

Rapport d'activité

2024-2025

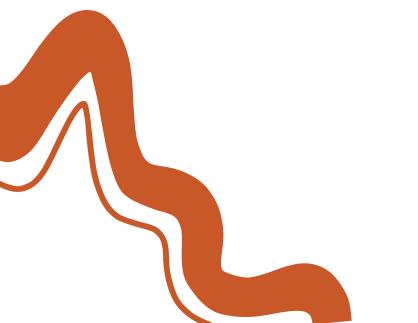




Table des matières

A propos	1
Les trois axes d'action	1
Comité de gestion participative	2
Équipe	3
Membres	3
Comités et actions collectives	4
Comité communication	4
Comité immigration	7
Comité Vivre-ensemble	8
Comité se nourrir	10
Les impacts du CAT	12
Le CAT en action	13
Mot du comité de gestion	16

À propos

Le Carrefour d'actions territoriales (CAT) Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge est une démarche en développement de communautés qui regroupe divers acteur·trice·s du territoire ainsi que des citoyen.ne.s engagé.e.s souhaitant contribuer à l'amélioration de la qualité de vie dans leur milieu.

Tel que le souligne l'Institut national de santé publique du Québec (INSPQ), le développement des communautés repose sur « un processus de coopération volontaire, d'entraide et de construction de liens sociaux entre les résidents et les institutions d'un milieu local. Ce processus vise l'amélioration des conditions de vie sociales, culturelles, économiques et environnementales des citoyens d'un milieu et en assure la continuité. Il revient au milieu, à la communauté, à la municipalité ou à la collectivité de préciser ses propres propositions d'action en fonction de ses besoins, de ses ressources et de ses forces. »

Le CAT est financé par le Collectif pour l'inclusion et le développement dans la Capitale-Nationale et par la Fondation Lucie et André Chagnon.

Les trois axes d'action

1. Comprendre les besoins et enjeux du territoire

- Assure une veille active sur les réalités sociales et territoriales:
- Identifie les besoins prioritaires et les enjeux émergents;
- Met à jour régulièrement la priorisation collective des besoins avec les membres du CAT;
- Informe les instances concernées (élus, bailleurs de fonds, conseils de quartier, etc.) des défis vécus par la population.

2. Soutenir les actions qui répondent à ces enjeux

- Favorise la cohérence et la complémentarité entre les actions menées par les acteur trice et les concertations du territoire;
- Soutient ou met en place des initiatives concrètes répondant aux besoins identifiés;
- Encourage activement la participation citoyenne;
- Facilite la promotion des activités, services et bons coups auprès des citoyen·ne·s et des partenaires communautaires.

3. Renforcer les capacités d'agir des acteur-trice-s du territoire

- Offre des formations adaptées aux besoins locaux;
- Soutient financièrement les concertations pour leur permettre d'offrir de la formation à leurs membres;
- Propose des activités de ressourcement pour renforcer la mobilisation et le bien-être des participant-es.

Cette démarche s'inscrit dans une vision inclusive, équitable et collaborative du développement local, centrée sur le pouvoir d'agir collectif et la co-construction de solutions durables.

Comité de gestion participative 2024-2025

Le comité est composé de membres représentant diverses parties prenantes impliquées dans la démarche. Le comité se réunit minimalement aux 6 semaines pour discuter des avancées, des défis et des décisions importantes liées à la démarche collective. Au cours de l'année 2024-2025, le comité degestion participative a tenu 7 rencontres.

Charles-Olivier P. Carrier

Organisateur communautaire – Comité logement d'aide de Québec Ouest



Cindy-Lee Mckenzie

Directrice générale – Ressource Espace Familles



François Soucy

Directeur général - Maison Richelieu Hébergement Jeunesse



Frédérique Lemay

Coordonnatrice – Pavois Ste-Foy



Juliette Bastide

Organisatrice communautaire – CIUSSS-CN



Yasmine Sangaré

Conseillère en Jumelage Interculturel – SOIT





Équipe



Marina DamiaoCoordonnatrice



Laurie Trottier Chargée de projet



Francisca VavihelyAgente du pôle d'information



Nicole Bouchard Agente de l'Espace citoyen

Membres

Tous les acteur-trice-s locaux-ales engagé-e-s dans la lutte contre la pauvreté et l'exclusion sociale, ainsi que les citoyen-ne-s intéressé-e-s, sont invité-e-s à devenir membres du Carrefour d'actions territoriales.

En chiffre

87 membres provenant de

61 organisations

Secteurs multiples : organismes communautaires, institutions municipales, établissements d'enseignement, réseau de la santé, citoyens et citoyennes

Comités et actions collectives

Les comités et chantiers actifs sur notre territoire rassemblent des acteur·trice·s locaux·ales – citoyen·ne·s, travailleur·euse·s, organismes communautaires, institutions et autres partenaires – qui partagent un objectif commun : améliorer la qualité de vie et les conditions de la communauté. Ces espaces de collaboration émergent en réponse à des besoins spécifiques et des enjeux identifiés localement, nécessitant des actions concertées et coordonnées. Ils offrent un lieu de dialogue, de partage d'expertise, d'expériences et de ressources, afin de co-construire des solutions durables aux défis du territoire. Chaque comité ou chantier est lié à une thématique particulière et poursuit une mission ciblée, en lien direct avec les priorités locales.

Implication du CAT

+ 20 rencontres de comités et chantiers

Collaboration étroite avec le Comité immigration, Comité se nourrir, Comité vivre-ensemble

Comité communication

Le Comité communication, coordonné par le CAT, a permis la mise en œuvre de plusieurs initiatives structurantes favorisant la circulation de l'information et la valorisation des actions du milieu.

Infolettre membre

L'infolettre destinée aux membres du CAT est un outil de communication régulier visant à informer, mobiliser et soutenir les partenaires du territoire. Elle contient notamment :

- Des nouvelles du CAT;
- Un aperçu des actions en cours dans les différents comités du territoire;
- Des appels de projets et des opportunités de financement;
- Des actualités et nouveautés du milieu;
- La présentation d'un organisme membre;
- Autres informations pertinentes pour les acteur trice s du milieu communautaire.





Infolettre citoyenne

L'infolettre citoyenne est un outil de communication destiné à informer et mobiliser les citoyen·ne·s de l'arrondissement. Elle met de l'avant :

- Les nouvelles et nouveautés du milieu;
- Les activités et événements à venir;
- Un calendrier d'activités locales;
- La présentation d'un organisme offrant des services dans l'arrondissement;
- Autres informations utiles à la vie communautaire.

12 infolettres produites

500 consultations par mois

Salon du communautaire

Le Salon du communautaire de Sainte-Foy-Sillery-Cap-Rouge a eu lieu le mardi 22 octobre 2024 au Centre d'éducation des adultes Le Phénix. Il s'agissait de la deuxième édition consécutive de l'événement, et ce fut un véritable succès.

Le Salon poursuit deux objectifs principaux :

- 1. Rendre accessibles les services communautaires offerts sur le territoire qu'il s'agisse d'aide, de défense de droits ou de loisirs et réduire les barrières d'accès aux ressources pour la population locale.
- 2.Créer des opportunités de réseautage entre les organisations du territoire afin de favoriser la cohérence des actions, de renforcer les liens de collaboration et d'améliorer les mécanismes de référencement.

Comité organisateur

- Carrefour d'actions territoriales
- Centre d'éducation des adultes Le Phénix
- Centre d'action bénévole de Québec
- Entraide-Parents
- Le Pavois de Sainte-Foy
- Maison Richelieu Hébergement jeunesse
- Organisateur communautaire -CIUSSS de la Capitale-Nationale

TDL Québec

En chiffre

+- 250 visiteurs

42 exposants



Pôle d'information

Initié par le CAT, en collaboration avec le service 211, le Pôle d'information a été mis en place pour accueillir les citoyen·ne·s qui ne savent pas toujours vers qui se tourner pour accéder aux services dont ils ont besoin. Ce lieu de proximité offre un accompagnement humain et bienveillant, favorisant l'autonomie des personnes dans leurs démarches. Il est accessible à toutes et tous, sans inscription ni condition.



En chiffre

- **313** personnes accueillies et orientées
- demandes d'aide alimentaire traitées
- **49** accompagnements en informatique

Service offerts

- De l'information et des références vers les services d'aide
- Des références en aide alimentaire
- Un accès libre à des ordinateurs et un téléphone

Gestion du site web et d'un espace de partage de documents

Le site web du CAT a été développé afin de créer une plateforme dédiée à la valorisation de la démarche collective du CAT. Il vise à mettre en lumière les enjeux et besoins de notre territoire, tout en présentant les actions collectives mises en œuvre pour y répondre de manière concertée.

À cet effet, ce site constitue un outil de gestion et de communication essentiel. Il permet aux membres et aux citoyen·ne·s d'accéder à l'ensemble des informations pertinentes : plan d'action, projets en cours, calendrier des activités, ainsi qu'une boîte à outils favorisant l'échange et la concertation.



Comité immigration

Journée de bienvenue 2025

La Journée de Bienvenue a eu lieu le 3 mai 2025 au Centre d'éducation pour adultes Le Phénix. Cette journée permet d'offrir un accueil chaleureux aux nouveaux arrivants de l'arrondissement de Sainte-Foy-Sillery-Cap- Rouge ainsi que d'offrir de l'information sur les services offerts dans l'arrondissement.

Comité organisateur

- Bureau de la Vie Étudiante -ULaval
- Carrefour d'actions territoriales
- Centre de services scolaire des Découvreurs
- Centre d'action bénévole de Québec
- Centre multiethnique de Québec
- CIUSSSCN
- Ressource Espace Familles
- SOIT
- Ville de Québec

Un partenariat avec la Ville de Québec et le Ministère de l'Immigration, de la Francisation et de l'Intégration a permis d'offrir des activités ludiques et rassembleuses telles qu'un camion de cuisine de rue, la décoration de sac réutilisable, de la musique, un magicien ainsi que du maquillage. De plus, de nombreux partenaires étaient présents afin d'offrir de l'information et

répondre aux questions spécifiques des citoyens et citoyennes.

En chiffre +400 visiteurs

Carte de service SFSCR

La carte des services de l'arrondissement Sainte-Foy-Sillery-Cap-Rouge a comme objectif de faciliter l'accès à l'information et aux ressources appropriées. Le CAT a collaboré à l'élaboration du projet ainsi qu'à la mise à jour qui a été faite en octobre 2024. L'impression de 3 000 exemplaires assure aux citoyen·ne·s et aux intervenant·e·s l'accès à celle-ci.

Le sous-comité est constitué du Carrefour d'actions territoriales, du Centre de services scolaire des Découvreurs, du CIUSSS et de Ressource Espace Familles.

3000 exemplaires imprimés



Comité Vivre-ensemble

Soutien au projet Espace citoyen



Le projet Espace Citoyen (EC) s'est affirmé, au fil de l'année, comme un espace d'accueil chaleureux, inclusif et accessible, offrant aux citoyen·ne·s un lieu propice au renforcement du lien social, à la reprise de pouvoir sur leur vie et à l'engagement communautaire. Par son approche humaine et participative, EC contribue activement à créer un sentiment d'appartenance, à encourager le partage, l'entraide et le vivre-ensemble entre les habitants ainsi qu'avec les acteurs du territoire.

Actions réalisées et impacts observés en 2024-2025 :

- Mise en place de nombreux ateliers participatifs, visant à favoriser l'expression citoyenne, la création de liens sociaux et le développement des compétences personnelles et collectives;
- Création d'un espace d'écoute, d'échange et de solidarité, accessible à toutes et à tous, sans distinction, favorisant un climat de confiance et de respect mutuel;
- Réduction de l'isolement social, notamment pour les personnes en situation de vulnérabilité, grâce à des activités régulières, conviviales et valorisantes;
- Renforcement du tissu communautaire local à travers l'implication active des citoyens dans la co-construction des projets, renforçant ainsi leur rôle en tant qu'acteurs à part entière de leur communauté.

Soutien au projet Vie de quartier

Au cours de l'année 2024–2025, le projet Vie de Quartier a poursuivi sa mission de proximité, en mettant en œuvre une approche d'« aller vers » les citoyen·ne·s, notamment les plus vulnérables, dans leur milieu de vie. L'agente du vivre-ensemble a été présente sur le terrain pour rencontrer, écouter, informer et mobiliser les résident·e·s autour de leurs besoins collectifs et de la vie communautaire.

Grâce à cette présence humaine et bienveillante, de nombreuses interactions positives ont été créées dans les lieux publics, favorisant l'inclusion sociale, le vivre-ensemble et la participation citoyenne.

Actions réalisées :

- Le projet a permis de créer des occasions d'échanges conviviaux et de renforcer les liens sociaux;
- L'agente a contribué à faire circuler l'information sur les ressources, services et activités locales
- Des efforts particuliers ont été faits pour valoriser l'apport de l'immigration, notamment en organisant des activités interculturelles inclusives, qui ont permis de mettre en lumière les différentes cultures présentes dans la communauté et de déconstruire certains préjugés;
- L'agente a également encouragé la création de réseaux de soutien informels entre résident·e·s, renforçant ainsi leur capacité collective à s'entraider et à agir sur leurs milieux de vie.

Soutien au projet Commun'école

Ce projet, inspiré de facteurs de protection en prévention de la criminalité, s'est articulé autour de plusieurs niveaux d'intervention : individuel, familial/groupe de pairs, scolaire et communautaire. Le public cible principal était constitué des élèves de 4e, 5e et 6e année de l'école Notre-Dame-de-Foy, de leurs familles et des résidents vivant à proximité de l'école et du parc Notre-Dame-de-Foy. Objectifs principaux :

- Réduire le flânage, l'intimidation et le vandalisme autour de l'école et du parc.
- Favoriser la gestion pacifique des conflits chez les jeunes.
- Encourager les pratiques parentales positives.
- Renforcer le sentiment d'appartenance au quartier et à l'école.
- Améliorer les relations citoyennes dans le secteur.

Actions réalisées :

- Interventions école-parentscommunauté;
- Ateliers de parentalité;
- Activités Allez-Hop! 8-15 ans;
- Groupe l'Escouade;
- Rencontres d'information sur la DPJ:
- Activités de bon voisinage.

Impacts observés

- Meilleure cohésion sociale et diminution des tensions dans le quartier;
- Implication active des parents et jeunes dans les activités proposées;
- Renforcement des liens familiaux et de la participation citoyenne;
- Sensibilisation accrue à l'importance des relations interculturelles et de la cohabitation harmonieuse.

Comité se nourrir

Soutien au projet Ensemble pour un garde-manger à Sainte-Foy

Le projet « Ensemble pour un garde-manger à Sainte-Foy », qui s'est déroulé du 17 juin 2024 au 31 juin 2025, a réussi à répondre à plusieurs besoins importants : l'insécurité alimentaire, l'isolement social des personnes de 55 ans et plus, et la promotion du vivre-ensemble.

Ces objectifs ont été atteints grâce à la mobilisation citoyenne autour d'un jardin solidaire, d'activités de cuisine et de transformation alimentaire.

Jardin solidaire

- Plus de 200 heures d'activités supervisées
- Implication des citoyens dans les décisions (ex. : choix des légumes)
- Acquisition de compétences en agriculture urbaine
- 738 kg de légumes récoltés (+125 kg par rapport à l'an dernier)
- Création d'un lieu de rencontre intergénérationnel

Transformation et distribution alimentaire

- Accès à une cuisine communautaire dès juillet 2024
- 25 participants aux ateliers de transformation (soupes, crudités, conservation)
- Redistribution via des organismes locaux, frigospartage et écoles

Petit marché solidaire

- Organisé sur 5 semaines (août-septembre 2024)
- Vente de légumes à prix abordable à plus de 100 personnes
- 15 bénévoles impliqués
- Recettes utilisées pour financer la prochaine saison

Nouveaux partenariats:

- Gîte Jeunesse: Ateliers mensuels pour jeunes (18-25 ans)
- SAAI : Activité de cuisine créative avec 13 participants en francisation
- Vie de quartier : 3 cuisines collectives interculturelles (10 participants/séance)

Retombées sur les participants :

- Développement de compétences : Les participants ont acquis des compétences culinaires, en nutrition et en transformation alimentaire. Ils ont également approfondi leur compréhension du concept de vivre ensemble, à travers des expériences concrètes de collaboration et de partage.
- Inclusion sociale: Les activités ont favorisé les rencontres et les échanges entre personne de divers horizons, contribuant ainsi à briser l'isolement dans une optique de mixité sociale. Le jardin solidaire est devenu un espace accessible et accueillant pour la communauté, un lieu où les gens viennent spontanément et souhaitent s'impliquer dans son entretien collectif.
- Autonomie alimentaire : Le projet a permis aux participants de mieux gérer leurs ressources alimentaires et de cuisiner des repas sains et abordables.
- Renforcement du tissu communautaire : En collaborant avec divers organismes, le projet a consolidé le réseau local d'aide alimentaire. Il a également suscité un plus grand engagement communautaire de la part d'acteurs auparavant plus isolés, favorisant ainsi une dynamique de coopération durable

Les impacts du CAT

En plus des actions concrètes réalisées, plusieurs retombées intangibles significatives ont été observées, contribuant à renforcer l'impact global de la démarche sur le territoire :

- Renforcement de la cohérence entre les actions: Une meilleure coordination entre les différents comités a permis d'éviter les dédoublements, d'aligner les efforts et d'optimiser l'utilisation des ressources disponibles. Cette synergie a favorisé une intervention plus cohérente et efficiente sur le territoire.
- Création d'un climat de confiance et de collaboration: Le développement du réseautage, le partage d'informations et la mise en place de partenariats ont contribué à instaurer une dynamique de solidarité entre les organisations. Cette collaboration renforcée a permis une meilleure complémentarité des interventions. Par exemple, lors du Salon du communautaire organisé par le CAT en 2024, l'intervenant post-hébergement de Gîte Jeunesse et l'agente du projet Alimentation pour tous ont pu unir leur force et créer un partenariat. Ainsi, chaque mois, ces deux acteurs se mobilisent pour créer un réel changement dans leur communauté. Il s'agit d'une initiative à multiples facettes, où la cuisine devient un moyen d'inclusion sociale, d'échanges intergénérationnels, de partage de ressources alimentaires et de coopération concrète.
- Augmentation de la visibilité de la démarche du CAT: La reconnaissance croissante de la démarche par les organismes communautaires, les partenaires institutionnels et les citoyen.ne.s a consolidé la place du CAT en tant qu'espace central de concertation et d'action collective sur le territoire.
- Amélioration de la connaissance de l'offre de services par les citoyen.ne.s : Une diffusion plus large et plus structurée de l'information a permis aux citoyen.ne.s de mieux connaître les activités, services et ressources disponibles, favorisant ainsi leur accès et leur participation.
- Renforcement du sentiment d'appartenance des citoyen.ne.s: Grâce à des activités inclusives telles que les fêtes de quartier, les ateliers de français, les rencontres à l'Espace citoyen et les initiatives menées avec les agentes du vivre ensemble les citoyen.ne.s développent un sentiment d'ancrage et d'attachement à leur milieu de vie. Ces espaces de participation favorisent l'implication citoyenne et renforcent le sentiment de faire partie intégrante de la communauté locale, tout en stimulant l'engagement autour des enjeux du quartier.

Le CAT en action

La grande Rencontre

Au cours de l'année, le CAT a organisé deux Grandes rencontres, en octobre 2024 et en mai 2025, réunissant les membres et partenaires du territoire autour d'objectifs communs. Ces rencontres ont permis de :

- Faire le point sur le plan d'action du CAT;
- Suivre l'avancement des comités et chantiers;
- Échanger sur les besoins et les enjeux du territoire;
- Explorer de nouvelles pistes d'action;
- Favoriser le réseautage ;
- Valider le nouveau plan d'action 2025-2030 (rencontre de mai 2025)

Atelier d'échange

Cuisine solidaire

À l'occasion de la Journée internationale de lutte contre la pauvreté, le CAT a tenu une activité spéciale de cuisine solidaire le 17 octobre 2024. Organisée en collaboration avec La Courtepointe et le Comité Se Nourrir, cette initiative a permis de mobiliser plus de 20 participant·es, incluant des membres du CAT et des citoyen·nes du territoire. Ensemble, les participants ont mis la main à la pâte pour préparer 100 portions de soupe, redistribuées par la suite dans les frigospartagés communautaires, situés à la Maison des entreprises de cœur et à Sainte-Geneviève.

L'activité a été accompagnée d'un dîner-discussion sur le thème de la lutte contre la pauvreté, favorisant la réflexion collective sur les enjeux actuels en matière d'exclusion sociale et de sécurité alimentaire.

Cette initiative a aussi permis de soutenir deux projets structurants du territoire :

- Le Réseau Alternatif en Sécurité Alimentaire (RASA)
- Le projet Alimentation pour Tous



5 à 7 avec les citoyen·ne·s

Le 18 mars 2025, le CAT a organisé un 5 à 7 citoyen en collaboration avec le projet Ensemble vers l'emploi. Cet événement a réuni 14 participant·e·s autour de discussions portant sur l'emploi et les services d'accompagnement disponibles.

Les participant·e·s ont eu l'opportunité de rencontrer des intervenants, de mieux comprendre les ressources disponibles et d'être référé·e·s vers les services adaptés à leurs besoins.

Cette activité a favorisé une approche de proximité, axée sur l'écoute, l'information et la mobilisation, contribuant à renforcer le lien entre les citoyen·ne·s et les ressources d'employabilité du territoire.

Retombées

- Poser leurs questions liées à l'orientation professionnelle;
- Explorer des services pour le bilan de compétences, le retour aux études;
- Obtenir de l'aide à la recherche d'emploi, à l'intégration et au maintien en emploi;
- S'informer sur les possibilités de stages, formations, projets entrepreneuriaux;
- Bénéficier d'un accompagnement personnalisé selon leur situation.

Café-échange

Le café-échange est une rencontre mensuelle, informelle et conviviale destinée à favoriser le lien, le partage et la collaboration entre les membres et partenaires du territoire.

Ces moments ont permis aux participants de :

- Mieux se connaître et renforcer les liens entre les membres du CAT,
- Découvrir les services et projets des différentes organisations locales,
- Discuter des enjeux actuels, des nouveautés et des besoins observés dans leurs milieux respectifs,
- Établir des connexions pouvant déboucher sur des collaborations concrètes.

En chiffre

- 7 Café-échange
- présentations d'organismes

Formation

Au cours de l'année, quatre formations ont été offertes aux membres du CAT, permettant à plus de 40 participants d'en bénéficier.

- Décembre 2024 : Une formation intitulée « Devant la violence conjugale, ne fermez pas les yeux. Osez agir ! » a été offerte en partenariat avec la Maison Hélène-Lacroix. Elle visait à sensibiliser les participants à la problématique de la violence conjugale et à les outiller pour agir de manière appropriée.
- Janvier 2025 : En collaboration avec le projet Ensemble vers l'emploi de l'APE, une formation sur les services et organismes en employabilité a permis aux membres de mieux connaître les ressources disponibles dans ce domaine.
- Mars 2025 : Une formation portant sur les « Stratégies, outils et gabarits de communication » a été proposée, afin de renforcer les compétences en communication écrite et visuelle des membres.
- Juin 2025 : Un dîner-conférence sur le thème « Ressources humaines : des défis de taille et des solutions adaptées » a été organisé en partenariat avec le projet Ensemble vers l'emploi de l'APE.



Mot du comité de gestion

L'année 2024-2025 marque une étape charnière dans le parcours du CAT. Ce fût l'année de clôture du premier cycle de financement triennal de la Fondation Lucie et André Chagnon, ce qui a permis de poser les fondations solides de la démarche et de déployer plusieurs actions concrètes en réponse aux besoins exprimés par la communauté.

Grâce à la mobilisation des partenaires, à l'engagement des citoyen.ne.s et au travail soutenu de l'équipe, le CAT a pu s'ancrer durablement dans son territoire et devenir un espace de concertation reconnu, porteur de projets collectifs rassembleurs et porteurs de sens.

Aujourd'hui, une nouvelle phase s'amorce.

Fort de l'expérience acquise au cours des trois dernières années, le CAT entre dans un cycle de consolidation, de stabilisation et de renforcement. Le Plan d'action 2025-2030, résolument ambitieux, s'appuie sur les apprentissages réalisés, les relations tissées et les dynamiques mises en place. Il vise à renforcer notre capacité d'agir, à élargir notre réseau de collaboration et à assurer la pérennité des initiatives porteuses pour le milieu.

Ce nouveau plan s'articule autour de quatre axes stratégiques :

- Pérennisation de la démarche
- Veille des enjeux et des besoins
- Actions et projets collectifs
- Cohérence entre les actions et soutien aux intervenant.e.s

En tant que comité de gestion, nous abordons cette nouvelle étape avec confiance et détermination. Nous croyons fermement au potentiel transformateur de l'action collective, à la richesse des partenariats ancrés dans le territoire, et à la force des citoyen.ne.s qui s'impliquent avec cœur pour bâtir un territoire plus solidaire, inclusif et équitable.

Les prochaines années seront l'occasion de consolider nos acquis, d'approfondir nos collaborations et de continuer à innover ensemble, en gardant toujours au centre de notre action les besoins et aspirations de la communauté.

Le comité de gestion du CAT