



## Plus qu'un simple repas

**Grâce à l'aide d'un programme alimentaire soutenu par Centraide, Chad n'a pas à se demander d'où proviendra son prochain repas.**

« J'ai grandi dans un petit village et quand je me suis retrouvé dans la grande ville, c'était rare de trouver une âme prête à donner un coup de main. C'est ce qui rend Centraide si important. Je faisais partie de ces gens qui avaient besoin de tels services, et j'ai réalisé que c'était quelque chose sur lequel je pouvais compter. Je n'avais pas à m'inquiéter, je pouvais recevoir le soutien dont j'avais besoin.

Même aujourd'hui, savoir que le programme alimentaire existe — et que si j'ai besoin d'aide, on ne va pas me la refuser — signifie beaucoup.

Je reçois mon épicerie le mercredi. J'ai pris conscience que j'avais besoin de cette aide pendant l'été, alors que la pandémie durait depuis quelques mois. Grâce à cette aide, je n'ai pas à me demander quand je vais manger ni ce que je vais manger. Ça peut être une miche de pain ou une carte-cadeau pour que je puisse faire mes propres courses, mais ça me permet de me sentir plus stable. Cette aide est très utile quand on n'en a pas les moyens soi-même.



**Centraide**

Il y a même des moments où je reçois un peu plus que ce dont j'ai réellement besoin. Je m'efforce alors de donner au suivant — quand un ami vient me voir, je lui dis alors : “Tiens, prends ça. Si t'en as besoin, prends-le”. Parce que si je ne peux pas l'utiliser, j'en connais d'autres qui le pourront.

C'est la raison pour laquelle je fais aussi du bénévolat au programme alimentaire. J'ai été élevé dans la conviction qu'un coup de main est toujours le bienvenu. Mon père adoptif était le plombier de la ville, et même si certaines personnes n'avaient pas toujours les moyens de le payer, il faisait le travail. Ma mère adoptive, elle, était active à l'église et faisait partie des auxiliaires paroissiales. Elles faisaient des ventes de pâtisseries, des soupers, des choses comme ça. L'entraide rapprochait vraiment les gens et faisait de nous une communauté très unie.

C'est en fait dans le nom même de l'organisation! Qu'on y travaille ou qu'on y reçoive de l'aide, Centraide nous rassemble, nous unit dans la conviction que nous pouvons nous entraider. »



## **Nourrir les familles — et la communauté**

**Quand Travis a réalisé que des gens de son voisinage étaient en difficulté pendant la pandémie, il a su comment les aider.**



**Centraide**

« Au début de la pandémie, j'ai vu que des gens dans ma communauté étaient en difficulté. Certains n'avaient pas assez à manger. Aujourd'hui, j'ai trois enfants en famille d'accueil que j'éleve seul, alors je garde un garde-manger bien garni — beaucoup de viande, des légumes, des soupes, ce genre de choses. J'ai grandi dans une petite communauté où j'ai été privé de certaines choses, alors je sais que ce n'est pas facile de vivre d'aliments secs.

J'ai donc commencé à fouiller dans mon garde-manger et à déposer des boîtes d'aliments chez des voisins qui, selon moi, en avaient besoin. Des gens ont entendu parler de ce que je faisais et un jour, quelqu'un de Centraide a communiqué avec moi pour me demander comment ils pouvaient m'aider.

Je n'ai même pas eu à y réfléchir. J'aimais cette organisation et je l'ai vue tenir ses engagements année après année. Je n'ai jamais utilisé ses services moi-même, mais je connais des gens qui l'ont fait, et je sais que Centraide offre plus que de la nourriture. C'est une famille, une communauté, une structure et une stabilité qui sont offertes également.

J'ai commencé par livrer des aliments à six ménages, mais avec l'aide de Centraide, je peux maintenant faire en sorte que 23 ménages ont suffisamment à manger.

C'était tellement réconfortant de pouvoir faire ça, car non seulement j'ai pu aider, mais j'ai aussi appris à connaître les familles. Il y avait des personnes âgées, des familles nombreuses, des personnes seules qui s'occupent d'un parent malade.

Je vois les communautés comme un effet domino — si une chose s'effondre, tout le reste commence à s'écrouler. Nous devons soutenir les gens, il en va de la survie de nos communautés. C'est vraiment important de pouvoir aider les gens, car on veut pouvoir maintenir cette structure que la communauté représente. »