

## La Fondation Little Warriors...

une organisation caritative nationale axée sur la sensibilisation, la prévention et le traitement des abus sexuels commis sur des enfants

L'un des moments les plus dévastateurs et bouleversants de ma vie fût celui où ma fille de 8 ans m'a révélé qu'elle avait été victime d'abus sexuels. La vie s'est arrêtée à ce moment-là; tout en aidant ma fille à guérir, je luttais contre le sentiment d'isolement et d'échec que j'éprouvais en tant que mère.

Les mois suivants se sont révélés difficiles, émotifs et compliqués. Nous faisons face à de nombreux obstacles en essayant de naviguer dans un système qui ne tient pas toujours compte de la victime et nous nous sommes battus pour rester à flot. C'est alors que nous avons découvert notre bouée de sauvetage, la Fondation Little Warriors et le Ranch Be Brave.

Peu après, nous avons entamé notre parcours de guérison au Ranch Be Brave et, tandis que ma fille commençait son traitement, j'ai participé au Bridge Program, leur programme de transition pour les parents. Ils m'ont mise en contact avec un coach qui a validé mes sentiments tout en m'informant sur les traumatismes, les stratégies parentales, les capacités d'adaptation et la gestion du bien-être. J'avais enfin trouvé un endroit où je pouvais apprendre comment aider le mieux possible ma fille,

préservé ma propre santé mentale et guérir de cette période difficile.

*"Nous étions toutes deux brisées lorsque nous avons franchi les portes de Little Warriors, mais ce sont les personnes qui se trouvaient derrière ces portes qui ont aidé ma famille à guérir et à retrouver la paix. Sans leurs programmes, nous ne serions pas là où nous sommes aujourd'hui. Nous leur en sommes éternellement reconnaissants"*



## Un message du directeur exécutif

Je tiens tout d'abord à remercier toutes les organisations philanthropiques qui nous ont envoyé des histoires fantastiques pour cet édition de notre bulletin d'information. Vos histoires font chaud au cœur et représentent l'essence même de ce que nous essayons de faire pour tant de personnes dans le besoin.

Si votre histoire n'a pas été incluse, ce n'est pas qu'elle n'était pas digne d'intérêt, mais parce qu'il n'y avait tout simplement pas assez de place.

Pendant deux ans, nous avons dû faire face à la COVID et à ses effets sur notre quotidien. Nous avons

beaucoup souffert, certains plus que d'autres. Elle aura changé la vie de tous et toutes. Nous pouvons en tirer certains aspects positifs, mais ce qui en reste, ce sont surtout les souvenirs de la lutte. Une lutte pour obtenir des soins médicaux, de la nourriture, un logement, des services scolaires et des relations sociales... la liste est longue.

La pandémie est maintenant terminée, mais ses effets perdurent. À plusieurs égards, de nombreuses personnes voient leur situation devenir plus précaire. L'accessibilité financière est devenue un problème majeur pour plusieurs!

Un nombre record de Canadiens se tournent vers les banques alimentaires pour mettre de la nourriture sur leur table. La hausse des prix du logement et de

l'inflation oblige de nombreuses personnes à devoir faire des choix entre des biens essentiels tels que la nourriture, les vêtements et le logement.

Nous avons donc décidé, dans cette édition, de mettre l'accent sur le travail formidable et inlassable que les banques alimentaires du Canada accomplissent pour aider les 20 % de la population canadienne qui se tournent maintenant vers elles pour nourrir leur famille. Nous espérons vraiment que vous en apprécierez le contenu.

**Michael Fitzgerald**

[www.thetenaquipfoundation.ca](http://www.thetenaquipfoundation.ca)  
[info@thetenaquipfoundation.ca](mailto:info@thetenaquipfoundation.ca)  
514-426-3700

# La Fondation Tenaquip, un soutien aux banques alimentaires à travers le Canada.

En 2023, "Banques alimentaires Canada" a indiqué qu'à ce jour, plus de 8 millions de personnes par mois ont visité une banque alimentaire.

Dans tout le pays, les banques alimentaires sont à bout de souffle. Dans la région du Grand Toronto, avant la pandémie, 128 banques alimentaires accueillent environ 65 000 personnes par mois. Ce chiffre est aujourd'hui de 270 000.

**La Fondation Tenaquip donne chaque année plus d'un demi-million de dollars à plus de 20 "banques alimentaires" à travers le Canada.**

**Nous avons pensé qu'il valait la peine de partager quelques histoires de certaines d'entre elles.**

Avec l'augmentation des besoins et le manque d'argent, c'est un miracle que ces organisations s'en sortent... mais elles y parviennent!

**Michael FitzGerald**

Directeur exécutif  
Fondation Tenaquip





## Le Dépôt - Un centre communautaire d'alimentation à Montréal... Nourrir les Montréalais depuis 1986

De nombreuses personnes franchissent les portes du Dépôt et Adejoke est l'une d'entre elles.

Elle est décrite comme étant résiliente, courageuse et attentionnée. Après avoir fui le Nigéria avec son fils en 2018, elle est devenue une participante, mais aussi une bénévole au Dépôt.

Les relations qu'Adejoke a nouées avec les membres de l'équipe du Dépôt ont été fondamentales pour elle alors qu'elle s'établissait dans sa nouvelle communauté. Alors qu'elle devenait plus à l'aise en tant que bénévole au Dépôt, l'équipe, et en particulier le chef James, l'a poussée à sortir de sa zone de confort et l'a encouragée à trouver du travail. Ce qu'elle a fait.

***“Le Dépôt m’a beaucoup appris : comment servir la communauté, toujours sourire pour que les gens se sentent bien accueillis et sachent que c’est un endroit où il fait bon venir.”***

Nous savons que la pauvreté est à l'origine de l'insécurité alimentaire. C'est pourquoi nous proposons plus de 20 programmes alimentaires qui vont au-delà de l'aide alimentaire d'urgence. Par exemple, Adejoke a été l'une des premières à être invitées dans le cadre de notre programme de chefs participants. Son visage s'est illuminé lorsqu'elle a décrit la préparation d'un plat nigérian pour une communauté qui est devenue comme une famille.

Karima Dajani – Le Dépôt

## L'impact continu de Tenaquip sur la banque alimentaire du Grand Vancouver

Tenaquip soutient les programmes alimentaires complémentaires de la BAGV depuis de nombreuses années, ce qui a un impact direct sur le bien-être de nos clients qui luttent contre l'insécurité alimentaire. Cette année, ces derniers soutiennent généreusement notre programme “Grade Schooler” qui fournit une boîte nutritionnelle mensuelle à tous les enfants âgés de 6 à 12 ans.

Leslie est mère de deux jeunes filles. Avec un seul revenu, elle et son mari ont eu du mal à joindre les deux bouts et ont dû recourir à la banque alimentaire pour la première fois. Leslie avait peur de demander de l'aide, mais elle savait que c'était le seul moyen pour ses filles d'obtenir la nutrition dont elles avaient besoin pour grandir et s'épanouir.

***“J’ai fondu en larmes après ma première visite à la banque alimentaire. J’étais tellement heureuse de recevoir enfin les aliments sains que ma famille devrait manger”.***

En tant que cliente de la BAGV, elle reçoit chaque semaine un panier familial de produits d'épicerie bien équilibrés. En outre, elle reçoit chaque mois des compléments alimentaires conçus par une diététicienne et adaptés à ses filles.

“Merci beaucoup à la Fondation Tenaquip de rendre notre rayonnement possible et de veiller à ce que les membres dans le besoin de notre communauté ne souffrent jamais de la faim. »



Leanna McKnight – banque alimentaire du Grand Vancouver

# Banque alimentaire d'Edmonton

## La Banque alimentaire d'Edmonton ... Livrer de la nourriture à ceux qui en ont besoin!

Le service de livraison à domicile de la banque alimentaire d'Edmonton est essentiel et les avantages à long terme qu'il procure aux personnes qu'il dessert sont inestimables. Le service coordonne, en moyenne, 75 livraisons à domicile par semaine.

De nombreuses personnes ont désespérément besoin de ce service et Michael est l'une d'entre elles.

Michael est une personne âgée de 72 ans à faible revenu qui a contacté la banque alimentaire d'Edmonton pour obtenir de l'aide alimentaire. Michael a expliqué que son poumon droit a été enlevé il y a quelques années à cause d'un cancer. Il est sous oxygène et est confiné à la maison. Habituellement, le fils de Michael l'aide en allant chercher son panier de provisions ; cependant, son fils est maintenant à l'extérieur de la province avec un

nouvel emploi. Grâce aux dons de notre communauté, nous avons pu faire livrer un panier à Michael et veiller à ce qu'il soit nourri. Michael est reconnaissant et apprécie que sa "famille élargie" de la banque alimentaire d'Edmonton soit en mesure de l'aider.

"Grâce au don généreux de la Fondation Tenaquip, nous n'avons plus à nous soucier de l'acheminement de la nourriture à

nos clients les plus vulnérables et les plus isolés. Nous disposons des fonds nécessaires pour continuer à aider des gens comme Michael. Grâce à des donateurs comme vous, la nourriture arrive dans les foyers qui en ont besoin."

**Merci, Tamisan Bencz-Knight - Banque alimentaire d'Edmonton**



## Second Harvest - La plus grande organisation de récupération alimentaire au Canada

« Nous sommes au cœur d'une crise d'insécurité alimentaire au Canada et des millions de personnes luttent chaque jour pour mettre de la nourriture sur leur table. L'accès à la nourriture est un droit humain fondamental, pas un privilège. »

« Second Harvest récupère des aliments tout au long de la chaîne d'approvisionnement et les redirige vers des organisations à but non lucratif qui nourrissent les Canadiens dans tout le pays. En mettant l'accent sur les aliments frais, nutritifs et périssables, Second Harvest concentre ses actions sur l'accès des personnes aux aliments riches en nutriments dont elles ont besoin pour se développer, tout en évitant que les aliments ne soient inutilement gaspillés. »

« Grâce au soutien de Second Harvest, et plus particulièrement du programme de récupération alimentaire, nous sommes en mesure d'offrir davantage de fruits et de légumes frais. C'est particulièrement important pour les familles avec enfants qui ne sont pas en mesure d'acheter ces produits dans le cadre de leur budget d'épicerie hebdomadaire. »

« Souvent, nous proposons un légume que nous venons de recevoir et nous l'exposons sur une table. Les enfants sont impatients de voir quel légume est exposé chaque semaine. Nous savons que les enfants sont plus enclins à essayer quelque chose s'ils font partie des processus d'achat et de cuisine. »

**Samantha O'Neill - Second Harvest**



## Les Grands Frères Grandes Sœurs de l'Ouest de l'Île ... Aider nos jeunes à grandir !

Regardons les choses en face : grandir peut être un véritable défi pour de nombreux enfants. Si l'on y ajoute la pauvreté, les problèmes de santé mentale et physique, l'isolement et le harcèlement, pour n'en citer que quelques-uns, il peut être encore plus difficile pour les enfants de devenir tout ce qu'ils peuvent être.

La mission des GFGS de l'Ouest de l'Île est de permettre des relations de mentorat qui changent une vie et de propulser le pouvoir et le potentiel des jeunes. En offrant à un enfant un modèle positif, on lui don-

ne une chance de s'ouvrir à de nouvelles expériences, de gagner en confiance et en estime de soi et de favoriser une relation stable et sûre avec un mentor attentif qui est là pour l'écouter et le guider.

**“Merci, de la part de tous les membres des GFGS, pour votre merveilleux soutien au fil des ans. Grâce à une générosité comme la vôtre, de nombreux enfants deviennent des membres heureux et prospères de la communauté. Ça prend vraiment un village....”**

## Feed the Need Durham... Lutter contre l'insécurité alimentaire

“Feed the Need” est un grossiste qui fournit de la nourriture et autres produits de première nécessité aux banques alimentaires de la communauté. Malheureusement, le nombre de personnes ayant besoin de ces services a considérablement augmenté au fil des ans. L'afflux d'immigrants en provenance d'Ukraine et d'autres pays a également aggravé cette pénurie.

En raison de ces changements, “Feed the Need Durham” a ouvert sa propre banque alimentaire pour fournir de la nourriture aux personnes dans le besoin. Grâce à l'aide de la Fondation Tenaqip, Feed the Need Durham a pu fournir 15 000 repas aux communautés locales.



# Les Distress Centers de Toronto ... Sauver des vies

Depuis 1967, les Distress Centers de Toronto offrent un soutien opportun et constant sous forme d'interactions d'aide émotionnelle, d'interventions en cas de crise et de prévention des suicides auprès des personnes en détresse. Comme vous pouvez l'imaginer, la demande pour nos services atteint des niveaux historiquement élevés; davantage de personnes ont besoin de notre soutien, et davantage de personnes connaissent des problèmes plus graves en raison de la pandémie et de son impact sur notre économie, nos relations et nos soutiens sociaux normaux.

L'année dernière, les Distress Centers du Grand Toronto sont intervenus dans plus de 170 000 interactions d'aide avec les membres les plus vulnérables de notre communauté. De nombreux utilisateurs de nos services expriment leur appréciation et leur gratitude pour le travail que nous accomplissons, mais peut-être aucun ne l'a fait de manière aussi poignante que cet appelant, qui nous a simplement dit :

**« Sans votre soutien, je ne serais pas en vie. »**

«Permettez-moi donc d'exprimer notre appréciation et notre gratitude à la Fondation Tenaquip pour son généreux soutien.»

Robert Ridge - Directeur exécutif,  
Distress Centres of Greater Toronto



## Le Tenaquip est fier de soutenir les organisations suivantes en 2022 - 2023

Abavos  
Accueil Bonneau  
Alberta Council of Women's Shelters  
SLA Québec  
Services à la famille Amcal – Ouest de l'Île  
Asia's Hope  
Auberge Madeleine  
Aurora Food Pantry  
BC Foodbanks  
Beyond 21 Hub  
Big Brothers Big Sisters Greater Halifax  
Grands Frères et Grandes Sœurs Montréal  
Big Brothers Big Sisters of Guelph  
Grands Frères et Grandes Sœurs Ouest de l'Île  
Big Brothers of Yukon  
Blue Door Shelter  
Calgary Drop in Center  
Calgary Food Bank  
Calgary Homeless Foundation  
Calgary Meals on Wheels  
Calgary Urban Project Society  
Calgary Women's Emergency Shelter  
Canada Cycles For Kids  
Fondation pour la santé des hommes au Canada  
Canuck Place Children's Hospice  
Centraide  
Champions pour la vie  
Chez Doris  
Fondation pour l'aide à l'enfance du Canada  
Children's Organ Transplant Society  
Fondation du CLSC Lac St. Louis Pierrefonds  
Cuisine collective  
Concordia University Scholarship Program  
Covenant House  
Centre juif Cumming pour aînés  
Cure SMA  
Dans la Rue  
Distress Centers of Toronto  
Doane Hospice House  
L'étoffe du succès/Dress for Success Montréal  
Dudes Club  
Dunham House  
Durham Children's Aid  
Edmonton Food Bank  
Edmonton Meals on Wheels

Fondation Charles Bruneau  
Fondation Gisèle Faubert  
Fondation Jeunes en Tête  
Greater Vancouver Foodbank  
Harvest House  
Heads Up Guys  
Health Bridge  
Homes First  
Hope Air  
Hope and Cope Compassionate Fund  
Hope Mission Homeless Center  
Independent Living Center Kingston  
Inn From the Cold  
Interval House  
Jennifer Ashleigh Children's Charity  
Jeunesse, J'écoute  
Leftovers Foundation  
Illuminez un Rêve  
L'île des amis  
Les Petits Frères  
Little Warriors Canada  
Loft Community Services  
Love Québec  
Centre Mackay  
Mada  
Madagascar School Project  
Rêves d'enfants Canada  
Massey Center  
Mississauga Food Bank  
Institut et hospital neurologiques de Montréal  
Moisson Montréal  
Fondation de l'Hôpital de Montréal pour enfants  
École orale de Montréal pour les sourds  
Mouvement  
Dystrophie musculaire Canada  
National School of Puppet Learning  
National Service Dogs  
Communauté Nazareth / Anne's House  
Newmarket Food Pantry  
Northern Rockies Seniors Society  
Nova Montréal  
Nova Ouest de l'Île  
Mission Old Brewery  
On Rock Community Services  
Options Bytown

Orbis Canada  
Fondation Centre Philou  
Plan International Canada  
Portage Ontario  
Fondation québécoise des vétérans  
Fondation Réтина  
Revdec  
Maison Ronald McDonald  
Ruelle de l'avenir  
Armée du Salut  
Santrapol Roulant  
Second Harvest  
Pères séparés  
Transit Secours/Shelter Movers  
Shine Through the Rain  
Opération Boîte à chaussures  
Société de Saint Vincent  
Sonshine Community Services  
Southlake Regional Health Care  
Fondation pour l'enfance Starlight  
Stephen's Backpacks for Children  
Jeunesse au Soleil  
Fondation Rayons de Soleil  
Teresa Dellar Palliative Care Residence  
Le Dépôt  
The Raw Carrot  
Toujours Ensemble  
Tyndale St. Georges  
United Way  
VGH & UBC Hospital Foundation  
VOBOC  
Mission Bon Accueil  
Fondation Weredale  
Centre de bien-être de l'Ouest de l'Île  
Parainage Civique de la Banlieue Ouest  
Centre communautaire de l'Ouest de l'Île  
Mission de l'Ouest de l'Île  
Winnipeg Harvest  
L'Envol des femmes/Women on the Rise  
Centre des femmes de Montréal  
Vision mondiale Canada  
Wounded Warriors  
YESS

# La Résidence de soins palliatifs Teresa Dellar ...

La résidence est équipée de 23 lits et constitue la plus grande résidence indépendante de soins palliatifs au Canada. L'objectif de la résidence est de veiller à ce que les patients vivent leurs derniers moments dans la dignité et la paix. Le témoignage de la petite-fille d'un patient souligne l'impact profond qu'a le soutien de la Fondation Tenaquip sur les patients et les familles. Votre soutien est l'épine dorsale de notre travail.

« Malgré les défis auxquels mon grand-père a dû faire face - la perte de son épouse, avec lui depuis 60 ans, et l'isolement causé par la COVID - la Résidence lui a apporté de l'apaisement. Il a trouvé du réconfort dans l'art, les puits de lumière, les vues sur la nature et le personnel attentif. Les repas de qualité supérieure l'ont étonné. Il a qualifié son expérience de "première classe". Cet endroit a dépassé ses attentes. »

"Pour les derniers jours de mon grand-père, il ne pouvait y avoir de meilleur endroit. Votre compassion à l'égard des patients et des familles est profondément appréciée."

- Katie, petite-fille de John



# MERCI

Je tenais à vous exprimer ma profonde gratitude pour votre incroyable générosité et votre soutien. Chaque année, vos dons couvrent mon salaire, ce qui me permet de poursuivre ma passion pour la défense de la santé mentale et de me consacrer entièrement aux résidents.

*Jane (travailleuse en santé mentale), L'île des amis*

Alors que nous approchons de la fin de l'année, je voulais à nouveau prendre le temps pour remercier la Fondation Tenaquip pour son don. Votre soutien nous a permis de réaliser 65 Rêves Soleil cette année, soit 10 de plus que ce qui était prévu à l'origine.

*Brittany Kosir, Fondation Rayons de Soleil du Canada*

Cher Michael, je tiens à vous remercier, ainsi que la Fondation Tenaquip, pour votre second don à l'Adanac Park Lodge ! Cela permettra à notre nouveau poste de nous couvrir 7 jours par semaine, ce qui est fantastique.

*Staci Kalmeck, Vancouver Coastal Health*

Merci pour vos années de soutien et d'encouragement, cela signifie beaucoup pour nous et les familles que nous aidons ensemble.

*Claudine Cook, SLA Québec*



Grâce à votre générosité inspirante, plus nombreux que jamais sont les jeunes qui ont accès aux services de Jeunesse, J'écoute. Depuis le début de l'année 2020, nous avons soutenu plus de 15 millions d'interactions avec des jeunes. Ce travail ne serait pas possible sans vous. Merci de vous joindre à nous dans cette aventure !

*Ariel Sully, Jeunesse, J'écoute*

Nous venons de recevoir un chèque de la Fondation Tenaquip et nous ne pouvons attendre pour exprimer notre profonde gratitude ! Ce don très généreux aura un impact énorme sur la vie des enfants transplantés de la Colombie-Britannique et les membres de leur famille immédiate.

*Virginia Hetherington, Children's Organ Transplant Society*

Aujourd'hui, j'ai reçu par la poste un chèque de la Fondation Tenaquip. Merci beaucoup pour votre soutien continu à HeadsUpGuys! Le soutien de la Fondation Tenaquip nous permet de continuer à aider les hommes du monde entier dans leur lutte contre la dépression et le suicide.

*John Ogrodiczuk, Heads Up Guys*

Merci pour votre récent don à Interval House. Votre don offre aux femmes et aux enfants qui fuient les abus dans leur foyer la sécurité dont ils ont besoin pour reconstruire leur vie. Nous vous sommes reconnaissants de votre soutien continu.

*Katie Mosher, Interval House*

Je suis impressionnée par le soutien exceptionnel que nous continuons à recevoir et je tiens à vous exprimer notre sincère gratitude pour votre aide à mettre fin à l'insécurité alimentaire.

*Tasha Lackman, Le Dépôt*

Au nom du programme de cuisine communautaire, je tiens à vous remercier pour votre généreux soutien. Votre contribution fait une énorme différence dans notre capacité à soutenir les personnes dans le besoin.

*Sundae Nordin, Cuisine collective*

Bonjour Michael, Nous sommes ravis de pouvoir compter sur votre soutien cette année encore. Nous sommes incroyablement reconnaissants de travailler avec vous pour aider le monde à devenir meilleur..

*Vicky Jaggard, Grands Frères et Grandes Sœurs du Grand Halifax*

Au nom des résidents et du personnel, nous vous remercions de votre soutien continu et de votre générosité. Votre don sera utilisé avec diligence pour assurer la chaleur, la sécurité et la dignité de tous les membres de la communauté Nazareth.

*Sheila Woodhouse, Communauté Nazareth*

Merci d'investir dans l'espoir et la guérison des familles dans le besoin. Vous jouez un rôle crucial dans notre mission commune d'aider les femmes et les enfants à transformer leur vie !

*Susan Herman, Sonshine Community Services*

