

BULLETIN DE NOUVELLES  
NEWSLETTER

# Rosh Hashanah 2025

DANS CETTE ÉDITION / IN THIS ISSUE:

Article principal  
Main article

Nos super bénévoles  
Volunteer spotlight

Attention et soutien  
Sharing & caring

Les gestes qui touchent  
We were touched

Détails sur Rosh Hashanah 2025  
Rosh Hashanah 2025 details

Calendrier des opportunités de bénévolat  
Volunteer opportunities calendar

## Ensemble, on agit. Ensemble, on change.

Quelque chose est en train de changer dans notre monde. On le ressent—dans l'inquiétude silencieuse d'un parent, dans l'incertitude dans la voix d'un aîné, dans le silence de quelqu'un qui, autrefois, s'en sortait. Les prix grimpent, les repères se dérobent, et pour les plus vulnérables, la stabilité s'effrite. Ce qui semblait acquis devient fragile. Et quand cela arrive, les besoins les plus simples—manger, se sentir en sécurité, être traité avec dignité—deviennent essentiels.



## Together, We Act. Together, We Change.

Something is shifting in our world. You can feel it—in the quiet worry of a parent, the uncertainty in a senior's voice, the silence of someone who used to manage just fine. Prices climb, systems strain, and for many—especially the most vulnerable—stability is slipping away. What once felt secure now feels fragile. And when that happens, the basics—food, safety, dignity—become lifelines.

# Message du Rabbi de Lubavitch

## UN INDIVIDU EST UNE MULTITUDE

Nos sages enseignent : « C'est pour cette raison que l'homme (Adam) a été créé seul — pour te montrer que celui qui sauve une seule vie, c'est comme s'il avait sauvé un monde entier. »

Le Rabbi de Lubavitch précédent exprimait cette idée avec des mots puissants : « Un individu est une multitude. »

Cela signifie que chaque personne est un monde en soi — avec de nombreuses dimensions, capacités et désirs souvent contradictoires, à l'image du monde dans son ensemble. En effet, l'être humain est un microcosme de l'univers.

Notre mission dans la vie est de raffiner et d'élever ce monde intérieur. D'unifier les différentes facettes de notre caractère au service d'un but plus élevé. Et tout comme nous devons créer cette harmonie en nous-mêmes, nous sommes appelés à apporter l'harmonie autour de nous — dans notre communauté, notre pays et le monde entier.

Lorsqu'on aide une personne — vraiment — on élève tout un univers. Voilà la grandeur de l'individu. Voilà la force d'une seule mitsva, d'un seul acte de bonté.

C'est aussi une vérité profonde sur la société. Dans une vraie démocratie, l'individu n'est pas effacé — il est mis en valeur. Bien que chacun soit unique, en travaillant ensemble avec responsabilité et respect mutuels, nous créons l'unité à partir de la diversité. De même, chaque dirigeant doit se considérer comme le représentant de chaque personne, pas seulement de ceux qui l'ont choisi. Car le vrai leadership, comme la véritable bienveillance, ne repose pas sur le pouvoir personnel — mais sur la capacité à relier, à unir, à faire pont entre les individus autour d'un objectif commun.

En fin de compte, cette unité permet de transformer un « domaine public » — lieu de dispersion — en un « domaine privé » : un espace où un but plus élevé unit toutes les différences. Pour construire un monde meilleur, il faut commencer par reconnaître la valeur de chaque individu. Et la plus grande expression de cette valeur, c'est d'aimer, d'aider et d'agir.

Car élever une seule âme, c'est rapprocher le monde entier de la délivrance.

## Message du Directeur



Chers amis,

Dans la tradition juive, l'éducation (chinuch) va bien au-delà de la transmission de connaissances. C'est un appel à éveiller le cœur, à apprendre à reconnaître les besoins autour de nous — et surtout, à y répondre avec amour et responsabilité.

Aujourd'hui, les besoins dans notre communauté sont immenses. Et pourtant, ce qui grandit tout autant, c'est le désir d'aider. D'agir. De faire une différence.

MADA est ce pont essentiel : entre ceux qui ont besoin d'aide et ceux qui souhaitent aider. Que ce soit par un don, quelques heures de bénévolat ou un simple geste de soutien, chacun contribue à un impact réel. Ensemble, nous ne changeons pas seulement des vies — nous nourrissons leur cœur de dignité et de chaleur.

C'est cela, la véritable éducation : enseigner par l'action, transmettre la bonté en vivant le Chesed au quotidien.

Si vous cherchez un moyen de vous impliquer, de montrer à vos enfants la puissance de la générosité, ou de vous connecter à une mission profonde — MADA est là pour vous accueillir.

Que cette nouvelle année soit douce, significative et pleine de bonté.

Shana Tova Oumetouka,

Rabbi Chaim S. Cohen, Directeur



## *Message from the Lubavitcher Rebbe*

Our sages teach: “For this reason man (Adam) was created alone — to teach you that whoever saves a single life, it is as if they saved an entire world.”

My father-in-law, the Previous Rebbe, expressed this with a powerful phrase: “An individual is a multitude.” This means that every person is a world unto themselves — with many layers, faculties, and desires, often conflicting, just like the world at large. In fact, the human being is a microcosm of the entire universe.

Our purpose in life is to refine and elevate this inner world. To unify the many facets of our character in service of something higher. And just as we are called to create harmony within ourselves, we are also called to bring harmony to our surroundings — in our community, our country, and the world at large. When we help one person — truly help them — we uplift an entire universe. That is the greatness of the individual. That is the power of one mitzvah, one act of love.

This also reflects a deeper truth about society. In a true democracy, individuals are not erased — they are elevated. Though no two people are alike, by working together with mutual responsibility and respect, we create unity from diversity.

Likewise, every leader must regard themselves as a representative of each and every person, not just those who voted for them. Because true leadership, like true chesed, is not about personal power. It is about becoming a bridge — a connector — between many people with one shared purpose.

Ultimately, this unity can transform a “public domain” — a place of fragmentation — into a “private domain,” where higher purpose unites all. To build a better world, we must begin by valuing the individual. And the highest expression of that value is to care, to help and to act.

Because when you uplift even one soul, you bring the entire world closer to redemption.

## *Message from the director*

Dear Friends,

In Jewish tradition, chinuch—education—is not simply about passing down knowledge. It’s about shaping hearts, guiding the next generation to respond with compassion, and showing them how to transform a moment of empathy into a lifetime of action.

Today, the needs in our community are more urgent than ever. Behind every door we knock on, every meal we deliver, every hand we hold—there’s a person facing hardship, isolation, or uncertainty. And alongside that reality is something even more powerful: a growing desire among people to help. To do something real. To give of themselves.

At MADA, we’ve become a bridge between these two worlds. Between the call for help and the call to serve. Whether you offer your time, your resources, or your voice, you become part of something bigger. You become a life-changer.

We don’t just feed people—we nourish their dignity. We deliver more than food—we deliver belonging. With every volunteer, every supporter, every act of kindness, we’re writing a new chapter of hope, one family at a time.

This is education in its purest form. Not just what we teach—but how we live it.

If you’ve been looking for a way to help, to teach your children the power of Chesed, or to become part of something deeply meaningful—this is your invitation. Volunteer. Donate. Support our mission. Whatever you do, know that your kindness fuels every step forward.

May we continue to build this world through kindness, together.  
With heartfelt blessings for a sweet and impactful year ahead,  
Shana Tovah U’Metukah

Rabbi Chaim S. Cohen, Director

C'est là que MADA intervient. Sans bruit, mais avec une constance, une attention, et un profond engagement. Chaque semaine, des milliers de personnes comptent sur nous. L'an dernier seulement, nous avons livré plus de 350 000 repas, distribué plus de 10 millions de livres de nourriture et de produits essentiels, et soutenu 7 000 familles à travers nos programmes. Pendant les fêtes, 4 700 personnes ont pu célébrer dans la dignité, avec joie et un repas complet.

Mais les chiffres ne disent pas tout. Car ce que nous offrons ne se résume pas à de la nourriture. C'est du réconfort. De la reconnaissance. Le soulagement silencieux de savoir que quelqu'un vous voit—et se soucie de vous.

Et pourtant, les besoins augmentent—et notre bienveillance doit grandir avec eux. MADA fonctionne grâce à des gens comme vous. Des bénévoles qui livrent avec le sourire. Des donateurs qui transforment la compassion en action. Des membres de la communauté qui croient qu'aucun être humain ne devrait être laissé pour compte. Vous n'apportez pas seulement de l'aide—vous redonnez de l'espoir. Vous livrez de la dignité, du soutien, du lien.

Ce n'est pas le moment d'attendre. C'est le moment d'agir. Que vous donniez une heure ou un don, chaque geste compte. Les besoins sont pressants—mais notre capacité d'y répondre l'est tout autant, ensemble. Dans un monde incertain, la bonté reste un choix. Un choix puissant.

Et ce choix, faisons-le. Encore et encore.



This is where MADA steps in. Not with noise or fanfare, but with presence, purpose, and relentless care. Every week, thousands of people turn to us for help. Last year alone, we delivered over 350,000 meals, distributed more than 10 million pounds of food and essentials, and supported 7,000 families through our programs. During the holidays, we made sure 4,700 individuals could celebrate with dignity, joy, and full plates.

But the numbers only tell part of the story. Because what we give isn't just food. It's comfort. It's recognition. It's the quiet relief of knowing someone sees you—and cares enough to show up.

And yet, the need is growing—and so must our kindness. MADA is powered by people like you. Volunteers who deliver meals with a smile. Donors who turn compassion into action. Supporters who believe that no one should be left behind. You're not just helping—you're restoring hope. You're delivering dignity, comfort, and connection.

Now is not the time to wait. It's the time to act. Whether you give one hour or one donation, it matters. The need is urgent—but so is our ability to meet it, together. In a world that feels uncertain, kindness is the one thing we can still choose.

Let's choose it, again and again.



## LES GESTES QUI TOUCHENT! / WE WERE TOUCHED!

*Nous sommes une grande famille, et cette année a été particulièrement difficile — mon mari est aux études, et je suis entre deux emplois. Juste avant Yom Tov, nous avons reçu tellement de nourriture et d'attention... c'était comme si quelqu'un nous disait : « Vous n'êtes pas seuls. »*

*Grâce à vous, notre Yom Tov a été plein, joyeux et digne.*

*We're a big family, and this year was especially hard — my husband's in school, and I'm between jobs. Right before Yom Tov, we received so much food and care... it felt like someone was saying, "You're not alone."*

*Thanks to you, our Yom Tov was full, joyful, and dignified.*



## *Célébrer ceux qui font la différence*

En février, MADA a organisé son tout premier événement de reconnaissance pour les bénévoles : Deep Roots, Blossoming Chessed. Cette soirée spéciale rendait hommage à celles et ceux qui, jour après jour, donnent vie à notre mission par leurs gestes constants et empreints de bienveillance.

Souvent en première ligne de la compassion, ces bénévoles ne livrent pas seulement des repas — ils apportent de la chaleur humaine, de la dignité et un profond sentiment de lien.

Ce fut une soirée de joie, de musique, de rires et de gratitude — une petite façon de dire merci à ceux qui font rayonner notre 'hessed.



## *Celebrating Everyday Heroes*

In February, MADA hosted Deep Roots, Blossoming Chessed—our first-ever volunteer appreciation event of its kind. The evening honoured those who bring our mission to life through quiet, consistent acts of service.

These volunteers are often on the front lines of compassion—delivering not just meals, but kindness, connection, and dignity. Their work takes heart, dedication, and deep roots in community values.

It was a joyful evening of music, laughter, and gratitude—a small way to thank those who make our chessed grow.



## LES GESTES QUI TOUCHENT! / WE WERE TOUCHED!

*"Nous venions tout juste d'arriver d'Israël, sans rien de vraiment adapté au climat canadien.*

*Chez MADA, on nous a remis tout ce dont nous avons besoin — manteaux chauds, bottes, vêtements — sans aucun frais.*

*C'était d'une grande aide. Nous nous sommes sentis accueillis, soutenus et moins seuls."*

*"We had just arrived from Israel with nothing suitable for the Canadian climate.*

*At MADA, we were provided with everything we needed—warm coats, boots, clothing—all at no cost.*

*It was a huge help. We felt welcomed, supported, and no longer alone."*

## La bienveillance en action — et bien au-delà

La campagne Kindness in Action de MADA a mobilisé des centaines de bénévoles cet août. Livraisons de repas, préparation de paniers, promesses d'engagement et gestes spontanés — la bienveillance était partout. La campagne a rassemblé de nouveaux visages autour de MADA et prouvé que, lorsqu'on agit ensemble, la compassion se multiplie. Une semaine, d'innombrables gestes d'amour — et un impact qui se poursuit bien au-delà.



## Kindness in Action—And Everywhere

MADA's Kindness in Action campaign mobilized hundreds of volunteers across the city this August. From meal deliveries to food packing, from team pledges to spontaneous acts of giving, kindness showed up everywhere. The campaign brought new faces into the MADA family and reminded us that when people come together, compassion multiplies. One week, countless acts of love—and an impact that continues long after.

## Le programme de renforcement d'équipe Gewurz

Le programme de renforcement d'équipe Gewurz propose une demi-journée d'activité qui rassemble les équipes autour de l'empathie et de l'impact concret. À une époque où le travail peut parfois sembler déconnecté, routinier, cette pause pleine de sens permet aux équipes de se recentrer sur l'essentiel : les uns sur les autres, et sur la différence qu'elles peuvent faire ensemble.

Combinant réflexion guidée, apprentissage en groupe et bénévolat direct au service de personnes dans le besoin, le programme renforce la collaboration et favorise une culture de bienveillance profonde. Il est entièrement encadré, conçu pour les équipes corporatives et admissible à un reçu officiel de don.

Rien que cette année, quatre entreprises y ont participé. Des organisations telles que Telus, Lindt & Sprüngli, ou Fracht Freight Canada sont venues pour renforcer leurs équipes — et sont reparties avec bien plus : une connexion renouvelée, un objectif commun et un impact réel. Prêts à vivre l'impact de la bienveillance en équipe? Ce serait un honneur de vous accueillir.



## The Gewurz Kindness Team Building Program

The Gewurz Kindness Team Building Program is a half-day experience that brings teams together through empathy, purpose, and hands-on impact. In a time when work can feel disconnected, this meaningful pause helps teams refocus on what truly matters—each other, and the difference they can make.

Blending guided reflection, group learning, and volunteering that directly supports those in need, the program strengthens collaboration and builds a culture of kindness from within. It's fully facilitated, structured for corporate teams, and eligible for a charitable tax receipt.

This year alone, four companies took part. Past participants include names such as IGA, Lindt & Sprüngli, Fracht Freight Canada —organizations who came to build their teams and left with something much deeper: renewed connection, shared purpose, and real impact.

Ready to experience the impact of kindness with your team? We'd be honoured to host you.



## *Célébrer les grandes étapes de la vie— avec bonté et dignité*

Chez MADA, nous croyons que chaque famille mérite de célébrer les moments les plus importants de la vie — peu importe sa situation financière. Qu'il s'agisse d'un mariage, d'une bar ou bat mitzvah, d'un anniversaire marquant ou d'un autre événement spécial, personne ne devrait être privé de joie à cause de difficultés.

Cette année, MADA a eu le privilège d'organiser un mariage complet pour un couple dans le besoin. Nous avons pris en charge tous les aspects — salle, repas, musique, décoration, photos — chaque détail a été soigné avec amour et dignité. Ce fut un événement magnifique, un souvenir inoubliable pour les mariés et leurs proches.

Notre mission va bien au-delà des besoins essentiels. Nous sommes là pour honorer les grandes étapes de la vie et veiller à ce que personne ne les célèbre seul — ou dans le silence. Chez MADA, nous veillons à ce que chaque célébration soit empreinte de dignité, de beauté et de chaleur humaine.

## *Celebrating Life's Milestones—With Kindness and Dignity*

At MADA, we believe that every family deserves to celebrate life's most meaningful moments—regardless of their financial situation. Whether it's a wedding, bar or bat mitzvah, milestone birthday, or other special occasion, no one should have to forgo joy because of hardship.

This year, MADA had the privilege of organizing a full wedding for a couple in need. We took care of everything—venue, food, music, décor, photography—every detail, handled with love and dignity. What resulted was not just a beautiful event, but a memory the couple and their families will carry forever.

Because our mission goes beyond basic needs. We're here to honour life's biggest moments and make sure no one celebrates alone—or in silence. At MADA, we make sure every celebration is marked with dignity, beauty, and heartfelt care.



## **UNE SOIRÉE DU CŒUR : LE GALA ANNUEL PARTAGEZ VOTRE AMOUR**

Le Gala Partageons l'amour, tenu dans le prestigieux Windsor, était bien plus qu'une soirée chic — c'était une soirée pour l'âme. La bonté remplissait la salle. La générosité débordait. Et l'impact ? Il continue encore aujourd'hui.

Lors de ce rendez-vous annuel, les participants ne se sont pas seulement réunis pour partager un repas, mais pour transformer des vies. Chaque mise, chaque don, chaque main levée a permis d'offrir des repas, de la dignité et de l'espoir à ceux qui en ont le plus besoin.

Voilà ce qui se produit quand une communauté se mobilise pour sa communauté. Merci d'avoir donné, d'avoir pris soin, et d'avoir fait partie de quelque chose de plus grand. Ensemble, nous bâtissons un monde plus accueillant — une assiette, un cœur, un acte d'amour à la fois.



## **A NIGHT OF HEART: THE ANNUAL SHARE THE LOVE GALA**

The Share the Love Gala, held at the iconic Windsor Ballroom, was more than a night out—it was a night in for the soul. Kindness filled the room. Generosity overflowed. And the impact? Still unfolding.

At this annual gathering, supporters came together not just to dine, but to change lives. Every bid, every gift, every raised hand helped fund meals, dignity, and hope for those who need it most.

This is what happens when community shows up for community. Thank you for giving, for caring, for being part of something bigger. Together, we're building a kinder world—one plate, one heart, one act of love at a time.



# Nos bénévoles vedettes / Volunteer Spotlight

## MORRIE WEINBERG

Né et élevé à Montréal, Morrie Weinberg a mené une brillante carrière en consultation avant de prendre sa retraite en 2021 — mais cette retraite n'a fait que renforcer son engagement de toujours à redonner à la communauté.

Morrie a été inspiré pour la première fois par la mission de MADA il y a 40 ans, lorsqu'il a visité la première soupe communautaire de l'organisation. Depuis, son implication n'a cessé de croître : de la livraison hebdomadaire et lors des fêtes, il est passé à un rôle de soutien stratégique auprès de la direction de MADA. Qu'il s'agisse de coordonner des événements ou de contribuer à la planification à long terme, Morrie donne non seulement de son temps, mais aussi de tout son cœur.

Il décrit le bénévolat chez MADA comme une expérience profondément enrichissante. « La bonté — la mission de MADA — est puissante. Elle se transforme en actions concrètes qui changent des vies », affirme-t-il, soulignant la dignité et la reconnaissance qu'il perçoit dans chaque sourire.

Ses amis plaisantent souvent en disant qu'il est plus occupé maintenant qu'à l'époque où il travaillait à temps plein. Mais pour Morrie, c'est une bénédiction — surtout de voir sa femme, ses enfants et ses petits-enfants trouver eux aussi leurs propres façons de redonner. « C'est à nous tous », dit-il, « de semer les graines de la générosité et de l'empathie chez la prochaine génération. »



Born and raised in Montreal, Morrie Weinberg enjoyed a successful consulting career before retiring in 2021—but retirement only deepened his lifelong commitment to giving back.

Morrie was first inspired by MADA's mission 40 years ago when he visited its original soup kitchen. Since then, his role has grown from delivering weekly and holiday food boxes to offering strategic guidance to MADA's leadership. Whether coordinating events or contributing to big-picture planning, Morrie brings not just his time, but his heart.

He describes volunteering at MADA as deeply rewarding. "Kindness—MADA's mission—is powerful. It's turned into real action that changes lives," he says, noting the dignity and gratitude he sees in every client's smile. Friends often joke he's busier now than when he was working full-time. But for Morrie, it's a blessing—especially seeing his own wife, children, and grandchildren find their own ways to give back.

"It's up to all of us," he says, "to plant seeds of generosity and empathy in the next generation."

Pour Shari Nussbaum, faire du bénévolat chez MADA n'a jamais été une décision difficile. « Mon mari siégeait au conseil d'administration – c'est un peu comme faire partie de la famille », dit-elle. « Il m'a donc semblé tout naturel d'offrir de mon temps. » Ce qui n'était au départ qu'un simple lien s'est rapidement transformé en engagement profond. « J'adhère totalement à la philosophie de MADA – l'amour et la bienveillance en action. Cela me parle profondément. J'ai envie d'en faire partie et de contribuer à aider la communauté. »

À ceux qui pensent à faire du bénévolat, elle répond :

« J'admire la magnifique vision du Rabbi Cohen et de son épouse – cette idée d'une bonté illimitée, offerte avec amour. Ils nous montrent qu'un simple geste peut transformer une vie. Et c'est exactement ce à quoi je veux contribuer, chaque jour. »



For Shari Nussbaum, volunteering at MADA isn't something she had to think twice about. "My husband was on the board—it's like being part of the family," she shares. "It just felt natural to give my time." What began as a simple connection quickly grew into something deeper. "I love MADA's philosophy—love and kindness in action. It speaks to me. I want to be part of it and help the community."

When asked what she would say to others thinking about volunteering, her answer is simple and moving:

"I admire Rabbi Cohen and his wife's beautiful vision—this idea of unlimited, loving kindness. They show us how one act can change a life. That's something I want to be part of every day."

# Calendrier des opportunités de bénévolat chez MADA MADA's Volunteer Opportunities Calendar

## PANIERES DE FÊTES

**Du 7 au 19 septembre (10h – 16h) :**

Emballage des paniers

**Du 14 au 15 septembre (10h – 16h) :**

Livraison des paniers



## HOLIDAY BASKETS

**September 7-11 (10h - 4h):**

Packing baskets

**September 14-15 (10h - 4h):**

Delivering baskets

## BOÎTES-REPAS DE ROSH HASHANAH

**Du 7 au 19 septembre (sauf le vendredi) :**

Préparation et emballage

**Le 22 septembre (de 10h à 14h) :** Livraison



## ROSH HASHANAH MEAL BOXES

**September 7-19 (except Fridays):**

Food prep and packing

**September 22 (10 AM – 2 PM):** Deliveries

## REPAS DE ROSH HASHANAH

**Les 22 et 23 septembre (lundi et mardi soir)**

Mise en place et service des repas de Rosh Hashanah pour les diners festifs dans plusieurs lieux



## ROSH HASHANAH DINNERS

**September 22 & 23 (Monday & Tuesday evening)**

Setting up and serving Rosh Hashanah meals for celebratory dinners in multiple locations.

## REPAS À PARTAGER

**Tous les jours:** Préparer et emballer les repas et les boîtes

**Les Lundis et Jeudis entre 12h et 17h30:** Livrer les boîtes avec un grand sourire



## MEALS À PARTAGER

**Daily:** Preparing and packing meals and boxes

**Mondays & Thursdays 12pm-5:30pm:** Delivering boxes with a big smile

## CHABBAT À PARTAGER

**Les Mercredis matin:** Préparation de nourriture

**Les Jeudis matin:** Assemblage des boîtes

**Les Jeudis entre 12h et 17h30:** Livrer le repas de Chabbat et tenir compagnie aux personnes seules



## SHABBAT TO SHARE

**Wednesday AM:** Food Prep

**Thursday AM:** Assembling

**Thursdays 12pm to 5:30pm:** Delivering the Shabbat meal and providing companionship to individuals who are alone

## CHEZ MAKOLET

**Tous les jours:** Préparation des commandes alimentaires mensuelles

**Tous les jours:** Livraison aux personnes incapables de se déplacer



## CHEZ MAKOLET

**Daily:** Preparing monthly food orders

**Daily:** Delivery to individuals unable to travel

*Faites une différence et impliquez-vous / Make a difference and get involved!*

Nous sommes tous une famille attentionnée! / We are all a caring family!

Inscrivez-vous à / Sign up at [www.madacentre.com/volunteer](http://www.madacentre.com/volunteer)

 [madacommunitysupport](https://www.facebook.com/madacommunitysupport)

# Attention et Soutien

## DE FRANCE, AVEC BIENVEILLANCE

Venus de France, un groupe d'étudiants bénévoles a choisi de consacrer plusieurs mois de leur année à MADA — non pas chez eux, mais ici, au cœur de notre communauté.

Depuis leur arrivée, ils s'investissent avec générosité : préparation de colis alimentaires, aide lors des événements, livraisons de repas, sourires partagés... Leur énergie et leur engagement ont laissé une empreinte réelle. Ils nous rappellent que la bonté n'a pas de frontières.

En choisissant MADA, ils n'ont pas seulement trouvé un lieu où donner de leur temps — ils ont trouvé une famille. Et en retour, ils ont offert ce qu'il y a de plus précieux : leur temps, leur cœur, et leur foi en un monde plus solidaire.

Merci à nos formidables bénévoles — votre présence a apporté lumière, lien et chaleur à notre mission. Nous sommes profondément reconnaissants de vous avoir eus à nos côtés.



## DES ÉTUDIANTES DE MCGILL PARTAGENT LEURS CONSEILS NUTRITIONNELS AVEC LA COMMUNAUTÉ DE MADA

Le 2 avril, MADA a accueilli deux étudiantes en diététique de l'Université McGill, Gabriella Dadoun et Stéphanie Ballerini, qui ont animé une présentation spéciale sur la nutrition destinée à nos aînés, bénévoles et membres.

L'atelier portait sur des conseils pratiques et accessibles : bien manger avec un budget limité, comprendre les nutriments essentiels pour le vieillissement, conserver les aliments de façon sécuritaire et accéder aux ressources communautaires. Ce fut un après-midi riche en apprentissage, en échanges et en connexion humaine.

Merci à Gabriella et Stéphanie d'avoir partagé leur savoir et leur bienveillance avec notre communauté !



## UN ANNIVERSAIRE REMPLI DE SENS

Pour la deuxième année consécutive, Ali, bénévole de longue date, a choisi de célébrer son anniversaire non pas avec une fête, mais avec une cause.

Elle a invité ses amis, sa famille et ses collègues au Centre MADA, où ils ont ensemble façonné des centaines de petits pains briochés pour notre programme Shabbat à Partager, qui livre des repas aux membres vulnérables de la communauté.

En seulement une heure de bénévolat, ils ont eu un impact durable. « Tout le monde est reparti le cœur rempli », a confié Ali, « avec le sentiment d'avoir fait partie de quelque chose de significatif. »

Nous remercions Ali d'avoir transformé sa journée spéciale en cadeau pour les autres — et de nous rappeler à quel point une seule heure de générosité peut aller loin.



# Sharing & Caring

## FROM FRANCE, WITH KINDNESS



All the way from France, a group of student volunteers chose to spend part of their year giving back—not in their own backyard, but here, with us at MADA. For the past few months, these young changemakers have been helping wherever needed: packing food, lending a hand at events, delivering meals, and bringing smiles along the way. Their energy, openness, and willingness to serve have made a real impact—and reminded us that kindness knows no borders.

In choosing MADA, they didn't just find a place to volunteer. They found a community. And in return, they gave something priceless: their time, their heart, and their belief in a better world.

Merci à nos incroyables bénévoles — you've brought light, connection, and so much heart to our work. We're so grateful you chose to share this journey with us.

## MCGILL STUDENTS SHARE NUTRITION TIPS WITH THE MADA COMMUNITY



On April 2nd, MADA welcomed two McGill dietetic students, Gabriella Dadoun and Stephanie Ballerini, who led a special nutrition presentation for our seniors, volunteers, and clients.

Their workshop focused on practical, accessible advice: how to eat well on a budget, understand key nutrients for aging bodies, store food safely, and access community resources. It was a meaningful afternoon filled with learning, conversation, and connection.

Thank you, Gabriella and Stephanie, for sharing your knowledge and kindness with our community!

## A BIRTHDAY FILLED WITH PURPOSE



For the second year in a row, longtime volunteer Ali chose to celebrate her birthday not with a party—but with purpose.

She invited her friends, family, and colleagues to MADA, where together they rolled dough and prepared hundreds of challah rolls for our Shabbat To Share program, which delivers meals to vulnerable members of the community.

Just one hour of volunteering made a lasting impact. “Everyone walked out with full hearts,” Ali said, “and felt like they were part of something meaningful.”

We're grateful to Ali for turning her special day into a gift for others—and for reminding us how far a single hour of kindness can go.

# Rosh Hashanah 5786/2025

A l'occasion de Rosh Hashanah, joignez-vous à nous lors de l'un de nos nombreux dîners communautaires, recevez des repas spéciaux et des boîtes de fêtes, et faites du bénévolat pour aider tout le monde à commencer la nouvelle année avec joie et chaleur !

**Pour vous inscrire, visitez [madacentre.com](http://madacentre.com) ou contactez-nous au 514-342-4969.**

Merci ! MADA vous souhaite une Chana Tova !

This Rosh Hashanah, join us at one of our many community in-person dinners, receive special meal and holiday boxes, and volunteer to help everyone start the New Year with the joy and warmth!

**To sign up, visit [madacentre.com](http://madacentre.com) or contact us at 514-342-4969.**

Thank you! MADA wishes you a Shana Tova!

**R.S.V.P.**  
pour nos repas traditionnels



**R.S.V.P.**  
for our traditional dinners

**S'INSCRIRE**  
pour vos boîtes alimentaires



**REGISTER**  
for your food boxes

**SOYEZ BÉNÉVOLES**  
pour nos services de fêtes



**VOLUNTEER**  
for our holiday services



*Nourrir la bonté depuis plus de 30 ans*  
*Nourishing humankindness for over 30 years*



Repas à partager  
Meals to share



Marché Chez Makolet  
Chez Makolet Food Bank



Chabbat à partager  
Shabbat to Share



Cafétéria  
Cafeteria



Vêtements  
Clothing



Meubles  
Furniture



Soin et Appels  
Care & Call



Programmes sociaux  
Social Programs



Soutien  
Support