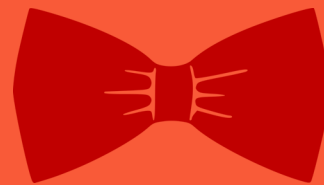
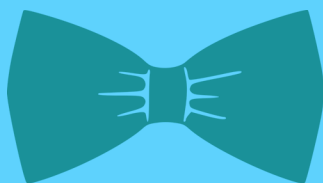


CENTRE  
D'ACTION  
BÉNÉVOLE  
DE MONTCALM



Une force collective !



RAPPORT D'ACTIVITÉS  
2020-2021





# TABLE DES MATIÈRES

- 4 Mot de la présidente
- 5 Mot de la directrice
- 6 Le CAB Montcalm
  
- 11 Développement de l'action bénévole et communautaire**
- 12 Promotion de l'action bénévole
- 15 Recrutement de bénévoles
- 16 Soutien aux bénévoles
  
- 17 Soutien à la communauté**
- 18 Service aux individus
- 41 Soutien aux organismes
  
- 43 Gouvernance et vie associative**
- 44 Code d'éthique
- 44 Gestion démocratique
  
- 47 Remerciements





# MOT DE LA PRÉSIDENTE

C'est avec grand plaisir que je vous souhaite la bienvenue à la 35<sup>e</sup> assemblée générale annuelle du CAB Montcalm. Nous vous présenterons les différents rapports de l'année 2020-2021 ainsi que les perspectives pour 2021-2022.

Bien que la dernière année fût mise sur pause, vous constaterez que l'équipe du CAB a rapidement trouvé d'autres stratégies pour se réactiver et ainsi répondre aux besoins criants des personnes plus vulnérables de la communauté. Plusieurs projets furent élaborés pour faire face à la situation de pandémie, mais avant tout pour rejoindre et soutenir, au quotidien, les plus démunis de la communauté.

Une relance du comité de relocalisation a permis de poursuivre les réflexions et démarches auprès des partenaires et municipalités. Après réflexion, le comité s'est repositionné et a abandonné l'option de devenir une coopérative de solidarité. Le conseil d'administration a approuvé le choix de reprendre le leadership et la prise en charge de ce projet pour en demeurer le maître d'œuvre.

La prochaine année sera remplie de nouveaux défis et projets qui culmineront vers un printemps des plus florissants, par la tenue d'un évènement unique et rassembleur pour l'ensemble de la MRC. Une exposition collective présentera des créations originales et grandioses réalisées par des personnes et organismes de la MRC Montcalm. Ce sera un évènement à ne pas manquer au printemps 2022 !

En terminant, je vous annonce que je ne renouvellerai pas pour un autre mandat, mais sachez que ce fut pour moi une fierté de faire partie du conseil d'administration, et plus particulièrement ces dernières années comme présidente. Je ne quitte pas sans vous dire du fond du cœur toute l'amitié que j'ai pour chaque membre du C.A. Merci de m'avoir épaulée tout ce temps en m'offrant votre confiance. Je n'oublierai jamais les bons moments de fou rire en écoutant les péripéties de l'un et l'autre d'entre nous. C'est très précieux pour moi et j'en garderai toujours un souvenir heureux.

Je ne peux passer sous silence toute la reconnaissance que j'ai pour l'extraordinaire équipe de bénévoles où j'ai développé au fil du temps plusieurs amitiés qui me sont très chères. Enfin, je remercie également ma directrice générale, Lyne Sauriol, pour son soutien professionnel, son écoute et ses bons conseils ainsi que sa merveilleuse équipe d'employés très dévoués. Je ne souhaite que le meilleur à toute l'équipe et une très belle continuité au CAB Montcalm, qui demeurera tatoué sur mon cœur pour toujours.



# MOT DE LA DIRECTRICE



Au cours de la dernière année, le contexte pandémique a bousculé la vie de plusieurs organismes communautaires et bénévoles et nous a tous plongé bien malgré nous dans une nouvelle réalité. Nos équipes ont fait preuve d'une grande capacité d'adaptation et de créativité dans ses façons de faire. Ce bouleversement a généré d'innombrables changements et ajustements, et notre résilience a été mise à rude épreuve plus d'une fois.

Malgré tout, nous avons survécu à tout ça et bien vite ce qui nous apparaissait comme anormal au printemps 2020 est entré dans notre quotidien. Le télétravail, les rencontres ZOOM, le masque, la distanciation physique... nous ont demandé beaucoup d'adaptation et ont nécessité plusieurs nouveaux apprentissages. Mais après... quand la pandémie sera chose du passé, que nous restera-t-il de tout ça ? Comment relancerons-nous nos activités ? Que garderons-nous des nouvelles pratiques acquises ? Quels outils développerons-nous pour soutenir nos membres ? Nos bénévoles ? Nos participants ?

Plusieurs questions seront soulevées dans les prochains mois, car nous voudrions tous être mieux outillés et conserver certaines des nouvelles façons de faire de la dernière année. Hé oui, certaines d'entre elles se sont avérées malgré tout bénéfiques pour maximiser l'efficacité et l'efficience des ressources de nos organismes.

Évidemment, rien ne remplacera les liens de proximité, la dynamique des échanges et du plaisir, générés par un groupe de socialisation, un comité de bénévoles ou un atelier thématique. Dans la prochaine année, le CAB Montcalm modulera son offre de services afin de répondre et soutenir au mieux ses membres, ses bénévoles et rejoindre les clientèles plus vulnérables. Depuis toujours, nous adhérons à l'approche « par, pour et avec » qui est au cœur des réalisations, des défis rencontrés, et des projets que nous élaborons dans la communauté.

Je ne doute pas un instant que la prochaine année sera remplie de renouveau pour tous et je suis persuadée qu'avec mon conseil d'administration et ma merveilleuse équipe d'employées et de bénévoles, nous en ferons une année des plus fructueuses.

A handwritten signature in blue ink that reads "Lyne Jauriol". The signature is fluid and cursive.

# LE CAB MONTCALM



## MISSION

**Promouvoir l'action bénévole et communautaire dans les différents secteurs de l'activité humaine**

**Susciter une réponse aux besoins exprimés**

**Contribuer à l'amélioration de la qualité de vie de la communauté**

## CHAMPS D'ACTION

**Développement de l'action bénévole et communautaire**

Promotion de l'action bénévole  
Soutien aux bénévoles

**Soutien à la communauté**

Service aux individus  
Soutien aux organismes

**Gouvernance et vie associative**

Code d'éthique  
Gestion démocratique

## OBJECTIFS



Supporter, appuyer et assister les organismes de bienfaisance enregistrés qui œuvrent au maintien et à l'épanouissement des personnes démunies.

Travailler, en collaboration avec les organismes publics et privés, à l'élaboration et à l'amélioration des conditions de vie des personnes vulnérables qui sont dans le besoin, par la voie de l'entraide et du bénévolat.

Collaborer avec les organismes du milieu à la mise sur pied de ressources répondant aux besoins d'une clientèle socialement et économiquement défavorisée.

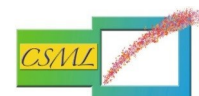
Promouvoir la prise en charge du milieu par lui-même à travers l'action bénévole.

Recruter, interviewer, former et orienter les bénévoles vers les organismes de bienfaisance enregistrés qui œuvrent en concertation pour le mieux-être du milieu.

Recevoir des dons, legs et autres contributions de même nature en argent, en valeur mobilière ou immobilière. Administrer de tels dons, legs et contribution, organiser des campagnes de souscription dans le but de recueillir des fonds pour des fins charitables.

## ACCESSIBILITÉ

Le CAB Montcalm est situé au 27, rue Saint-Louis, à Saint-Esprit. Il est ouvert du lundi au vendredi, de 8h30 à 12h00 et de 13h00 à 16h30, et cela, 12 mois par année, à l'exception de deux semaines pendant la période des Fêtes. Toutefois, les services essentiels d'accompagnement-transport bénévole sont assurés pendant cette période.



## LISTE DES MEMBRES



Ailes de l'Espoir

Association Carrefour famille Montcalm

Association Handami

Centre de femmes Montcalm

Chaumière jeunesse Rawdon

Coopérative des services multiples de Lanaudière

Groupe d'entraide et d'amitié de Sainte-Julienne

Groupe d'information et de défense des droits sociaux

Groupe Entraide et Amitié Saint-Calixte

Groupe Entraide et Amitié Saint-Esprit

Groupe Entraide et Amitié Saint-Jacques & Nouvelle-Acadie

Groupe Entraide et Amitié Saint-Lin-Laurentides

Groupe Entraide et Amitié Saint-Roch

Maison des grands-parents de Saint-Calixte

Maison des jeunes de Saint-Calixte

Maison des jeunes de Saint-Esprit

Maison des jeunes D.O. Ados

Maison des jeunes Laurentides-Saint-Lin

Parrainage civique Lanaudière

Rescousse Montcalm

Service d'entraide

Société Alzheimer Lanaudière

Société Saint-Vincent-de-Paul

Table de concertation sociale de Saint-Calixte



## MEMBRE DES REGROUPEMENTS SUIVANTS :

### RÉGIONAUX

- RCABAL** Regroupement des centres d'action bénévoles affiliés de Lanaudière  
**TPBL** Table de promotion du bénévolat Lanaudière  
**TRCAL** Table régionale de concertation des aînés de Lanaudière  
**TROCL** Table régionale des organismes communautaires autonomes de Lanaudière

### PROVINCIAUX

- AQCCA** Association québécoise des centres communautaires pour aînés  
**FCABQ** Fédération des centres d'action bénévole du Québec  
**IQ** Intergénération Québec  
**RPBQ** Regroupement des popotes roulantes du Québec

## CONSEIL D'ADMINISTRATION



Le conseil d'administration du CAB Montcalm est composé de 7 membres élu.e.s parmi les membres en règle. Durant l'année 2020-2021, les membres du c.a. ont tenu **7 rencontres** régulières du conseil d'administration.

Trois comités permanents ont poursuivi leur mandat : comité SAB 2021 (3 rencontres), comité relocalisation de la corporation (2 rencontres) et le comité ressources humaines (2 rencontres).

**Pierrette Bélair Tremblay**

Présidente

**Carol Lépine**

Secrétaire

**Maria Dias-Ribeiro**

Administratrice

**Luc Dominic Massé**

Vice-président

**Sylvie Dufresne**

Administratrice

**Nicole Richard**

Administratrice

*(jusqu'en janvier 2021)*

**Diane Bergeron**

Trésorière



## ÉQUIPE DE TRAVAIL

### **Lyne Sauriol**

Directrice générale

### **Louise B. Morin**

Adjointe administrative

### **Suzanne Blanchard**

Coordonnatrice au soutien à domicile/  
proches aidants

### **Lisette Boivin**

Animatrice du programme de  
socialisation aux aînés

### **France Laporte**

Responsable du service  
d'accompagnement-transport bénévole

### **Anita Champagne**

Répartitrice au service  
d'accompagnement-transport bénévole  
(départ en octobre 2020)

### **Sylvie Gagnon**

Intervenante au soutien communautaire  
en logement social

### **Christine Jodoin**

Animatrice responsable des Groupes  
Entraide et Amitié

### **Sophie Turenne**

Agente de communication

### **Johanne Lavallée**

Travailleuse de milieu auprès des aînés  
vulnérables

### **Carolane Simard**

Agente de soutien aux activités et  
responsable des téléphones et visites  
d'amitié

### **Sylvie Latendresse**

Agente de promotion de l'action bénévole  
et agente de sensibilisation à la COVID-19  
(septembre 2020 à mars 2021)

### **Carolane Ladouceur**

Agente de sensibilisation à la COVID-19  
(septembre 2020 à mars 2021)

---

## FORMATIONS, CONFÉRENCES ET COLLOQUES

Au cours de l'année, les membres du personnel ont assisté à plusieurs formations et événements pour faire le plein de nouvelles connaissances :

- *Animation en ligne*, offert par le Centre régional de formation de Lanaudière
- *Atelier de réflexion sur l'isolement social des personnes âgées*, une formation d'ITMAV
- *Atelier - Le financement*, par la TROCL
- *Atelier - Rédaction créative du rapport d'activités*, par la TROCL
- *CAP sur les jeunes bénévoles* : Formation des formateurs/formatrices, offert par le Réseau de l'action bénévole du Québec (RABQ)
- *Conférence sur le deuil*, offert par Aux couleurs de la vie en collaboration avec la Table de concertation en soutien à domicile (TCSAD)
- *Conférence Une nouvelle façon de vivre*, par Jacinthe Chaussé, offerte par la TPBL
- *Crédits d'impôt pour les proches aidants*, offert par l'ACEF Lanaudière
- *Formation des secouristes en milieu de travail*, offerte par la CNESST
- *GEO Bénévoles* : Formation des accompagnateurs, par la FCABQ
- *GEO Bénévoles : Gestion et encadrement organisationnel des bénévoles*, offert par le RABQ
- *Humaniser vos communications virtuelles*, par La Factory
- *Journée internationale de sensibilisation à la maltraitance envers les personnes âgées : l'importance de demander de l'aide*, par Marie Beaulieu de la chaire de recherche sur la maltraitance envers les aînés
- *La petite vie en résidence* (intimidation en résidence), par le Réseau canadien pour la prévention du mauvais traitement des aînés
- *L'intelligence émotionnelle : quelle utilité dans l'entreprise ?*, par Bernard Flavien
- *L'isolement des aînés et la pandémie*, offert par l'Équipe de la valorisation des connaissances, formation réseau et rayonnement du CIUSSSCN
- *Le soutien à distance/aider sans se brûler*, par Karène Larocque, offert par l'APPUI Lanaudière
- *Les grands enjeux : rapports intergénérationnels post-COVID*, par Humanov-is
- *Premier secours psychologique : une réponse pour réduire la détresse lors de situation d'urgence*, par le Réseau des aidants naturels du Québec (RANQ)

DÉVELOPPEMENT  
DE L'ACTION  
BÉNÉVOLE ET  
COMMUNAUTAIRE

---





## PROMOTION DE L'ACTION BÉNÉVOLE

### ACTIVITÉS DE RECONNAISSANCE ET DE SENSIBILISATION À L'ACTION BÉNÉVOLE

#### QUELQUES ACTIONS DE RECONNAISSANCE

Envois de cartes lors de l'anniversaire des bénévoles - ± **120 bénévoles réguliers et occasionnels**

Envois de cartes de vœux durant la période des fêtes incluant un billet de loterie et une carte-cadeau de Tim Horton d'une valeur de 10\$ - ± **120 bénévoles réguliers et occasionnels**

Envois d'invitations à diverses organisations pour des activités de reconnaissance et de visibilité de l'action bénévole - **Journée internationale des bénévoles et Semaine de l'action bénévole 2021**

Promotion des activités de reconnaissance des organismes, municipalités et autres partenaires sur la page Facebook du CAB Montcalm

#### PROGRAMME JE BÉNÉVOLE PAR ❤️

L'année 2020-21 aura été la **22<sup>e</sup> année** du programme, qui vise à sensibiliser les jeunes des écoles primaires de la MRC Montcalm à l'importance de l'action bénévole dans la communauté et ainsi à développer leur potentiel et leur participation au mieux-être de leur communauté immédiate.

### Ateliers *Je bénévole par* ♥

Cette année, comme il n'était pas possible de se rendre dans les classes pour offrir les ateliers, nous avons fait parvenir une lettre aux enseignant.e.s, les invitant à se procurer des cahiers d'activités. Dans cette lettre, ils et elles étaient invité.e.s à organiser eux-mêmes une activité sur le thème du bénévolat dans leur classe. **Trois écoles** ont répondu à l'invitation, pour un total de **305 cahiers distribués** dans **18 classes**.

### Concours Dessin & Slogan

Pour une **18<sup>e</sup> année**, le concours Dessin & Slogan invitait les élèves de 4<sup>e</sup>, 5<sup>e</sup>, et 6<sup>e</sup> années à créer un slogan et un dessin en lien avec l'action bénévolat. Le concours a suscité la participation de **7 écoles (13 classes)** du territoire pour un total de **46 participant.e.s**. En janvier 2021, les écoles ont reçu l'invitation pour la prochaine année.



### Activité intergénérationnelle - Cartes de Noël

Des élèves de l'école primaire Dominique-Savio ont été sollicités afin de créer des **cartes de Noël pour les aînés**. Celles-ci étaient dans un format reproductible afin de les envoyer aux personnes inscrites aux différentes activités et programmes du CAB Montcalm, aux membres des Groupes Entraide et Amitié ainsi qu'aux bénévoles impliqués au CAB Montcalm. Au total, **plus de 1 200 personnes** ont été rejointes.

La réponse fut extrêmement positive ; de nombreuses personnes ont téléphoné au CAB Montcalm pour remercier les enfants de leur envoi, et plusieurs se sont inscrites au projet *Le temps d'une lettre*. En effet, en plus de faire plaisir aux aînés durant cette période des Fêtes particulière, les cartes de Noël ont servi de publicité pour le projet de correspondance intergénérationnelle qui démarrait en janvier 2021.

## ACTIVITÉS POUR SOULIGNER LA SEMAINE DE L'ACTION BÉNÉVOLE ET LA JOURNÉE INTERNATIONALE DES BÉNÉVOLES

### SEMAINE DE L'ACTION BÉNÉVOLE (SAB) 2020

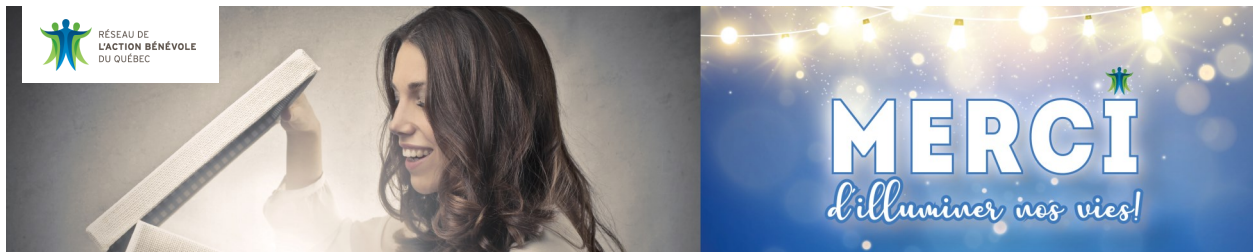
Dès la mi-mars 2020, nous avons annulé les activités suivantes :

- Déjeuner des bénévoles avec la conteuse Eveline Ménard
- Soirée des bénévoles
- Programme de jumelages *Au cœur de l'action bénévolat dans Montcalm*

## JOURNÉE INTERNATIONALE DES BÉNÉVOLES – 5 DÉCEMBRE 2020

En tant que membre de la Table de promotion du bénévolat Lanaudière, plusieurs actions ont été effectuées de concert avec les autres membres :

- Envoi de cartes postales aux bénévoles du CAB Montcalm
- Diffusion des outils de reconnaissance du RABQ
- Organisation d'une conférence virtuelle avec Jacinthe Chaussé, thérapeute en gestion émotionnelle, le vendredi 26 février 2021



## SEMAINE DE L'ACTION BÉNÉVOLE 2021

Promotion et distribution du matériel promotionnel de la SAB 2021, offert par la FCABQ, auprès des organismes et partenaires de la MRC de Montcalm – **4 commandes**



## PROMOTION DE PRIX DE RECONNAISSANCE DE L'ACTION BÉNÉVOLE

Prix Hommage Bénévolat-Québec 2021  
 Prix Desjardins  
 Prix Hommage Aînés 2020

# RECRUTEMENT DE BÉNÉVOLES



## RECHERCHE DE BÉNÉVOLES

Les postes bénévoles disponibles ont été diffusés sur ces différentes plateformes :

- JEBÉNÉVOLE.CA : plateforme provinciale de la FCABQ
- Page Facebook et site web du CAB Montcalm
- Page Facebook et site web du journal virtuel Plume Libre Montcalm
- Bulletins municipaux et feuillets paroissiaux
- Bouche-à-oreille via les bénévoles actuels et les employés du CAB Montcalm

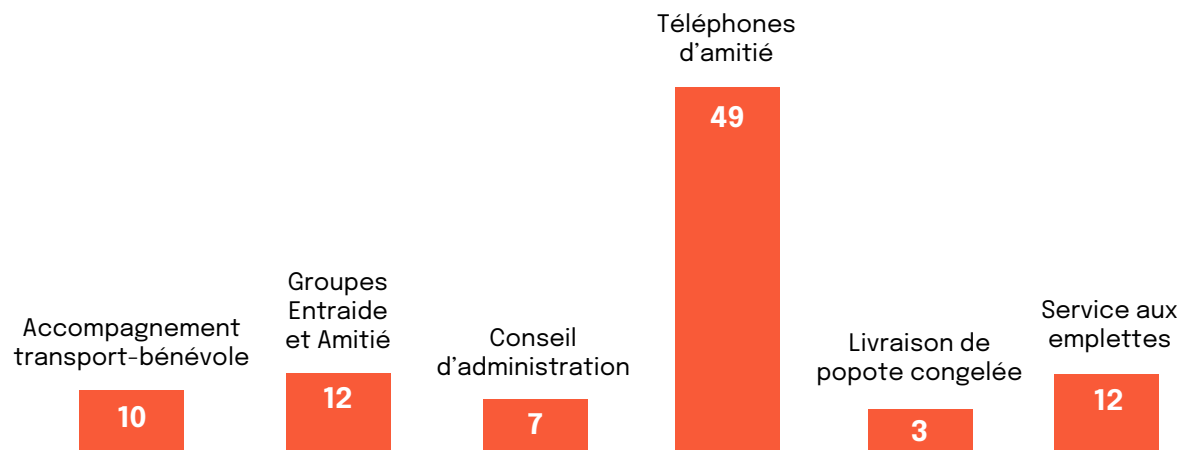
## SÉLECTION, FILTRAGE ET ACCUEIL

- Entrevue et vérification des antécédents judiciaires
- Politique remise aux nouveaux bénévoles
- Accueil par la personne-ressource au CAB, selon le service

## BÉNÉVOLES ACTUELS

La réalisation des services, activités ou programmes ne pourrait être effectuée sans l'apport considérable des personnes bénévoles qui œuvrent dans la communauté.

### Implication des bénévoles par programme, service ou activité



Dû aux circonstances de cette année, plusieurs des activités et l'ensemble des événements ont été annulés, et donc, il y a eu moins de bénévoles actifs sur le terrain. Toutefois, il y a eu une augmentation considérable de bénévoles, entre autres pour les téléphones d'amitié et la mise sur pied du service aux emplettes.

## SOUTIEN AUX BÉNÉVOLES

### FORMATIONS

- Formation individuelle ou en petits groupes de l'utilisation des plateformes ZOOM, TEAM ou autre - **environ 15 personnes**
- Conférence virtuelle - vendredi 26 février 2021, *Une nouvelle façon de vivre*, par Jacinthe Chaussé, thérapeute en gestion émotionnelle, organisée par la Table de promotion du bénévolat Lanaudière (membre) - **19 inscriptions**



### OUTILS VISANT À OFFRIR DU SUPPORT AUX BÉNÉVOLES

Nous avons reçu une **centaine d'offres de bénévoles via la plateforme JEBENEVOLE.CA**, dont plusieurs ont été recrutés pour les téléphones d'amitié et le service aux emplettes. Nous avons également recommandé ou redirigé plusieurs personnes vers d'autres organismes ou territoires.

- Création d'ententes avec le/la bénévole et le/la bénéficiaire pour le service d'emplètes
- Diffusion du formulaire *Offrir ses services pendant la pandémie*
- Révision et amélioration de toutes les politiques de soutien aux actions bénévoles (en cours)

### OUTILS POUR LE DÉPLOIEMENT DE L'ACTION BÉNÉVOLE

- Mise à jour continue des listes de bénévoles et bénéficiaires en lien avec l'organisation des divers services, activités et programmes
- Nouveau visuel pour le concours Dessin & Slogan

# SOUTIEN À LA COMMUNAUTÉ

---



# SERVICE AUX INDIVIDUS

## CONCERTATION DU MILIEU POUR CONNAÎTRE ET RÉPONDRE AUX BESOINS DE LA COMMUNAUTÉ

### ENTENTES DE COLLABORATION ET PROJETS EN PARTENARIAT



#### Accompagnement-transport bénévole

Renouvellement des contrats de service en regard de l'accompagnement-transport bénévole auprès de divers partenaires sectoriels ou multisectoriels de niveaux local et régional (**Centre intégré en santé et des services sociaux de Lanaudière, CLE Montcalm, CJE Montcalm, SAAQ, CAVAC, IVAC, Commission scolaire des Samares, organismes communautaires et bénévoles œuvrant dans la MRC de Montcalm ou à mandat régional, etc.**) en continu.

#### Centre intégré de santé et services sociaux de Lanaudière - CISSSL

- Suivi de la TCSAD Montcalm - **4 rencontres**
- Comité coordination - **5 rencontres**
- Comité *Agir contre la maltraitance dans Montcalm* - **3 rencontres**
- Collaboration pour services ou ateliers en soutien à domicile et proches aidants
- Entente de service pour le transport des clientèles vulnérables
- Programme soutien aux organismes communautaires (PSOC) - **Suivi continu**
- Dépôt d'une demande financière PSOC- COVID19
- Programme intégré d'équilibre dynamique (PIED) - **Annulation des sessions prévues**
- Programme de soutien communautaire en logement social - **1 rencontre**
  - \* Gestionnaire du programme pour la MRC de Montcalm
  - \* Soutien et suivi de l'intervenante
  - \* Participation à une rencontre avec le CISSSL pour le financement de développement

#### Regroupement des centres d'action bénévole affiliés de Lanaudière - RCABAL - **5 rencontres**

- Mise en commun des mesures sanitaires en lien avec nos clientèles, bénévoles et employés
- Partage d'expertise et mise en commun d'outils de travail et de communication
- Suivi des enjeux liés à la pandémie (accès aux transports pour la vaccination, vérification des antécédents judiciaires)



### Table de promotion du bénévolat Lanaudière - TPBL - 5 rencontres

- Responsable de la trésorerie
- Organisation d'une campagne dans les médias lanaudois pour la promotion de la Journée internationale des bénévoles
- Promotion des outils du RABQ au sein de son réseau et de ses bénévoles
- Organisation d'une conférence virtuelle avec Jacinthe Chaussé, thérapeute en gestion émotionnelle, et suivi des inscriptions

### Table régionale de concertation des aînés de Lanaudière - TRACAL - 4 rencontres

- Représentation du RCABAL
- Participation aux rencontres, sondages et consultations
- Diffusion de l'information provenant des ministères, du CISSSL ou autres partenaires



### MEMBRE DES COMITÉS DE TRAVAIL SUIVANTS :

#### Comité de crise COVID-19 Montcalm - 6 rencontres

- Identification et mise en commun des ressources d'aide
- Démarrage de services d'aide d'urgence aux plus démunis
- Dépôt d'un projet au fond d'urgence pour l'appui communautaire



### Comité de développement social *Vision Montcalm*

- Participation aux rencontres - **4 rencontres**
- Membre du COCO (comité de coordination) pour la préparation des rencontres - **3 rencontres**
- Déléguée au comité de développement social de la MRC Montcalm - **4 rencontres**
- Échanges et mise en commun de l'information sur thématiques d'actualité diverses, projets, suivis touchant tous les paliers gouvernementaux du développement social
- Présentation des défis et opportunités spécifiques
- Suivi de la démarche régionale en développement social (PAGIEPS et Alliance)
- Suivi de la démarche locale

### Comité de la Semaine de l'action bénévole Montcalm 2021 - **3 rencontres**

- Rencontre du comité SAB Montcalm à l'automne 2020 et l'hiver 2021
- Préparation, organisation et promotion des activités

### Comité Module des proches aidants naturels de Lanaudière - **4 rencontres**

Participation aux rencontres du Module

### Comité régional de valorisation de l'action bénévole - **1 rencontre**

Projet reporté après la pandémie

### Démarche locale en développement social Montcalm

- Comité de pilotage - L'Avenue des possibles dans Montcalm - **9 rencontres**
  - \* Participation aux rencontres pour le suivi des 6 comités thématiques, le soutien à la chargée de projet et le suivi du plan local en développement social
  - \* Responsable du comité transport - **5 rencontres**
  - \* Responsable du comité vie communautaire - **5 rencontres**
  - \* Participation au comité santé - **2 rencontres**
  - \* Participation au comité logement - **4 rencontres**
- Comité MADA MRC - Montcalm - **3 rencontres**
  - \* MADA Saint-Esprit - **2 rencontres**
  - \* MADA Saint-Jacques - **2 rencontres**
  - \* MADA Sainte-Marie Salomé - **1 rencontre**
- Comité de la politique de développement social intégré Montcalm - **2 rencontres**
- Table de concertation du transport collectif et adapté - **3 rencontres**

## SERVICES DIRECTS RÉPONDANT AUX BESOINS EXPRIMÉS PAR LA COMMUNAUTÉ



DÉBUT DE LA PANDÉMIE EN AVRIL 2020  
ARRÊT DES ACTIVITÉS  
LE CAB MONTCALM PASSE À L'ACTION :

### Sondage téléphonique

Auprès de la clientèle du CAB Montcalm afin de vérifier l'émergence des besoins criants et des situations urgentes :  
**+ de 1000 appels (± de 20 minutes chacun) ont été faits**

### Création et augmentation de certains services dans l'immédiat pour pallier aux manques de ressources

- Service d'emplètes
- Téléphones d'amitié

### Nouveaux projets démarrés par la suite

- Projet solidarité COVID-19 Montcalm,
- Concours littéraire *Les mots du coeur*
- Animations extérieures estivales
- Projet créatif *Alliés dans nos créations*
- Correspondance intergénérationnelle
- Journal *Le Rendez-vous*

### SERVICE D'EMPLETTES

Avec le soutien financier de la MRC de Montcalm, nous avons mis en place le service aux emplettes pour venir en aide aux personnes de 60 ans et plus, aux proches aidants et à toute personne vulnérable qui n'est pas en mesure, pour différentes raisons, d'utiliser les services de livraison des commerces d'alimentation de sa municipalité et qui n'a pas la possibilité de demander à des proches de se charger de ses emplettes. Au cours de la dernière année, nous avons recruté **15 bénévoles** et **32 personnes** ont bénéficié du service aux emplettes toutes les semaines.



## TÉLÉPHONES D'AMITIÉ

Les téléphones d'amitié sont effectués par des bénévoles, environ 1 heure par semaine, afin de briser l'isolement et la solitude chez les aîné.e.s.

Cette année, **92 personnes** ont bénéficié du service offert par notre équipe de **39 bénévoles**. Il y a eu une forte augmentation de la demande, lorsque l'on compare à l'an dernier. En effet, les téléphones d'amitié ont su répondre à un besoin en croissance dû à la pandémie. Les visites d'amitié ont été annulées afin de respecter les mesures sanitaires, mais devraient reprendre lorsque la situation reviendra à la normale.



**En prenant le temps de faire l'appel, pensant que c'était dans l'intérêt de la personne que j'appelais, je me suis rendu compte que c'est moi que ça aide en m'obligeant à m'arrêter dans mon quotidien.**



**Véronique, bénévole**

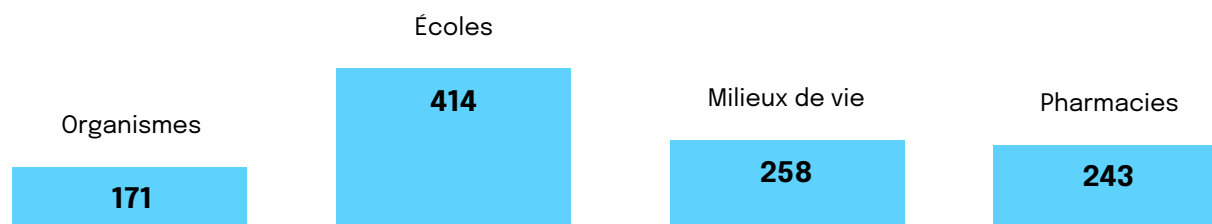


## PROJET SOLIDARITÉ COVID-19 MONTCALM

Le projet, d'une **durée de six mois**, a débuté en septembre 2020 pour se terminer en mars 2021. Il avait pour objectif de sensibiliser la population de la MRC de Montcalm à l'importance d'appliquer les mesures sanitaires, d'informer les différents groupes de personnes (notamment les personnes âgées, les jeunes et les familles) et de distribuer des couvre-visages jetables et réutilisables.

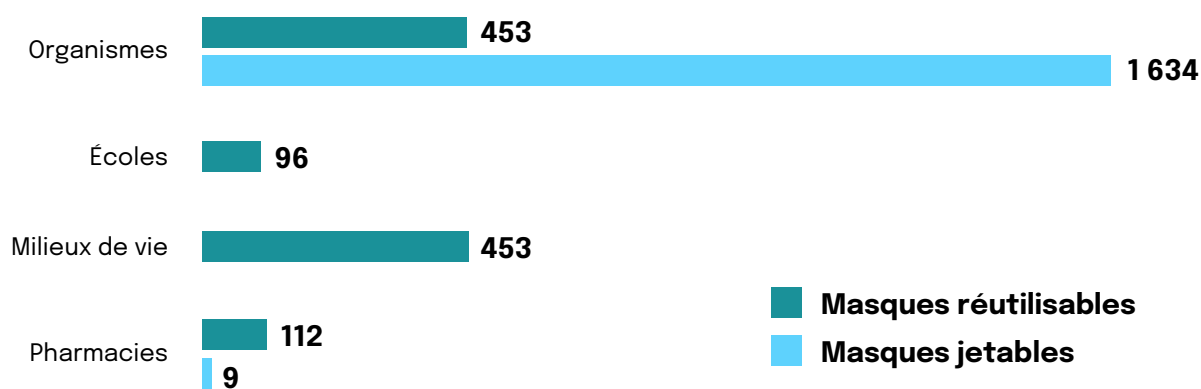
Le CAB Montcalm a réalisé ce projet en partenariat avec la MRC de Montcalm, le CISSSL, le Service d'Entraide de Saint-Lin-Laurentides et Buffet Accès Emploi. Le financement a été assuré par le Fonds d'urgence action communautaire (FUAC) de Centraide, avec l'appui de Desjardins ainsi que du député de Rousseau, Louis-Charles Thouin.

## Personnes rencontrées



Les **deux agentes de sensibilisation aux mesures sanitaires** ont offert des ateliers d'information dans les organismes ainsi qu'à l'école secondaire de l'Achigan, et ont rencontré les gens grâce à des kiosques dans trois pharmacies et au porte-à-porte dans les HLM, OSBL d'habitation communautaires. Lors de ces rencontres, elles ont distribué des couvre-visages ainsi que de la documentation et des jeux sur le thème des mesures sanitaires, afin d'encourager les gens à se protéger. Il est à noter que l'achat de couvre-visages, jetables ou réutilisables, mettait une pression économique induite sur beaucoup de personnes défavorisées et fragilisées par la pandémie.

### Couvre-visages distribués



Le projet Solidarité COVID-19 Montcalm a rencontré de multiples difficultés dues à la mise en place des nombreux changements et à l'évolution ou diminution des mesures sanitaires. Plusieurs milieux étaient fermés ou complètement chamboulés, des organismes offraient leurs services virtuellement et les milieux de vie, notamment les RPA, ont rapidement fermé leurs portes aux personnes venant de l'extérieur.

Malgré ces inconvénients allant croissant, qu'on pense juste au confinement après les Fêtes, les agentes ont réussi à rejoindre de nombreuses personnes sur le territoire de la MRC de Montcalm. Grâce aux **9 capsules vidéo** qu'elles ont créées, elles ont pu toucher plus de **6000 personnes** via la page Facebook du CAB Montcalm. La population rencontrée était heureuse de pouvoir poser des questions et, à l'occasion, de pouvoir partager son vécu avec les agentes qui devenaient alors des confidentes.

Alors que la population était de plus en plus rébarbative à entendre parler des mesures sanitaires, les agentes de sensibilisation ont fait prendre une nouvelle direction au projet en offrant des capsules vidéo et des dépliants sur la vaccination, ce qui leur a permis de rappeler à tous et à toutes l'importance de continuer à appliquer les mesures sanitaires pour encore quelque temps.

Le nom du projet : **Solidarité COVID-19 Montcalm** a d'ailleurs été choisi pour faire appel à la solidarité de la population de Montcalm à respecter les mesures sanitaires en pensant aux plus vulnérables afin qu'ensemble nous traversions cette crise.





### CONCOURS LITTÉRAIRE LES MOTS DU CŒUR ET RECUEIL AU TEMPS DU CONFINEMENT

Pour soutenir, encourager et surtout donner une voix aux aînés, aux proches aidants ainsi qu'aux personnes en situation de vulnérabilité, en période de confinement, le CAB Montcalm a organisé un concours littéraire : *Les mots du cœur*. Les gens étaient invités à envoyer des textes positifs, humoristiques ou empreints de gratitude. Trois personnes gagnantes étaient désignées chaque semaine et le texte qui se méritait la première place était lu en ondes à 0103,5 FM par la porte-parole du concours, la comédienne **Diane Lavallée**. De plus, des cartes-cadeaux étaient offertes aux gagnant.e.s.

Le concours s'est déroulé pendant quatre semaines au mois de mai 2020. Le CAB Montcalm a reçu des textes tantôt émouvants, tantôt drôles et souvent pleins de sagesse. Il a été difficile de choisir les textes gagnants. Afin de ne rien perdre de tous ces mots qui lui ont été confiés et de porter témoignage de cette période bien particulière qu'a été le confinement, le CAB Montcalm a décidé d'éditer un recueil regroupant tous les textes reçus pendant la durée du concours.

Au total, **38 textes** furent reçus. Le recueil *Au temps du confinement* a été remis à tous les participants. Il sera déposé dans les bibliothèques de la MRC Montcalm en 2021-2022.



## *Les mots du cœur*



### ANIMATIONS EXTÉRIEURES ESTIVALES 2020

Pour les personnes habitant en HLM, COOP ou OSBL d'habitation, **40 visites** en extérieur ont été effectuées au cours de l'été 2020. Les animatrices et intervenantes ont utilisé leur débrouillardise pour rejoindre les personnes sur leurs balcons, dans la cour extérieure, les stationnements, etc., pour offrir musique, danse et activités tout en respectant les mesures sanitaires. **8 résidences** privées ont également été visitées, soit 9 visites en animation et 17 en musique pour un total de **26 visites**. Malheureusement, **14 visites ont été annulées** à cause de la température.

## PROJET CRÉATIF ALLIÉS DANS NOS CRÉATIONS

Avec le soutien du **Marie-Terre**, organisme en médiation culturelle situé à Sainte-Julienne, et avec le financement obtenu par le Centre local d'emploi, le projet créatif a pris forme en octobre 2020.



### **Voici la proposition faite aux aînés :**

Le projet *Alliés dans nos créations* est né de l'idée de se réunir et de partager malgré la distance qui nous sépare depuis le printemps 2020. Tout au long de l'année 2021, nous allons vous proposer des activités créatives à réaliser chez soi. Les étapes de création, le descriptif de l'activité et une aide vous seront offerts.

Nous aimerions que vous nous fassiez connaître ce qui vous fait vibrer dans la vie. Quelle est votre passion ? Quels sont vos talents ? Cuisiner, photographier, écrire, faire de la sculpture, marcher, danser ? Comment pourriez-vous nous le partager ?

Nous vous invitons à nous confier vos œuvres par la suite afin de créer une superbe exposition au printemps 2022 qui témoignera de cette belle démarche. Nous savons que vous avez de merveilleuses idées !

Dès le mois de février 2021, **6 activités dirigées** ont été et seront proposées aux personnes aînées de la MRC de Montcalm. Une première activité *Le cœur est un oiseau* a été expérimentée en février-mars où **42 personnes** ont participé. Une deuxième activité *Fleur du printemps* offerte en mars-avril compte à ce jour **32 inscriptions**.

Grâce à l'obtention d'un financement au programme Nouveaux Horizons, le projet se poursuivra en 2021-2022 par différents moyens tels qu'une mosaïque des passions et des activités intergénérationnelles.







### CORRESPONDANCE INTERGÉNÉRATIONNELLE : LE TEMPS D'UNE LETTRE

Des jumelages sont formés entre des élèves du primaire ou du secondaire et des aînés de la MRC. L'objectif est de maintenir les aînés actifs cognitivement ainsi que de créer et maintenir des liens malgré l'absence de présence physique.

Du soutien est offert sous toute forme, lecture ou écriture de la lettre par exemple, selon les besoins des participants.

De plus, du matériel est fourni aux personnes qui le désirent comme du papier à lettres, des enveloppes préaffranchies et adressées, un calendrier, des suggestions thématiques, etc.

Afin de respecter la confidentialité du lieu de résidence, toutes les lettres sont acheminées au CAB Montcalm et mises en quarantaine. Afin d'assurer que le contenu est adéquat, elles sont lues par la responsable du projet, puis acheminées à leur destinataire.

#### **Nombre d'inscriptions :**

- 39 aînés
- 97 jeunes (60 actifs et 37 en attente) dont 93 au primaire et 4 au secondaire

Il y a **62 jumelages** actifs.

**3 écoles** participent au projet, dont 2 actives (Dominique-Savio à Saint-Esprit et Esther-Blondin à Saint-Jacques) et 1 en attente (Virevents à Sainte-Julienne). L'école en attente est une inscription en collaboration avec la municipalité de Sainte-Julienne qui prendra part au projet dès le printemps 2021.

Plusieurs rencontres du comité de correspondance impliquant **5 personnes bénévoles** ont eu lieu au cours de l'année.

## JOURNAL LE RENDEZ-VOUS

Au cours des dernières années, plusieurs actions et partenariats ont été mis en place afin de rejoindre les personnes âgées vivant ou non des situations de vulnérabilité et les proches aidants afin de briser l'isolement, de favoriser leur participation sociale et de conserver leur pouvoir d'autodétermination (*empowerment*).

La pandémie, l'arrêt des activités et des services ainsi que le confinement des personnes âgées de 70 ans et plus ont eu de grandes répercussions à plusieurs niveaux tant pour les personnes âgées que les personnes proches aidantes.

À l'automne 2020, le journal *Le Rendez-vous* a été créé par l'équipe des animatrices et intervenantes. L'objectif est de permettre aux personnes vulnérables de demeurer actives par le biais des thématiques et des jeux, et informées sur les ressources ainsi que sur la santé, via la chronique du pharmacien Jean-François Lafrance.

Le contenu du journal favorise et nourrit le développement d'une ou plusieurs des **6 sphères** : physique, psychologique, spirituelle, affective, du bénévolat (travail et implication)/de la participation sociale ou citoyenne, et relationnelle.

Le journal *Le Rendez-vous* est distribué aux personnes âgées et aux personnes proches aidantes par la poste. Des copies sont également disponibles dans les trois pharmacies Familiprix de Jean-François Lafrance. De plus, certains des articles sont diffusés sur notre page Facebook et font l'objet de capsules vidéo.

Deux éditions sont parues au cours de l'année 2020-21 :

- Décembre 2020 : *Créer la magie, c'est créer l'amour et l'étendre à tout le monde. 1 500 personnes rejointes*
- Février 2021 : *Célébrer la VIE et l'AMOUR donne des forces et de l'énergie. 1 500 personnes rejointes*



## PROGRAMME DE SOCIALISATION POUR LES PERSONNES ÂGÉES

En 2020-2021, l'ensemble des activités ont été annulées et les groupes de socialisation ont été fermés tout au long de l'année. Le contact avec les personnes âgées inscrites dans les groupes a été maintenu grâce aux **appels téléphoniques hebdomadaires** effectués par l'animatrice. Un support moral leur a été offert par téléphone.

**37 personnes** étaient inscrites dans les 3 groupes de socialisation avant la pandémie. Au cours de la dernière année, certaines d'entre elles ont quitté les groupes. À la reprise des activités de ce programme, que nous espérons pour l'automne 2021, nous ouvrirons la période d'inscription pour combler les places vacantes et prévoyons graduellement l'ouverture de nouveaux groupes.

## PROJET APPUI POUR LES PROCHES AIDANTS

Le projet APPUI *Vers un quotidien enrichissant 2020-2021* offre un financement qui permet de couvrir plusieurs aspects des services offerts aux proches aidant.e.s, dont les frais de répit, de transport, l'embauche de formateurs/formatrices et d'intervenante auprès de la clientèle. Par l'entremise des services proposés, nous avons rejoint **91 personnes** différentes.

### Groupe de soutien

Le groupe soutien a accueilli **3 nouveaux/nouvelles participant.e.s** pour un total de **22 proches aidant.e.s rejoint.e.s**. Lors des rencontres du groupe de soutien, nous avons répondu à plusieurs demandes d'informations, effectué des références, fait de l'écoute et du soutien psychosocial. La participation fut variable tout au long de l'année.

En 2020-21, nous avons consulté les proches aidants via **deux sondages**. Le premier nous permettait de connaître l'impact du 1<sup>er</sup> confinement et leurs besoins (emplettes, téléphones d'amitié) reliés à la situation. Le deuxième sondage visait à évaluer les besoins de répit, ainsi que l'accessibilité et les habiletés des proches aidants et aidés quant à l'utilisation des tablettes/ordinateurs et des plateformes de communication.







Un des besoins exprimés était d'offrir des occasions pour marcher à l'extérieur tout en échangeant. Nous avons démarré une nouvelle activité s'intitulant **Brin de jasette**. Respectant les recommandations sanitaires, nous avons dû offrir cette activité virtuellement. Ces rencontres sont un heureux mélange entre les échanges et quelques trucs pour bouger, se tenir actifs par divers exercices de courte durée à réaliser quotidiennement. - **4 personnes**

**3 rencontres** réservées uniquement pour des échanges entre proches aidant.e.s dont deux pour souligner le temps des Fêtes et la Saint-Valentin.

Pour rejoindre les proches aidant.e.s en emploi, nous avons maintenu les 5 à 7 *pour échanger*. **2 rencontres ont été organisées virtuellement**. Il s'agit de rencontres informelles où les cartons de connaissances de soi de Danie Beaulieu sont utilisés. Nous avons rejoint **3 personnes**.

### Services adaptés

Au cours de l'année, nous avons adapté trois de nos services afin de continuer à leur offrir du soutien :

- **Interventions individuelles** : Pour ceux et celles qui n'ont pas accès à Internet ou ne pouvaient pas utiliser les diverses plateformes de communication - **276 rencontres téléphoniques ou en personnes**. Ces rencontres répondaient à plusieurs besoins, mais principalement ceux d'être écouté et accompagné, et de recevoir des services du CAB ou d'une autre organisation.
- **Répit** : Nous avons offert des heures de répit autres que pour assister à nos rencontres ou activités. En début de pandémie, les heures de répit et les occasions de se ressourcer ont cessé ou presque. L'épuisement des personnes proches aidantes s'est fait sentir rapidement. Les heures de répit supplémentaires furent bénéfiques et fort appréciées. - **5 proches aidant.e.s, 692 heures de répit**.
- **Le journal « Le rendez-vous »** : Moyen pour continuer à être informé et stimulé. - **30 proches aidant.e.s**

### Les clés : ateliers d'information pour les proches aidant.e.s

En 2020-2021, nous avons organisé **6 ateliers via la visioconférence**, grâce auxquelles nous avons pu rejoindre **10 proches aidant.e.s**. Ces ateliers ont lieu en soirée, ce qui a permis de rejoindre les proches aidant.e.s qui sont toujours en emploi. Quatre rencontres ont été annulées faute d'inscriptions ou dû aux mesures sanitaires. Les ateliers présentés sont :

Mandat de protection - **4 personnes**

Testament et succession - **6 personnes**



### Formations pour les proches aidant.e.s

Deux formations en visioconférence furent annulées. Certains préféraient être en présentiel et pour d'autres, la santé précaire de leur aidé.e les empêchaient de s'engager.

Deux types de formations ont été offertes afin que les participant.e.s (proches aidants et aidés) puissent participer aux rencontres sur la plateforme Zoom soit en conférence téléphonique ou tablette/portable. La formation pouvait être offerte individuellement ou en groupe.

- Devenir plus habile avec votre tablette (sécurité, réseaux sociaux, achat/vendre, etc.) : 4 rencontres - **4 personnes**
- Se familiariser avec Zoom (apprendre comment se connecter et l'utilisation des fonctionnalités) 11 formations - **23 personnes**
- Atelier de gestion du stress par la respiration et le yoga offert en visioconférence (en direct ou en différé) - **2 x 8 rencontres - 22 personnes**

## Ateliers de stimulation cognitive par le chant

Ces ateliers ont été instaurés pour donner du répit aux proches aidant.e.s. et pour permettre aux personnes aidées de continuer à être stimulées cognitivement et de socialiser par le biais du chant et de la musique. Nous avons pu offrir des ateliers de stimulation en adaptant notre approche selon les conditions sanitaires et l'habilité des participants à utiliser la technologie. **33 semaines** d'ateliers de stimulation cognitive par le chant ont été offertes aux ayant ou vivant avec un déficit cognitif. Nous avons utilisé 4 stratégies différentes pour rejoindre les proches aidant.e.s et leur aidé.e :



- **10 semaines** - prestations à l'extérieur aux résidences privées, HLM et résidences OBNL (**15 résidences**). Nous avons pu rejoindre **164 participants**.
- **13 semaines** - Enregistrement de 7 thématiques d'exercices musicales totalisant 40 capsules dont 3 pour le spécial Noël. Les capsules furent envoyées aux proches aidants inscrits. **30 personnes**. Elles seront disponibles sur le site web du CAB Montcalm en 2021-22.
- **10 semaines** - Nous avons offert les ateliers en visioconférence, en formant les proches aidant.e.s et leur aidé.e sur l'utilisation de Zoom, et pour certains, en fournissant des tablettes - **11 personnes**.
- **15 personnes** - Ces ateliers permettent d'offrir un répit aux proches aidant.e.s un après-midi par semaine.

Les participant.e.s et les résidences ont fort apprécié les ateliers, car ils et elles ont pu retrouver la joie de chanter, d'échanger entre eux, de se raconter des anecdotes et de partager leurs préoccupations.

## Promotion des services

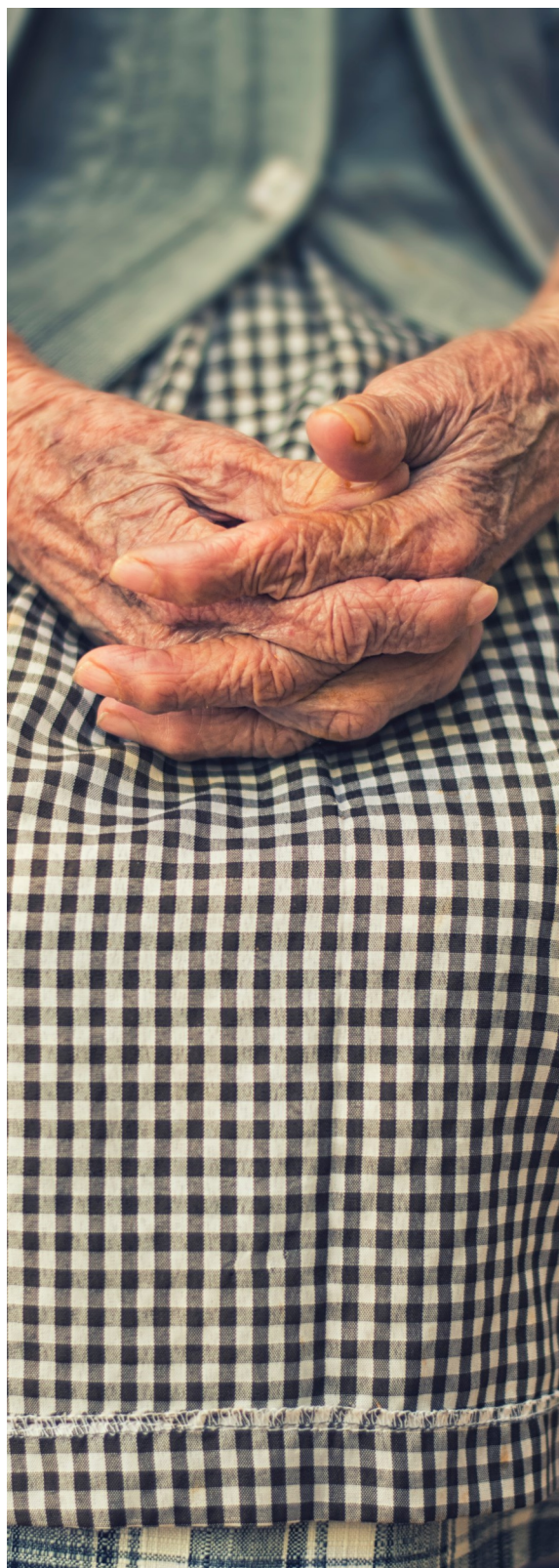
La promotion des activités s'est faite directement aux personnes proches aidantes inscrites à l'un ou l'autre de nos services ainsi que via les divers médias écrits et sociaux dont la page Facebook et le site web du CAB Montcalm. Il y a eu **25 publications Facebook** au cours de l'année sur des activités ou des nouvelles en lien avec les proches aidant.e.s. Chaque publication a rejoint **en moyenne 91 personnes**.

## Activités du CAB Montcalm auxquelles ont participé des proches aidant.e.s :

Repas congelés de Noël - **12 personnes**

Le concours *Les mots du cœur*

Le projet *Alliés dans nos créations*



### PROGRAMME ITMAV



Depuis septembre 2018, le Centre d'action bénévole de Montcalm est porteur d'un programme d'initiatives de travail de milieu auprès des aînés vulnérables (ITMAV) *Ensemble, brisons l'isolement des personnes âgées de la MRC de Montcalm.*

Le programme a pour mission de :

- Rejoindre les aînés vivant des situations de vulnérabilité, de l'isolement social ou géographique, dans leur milieu
- Les informer et les référer vers les ressources existantes
- Les soutenir et les accompagner dans leurs démarches, leur recherche ou l'accès aux services
- Envisager avec eux des solutions
- Les soutenir pour retrouver leur pouvoir d'agir

### Réalisations au cours de l'année 2020-2021

En cette année particulière, nous avons eu à réagir rapidement et à être créatifs pour trouver de nouvelles façons de rejoindre les aînés confinés. Un **sondage téléphonique** a été effectué auprès des membres du CAB Montcalm pour connaître leurs besoins et tenter d'y répondre. La travailleuse de milieu a participé en contactant plus de 150 personnes. De nombreuses références ont été faites vers les services du CAB, principalement vers les téléphones d'amitié, le service aux emplettes, mais aussi vers les lignes d'écoutes et vers les ressources du milieu. Ces références n'ont pas été comptabilisées.



Dès que la température l'a permis, des **rencontres à l'extérieur** des résidences et des HLM ont eu lieu afin de discuter informellement avec les aînés. La travailleuse de milieu a assisté à deux animations faites par les animatrices du CAB, au spectacle à l'extérieur de la Tournée du bonheur et à la parade équestre de la sûreté du Québec. Ces présences lui ont permis de rejoindre plusieurs aînés et de faire connaître le programme ITMAV ainsi que les ressources du milieu.

Des **kiosques en pharmacies**, une présence dans les banques alimentaires ont été d'autres façons de rejoindre les personnes les plus isolées.

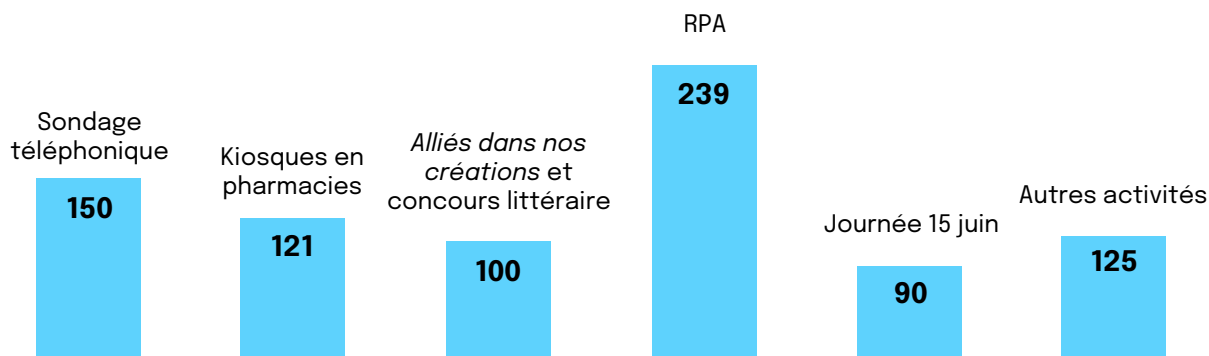
Présentations du programme ITMAV auprès du conseil des maires de la MRC de Montcalm ainsi qu'auprès du comité de développement social ont été réalisées.

Un projet RADAR (Réseau actif de dépistage des aînés à risque), qui se veut un outil de repérage et de référencement tout en permettant de travailler en collaboration avec les partenaires du milieu, est en développement dans la MRC de Montcalm. Actuellement, le CISSSL, la MRC, l'agent sociocommunautaire de la SQ, le bureau du député et bien entendu le CAB Montcalm ont eu une première rencontre en février 2021. Les démarches se poursuivront en 2021-2022.

La travailleuse de milieu a également collaboré à divers projets du CAB Montcalm afin de rejoindre les aînés en situation de vulnérabilité :

- Concours littéraire *Les mots du cœur*
- Projet *Alliés dans nos créations*
- Tournée dans les ressources en habitation (HLM, RPA, coopérative) de Saint-Roch-de-l'Achigan, avec l'une des agentes de sensibilisation aux mesures sanitaires du projet Solidarité COVID-19 Montcalm **-63 personnes rencontrées**
- Journée mondiale de lutte contre la maltraitance envers les aînés : tenue de deux kiosques devant des épiceries en collaboration avec la responsable du projet de l'APPUI
- Journal *Le Rendez-vous* : deux parutions, décembre 2020 et février 2021

### Personnes rejointes selon les activités (825 au total)



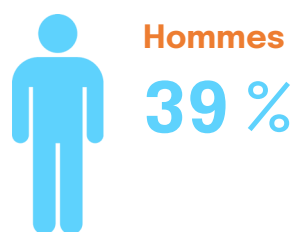
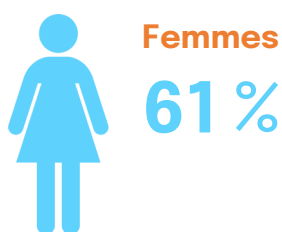
## Intervention individuelle

Au niveau individuel, **92 personnes** ont été accompagnées pour un total de **249 interventions**. Cette année, 82 % des interventions se sont effectuées au téléphone pour 18 % en personne.

Les problématiques principales sont reliées à des évènements fragilisant, comme les deuils, accompagnement d'un proche, etc., les droits et les recours ainsi que la santé mentale et psychologique.

Les problématiques secondaires sont majoritairement liées au besoin de parler ainsi qu'à la méconnaissance des ressources. **192 références** ont été faites vers les organismes communautaires, le réseau de la santé, les EÉSAD ou autres.

## Quelques statistiques des personnes rejointes par le programme ITMAV



**Municipalités  
les plus desservies**

**30% Saint-Lin-Laurentides**  
**23% Saint-Calixte**  
**17% Sainte-Julienne**  
**12% Saint-Roch-de-l'Achigan**



**Tranches d'âge  
les plus représentées**

**45% 71-80 ans**  
**21% 81-90 ans**

**L'écoute est souvent la majeure partie de l'intervention, bien que celle-ci se termine par une référence vers une ressource pouvant le mieux répondre au besoin identifié.**



### GROUPES ENTRAIDE ET AMITIÉ (GEA)

Bien qu'autonomes sur leur devenir et le degré d'implication des bénévoles membres de l'un ou l'autre des GEA, nous considérons ceux-ci comme un prolongement de nos services directs, puisqu'ils sont soutenus par les ressources humaines, techniques et financières du CAB Montcalm. Durant la dernière année, **aucune activité** n'a été organisée par les GEA. Toutefois, les bénévoles ont continué à téléphoner régulièrement à leurs membres pour prendre de leurs nouvelles ainsi que jaser avec eux. Aussi, ils ont pris part à diverses rencontres, formations et conférences :

- Rencontre, en présentiel, des bénévoles des GEA pour parler des projets du CAB Montcalm dans un avenir à court et moyen terme avec une présentation sur les MADA municipaux et MRC par Isabel Tremblay-Dion :
  - \* St-Jacques - **6 bénévoles**
  - \* St-Calixte - **5 bénévoles**
  - \* St-Esprit - **5 bénévoles**
  - \* St-Lin - **5 bénévoles**
  - \* St-Roch : échange téléphonique - **1 bénévole**
- Mini-formation sur le fonctionnement de Zoom sur ordinateur ou tablette à quelques bénévoles par des employées du CAB Montcalm - **6 bénévoles**
- Table de concertation en soutien à domicile-TCSAD :
  - \* 7 octobre 2020 - **3 bénévoles**
  - \* 18 novembre 2020 - **2 bénévoles**
  - \* 24 février 2021 - **1 bénévole**
- AGA CAB Montcalm - **4 bénévoles**
- Rendez-vous virtuels Prés-Âges - **1 bénévole**
- Apprivoiser les pertes et les deuils au quotidien - **1 bénévole**
- Participation au MADA St-Esprit



Le 6<sup>e</sup>, GEA de Sainte-Julienne, bien que recevant un certain soutien technique du CAB Montcalm, produit son propre rapport d'activités au Centre intégré de santé et de services sociaux de Lanaudière qui leur fournit un financement.

## PROGRAMME DE SOUTIEN COMMUNAUTAIRE EN LOGEMENT SOCIAL ET COMMUNAUTAIRE POUR AÎNÉS

Le programme vise à maintenir ou développer l'autonomie des personnes âgées habitant en logement social et communautaire dans Montcalm. Ce soutien est offert sous forme de rencontres individuelles ou dans le cadre d'activités de groupes. Les activités, dans les pratiques de soutien communautaire en logement social, se subdivisent en quatre catégories :

- **L'aide à la personne dans l'exercice de ses droits et responsabilités en tant que citoyenne ou citoyen**  
Exemples : gestion de bail et crédit d'impôt, aide à la personne, droits et responsabilités.
- **L'aide à la vie courante**  
Exemples : accompagnement auprès des services publics, prise de rendez-vous, soutien individuel pour solutionner des crises.
- **L'aide à la vie collective ou associative**  
Exemples : activités sociales et de loisirs, animation, coordination et soutien à la vie collective.
- **Des activités de type relation d'aide**  
Exemples : Écoute, repérage de personnes âgées en perte d'autonomie, maltraitance, référence, accompagnement dans les moments difficiles, maladie, deuil, solitude, conflits, etc.

### Réalisations au cours de l'année 2020-21

L'intervenante a visité **16 résidences situées dans 9 municipalités** de la MRC Montcalm, 7 de façon régulière et 9 sporadiquement ou à la demande du directeur de l'Office régional d'habitation de Montcalm.



- Résidences Laurier 1, 2, 3
- COOP 4 Soleils
- Résidence 4 Soleils
- HLM Saint-Esprit
- Au cœur du village
- HLM Saint-Alexis
- HLM Sainte-Marie-Salomé
- HLM Sainte-Julienne
- HLM Saint-Calixte
- HLM Saint-Liguori
- HLM Saint-Lin
- HLM Saint-Jacques
- Résidences l'Achigan
- HLM Saint-Roch

**1 070 interventions** ont eu lieu dans les logements et résidences visités, de nature variée telle qu'écoute, accompagnement, gestion de conflit, soutien psychosocial, soutien à différents comités et références.

L'intervenante aide au développement associatif en soutenant les deux **comités de loisirs** par l'animation de leur assemblée générale annuelle, le soutien technique lors d'organisation d'événements, les photocopies et les réponses à leurs interrogations sur le processus démocratique.

Le soutien psychologique a été offert aux personnes ayant des idées suicidaires attribuées aux conséquences du confinement. D'autres événements nécessitent du soutien psychologique comme la perte de leur autonomie, un conflit avec les enfants, un deuil, une maladie, une menace d'éviction de loyer, l'abus financier. Également, le soutien a été apporté à **5 personnes** débutant une démence affectant leur mémoire et jugement.

Au cours de l'année 2020-2021, afin d'améliorer sa pratique et partager ses expertises, l'intervenante a participé à ces comités de travail :

- Groupe des intervenantes régionales de Lanaudière - **5 rencontres**
- Comité Agir contre la maltraitance dans Montcalm - **3 rencontres**
- comité des intervenantes et animatrices du CAB - **9 rencontres**
- MRC logement social - **4 rencontres**

Étant donné le contexte, aucune activité n'a été organisée à l'intérieur dans les salles communautaires. Au début, l'intervenante a distribué un guide et de l'information pour survivre au confinement. Puis, il y a eu la promotion du concours littéraire *Les mots du cœur* et des activités estivales extérieures d'animation et de musique.

L'intervenante a participé à et/ou a organisé des activités :

- Spectacle en plein air de la Tournée du bonheur
- Spectacle extérieur avec Chrystine Bouchard, musicothérapeute
- Spectacle de la Tournée du bonheur à l'église de Saint-Lin-Laurentides
- Promotion et distribution des repas de Noël
- Promotion du projet *Alliés dans nos créations*
- Distribution de masques aux locataires





### POPOTE CONGELÉE MONTCALM

Ce service offre la possibilité aux personnes âgées, aux personnes en perte d'autonomie et aux personnes convalescentes de commander des repas congelés en portion individuelle. Ceux-ci peuvent être livrés à domicile ou vendus directement à la réception du CAB.

Le temps en ressources humaines requis pour la gestion et la réalisation des tâches en lien avec ce service est d'environ **4 heures par semaine**. Tous les frais relatifs à la réalisation de ce service sont assumés par le CAB Montcalm à même son financement à la mission globale. La personne ne paye que la valeur du plat choisi.

Ce service est offert en collaboration avec le Centre d'action bénévole communautaire Matawinie, qui s'occupe de commander les repas auprès des distributeurs autorisés par le MAPAQ, et qui facture le CAB Montcalm pour les repas commandés en fonction des inventaires hebdomadaires.

En 2020-2021 :

- **98 personnes** ont été rejointes
- **5 132 repas** leur ont été vendus

Pour la période des fêtes, nous avons offert aux personnes membres du CAB un **menu de Noël** 4 services pour 10\$. Les employées ont livré à domicile **249 repas** pour l'occasion. Ce spécial des fêtes a été très apprécié par la clientèle.

### SERVICE D'ACCOMPAGNEMENT-TRANSPORT BÉNÉVOLE

#### **Bénévoles**

En cette année de pandémie, le service d'accompagnement-transport comptait **10 bénévoles actifs**. Nous avons rencontré en entrevue et retenu **2 nouveaux bénévoles**, alors que **23 bénévoles de 70 ans et plus ont été suspendus et 5 ont quitté** pour des raisons variées (déménagement, maladie ou retour au travail).

### Tableau synthèse 2020-2021

Catégories accompagnement -transport bénévole	Nombre pers.	Nombre acc/transports	Km	*Frais	Frais km à 44 ¢/km	Contribution de la clientèle	Contrats de service
Transport pour les activités liées au <b>soutien à domicile</b> (surtout accompagnement médical ou légal, et livraison de popote congelée)	128	531	67 033	597 \$	29 495 \$	15 466 \$	704 \$
<b>Clientèles vulnérables</b>	13	152	21 125	44 \$	9 295 \$	327 \$	0 \$
Contrats de service pour <b>autres clientèles</b> (CJE, Fondation, curateur public, etc.)	42	211	21 613	287 \$	9 509 \$	2 258 \$	13 004 \$
Transport pour <b>hémodialyse</b>	2	624	77 860	0 \$	34 259 \$	2 567 \$	38 542 \$
Vaccination	6	6	393	0 \$	173 \$	0 \$	266 \$
<b>Total</b>	<b>191</b>	<b>1 524</b>	<b>188 024</b>	<b>928 \$</b>	<b>82 731 \$</b>	<b>20 618 \$</b>	<b>52 516 \$</b>

\* Frais de stationnement et de repas.

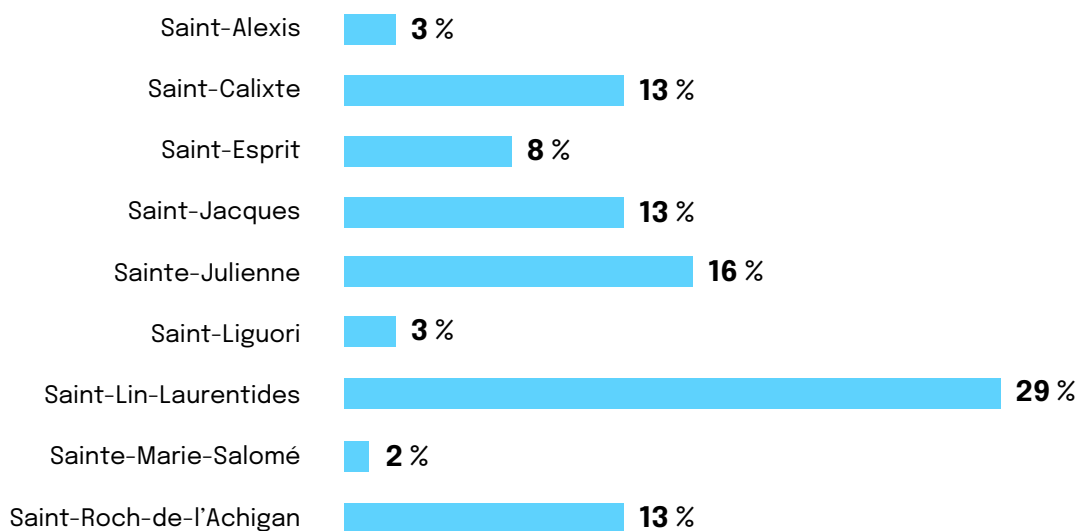
\*\* Prenez note que les totaux des revenus et dépenses ont été compilés avant la régularisation annuelle ainsi qu'avant l'application du remboursement des taxes gouvernementales effectuées par le comptable de la corporation.



## Vaccination

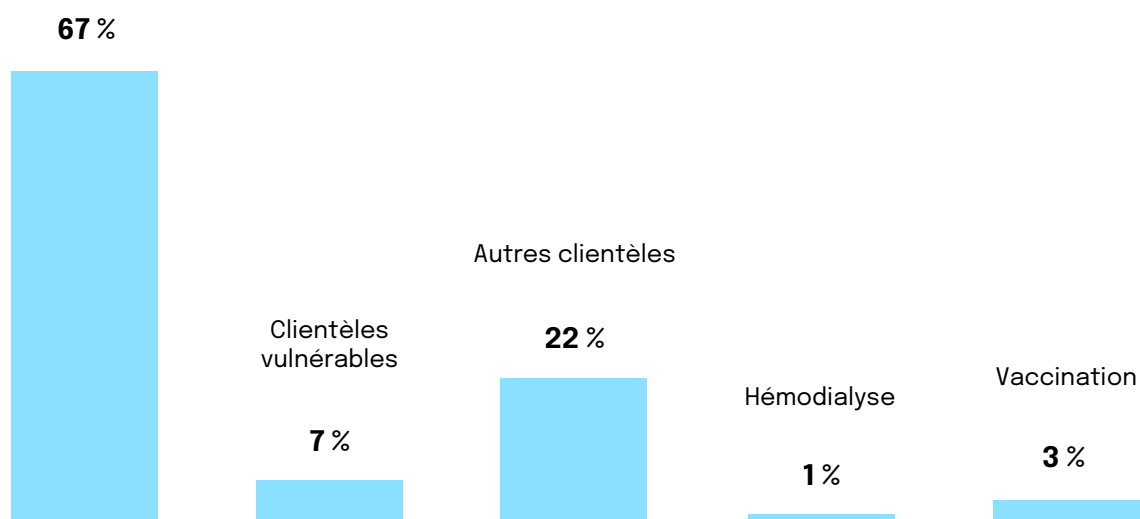
Dès le début de la période de vaccination en mars 2021, nous avons offert gratuitement le service d'accompagnement-transport, ainsi **6 personnes** ont été accompagnées vers un lieu de vaccination.

### Pourcentage des personnes inscrites par municipalité



### Accompagnement-transport par type de clientèle en %

Soutien à domicile



## SERVICE DE RÉFÉRENCE ET D'ACCOMPAGNEMENT VERS LES RESSOURCES DU MILIEU

La référence et l'accompagnement vers les ressources du milieu se font par les intervenantes et animatrices, qui possèdent une excellente connaissance des ressources communautaires, publiques et privées. Au fil des ans, nous avons également développé des collaborations avec les services et intervenants des CLSC, CHSLD, organismes communautaires, résidences privées et autres du territoire afin de faciliter le référencement.

Aussi, les personnes peuvent se référer au *Carnet des ressources en soutien à domicile*, qui a été réédité en 2019 grâce au projet QADA. Celles rejointes directement par nos services reçoivent, lorsque nécessaire, soutien et accompagnement pour les démarches à faire, pour les formulaires à compléter ou autres.



## SOUTIEN AUX ORGANISMES

### AIDE, SOUTIEN TECHNIQUE ET RÉFÉRENCES

- Accueil et référence de bénévoles et de clientèles
- Animation et secrétariat d'assemblée annuelle
- Support à l'animation de réunions mensuelles
- Formation sur mesure ou individuelle
- Aide à l'analyse des besoins
- Support à l'élaboration de projets
- Support organisationnel
- Partenariat et parrainage de projets
- Prêt de locaux
- Documentation disponible
- Prêt d'équipement



## DIFFUSION DES BONNES PRATIQUES AUX ORGANISMES COMMUNAUTAIRES ET BÉNÉVOLES

Les organismes communautaires et bénévoles intervenant sur le territoire de la MRC Montcalm peuvent obtenir de l'aide variée, et ce, sur une base ponctuelle ou régulière :

- Mise en place graduelle du programme **GEO bénévoles**. Cette année, Sylvie Latendresse a suivi la formation pour devenir accompagnatrice agréée par le RABQ. Un atelier d'information sur le programme GEO bénévoles sera offert aux gestionnaires de bénévoles lors de la SAB 2021.
- Aussi, dans le cadre de la Journée internationale des bénévoles et de la SAB, des **outils** ont été offerts aux organismes **afin de reconnaître leurs bénévoles**.



## PROJET « SOLIDARITÉ COVID 19 MONTCALM »

Dans le cadre de ce projet, tous les organismes communautaires et bénévoles œuvrant sur le territoire de la MRC de Montcalm ont bénéficié gratuitement de la distribution du matériel sanitaire ainsi que des outils de sensibilisation développés.

## FORMATIONS OFFERTES AUX ORGANISMES COMMUNAUTAIRES ET BÉNÉVOLES

La conférence *Une nouvelle façon de vivre* de Jacinthe Chaussé a été offerte à l'ensemble ses organismes communautaires et bénévoles, par la Table de promotion du bénévolat Lanaudière (membre).

# GOUVERNANCE ET VIE ASSOCIATIVE

---



## CODE D'ÉTHIQUE

Afin de voir au bon fonctionnement du centre, le CAB s'est doté au cours des années de plusieurs politiques et procédures sur lesquelles il s'appuie :

- Politique des conditions de travail du personnel
- Politique contre le harcèlement en milieu de travail
- Politique de traitement des plaintes
- Politique d'accompagnement-transport bénévole
- Code d'éthique et confidentialité des bénévoles
- Politique de filtrage des bénévoles

**Un comité d'analyse des différentes politiques et procédures a été mis sur pied afin de faire la mise à jour et la refonte des documents. La démarche sera poursuivie et complétée en 2021-2022.**

## GESTION DÉMOCRATIQUE

### MANDAT DU CONSEIL D'ADMINISTRATION

**S'assurer du respect de la mission et des objectifs poursuivis par la corporation**  
**Déterminer les orientations de développement**  
**Voir à la saine gestion financière, humaine et matérielle de la corporation**

Durant l'année 2020-21, le c.a. en collaboration avec la direction générale a eu beaucoup de décisions à prendre en regard des effets de la pandémie, telles que :

- Application des mesures sanitaires pour la protection des ressources humaines et bénévoles et de la clientèle
- Arrêt des animations de groupes et des activités sociales
- Réorganisation du travail
- Planification des nouveaux services, activités et formations virtuelles sur ZOOM
- Changement des horaires du personnel
- Arrêt de travail et abolition de poste

Le conseil d'administration a abordé les sujets ou les dossiers en tenant compte des réalités du moment, mais dans une perspective d'assurer et préserver la protection de tous.

### Les projets suivants ont été déposés et acceptés :

- Obtention d'aide financière pour le démarrage d'un service aux emplettes  
**MRC Montcalm**
- Obtention d'aide financière pour le projet Solidarité COVID-19 Montcalm  
**Député Louis-Charles Thouin et Caisse Desjardins de Montcalm**
- Obtention d'aide financière pour le projet *Alliés dans nos créations*  
**Programme Nouveaux Horizons pour les aînés et programme de formation Emploi-Québec**

### Suivi de la réalisation des projets et programmes suivants :

- L'APPUI prolongation - Vers un quotidien enrichissant
- Programme de formation Emploi-Québec - projet *Alliés dans nos créations*
- Programme d'initiative de travail de milieu pour les aînés vulnérables
- Programme de soutien communautaire en logement social
- Table de promotion du bénévolat Lanaudière

### Planification des travaux

- Réparation d'entretien des locaux et de la bâtisse
- Réparation majeure d'un bris de tuyaux de plomberie au sous-sol

### Activités de reconnaissance, célébration et levée de fonds

- Préparation et réalisation et suivi d'activités de reconnaissance pour les bénévoles malgré la pandémie
- Annulation de la campagne annuelle de levée de fonds

### Ressources humaines

- Suivi des évaluations de l'équipe du personnel
- Révision de la politique de gestion des ressources humaines et de la politique salariale
- Adoption de l'indexation des salaires pour tous les employés

### Suivi des dossiers d'actualité ou menaçant l'autonomie de notre secteur d'activité

- Vérification des antécédents judiciaires
- Responsabilité des employeurs VS la vaccination du personnel, des bénévoles

## RÉCEPTION DE DONS

Au cours de l'année 2020-21, il n'y a pas eu de campagne de financement. Toutefois, plusieurs dons ont été reçus par le CAB Montcalm pour un total de 5 000\$ :

- Jean-François Lafrance a fait un don de 2 000\$, de ses pharmacies Familiprix.
- La Fondation de la famille Morris et Rosalind a fait parvenir un don de 3 000\$ pour soutenir nos actions en contexte de pandémie.
- Suite à une ordonnance de cour, nous avons reçu 750\$ en dons volontaires.



## COMMUNICATION, VISIBILITÉ ET NOUVELLES TECHNOLOGIES

**Parutions dans les médias écrits ou visuels** de communiqués et articles sur différents sujets en lien avec les services et activités du CAB Montcalm.

**Promotion des services** offerts pour les proches aidant.e.s, du service d'empettes, et plus encore, dans les bulletins municipaux, feuillets paroissiaux, journal local format papier (L'Express Montcalm) et électronique (Plume Libre, Lanauweb), notre site web, ainsi que notre page Facebook.

**Page Facebook** du Centre d'action bénévole de Montcalm : augmentation de **72** abonnés au cours de l'année, pour un total de **592** abonnés. Parmi les informations diffusées sur la page Facebook, on retrouve la promotion des activités, les nouvelles de l'organisme, les actualités du secteur, la promotion de l'action bénévole, et plus encore. Le nombre de publications par mois varie selon les activités offertes et les événements, ainsi que la période de l'année.

**Distribution des dépliants** des divers programmes et services du CAB Montcalm auprès des partenaires.

**Site web** : mise à jour du contenu tout au long de l'année.

**Maintenance** du système téléphonique, du parc informatique de 12 stations en réseau, et de plusieurs ordinateurs portables et tablettes androïdes. Achat de matériel et de logiciels au besoin et en continu.



# REMERCIEMENTS

---

## MERCI AUX PARTENAIRES



Nous tenons à remercier chaleureusement nos partenaires pour leur généreuse contribution et leur soutien. Merci de croire en nous et en notre mission. À l'an prochain !



**Centre intégré  
de santé  
et de services sociaux  
de Lanaudière**

**Québec** 

**Santé  
et Services sociaux**

**Québec** 

**L'APPUI** POUR  
LES PROCHES  
AIDANTS  
LANAUDIÈRE

**Famille et Aînés**  
**Québec** 

**PLUME** *plumelibre.ca*  
**LIBRE MONTCALM**  
*Fière partenaire Média*

Montcalm  
**L'Express**

MRC de  
**Montcalm**  
 Entre futur **et nature**



Sainte  
 julienne



**Centraide**  
 Lanaudière  
 Nous tous, ici



**Desjardins**



Sainte-Julienne  
 Saint-Esprit  
 Saint-Lin-Laurentides



## La légende des sceaux de l'action communautaire autonome



Notre organisme répond aux besoins de la communauté visée par sa mission. Il participe à des luttes visant des changements à caractère politique ou conduisant à une plus grande justice sociale et au respect des droits.



Notre organisme est reconnu dans sa communauté et il a des liens avec d'autres organismes ou partenaires. Notre CA représente bien la communauté visée par notre mission.



Notre organisme encourage l'engagement de ses membres et favorise leur participation dans la vie de l'organisme. Nos membres sont consultés, nous avons un conseil d'administration actif et une assemblée générale annuelle vivante !



Notre organisme contribue, de manière non-partisane, aux débats sociaux et mène des luttes pour améliorer les conditions de vie des personnes les plus démunies. Il aide les gens à se mettre ensemble pour faire respecter leurs droits et combattre les discriminations qui s'exercent contre eux.



Notre organisme met à contribution les expériences et compétences de chacun et permet des prises de conscience individuelles et collectives. L'éducation populaire autonome permet d'agir ensemble dans le but de faire changer les choses.



Notre organisme a des approches qui font appel à l'initiative des personnes qui participent à ses activités. Il agit sur l'ensemble des causes qui sont à la base de la situation des personnes auprès desquelles l'organisme intervient.



Notre organisme fait de la prévention en misant sur l'intégration sociale, le renforcement du potentiel des individus, la solidarisation des collectivités et l'amélioration de la qualité de vie des citoyens et des citoyennes.



Notre organisme adhère aux revendications communes du mouvement d'action communautaire autonome lanadois et québécois notamment pour un meilleur financement à la mission des OCA, le respect de la politique gouvernementale sur l'action communautaire et une meilleure justice sociale.



Notre organisme priorise le financement à la mission globale afin d'actualiser sa mission en cohérence et en concordance avec les huit critères de l'action communautaire autonome. Ce mode de financement est le meilleur afin de permettre l'atteinte de nos objectifs et de notre mission.




Notre organisme, par sa mission de transformation sociale, parle de politique et contribue aux débats de société. C'est également pour faire avancer des réflexions collectives, vivre des processus d'éducation populaire autonome et pour faire vivre les pratiques citoyennes que la politique fait partie de notre action. Toutefois, notre organisme n'encourage pas et ne fait pas de promotion pour un parti politique en particulier.



27, rue Saint-Louis  
Saint-Esprit (QC) J0K 2L0

450 839-3118 - 1 888 839-3440  
lequipe@cabmontcalm.com

[www.cabmontcalm.com](http://www.cabmontcalm.com)

 CABMontcalm