D'ÉTÉ

Aussi, 3 jeunes du programme **Emplois Été Canada** ont animé nos activités zérogaspi estivales, en développant leurs compétences organisationnelles, administratives et de service à la clientèle.

TRAVAILLEURS COMMUNAUTAIRES ET COMPENSATOIRES

Nous collaborons avec le YMCA, les Services correctionnels, avocats et autres organismes tels que **Trajet (pour les mineurs)**, afin d'accueillir les travailleurs communautaires ou compensatoires chez nous.

16 TRAVAILLEURS TOTALISANT 977 HEURES

AIDE ALIMENTAIRE ET MATÉRIELLE SUR PLACE

De plus en plus de foyers peinent à se nourrir sainement alors que tant de marchandises sont toujours gaspillées. Pour nous, l'aide alimentaire est un moyen de donner l'envie et les outils d'**atteindre l'autonomie alimentaire** et surtout de participer à la **réduction de notre empreinte écologique** pour assurer l'avenir de notre planète.



Au Frigo de l'Est, il y a des **denrées alimentaires**, des **produits d'hygiène**, **d'entretien ménager**, d'autres spécialisés pour les bébés ou les animaux, des **livres, jouets, meubles** ou **vêtements** (uniformes scolaires, équipement sportif), afin d'aider nos membres, autant que l'on peut, en leur permettant de garder leur dignité.



4 750

**PANIER
DISTRIBUÉS**

PLUS DE 15 000
DEPUIS 2020



85

**TONNES DE DENRÉES
DONT 44 TONNES**

ÉQUIVALANT À 305 233\$
DE MOISSON MONTRÉAL



750

**USAGERS
DIRECTS**

PLUS DE 1 500
DEPUIS 2020



1255

**MEMBRES
ACTIFS**

TOTAL CUMULÉ
DEPUIS 2020

ÉPICERIE COMMUNAUTAIRE ET SOLIDAIRE



Notre épicerie libre-service accueille jusqu'à 185 usagers par distribution, soit **3700 participations** et **580 visiteurs** qui sont repartis avec 1 panier à 5\$ ou 10\$.

Concrètement, ce **service personnalisé où il faut choisir**, comme chez les commerçants, mais au faible coût d'un dépannage alimentaire, **incite à consommer de façon plus responsable**.

Ce concept innovant permet de **limiter le gaspillage** et aide nos membres à **recupérer un certain pouvoir sur ce qu'ils mangent**, en ayant accès à une alimentation saine et ce, même gratuitement pour les urgences et références.

La présence d'**intervenants extérieurs** à nos distributions, pour **informer et soutenir** nos membres, est une réelle valeur ajoutée (**Éconologis, Infologis, Institut F, Services d'aide à l'emploi de l'Est, Maison des familles, Chez nous de Mercier-Est, Pitrem...**)



Les éclairateurs

DÉPANNAGES D'URGENCE ET SURPLUS À LA PORTE

Nous offrons **8 à 15 paniers d'urgence**, à **chaque semaine** à des usagers, souvent référés par des travailleurs sociaux, intervenants scolaires ou des spécialistes de la santé.

Aussi, des « drops » à la porte ou au **Croc Bouffe**, installé par Maël Lalancette en juillet, sont annoncés sur Facebook, invitant l'ensemble de la communauté à venir se servir à volonté, sur la base du premier arrivé premier servi et les surplus en grosse quantité sont **redistribués aux comptoirs alimentaires**.

SI L'AIDE ALIMENTAIRE RESTE UN BESOIN VITAL QUOTIDIENNEMENT, NOUS VOULONS CONTRIBUER À ÉLIMINER DURABLEMENT LA FAIM !

LIVRAISONS DE PANIERS

CETTE ANNÉE, NOUS AVONS FAIT 875 LIVRAISONS POUR ASSURER L'ACCÈS À DES FRUITS ET LÉGUMES FRAIS À PRÈS DE 265 BÉNÉFICIAIRES DIRECTS

LIVRAISONS DE PANIERS COMPLETS À DOMICILE

Mis en place au cœur de la pandémie en 2020, ce service de livraison de paniers complets et équilibrés à domicile, est **réservé aux personnes à mobilité réduite, aux aînés de plus de 65 ans**, aux femmes enceintes et aux autres personnes vulnérables, isolées ou sur références.

1250 PANIERS LIVRÉS À DOMICILE DEPUIS 2020

Environ 50 paniers alimentaires ont été livrés à domicile à chaque 2 semaines, par nos 8 livreurs bénévoles avec leurs propres autos. Il s'agit de **97 bénéficiaires qui ont reçu des paniers mensuels**, de mai à septembre, soit un total de **480 paniers**.

LIVRAISONS DE PANIERS EN POINTS DE CUEILLETTE



Après le projet pilote à l'été 2021, nous avons consolidé nos partenariats et relancé en mai 2022 ce service de livraisons dans **4 points de collecte, stratégiquement situés**, afin de répondre aux besoins grandissants des secteurs identifiés comme déserts alimentaires.

Offerts directement au sein de ces 4 organismes de Mercier-Est : **le Pas de la rue, les Toits de Mercier, le CJE - Pitrem et le chalet de la société d'animation de la promenade Bellerive**, ce service s'adresse à leurs usagers, mais aussi aux résidents avoisinants en situation précaire qui n'ont ni accès à d'autres ressources, ni les moyens de se déplacer.

Avec **60 à 80 bénéficiaires par distribution**, il y a eu au total **405 paniers alimentaires complets et équilibrés** livrés chez nos partenaires, à des citoyens défavorisés, sans accès à des services alimentaires à proximité et cela a permis à **166 personnes d'avoir accès à une alimentation plus saine** et diversifiée.

800 PANIERS LIVRÉS EN POINT DE CUEILLETTE DEPUIS 2020

MILIEU DE VIE

C'est un **lieu inclusif** où les plus vulnérables peuvent venir prendre un café, une collation, se réchauffer un repas, utiliser un ordinateur et emprunter des livres, DVDs ou jeux, **4 jours par semaine**. Nos objectifs :

- Favoriser la **mixité sociale, culturelle** et garantir l'accès à un lieu sécuritaire et sans discrimination
- Permettre aux personnes d'échanger et de **retrouver dignité et utilité, en sortant de l'isolement**
- Être présent comme ressource en tant que halte chaleur et accueil hivernal de jour



ACTIVITÉS ZERO-GASPI (SUSPENDUES EN SEPTEMBRE)

Au-delà de l'aide alimentaire, nos activités d'éducation populaire et de sensibilisation ont eu beaucoup de succès **avec plus de 155 participants**, particulièrement des familles et aînés, qui s'initient à l'agriculture urbaine, la cuisine zéro-déchet et la simplicité volontaire, dans un esprit de partage multigénérationnel où chacun apprend et transmet, en sortant de l'isolement.



Midis-Philo au Frigo (bimensuel)

Thèmes abordés : gaspillage, alimentation saine, simplicité volontaire, écologie et justice sociale avec partage de trucs et astuces des participants.



Ateliers culinaires (bimensuel)

Apprendre les bonnes pratiques simples de conservation et de transformation des aliments en cuisinant ensemble des recettes santé nutritives à moindre frais.



Permanence couture (mensuel)

Accueil des participants qui souhaitent réparer plutôt que jeter et fabriquer plutôt que d'acheter (une partie du matériel est prêté par l'Antre-Jeunes).

ACTIVITÉS PONCTUELLES (DE MAI À SEPTEMBRE)



Construction de bacs
extérieurs en bois de palettes
(2 ateliers)

Découverte de
l'aménagement paysager
(2 ateliers)

Ateliers artistiques **en famille**

Création de pots de fleur en
ciment et linge recyclé
(2 ateliers)



Activités enfants
« Adoptez votre citrouille »
pour les enfants du HLM

4 Après-midi
« Jeux et goûter »



Agriculture urbaine

Entretien du jardin et des
bacs : 2 accessibles surélevés +
2 pour enfants avec partage
des responsabilités
(plantes fournies par
MHM et RAEM)



Repas communautaire
et découverte zéro-déchet
avec la Carotte communautaire

Atelier de réparation
de vélo avec BQAM



Ateliers d'initiation
« semis et graines germées »

Fabrication de faux-mage
aux graines de tournesol

Découverte et dégustation
de fleurs comestibles

APPRENTISSAGES ET BIENFAITS POUR NOS PARTICIPANTS ET BÉNÉVOLES

- Participer à des activités sociales et constructives
- Acquérir des connaissances et compétences
- Procurer un sentiment de réussite et satisfaction
- Faire reconnaître leurs contributions
- Augmenter leur activité physique quotidienne
- Améliorer sa santé mentale, réduire l'isolement
- Accroître leur participation sociale
- Renforcer leur sentiment d'inclusion

COLLABORATION ET LIAISONS COMMUNAUTAIRES

NOUS SOMMES FIERS D'ÊTRE MEMBRES DE :

- Solidarité Mercier-Est
- Réseau alimentaire de l'Est de Montréal
- Chambre de commerce de l'Est de Montréal
- Table de Quartier de Hochelaga-Maisonneuve
- Association des commerçants de Tétreaultville
- Conseil en Sécurité Alimentaire de Montréal
- Au/Lab - Laboratoire sur l'agriculture urbaine
- Coalition pour une saine alimentation scolaire
- Table sur la faim et le développement social
- Mutuelle d'approvisionnement des marchés solidaires
- Montréal Métropole en santé
- Moisson Montréal
- Centre d'action bénévole de Montréal
- Accès Bénévolat et Jebénévole.ca
- Bouffe Action Rosemont
- Desjardins Caisse de Mercier-Est-Anjou
- National Zero Waste Council
- Réseau Mentorat Montréal
- Facebook avec plus de 3050 abonnés
- Regroupement intersectoriel des organismes communautaires de Montréal

PARTICIPATIONS, ÉVÈNEMENTS ET CONCOURS :

- Assemblées régulières des membres et de concertation locale, municipale et régionale
- **SOLIDARITÉ MERCIER-EST** - Comités aviseur, développement social, développement social et urbain...
- **LA TABLE DE QUARTIER HOCHELAGA-MAISONNEUVE** - Comité aviseur (mesure 1.2) et Comité alimentation
- Groupes de discussion et ateliers de planification en sécurité alimentaire et en environnement
- Grands échanges de **MOISSON MONTRÉAL**
- 1er sommet en alimentation durable de l'Est de Montréal - **RÉSEAU ALIMENTAIRE DE L'EST DE MONTRÉAL**
- Forum SAM 2022 et rencontres du **CONSEIL EN SÉCURITÉ ALIMENTAIRE DE MONTRÉAL** - Métropole en santé
- **MONTRÉAL EN COMMUN** - évaluation du système alimentaire et sur la transition écologique
- Grande Croquée virtuelle pour l'alimentation scolaire
- **L'ÉCOLE ET LES ARTS** – conception d'une vidéo promotionnelle du Frigo de l'Est par les jeunes
- Inauguration de la murale au HLM Dupéré - **PARCOURS ÂME, MU, OMHM, MHM** et **ANTRE-JEUNES**
- Séance de formation pour nos administrateurs avec le **CENTRE DE FORMATION POPULAIRE**
- Parcours "Mon entreprise, notre bien-être" - **SAJE AQPAMM** (4 ateliers)
- Formation Marketing RH - **CENTRAIDE DU GRAND-MONTRÉAL** et **CSMO-ÉSAC**
- Accompagnement du **CENTRE ST-PIERRE** (RH, communication, planification...)
- **CROIX ROUGE** : programme arrêtez la propagation (distribution de tests rapides)
- Certificat 1ers soins en santé mentale « adultes » et « en interaction avec les jeunes » de la **CSMC**
- **CIUSSS** - plan de rétablissement pour les entreprises d'économie sociale
- Semaine de l'action bénévole et déjeuners causerie « gestionnaire de bénévoles » - **CABM**
- Divers ateliers et webinaires **ESPLANADE / ESPACE OBNL / FANSLAB**

CONCOURS « ILLUMINER LA VIE DES GENS » 2022

Prix coup de cœur des employés

CAISSE DESJARDINS DE MERCIER-EST-ANJOU

CONCOURS ESTIM - LAURÉAT

Catégorie organisme à vocation sociale

CHAMBRE DE COMMERCE DE L'EST DE MONTRÉAL



NOS FIERS PARTENAIRES

Le Frigo de l'Est accomplit sa mission grâce au support et à l'implication de précieux partenaires et collaborateurs, qui contribuent en dons alimentaires, matériels, humains ou financiers pour améliorer les conditions de vie des ménages de l'Est de l'île de Montréal.

BIENFAITEURS POUR LES DENRÉES ALIMENTAIRES ET MARCHANDISES À DISTRIBUER :

- D'la bouffe pas d'bombe
- Du pain et des enjeux
- Épiceries Métro & IGA
- Guignolée des médias
- Miracle Montréal
- Distribution Escalier
- Centre de don Renaissance
- Tablee des Chefs
- ITHQ
- Collège de Maisonneuve
- Écoles et CPE
- Académie Dunton
- Hôpital Maisonneuve Rosemont
- Croix rouge
- Plateforme Arrivage B2B
- Je passe partout
- Mayrand
- Pommes du Québec
- Rôtisserie Saint Hubert
- Sobey's
- Bazar St-Germain



REMERCIEMENTS PARTICULIERS

L'OMHM nous a prêté un local ces 3 dernières années et nous a aussi permis d'utiliser l'espace extérieur pour nos activités de simplicité volontaire et d'agriculture urbaine.

Nous sommes vraiment reconnaissants de la confiance des partenaires en points de cueillette : **le Pas de la rue, les Toits de Mercier, le CJE - Pitrem et la société d'animation de la promenade Bellerive.**

Soulignons les initiatives de mutualisation de camions de **Bouffe Action Rosemont** et du **BADR -Bureau Associatif pour la diversité et la réinsertion**, qui sont un réel coup de pouce pour notre organisme.

N'oublions pas tous vos dons d'équipement et fournitures : **Arrondissement MHM, Caisse Desjardins Mercier-Est-Anjou, Services informatiques de l'UQÀM, IGA PAT, Sobey's - Opération Compassion, Patrick Morin, Quincaillerie de Grosbois, les jardins communautaires, Jean Coutu** et tant d'autres...

Un merci spécial à **Marie-Ève Leblanc** (centre St Pierre), **Gessica Gropp** (LOCO Montréal), **Julie Sanscartier** (Remax) et **Rayside Labossière Architecture** pour leur accompagnement ces derniers mois.



Merci aussi à tous nos élus fédéraux, provinciaux et municipaux pour leur soutien et leur participation aux distributions et particulièrement à **Julien Hénault-Ratelle**, conseiller de la ville pour Mercier-Est, qui s'est investi au-delà de son mandat depuis septembre pour nous aider avec tous les enjeux liés à la perte de notre local et à notre relocalisation.

NOS GÉNÉREUX BAILLEURS DE FONDS

Nos sincères remerciements à tous les individus, organisations, entreprises, commerces qui nous aide ! Votre engagement et votre support sont absolument vitaux pour nous, que ce soient des cartes cadeaux, commandites, dons réguliers ou ponctuels, soutien à la mission, subventions, etc...

Nous tenons d'ailleurs à remercier les dons mensuels de **Marc-André Roy**, ancien usager du Frigo de l'Est, qui souhaite redonner au suivant.

Centre intégré
universitaire de santé
et de services sociaux
du Centre-Sud-
de-l'Île-de-Montréal

Québec 



Centraide
du Grand Montréal

Emploi
Québec 



Employment and
Social Development Canada

Emploi et
Développement social Canada

Mercier
Hochelaga-Maisonneuve
Montréal 



 **Desjardins**
Caisse de Mercier-Est-Anjou

<p>Paul St-Pierre Plamondon Député de Camille-Laurin Chef du troisième groupe d'opposition</p> <p> ASSEMBLÉE NATIONALE DU QUÉBEC</p> <p>Bureau de circonscription 8695, rue Hochelaga Bureau 302-E, Montréal (Québec) H1L 6J5</p>	
---	--

ÉTATS FINANCIERS DU FRIGO DE L'EST

BILAN AU 31 MARS 2023	2023	2022
ACTIF		
ACTIF À COURT TERME		
Encaisse	32 373 \$	15 449 \$
Compte avantage	60 656 \$	10 032 \$
Créances (note 4)	17 616 \$	8 896 \$
	110 645 \$	34 377 \$
IMMOBILISATIONS CORPORELLES (note 5)	7 753 \$	22 460 \$
	118 398 \$	56 837 \$
PASSIF		
PASSIF À COURT TERME		
Créditeurs (note 6)	8 096 \$	11 973 \$
ACTIF NET		
INVESTI EN IMMOBILISATIONS	7 753 \$	22 460 \$
AFFECTÉ (note 9)	97 404 \$	22 404 \$
NON AFFECTÉ	5 145 \$	-
	110 302 \$	44 864 \$
	118 398 \$	56 837 \$

LES NOTES COMPLÉMENTAIRES FONT PARTIE INTÉGRANTE DES ÉTATS FINANCIERS.

Apports reçus sous forme de services et services reçus à titre bénévole : Dans le cadre de son fonctionnement courant, l'organisme recourt aux services de nombreux partenaires et bénévoles. Ces services sont constatés sous la rubrique "Services des bénévoles" dans les produits. Ces produits sont évalués suivant la valeur de services similaires sur le marché pour les contributions sous forme de services et par un taux horaire de 15,25\$ l'heure pour les services des bénévoles.

Note 3

Durant l'exercice 2023 et étant donné la perte imminente du local, le conseil d'administration a décidé d'affecter un montant supplémentaire de 75 000 \$ à la relocalisation. L'organisme ne peut utiliser à d'autres fins ces sommes grevées d'une affectation interne sans l'accord préalable du conseil d'administration.

Note 9

RÉSULTATS (Exercice terminé le 31 mars 2023)	2023	2022
PRODUITS		
SUBVENTIONS		
CCSMTL PSOC - Mission globale	65 935 \$	-
CCSMTL PSOC - Supplément nourriture	10 860 \$	-
Emploi Québec	51 702 \$	39 296 \$
Centraide	50 000 \$	12 000 \$
Services Canada - Programme Nouveaux Horizons	10 667 \$	-
Services Canada - Emplois Été Canada	7 505 \$	-
Politique de soutien financier de MHM	8 000 \$	18 108 \$
LTQHM / FGM	-	5 481 \$
Banques Alimentaires du Canada / Croix Rouge	-	35 000 \$
Club des petits déjeuners du Québec	10 800 \$	-
	215 469 \$	109 885 \$
AUTRES FINANCEMENTS		
Revenus propres (contributions des membres)	14 411 \$	19 832 \$
Dons	3 110 \$	10 437 \$
Desjardins - Caisse Mercier-Est Anjou	8 000 \$	-
Concours et bourses (22-23 : Desjardins - Illuminer la vie des gens)	2 500 \$	10 396 \$
Programme de Soutien à l'Action Bénévole	7 000 \$	8 800 \$
Ventes	-	1 818 \$
Revenus d'intérêts	627 \$	26 \$
	35 648 \$	51 309 \$
Sous-total - AUTRES FINANCEMENTS :	35 648 \$	51 309 \$
<i>SERVICES BÉNÉVOLES (note 3) :</i>	79 300 \$	94 950 \$
	330 417 \$	256 144 \$
TOTAL DES PRODUITS		
CHARGES		
Salaires et charges sociales	129 848 \$	135 816 \$
Denrées alimentaires	18 994 \$	12 521 \$
Amortissement des immobilisations	15 837 \$	4 108 \$
Honoraires professionnels	5 135 \$	3 968 \$
Frais de transport	4 573 \$	4 119 \$
Fournitures, matériel et quincaillerie	2 853 \$	1 305 \$
Frais de financement et bancaires	1 838 \$	1 543 \$
Télécommunications, publicités, promotions	1 630 \$	2 069 \$
Assurances	1 468 \$	1 433 \$
Abonnements	983 \$	1 417 \$
Frais de bureau	734 \$	1 014 \$
Adhésions et cotisations	708 \$	527 \$
Vie associative	623 \$	633 \$
Formations	455 \$	377 \$
Entretien et réparations	-	1 729 \$
Taxes et permis	-	36 \$
	185 679 \$	172 615 \$
Sous-total - CHARGES :	185 679 \$	172 615 \$
<i>SERVICES BÉNÉVOLES (note 3) :</i>	79 300 \$	94 950 \$
	264 979 \$	267 565 \$
TOTAL DES CHARGES		
EXCÉDENT (INSUFFISANCE) DES PRODUITS SUR LES CHARGES	65 438 \$	-11 421 \$

« Affirmez votre volonté d'être une entreprise ou un citoyen responsable et acteur du changement, devenez membre du Frigo de l'Est »



NON au Gaspillage
OUI à la Solidarité

FRIGO COMMUNAUTAIRE ET SOLIDAIRE DE L'EST

Téléphone : (438) 388 0187 - Info@FrigodelEst.org

www.Facebook.com/FrigodelEst – <https://www.FrigodelEst.org>

NEQ : 1174903501 - TPS : 761036672 RT-001 - TVQ : 1226936315 TQ-001