

Le Petit Trousseau

Boîte à outils

Le Petit Trousseau

Boîte à outils

Coordination, recherche et rédaction

Sylvie Pharand

Comité aviseur

Lily Tremblay, Regroupement des aidants naturels du Québec

Denise Brault, Groupe des aidants de LaSalle

Nancy Guberman, École de Travail social, Université du Québec à Montréal, CREGÉS, CAU-CSSS Cavendish

Carole Deschamps, ministère de la Famille et des Aînés/Secrétariat aux Aînés

Comité de suivi

Lily Tremblay, Regroupement des aidants naturels du Québec

Johanne Audet, Regroupement des aidants naturels du Québec

Design graphique

Le Zeste graphique

Distribution

Siège social du Regroupement des aidants naturels du Québec

79, rue Rocheleau

Trois-Rivières (Québec) G8T 5A4

Courriel : info@ranq.qc.ca

Le rapport sera disponible sur le site internet du RANQ : www.ranq.qc.ca

Le Trousseau est un projet réalisé par le Regroupement des aidants naturels du Québec avec le soutien financier du Ministère de la Famille et des Aînés.

ISBN version imprimée : 978-2-9811868-0-5

ISBN version électronique : 978-2-9811868-1-2

Dépôt légal – Bibliothèque et Archives nationales du Québec, 2010

Dépôt légal – Bibliothèque et Archives Canada, 2010

Présentation du Petit Trousseau

Le Trousseau s'adresse aux personnes actives sur le terrain auprès des proches aidants. Il désigne l'éventail des outils pouvant soutenir le travail des intervenantes et intervenants communautaires qui œuvrent quotidiennement avec et pour les personnes aidantes. Le mot « trousseau » évoque le caractère précieux de l'héritage reçu à l'aube d'une vie nouvelle. Le Trousseau que nous proposons représente l'héritage des pratiques développées par les organismes communautaires dans un esprit de solidarité, afin d'améliorer la vie des proches aidants.

La boîte à outils *Le Petit Trousseau* constitue le second volet du projet. Elle fait suite au rapport intitulé *Portrait d'organismes communautaires de proches aidants au Québec. Contextes, pratiques et enjeux*, et elle le complète. La boîte à outils *Le Petit Trousseau* se présente comme un répertoire des pratiques recensées dans les organismes communautaires visités. Parmi ces pratiques, il y a celles qui sont intangibles et se traduisent difficilement en mots et en images, comme la qualité de l'accueil et de l'écoute ainsi que l'atmosphère générale de ces lieux communautaires. Et il y a les autres, plus visibles et qui donnent un aperçu du travail accompli au moyen de réalisations documentées en format écrit, audio et visuel.

Le Petit Trousseau présente deux types d'outils à l'intention des personnes qui travaillent avec les proches aidants : un répertoire des Incontournables et les fiches synthèse des organismes. Dans le répertoire des Incontournables, on retrouve les pratiques, activités, services et outils développés ou expérimentés par les organismes. Ces pratiques sont réparties en trois catégories, identiques à celles qui charpentent le rapport: dynamique associative, activités « proches aidants » et action collective. On y rencontre aussi quelques trouvailles mises en évidence, sans aucune discrimination à l'égard des autres pratiques, en raison de leur caractère original et adaptable par d'autres organismes. Une quatrième catégorie attire l'attention sur les services de répit-accompagnement qui occupent une place à part et de plus en plus grande dans la vie des organismes communautaires de proches aidants au Québec.

On peut établir une correspondance entre les pratiques et les organismes en consultant les fiches synthèse des organismes. Cette série de fiches tient lieu de bottin de ressources à l'intention des lectrices et lecteurs. Pour faciliter le repérage, des séparateurs colorés identifient chaque partie du document. *Le Petit Trousseau* constitue la première étape d'un projet de plus grande envergure, le Trousseau virtuel.

Contributions et remerciements

Ce travail est le résultat d'échanges nombreux et cordiaux avec des personnes engagées sur le terrain avec et pour les personnes aidantes, à travers tout le Québec. Remerciements chaleureux à chacune des personnes suivantes qui ont généreusement contribué à la qualité des résultats du projet.

Aux premières loges de l'évolution du projet

Lily Tremblay, présidente du Regroupement des aidants naturels du Québec,
directrice de l'Association lavalloise des personnes aidantes

Johanne Audet, vice-présidente du Regroupement des aidants naturels du Québec,
coordonnatrice du Regroupement des proches aidants de Bellechasse

Denise Brault, présidente du Groupe des aidants de LaSalle

Nancy Guberman, professeure titulaire à l'École de Travail social, Université du Québec à Montréal,
chercheuse au Centre de recherche et d'expertise en gérontologie sociale CAU/CSSS Cavendish

Carole Deschamps, conseillère au ministère de la Famille et des Aînés/Secrétariat aux Aînés

Conseil d'administration du Regroupement des aidants naturels du Québec

Marie-Josée Perron, secrétaire-trésorière, région 04

Érika Morin, région 02

Suzanne Girard, région 03

Alain Hébert, région 06

Carlos M. Hernandez, région 14

Rosy Dupré, région 16

Un merci spécial à l'équipe du Regroupement des aidantes et aidants naturels de Montréal qui a hébergé avec générosité le projet à son étape finale. Une attention particulière à Mario Tardif, membre initial du comité de suivi et anciennement intervenant communautaire au Regroupement des aidantes et aidants naturels de Montréal, et à France Parent du même organisme, pour l'élan donné en début de projet.

Gratitude enfin aux autres personnes sans l'appui total desquelles ce travail n'aurait pas vu le jour.

Soutien à la recherche

Luc Pharand, synthèse de données et lecture critique

Cartographie

Guy Raymond, responsable de la géodiffusion, Direction de la gestion intégrée de l'information, Ministère de la Santé et des Services sociaux

Guillaume Fontaine, Infocentre régional, Agence de la santé et des services sociaux de la Capitale-Nationale

Soutien technique

Colette Désilets, transcription d'entrevues

Odette Picard, saisie informatique (Association lavalloise des personnes aidantes)

Diane Normandin et Madeleine Tellier, suivi budgétaire (Regroupement des aidants naturels de la Mauricie)

Contributions et remerciements

Personnes consultées

Remerciements chaleureux à toutes ces personnes pour leur générosité et leur participation.

Le pictogramme 📞 réfère à un entretien téléphonique

L'astérisque (*) réfère au statut de la personne au moment de l'entrevue

01 – Bas Saint-Laurent

Chantal Leblanc, directrice, Relais Santé, Matane

Marcel Lebel, vice-président, Table de concertation des personnes âgées du Bas-Saint-Laurent, Rimouski 📞

02 – Saguenay-Lac Saint-Jean

Érika Morin, présidente, Regroupement Soutien aux aidants du Lac-Saint-Jean-Est ; directrice générale, Centre d'action bénévole du Lac, Alma.

Édith Fortin, secrétaire générale, Société Alzheimer de la Sagamie, Alma

Véronique Simard, intervenante sociale, Soli-Can Lac-Saint-Jean-Est, Alma

Paul Boivin, travailleur communautaire, CSSS Lac-Saint-Jean-Est, Alma

Sylvie Dubord, organisatrice communautaire, CSSS de Chicoutimi ; membre de la Table des proches aidants de Chicoutimi

03 – Capitale-Nationale

Nicole Bélanger, coordonnatrice, Les aidants naturels de Charlesbourg

Suzanne Girard, présidente, Association des personnes aidantes de la région de Québec (03)

Jane Mitchell, intervenante sociale, CSSS Portneuf, Donnacona

04 – Mauricie-et-Centre-du-Québec

Madeleine Tellier, présidente, Regroupement des aidants naturels de la Mauricie, Trois-Rivières

Gilles Chamberland, coordonnateur, Regroupement des aidants naturels de la Mauricie, Trois-Rivières

Christiane Guilbeault, adjointe à la coordination et secrétaire, Regroupement des aidants naturels de la Mauricie, Trois-Rivières

Lise Durand, chargée de projet, Regroupement des aidants naturels de la Mauricie, Trois-Rivières

Marie Josée Perron, coordonnatrice, Association des aidants naturels du bassin Maskinongé «Mains tendres», Saint-Paulin

Julie Béland, coordonnatrice, Association des personnes aidantes naturelles de Mékinac, Saint-Thècle

Paulette Lachance, vice-présidente, Association des personnes aidantes naturelles de Mékinac, Saint-Thècle

05 – Estrie

Marie-Pierre Laurent, coordonnatrice*, Regroupement des aidantes et aidants naturels, Réseau d'amis de Sherbrooke

Danielle Maynard, coordonnatrice, Regroupement des aidantes et aidants naturels, Réseau d'amis de Sherbrooke 📞

Annick Métivier, organisatrice communautaire, CSSS de Memphrémagog ; membre de la Table de concertation des aînés de la MRC de Memphrémagog, Magog

Annie Goudreau, psychologue, Association des proches de personnes atteintes de maladie mentale de l'Estrie, Sherbrooke

06 – Montréal

Alain Hébert, coordonnateur, Regroupement des aidantes et aidants naturels de Montréal

Sylvie Riopel, responsable communications et défense de droits, Regroupement des aidantes et aidants naturels de Montréal

Pierre Boucher, secrétaire à la vie associative, Regroupement des aidantes et aidants naturels de Montréal

Mario Tardif, organisateur communautaire *, Regroupement des aidantes et aidants naturels de Montréal

France Parent, organisatrice communautaire *, Regroupement des aidantes et aidants naturels de Montréal

Donna Farmer, présidente*, Regroupement des aidantes et aidants naturels de Montréal

Denise Brault, présidente fondatrice, Groupe des Aidants de LaSalle

Denyse Constantineau, coordonnatrice, Groupe des Aidants de LaSalle

Marylin Krelbaum, présidente, English Coalition for Caregivers of Montreal

Guyline Martin, directrice générale, Baluchon Alzheimer, Montréal

Lucienne Forget, présidente, Groupe d'entraide Alzheimer Montréal-Nord ☎

Marjorie Silverman, coordonnatrice «Services de pointe», Centre de soutien aux aidants naturels, CSSS Cavendish

Mark Stolow, Réseau entre-aidants, Centre de soutien aux aidants naturels, CSSS Cavendish

Raquel Rivera, organisatrice communautaire, CSSS Dorval-Lachine-LaSalle-CLSC LaSalle

07 – Outaouais

Sonia Brazeau Laurin, coordonnatrice des programmes de jumelage, accompagnement-transport et service de répit, Centre d'entraide aux aînés, Gatineau (secteur Hull)

Christiane Charron, directrice générale, Centre d'entraide aux aînés, Gatineau (secteur Hull)

08 – Abitibi-Témiscamingue

Isabelle Kelly, présidente fondatrice, Regroupement des personnes aidantes naturelles du Rouyn-Noranda régional

André Rioux, trésorier, Regroupement des personnes aidantes naturelles du Rouyn-Noranda régional

Julie Duquette, coordonnatrice*, Regroupement des personnes aidantes naturelles du Rouyn-Noranda régional

Aline Gaumont, coordonnatrice, Regroupement des personnes aidantes naturelles du Rouyn-Noranda régional ☎

Joane Robitaille, coordonnatrice, Société Alzheimer de Rouyn-Noranda

Ginette Blouin, intervenante, Société Alzheimer de Rouyn-Noranda

Hélène Saint-Amour, responsable projet répit, Centre de bénévolat de Rouyn-Noranda

Jacques Mercier, organisateur communautaire, CSSS Rouyn-Noranda CLSC Partage-des-Eaux, Rouyn-Noranda

Donald Renault, travailleur social et organisateur communautaire, CSSS Aurores-Boréales, La Sarre

Jacques Bourgeois, organisateur communautaire, CSSS Lac-Témiscamingue, Ville-Marie

Jocelyne Marchand, travailleuse sociale, CSSS Lac-Témiscamingue, Ville-Marie

09 – Côte-Nord

Carole Sirois, présidente, Association des aidants naturels de la Côte-Nord, Baie-Comeau

Annie Dumas, secrétaire-trésorière, Association des aidants naturels de la Côte-Nord, Baie-Comeau

Diane Ringuette, directrice générale, Association des parents et amis du malade émotionnel de Sept-Îles

10 – Nord-du-Québec

Mireille Lechasseur, organisatrice communautaire CSSS Baie-James, Chibougamau-Chapais ☎

Marie-Claude Labbé, organisatrice communautaire CSSS Baie-James, Lebel-sur-Quevillon ☎

11 – Gaspésie et Îles-de-la-Madeleine

Albertine Berthelot, présidente et agente de liaison, Regroupement des aidantes et aidants naturels du Bas-Saint-Laurent, -Gaspésie et Îles-de-la-Madeleine, Saint-Omer

Estelle Lapierre, chef de programme en soutien à domicile, CSSS Îles-de-la-Madeleine-CLSC Cap-aux-Meules

Ginette Arseneault, organisatrice communautaire PPALV, CSSS Îles-de-la-Madeleine-CLSC Cap-aux-Meules

12 – Chaudière-Appalaches

Johanne Audet, coordonnatrice, Regroupement des proches aidants de Bellechasse, Saint-Lazare

Guyline Demers, intervenante communautaire, Regroupement des proches aidants de Bellechasse, Saint-Lazare

Marie-Claude Guay, coordonnatrice, Regroupement des personnes aidantes de Lotbinière, Saint-Flavien

Sylvie Fortier, intervenante, Service de soutien aux proches aidants Lévis et Saint-Lambert, Service d'entraide de Breakeyville

Lyse Carrier, directrice, Lien-Partage, Sainte-Marie

Marie Chamberland, intervenante sociale, services aux proches aidants, Lien-Partage, Sainte-Marie

Hélène Doré, coordonnatrice des services bénévoles et de liaison, Corporation de développement de la communauté d'expression anglaise de Mégantic, MCDC, Thetford Mines

Sandra Giguère, responsable soutien aux proches aidants, Association action volontaire Amiante, Thetford Mines

Marie-Claude Bilodeau, coordonnatrice, Association bénévole Beauce-Sartigan, Saint-Georges, ☎

Annie Boutin, intervenante sociale, services aux proches aidants, Association bénévole Beauce-Sartigan, Saint-Georges

Manon Veer, directrice, Centre d'action bénévole Beauce-Etchemin, Beauceville
Valérie Lehoux, agente de soutien des proches aidants, Centre d'action bénévole Beauce-Etchemin, Beauceville
Louise Palin, directrice, Centre d'action bénévole Concert'Action, Beaulac-Garthby
Clémence Veilleux, responsable soutien aux proches aidants, Nouvel Essor, Lac-Etchemin
Claire Desjardins, agente du volet proches aidants, Centre d'entraide communautaire bénévole de Montmagny-L'Islet

13 – Laval

Lily Tremblay, directrice, Association lavalloise des personnes aidantes
Odette Picard, adjointe à la direction, Association lavalloise des personnes aidantes
Monic Masson, coordonnatrice du projet répit, Association lavalloise des personnes aidantes

14 – Lanaudière

Liliane Blais, présidente, Réseau des aidants naturels d'Autray, Berthierville
Gilberte Thériault, administratrice, Réseau des aidants naturels d'Autray, Berthierville
Lise Hamelin, coordonnatrice, Réseau des aidants naturels d'Autray, Berthierville
Réjean Drainville, secrétaire du conseil d'administration, Regroupement des aidants naturels du comté de l'Assomption, Repentigny
Caroline Vadeboncoeur, agente de liaison, Regroupement des aidants naturels du comté de l'Assomption, Repentigny
Carlos M. Hernandez, animateur-accompagnateur, Regroupement des aidants naturels du comté de l'Assomption, Repentigny

15 – Laurentides

Claire Lefebvre, coordonnatrice, Coop SORE des Pays d'en Haut, Morin Heights

16 – Montérégie

Anyela Vergara, directrice générale, Association des familles soutien des aînés de Saint-Hubert
Isabelle Hardy, intervenante sociale, Association des familles soutien des aînés de Saint-Hubert
Suzanne Tardif, directrice générale, Centre de soutien au réseau familial, Granby
Diane Blais, adjointe à la direction, Centre de soutien au réseau familial, Granby
Véronique Vincent, directrice générale*, Action Services aux aidants de parents âgés de Longueuil
Julie Vincent, directrice générale, Action Services aux aidants de parents âgés de Longueuil
Sonia Lessard, coordonnatrice du Regroupement des organismes montérégiens d'aidants naturels (ROMAN) ;
directrice*, Regroupement soutien aux aidants de Brome-Missisquoi, Cowansville
Veerle Beljaars, directrice, Regroupement soutien aux aidants de Brome-Missisquoi, Cowansville
Suzanne Millette, adjointe administrative et responsable du soutien aux aidants*, Regroupement soutien aux aidants de Brome-Missisquoi, Cowansville
Suzanne C. Dufresne, responsable répit-accompagnement*, Regroupement soutien aux aidants de Brome-Missisquoi, Cowansville
Réjean Giroux, coordonnateur*, Aidants naturels du Haut-Saint-Laurent, Saint-Chrysostôme
Julie Paquette, future coordonnatrice*, Aidants naturels du Haut Saint-Laurent, Saint-Chrysostôme
Conrad Lamothe, président*, Association des aidant(es) naturel(les) du Bas-Richelieu, Sorel-Tracy
Rosy Dupré, directrice générale, Association des aidant(es) naturel(les) du Bas-Richelieu, Sorel-Tracy
Rose-Marie Fontaine, coordonnatrice des services aux aidants naturels et intervenante, Maison de la famille de la Vallée-du-Richelieu, Beloeil
Julie Vendette, chargée de projet répit*, Regroupement des organismes montérégiens d'aidants naturels (ROMAN)
Chantal Sauvé*, Regroupement des aidants naturels de Vaudreuil-Soulanges 📞

Table des matières

A. RÉPERTOIRE DES INCONTOURNABLES

I. Dynamique associative	3
1. Formation aux membres du conseil d'administration	5
2. Formation aux membres de l'équipe de travail et aux bénévoles	7
3. Réflexion et développement stratégique	9
4. Comités de travail	11
IIa. Activités « proches aidants » en contexte individuel	13
1. Accueil, écoute, information et référence	15
2. Soutien émotionnel	17
3. Travail de liaison	19
4. Centre de documentation	21
5. Bulletins de liaison	27
6. Sites Internet	39
7. Guides de prévention de l'épuisement à l'usage de l'aidant	41
8. Bottins de ressources pour les proches aidants	53
IIb. Activités « proches aidants » en contexte de groupe	55
1. Groupes de soutien en prévention de l'épuisement	57
2. Groupes de soutien pour aidants endeuillés	59
3. Groupes d'entraide et cafés rencontres thématiques	61
4. Conférences	65
5. Ateliers pratique et de ressourcement	67
6. Reconnaissance envers les aidants	71
7. Activités sociales, culturelles et festives	75
8. Réseautage téléphonique et informatique	77
III. Action collective dans le milieu	79
1. Sensibilisation et mobilisation	81
2. Promotion et défense de droits	93
3. Recherche	97
4. Concertation et partenariat	99
Service de répit-accompagnement	103
1. À domicile	105
a. par des travailleuses autonomes	107
b. par des employées	109
c. par des bénévoles	113
d. par des baluchonneuses	115
2. Halte-répit	117

B. FICHES SYNTHÈSE DES ORGANISMES	119
Liste des acronymes	167



Répertoire des Incontournables

I. Dynamique associative

1. Formation aux membres du conseil d'administration
2. Formation aux membres de l'équipe de travail et aux bénévoles
3. Réflexion et développement stratégique
4. Comités de travail

I DYNAMIQUE ASSOCIATIVE

1. FORMATION AUX MEMBRES DU CONSEIL D'ADMINISTRATION

Les activités de formation favorisent les habilités des membres du conseil d'administration à assumer pleinement leur rôle de décideurs. Ces mesures contribuent à apporter des idées novatrices et à améliorer la qualité de la participation du conseil d'administration. Les outils présentés seront également utiles aux gestionnaires des organismes communautaires « proches aidants ». Ceux-ci sont imputables de leurs décisions face aux membres de l'organisme et aux bailleurs de fonds.

Type de document ou d'activité	Boîte à outils <i>La gouvernance démocratique</i> : 1. Gérer nos organisations aujourd'hui : l'approche de la gouvernance démocratique 2. La structure juridique des OBNL et la gouvernance démocratique 3. La gouvernance démocratique en action 4. Les incontournables pour renforcer votre gouvernance démocratique Boîte à outils <i>Gestion des ressources humaines</i> : 1. Un autodiagnostic 2. La coordination d'une équipe de travail 3. L'élaboration d'une politique de conditions de travail et de son cadre légal 4. Le recrutement et la sélection du personnel 5. L'évaluation du personnel et la politique salariale
Particularités	Outils utilisés par quelques organismes de proches aidants et recommandé par le comité aviseur du Trousseau du RANQ
	Plusieurs gammes de fiches d'autoformation couvrent tous les aspects de la gestion d'un OBNL à chacune des étapes de son développement
Public cible	Bénévoles du conseil d'administration et gestionnaires, que ceux-ci soient néophytes ou expérimentés
Organisme initiateur	Comité sectoriel de main-d'œuvre. Économie sociale et action communautaire (CSMO-ÉSAC)
Date de création	2007
Région	Réalisé à Montréal, à l'intention des organismes communautaires de tout le Québec
Coordonnées	Consultation en ligne depuis le site Internet du CSMO-ESAC : www.csmoesac.qc.ca/outils/boite_outil.html
Coût	Cédérom Gouvernance démocratique : 25\$ Cédérom Gestion des ressources humaines : 20\$

Exemples de formations proposées par d'autres organismes

TITRE	ORGANISME	RÉGION
<ul style="list-style-type: none">• Gestion féministe• Approche par résultat dans les demandes de financement : nouvelle logique, nouvelle culture	Relais-Femmes www.relais-femmes.qc.ca	Pour le Québec
<ul style="list-style-type: none">• Pour une évaluation utile à l'action communautaire• Concertation et partenariat : se donner un second souffle• Être membre d'un conseil d'administration• Nouvelles avenues de formation : gouvernance, gestion et planification• Gestion de conflit• Bilan et rapport annuel d'activités : deux étapes importantes de la reddition de comptes	Centre Saint-Pierre www.centrestpierre.org	Pour le Québec

I. DYNAMIQUE ASSOCIATIVE

2. FORMATION AUX MEMBRES DE L'ÉQUIPE DE TRAVAIL ET AUX BÉNÉVOLES

Les gestionnaires et les intervenants accomplissent leur rôle sur le terrain. Des formations leur sont destinées pour qu'ils soient en mesure de mieux remplir la mission de l'organisme.

Type de document ou d'activité	Formations offertes au personnel des 18 organismes membres du ROMAN au cours des trois dernières années : <ul style="list-style-type: none">• Suivis cliniques, Michelle Arcand• S'affirmer sans se blesser• Droits et libertés des personnes vieillissantes• Vivre au quotidien avec un proche atteint d'Alzheimer• Musclez vos méninges, CLSC René-Cassin• Les aînés en détresse• La gestion du stress chez les aidants naturels• Prévenir l'épuisement en relation d'aide• Deuil, mythes, tourbillon et maladie• Prendre soin de nos relations• Lorsqu'un manipulateur demande de l'aide
Particularités	La formation continue du personnel des organismes membres est au cœur de la mission du Regroupement des organismes montérégiens d'aidants naturels (ROMAN). Elle contribue à rehausser la qualité des interventions et au réseautage des personnes ressources
Public cible	Gestionnaires et intervenants des organismes membre du ROMAN
Organisme initiateur	ROMAN
Date de création	Depuis plusieurs années
Région	16-Montérégie
Coût	Gratuit pour les organismes membres

Exemples de formations proposées par d'autres organismes

TITRE	ORGANISME	RÉGION
<ul style="list-style-type: none">• Créer une solidarité pour contrer les solitudes• Bâtir un plan de communication• L'acharnement thérapeutique• L'art d'animer des groupes avec succès• J'ai commencé mon éternité (Société Alzheimer)	Réseau d'amis de Sherbrooke, Regroupement des aidantes et aidants naturels de Sherbrooke	05-Estrie
<ul style="list-style-type: none">• Parler en public, Daniele Raïche, Centre Saint-Pierre• Gestion de site web Communautaire	Regroupement des aidantes et aidants naturels de Montréal	06-Montréal

Exemples de formations proposées par d'autres organismes

TITRE	ORGANISME	RÉGION
<ul style="list-style-type: none"> • Stratégie de gestion de conflits en milieu de travail • Gestion des bénévoles • Synergologie • Droits des personnes vieillissantes 	Centre d'Entraide aux aînés, Soutien aux familles et aux proches	07-Outaouais
<ul style="list-style-type: none"> • Préparer la relève dans le communautaire • Stimul'Action • Facteurs de risques liés au suicide 	Regroupement des personnes aidantes de Lotbinière	12-Chaudière-Appalaches
<ul style="list-style-type: none"> • Mordre à la vie • Les deuils et les pertes. Agir avec aplomb et sensibilité auprès des aînés • La violence sexuelle subie par les aînés : briser le tabou pour mieux supporter les femmes, CALACS de Lévis • Quelles conditions pour de meilleures pratiques en travail social avec des groupes ?, Journée Simone-Parée, Université Laval 	Lien-Partage	12-Chaudière-Appalaches
<ul style="list-style-type: none"> • Écoute active • Comprendre les états financiers, c'est pas sorcier ! • Le bénévolat et la pauvreté • Pour mieux sélectionner et accueillir les bénévoles • Formation marketing, par Luc Dupont 	Centre d'action bénévole Beauce-Etchemin	12-Chaudière-Appalaches
<ul style="list-style-type: none"> • Prévention du suicide • Vieillesse de la population • Abus envers les aînés 	Association lavalloise des personnes aidantes	13-Laval
<ul style="list-style-type: none"> • Préjugés, discrimination et stéréotypes • Comportements agressifs • Responsabilités et pouvoir personnel 	Le Réseau des aidants naturels d'Autray	14-Lanaudière
<ul style="list-style-type: none"> • S'affirmer sans se blesser, par Yves Bélanger • Le deuil, par Jean Montbourquette • Médiation sociale, par un intervenant de Justice alternative et médiation 	Association des familles soutien des aînés de Saint-Hubert	16-Montérégie

I DYNAMIQUE ASSOCIATIVE

3. RÉFLEXION ET DÉVELOPPEMENT STRATÉGIQUE

Chaque année, les organismes préparent un rapport d'activités détaillé qui leur permet d'évaluer les actions accomplies au regard de leur mission. Le rapport d'activités déposé en assemblée générale représente davantage qu'une reddition de comptes aux bailleurs de fonds. Il constitue un outil important pour orienter les actions de l'organisme.

Par ailleurs, un organisme peut décider d'aller plus loin que le rapport annuel d'activités pour faire le point, marquer un temps d'arrêt, évaluer ses réalisations et préciser ses orientations. Il peut décider de s'engager dans un exercice d'évaluation et de planification stratégique avec le concours de ressources spécialisées.

Exemple

Type de document ou d'activité	Bilan d'implantation. Le rayonnement du Regroupement des proches aidants de Bellechasse (RPAB)
Particularités	Ce bilan d'implantation a conduit à la cessation de l'offre de services de répit par le RPAB et au transfert du service de répit à la Coop de services à domicile Rive-Sud. Depuis, le processus de réflexion sur les enjeux éthiques des pratiques touchant les proches aidants se poursuit au sein du conseil d'administration.
Public cible	Membres du conseil d'administration, équipe de travail et membres de l'organisme
Organisme initiateur	Regroupement des proches aidants de Bellechasse
Date de publication	2006
Région	12-Chaudière-Appalaches
Coût	s/o

Exemples de démarche de réflexion stratégique entreprise par d'autres organismes

NOM	ORGANISME	RÉGION
• Création d'une entreprise d'économie sociale, la friperie Le Grenier, pour financer les activités de Relais Santé	Relais Santé, Centre de soutien aux aidants naturels de Matane	01-Bas-Saint-Laurent
• Création d'un comité de constitution d'un OBNL proches aidants, (2006) ayant conduit à la fondation du Regroupement soutien aux aidants Lac-Saint-Jean-Est, 2007	Centre d'Action Bénévole du Lac	02-Saguenay-Lac-Saint-Jean

Autres exemples d'organismes ayant entrepris une démarche d'orientation stratégique

NOM	ORGANISME	RÉGION
<ul style="list-style-type: none"> De 1991 à 2007, Baluchon Alzheimer offre un service de répit et d'accompagnement à domicile au moyen de financement privé (donateurs, fondations, programmes sociaux). La contribution des familles s'élève à 100\$ par jour. Le conseil d'administration appuie une réorientation stratégique en matière de financement. Le MSSS est sollicité. En 2007, un partenariat est établi avec le MSSS qui s'engage à assurer 60% du budget. Ce financement est assorti de l'obligation pour les familles d'être référées par une intervenante sociale de CSSS. Le coût quotidien est fixé à 15\$ / jour / famille. 	Baluchon Alzheimer	06-Montréal
<ul style="list-style-type: none"> Développement stratégique Création d'une entreprise d'économie sociale, Le Soutien (2004), par l'organisme communautaire « proche aidant » Centre soutien au réseau familial de Granby. Pour répondre aux besoins de répit des personnes aidantes tout en offrant un accompagnement sécuritaire aux personnes vulnérables. Travailleuses-répit employées, formées et encadrées par l'organisme. Conditions de travail améliorées. 	Centre soutien au réseau familial	16-Montérégie

I DYNAMIQUE ASSOCIATIVE

4. COMITÉS DE TRAVAIL

La participation des membres à la vie associative est essentielle pour la vitalité d'une organisation. Les comités mettent à contribution les compétences de chaque personne. Il se crée généralement une synergie bénéfique à la fois pour les personnes et pour l'organisme. Les comités de travail sont créés en soutien au conseil d'administration ou à l'équipe de travail. Ils sont généralement composés de membres bénévoles de l'organisme.

Exemple

Type de document ou d'activité	Comité des personnes liaison
Particularités	Ce comité définit les objectifs, les rôles et les tâches de la personne liaison. Essentiellement, son rôle est d'aller à la rencontre de la personne aidante dans son milieu de vie. L'identification des personnes aidantes isolées et à risque d'épuisement constitue un défi mentionné par de nombreux organismes. Comment rejoindre des gens enfermés chez eux et qui ne se reconnaissent pas comme aidants ? Ce comité de travail est composé de personnes bénévoles qui ont elles-mêmes été aidantes.
Public cible	Personnes aidantes isolées et épuisées
Organisme initiateur	Regroupement des personnes aidantes de Lotbinière
Date de création	Vers 1995, dès les premières années de l'organisme, les personnes liaison vont naturellement aider leurs pairs dans leur milieu. Le comité de personnes liaison est formellement créé en 2005.
Région	12-Chaudière-Appalaches
Coût	s/o

Exemples de comités de travail mis en place par les organismes

NOM DU COMITÉ	ORGANISME	RÉGION
<ul style="list-style-type: none"> Comité de réflexion sur l'appauvrissement des aidants, en préparation du Forum sur ce thème 	Plusieurs organismes dont l'Association des aidants naturels du bassin de Maskinongé, le RAANM, l'ALPA	04-Mauricie 06-Montréal 13-Laval
<ul style="list-style-type: none"> Comité de financement Comité d'adhésion Comité d'écoute téléphonique et de relation d'aide Comité de relance téléphonique Comité de groupe de partage Comité de cafés-rencontreS Comité du Journal « Coucou » 	Les Aidants naturels de Charlesbourg	03-Capitale-Nationale

NOM DU COMITÉ	ORGANISME	RÉGION
<p>À la suite du Colloque régional « Se donner une voix » (2006), formation du « Comité des seize » pour mettre en place un OBNL « proches aidants ». Formation d'un conseil d'administration provisoire conduisant à la fondation de l'APARQ. Depuis la création de l'organisme, mise en place de :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Comité de recherche de financement • Comité de l'AGA • Comité de recrutement des bénévoles • Comité en soutien à la coordination des services • Comité des communications 	Association des personnes aidantes de la région de Québec 03	03-Capitale-Nationale
<ul style="list-style-type: none"> • Comité d'accueil • Comité de préparation d'activités mensuelles • Comité de réseau téléphonique • Comité d'accompagnement-répit • Comité de politique de conditions de travail • Comité de financement 	Regroupement des aidants naturels de la Mauricie	04-Mauricie et Centre-du-Québec
<ul style="list-style-type: none"> • Comité sur l'accessibilité à des services sociaux et de santé de qualité (en vue de déposer un mémoire) • Comité de réflexion sur le soutien financier aux aidants 	Regroupement des aidantes et aidants naturels de Montréal	06-Montréal
<ul style="list-style-type: none"> • Comité des personnes liaison 	Regroupement des personnes aidantes de Lotbinière	12-Chaudière-Appalaches
<ul style="list-style-type: none"> • Comité de réflexion et d'orientation en soutien au travail de coordination 	Nouvel Essor	12-Chaudière-Appalaches

IIa

Activités « proches aidants »

Contexte individuel

1. Accueil, écoute, information et référence
2. Soutien émotionnel
3. Travail de liaison
4. Centre de documentation
5. Bulletins de liaison
6. Sites Internet
7. Guides de prévention de l'épuisement à l'usage de l'aidant
8. Bottins de ressources pour les proches aidants

IIa ACTIVITÉS PROCHES AIDANTS EN CONTEXTE INDIVIDUEL

1. ACCUEIL, ÉCOUTE, INFORMATION ET RÉFÉRENCE

Assurer l'accueil téléphonique ou en personne constitue une pratique de base commune à tous les organismes communautaires de proches aidants. Le service d'accueil constitue le lieu de prise de contact avec l'organisme. Les personnes sont toujours certaines d'y obtenir une écoute attentive, un renseignement, un accompagnement dans une démarche, une référence au bon endroit. Une personne-ressource est disponible pour les aider à repérer et à comprendre toute information leur permettant d'améliorer leur qualité de vie.

L'accueil est avant tout un service de proximité très personnalisé. Devant une personne aidante qui sollicite l'organisme, la qualité de la disponibilité et l'écoute priment sur toute autre considération. L'inscription à l'organisme en tant que membre marque une étape dans la vie de la personne aidante.

Petit Salon des Proches Aidants



Le Petit Salon des Proches Aidants
Un lieu d'accueil convivial où il fait bon arriver
Groupe des aidants de LaSalle

BIENVENUE

Le PETIT SALON est un lieu de détente et de repos pour tous les aidants qui s'occupent d'une personne malade à la maison ou en centre d'hébergement. Les aidants pourront prendre un moment de répit pour se reposer dans le calme, lire un bon livre ou simplement siroter un petit café en écoutant une douce mélodie.

HEURES D'OUVERTURE: lundi – mardi et mercredi
9 heures à 5 heures

ADRESSE : 8564 boul Newman – bureau 201
LaSalle (à coté du CLSC)

TELEPHONE : 514 – 564 – 3061

SITE INTERNET : www.groupedesaidantsdelasalle.org

L'essayer, c'est l'adopter!

2. SOUTIEN ÉMOTIONNEL

Le lien de confiance établi entre la personne aidante et l'intervenante est déterminant pour créer une dynamique de changement. Ce lien permet à la personne aidante de parler ouvertement de sa situation, d'exprimer ses émotions sans être jugée et d'y voir plus clair. Ce contact privilégié avec une intervenante significative l'aide à prendre conscience de ses besoins et à les respecter.

La relation d'aide, ou relation d'être, peut s'effectuer ponctuellement, par exemple à l'occasion d'une demande de service de répit comme il arrive souvent au Regroupement des aidants naturels de la Mauricie. Elle peut aussi prendre la forme d'un entretien téléphonique mensuel avec une personne bénévole pour le proche aidant désirant un soutien individuel plutôt qu'en groupe. Cette pratique est en usage à l'organisme Les Aidants naturels de Charlesbourg où deux bénévoles sont formées à cet effet et supervisées par un travailleur social du CLSC.

La relation d'aide peut également être approfondie, documentée et suivie sur une période plus ou moins longue, comme c'est le cas au Regroupement des aidantes et aidants naturels de Sherbrooke (Réseau d'amis), à l'Association des familles soutien des aînés de Saint-Hubert, au Centre Soutien au réseau familial de Granby et au Regroupement Soutien aux aidants de Brome-Missisquoi. Dans ces organismes, une intervenante accueille la personne aidante sur place ou au téléphone et se déplace même à domicile au besoin.



3. TRAVAIL DE LIAISON

L'idée de base du travail de liaison est de rejoindre les gens de la façon la plus simple et la plus directe possible là où ils sont, chez-eux. La relance téléphonique pour inviter le proche aidant à une activité prévue au calendrier constitue une activité de liaison commune à bon nombre d'organismes. Plusieurs organismes effectuent aussi des téléphones d'amitié pour prendre des nouvelles de la personne aidante, garder vivante la relation avec elle et lui signifier qu'elle n'est pas seule. Très souvent, ce sont des bénévoles qui assurent ce travail téléphonique.

Il arrive aussi que des personnes-ressources de l'organisme, employées ou bénévoles, aillent à la rencontre des aidantes et aidants dans le besoin. Des visites à domicile peuvent être effectuées sur demande, spécialement pour la personne aidante. Il s'agit d'un changement important par rapport à l'ordre habituel des choses dans le réseau des services sociaux et de santé, axé sur la personne malade ou en perte d'autonomie.

Certains organismes en milieu rural ont mis en place une pratique qui consiste à aller sur le terrain pour rejoindre les personnes aidantes isolées. Le travail des personnes liaison procède par touches, nombreuses et patientes. C'est avec le temps que le poids d'écoute et de compréhension finit par compter. Ce mode d'intervention trouve sa légitimité dans le pouvoir et la liberté qu'a la personne d'accepter ou de refuser le soutien qui lui est offert.



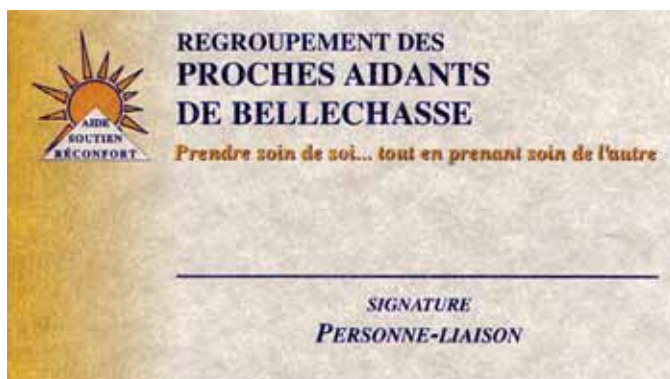
Trouvaille 1 :

Réseau de personnes-liaison

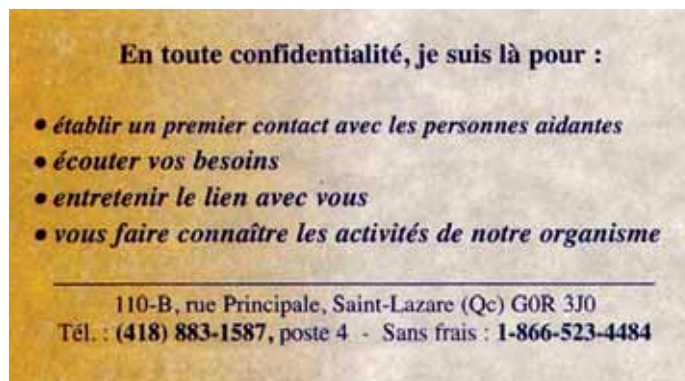
Objectif : Rejoindre les personnes aidantes isolées et à risque d'épuisement dans leur milieu de vie

Description : Le réseau des personnes-liaison est composé de bénévoles habitant dans le même milieu que la personne aidante (municipalité, village, paroisse). Ces personnes bénévoles connaissent et comprennent bien la réalité des proches aidants. Elles sont souvent elles-mêmes ex-aidantes. Elles sont capables d'empathie et d'écoute, et savent aussi reconnaître et mettre leurs limites.

Organismes : Le Regroupement des personnes aidantes de Lotbinière est l'initiateur de la formule des personnes-liaison, expérimentée dès le milieu des années 1990. Le Regroupement des proches aidants de Bellechasse reprend l'idée et l'applique sur son territoire à partir de 2007.



Carte de visite de la personne-liaison
Regroupement des proches aidants
de Bellechasse



4. CENTRE DE DOCUMENTATION

Le livre ou l'imprimé représentent encore l'objet de référence en matière de connaissance. Les organismes de proches aidants proposent tous au moins quelques livres à leurs membres et plusieurs mettent également à leur disposition des vidéos. Du simple présentoir de dépliants au système organisé de bibliothèque classée, avec prêt de livres aux membres, le centre de documentation prend différentes formes selon les moyens de l'organisme. Certains tiennent une liste à jour des ouvrages qu'ils proposent.

Quelques documents de référence figurant dans les centres de documentation des organismes visités

1. Outils et recherches proches aidants et action communautaire

Arcand, Michelle et Lorraine Brissette, 1994 : *Prévenir l'épuisement en relation d'aide. Démarche, formation et animation*. Gaëtan Morin éditeur.

Arcand, Michelle et Lorraine Brissette, 1994 : *Prévenir l'épuisement en relation d'aide. Guide d'information*. Gaëtan Morin éditeur.

Boily, Marc, Saint-Onge, Myreille, Toutant, Marie-Thérèse, 2006 : *Au-delà des troubles mentaux, la vie familiale. Regard sur la parentalité*. CHU Sainte-Justine, 251 p.

Centre d'action bénévole-SERS, 2005 : *Répertoire des ressources de formations pour les groupes communautaires et bénévoles*.

Centre d'action bénévole-SERS, 2007 : *De bons règlements généraux pour une base solide*. Formation conçue par Guy Poulin, Steve Gignac et Barbe Tremblay.

Charpentier, Michèle et Quéniart, Anne (sous la direction de), 2009 : *Vieilles, et après! Femmes, vieillissement et société*. Les éditions du Remue-ménage, 295 p.

Clément, Michèle, Gélinau Lucie et McKay, Anaïs-Monica (sous la direction de), 2009 : *PROXIMITÉS, Liens, accompagnement et soin*. Presses de l'Université du Québec, 361 p.

CLSC-CHSLD Haute-Ville-Des-Rivières. *Aider sans se rendre malade. Guide d'information à l'intention des personnes aidantes*.

DSC de l'Hôpital général de Montréal et DSC du C.H. de Verdun, 1991 : *Programme Coup de main. Guide d'animation d'ateliers de soutien pour aidantes naturelles*. Montréal, 254 p.

Ducharme, F., Pérodeau, G., Paquet, M., Legault, A. et Trudeau, D., 2003 : *Virage ambulatoire: perceptions et attentes envers les services destinés aux aidants familiaux de personnes âgées*. Chaire Desjardins en soins infirmiers à la personne âgée et à la famille, 69 p.

Ducharme, Francine et al., 2009 : *L'évaluation des besoins de soutien des proches-aidants : Un outil novateur appelé Entente sur le soutien aux proches aidants*. dans Encrâge vol.11, no. 1.

Ducharme, Francine, 2006 : *Famille et soins aux personnes âgées. Enjeux, défis et stratégies*. Montréal, Beauchemin, 210 p.

Fournier, Édith, 1983 : *La mère d'Édith*. Éditions Libre Expression.

- Fournier, Édith, 2007 : *J'ai commencé mon éternité, Survivre au déclin de l'autre*. Les Éditions de l'Homme.
- Gagnon, Éric et Saillant, Francine, 2000 : *De la dépendance et de l'accompagnement. Soins à domicile et liens sociaux*. Les Presses de l'Université Laval.
- Gagnon, Éric, Pelchat, Yolande et Roberson, Édouard, 2008 : *Politiques d'intégration, rapports d'exclusion. Action publique et justice sociale*. Les Presses de l'Université Laval, 387 p.
- Gauthier, Gaston, 1984 : *Le counseling de groupe. L'aide psychologique par la rencontre de groupe*. Presses de l'Université du Québec.
- Gendron, Marie, 2008 : *Le mystère Alzheimer. L'Accompagnement, une voie de compassion*. Les Éditions de l'Homme.
- Guberman, Nancy, juin 2007 : « L'évaluation des proches aidants : un outil essentiel pour de meilleures pratiques et pour le bien-être des proches aidants », *Bien vieillir*, vol.13, no.2.
- Guberman, Nancy et al., 2007 : *L'outil d'évaluation : L'aide-proches* (version abrégée).
- Guberman, Nancy, 2004 : « La rémunération des soins aux proches : enjeux pour les femmes », *Nouvelles pratiques sociales*. 16 (1): 186-206.
- Guberman, N., Lamoureux, J., Beeman, J., Fournier, D. et Gervais, L., 2004 : *Le défi des pratiques démocratiques dans les groupes de femmes*. Ed. Saint-Martin, 252 p.
- Guberman, Nancy, Maheu, P. et Maillé, C., 1993 : *Travail et soin aux proches dépendants*. Les éditions du Remue-ménage, 195 p.
- Héту, Jean-Luc, 1986 : *La relation d'aide. Éléments de base et guide de perfectionnement*. Éditions du Méridien-Psychologies.
- Hogue, J. P.; Lévesques, Denis ; M. Morin, Estelle, 1988 : *Groupe, pouvoir et communication*. Presses de l'Université du Québec.
- Jetté, Christian, 2009 : *Les organismes communautaires et la transformation de l'État-Providence*. Presses de l'Université du Québec, Coll. Pratiques et politiques sociales et économiques.
- Klein, Juan-Luis; Lévesque, Benoît, (sous la direction de) : *Contre l'exclusion. Repenser l'économie*. Presses de l'Université du Québec, 1995, la quatrième de couverture.
- Lamoureux, Henri, 2007 : *L'action communautaire. Des pratiques en quête de sens*. vlb éditeur, 205 p.
- Lamoureux, Henri, Lavoie, Jocelyne, Mayer, Robert et Jean Panet-Raymond, 2008 : *La pratique de l'action communautaire*. Presses de l'Université du Québec, 2e éd., 530 p.
- Lavoie, Jean-Pierre, 2000 : *Familles et soutien aux parents âgés dépendants*. L'Harmattan.
- Lemieux, Raymond, 2005 : « Enjeux de sens et questions de santé », *Possibles*, 29 (1), p.46-60.
- Meilleur, Claude, 1989 : *La tentation de vivre, Introduction au counseling et aux méthodes d'auto-intervention face au cancer*. Éditions de Mortagne.
- Myers, Gail ; Myers, Michelle Tolera, 1990 : *Les bases de la communication humaine*. McGraw-Hill Éditeurs.
- Orzeck, Pam, Guberman, Nancy, Barylak, Lucy, 2001 : *Des interventions novatrices auprès aidants naturels*. Éd. Saint-Martin.
- Paquet, Mario, 2008 : *Entretien avec une aidante « surnaturelle », Autonome S'démène pour prendre soin d'un proche à domicile*. Les Presses de l'Université Laval, 143 p.
- Quenneville, Yves Dr.; Dufour, Natasha Dr., 2008 : *Vivre avec un proche gravement malade*. Bayard.
- Richard, Bruno, 1995 : *Psychologie des groupes restreints*. Presses inter universitaires.

Robichaud, J.-B., Guay, L., Colin, C., Pothier, M. et J.-F. Saucier, 1994 : *Les liens entre la pauvreté et la santé mentale. De l'exclusion à l'équité*. Montréal. Gaëtan Morin, 247 p.

Routier, Jean ; Labrèque, Alice, 2004 : *La communication collective. Sa découverte et ses méthodes*. Les Éditions JCL.

Saint-Pierre, Brigitte : *Aidants naturels - Un cadre juridique formel s'impose pour régir les soins à domicile*, Le Devoir, Édition du samedi 02 et du dimanche 03 juin 2007

Silverman, Marjorie, 2008 : *Le counseling auprès des proches aidants*. Les éditions du Remue-ménage, 136 p.

Snyder, Lisa, 2001 : *Vivre avec l'Alzheimer. Conseils et témoignages pour les personnes aux prises avec la maladie*. Éditions Fides.

Vézina, Aline et Pelletier, Daniel, 2001 (avec la collaboration de P. Durand et S. Lauzon) : *Du domicile au centre d'hébergement de soins de longue durée: formes et sens de la participation des familles*. Centre de recherche sur les services communautaires, Université Laval, 195 p.

2. Développement personnel

Bernard, Suzanne ; Lavoie, Lucie, 2004 : *Perdre sans se perdre. Savoir traverser les pertes de la vie*. Le Dauphin Blanc.

Bolte-Taylor, Dr. Jill, 2008 : *Voyage au delà de mon cerveau. Une neuro-anatomiste victime d'un accident cérébral raconte ses incroyables découvertes*. Les éditions JC Lattès.

Bradshaw, John, 1992 : *Retrouver l'enfant en soi, Partez à la découverte de votre enfant intérieur*. Éditions du Jour.

Bradshaw, John, 1993 : *La famille*. Québec Loisirs.

Bradshaw, John, 1995 : *Le défi de l'amour*. Québec Loisirs.

Conrad, Peter, 1995 : « Médicalisation et contrôle social », in *Médicalisation et contrôle social*, sous la direction de L. Bouchard et D. Cohen, p. 9-29, Cahiers scientifiques de l'ACFAS, 84.

Corneau, Guy, 2007 : *Le meilleur de soi. Treize ateliers animés par Guy Corneau*. Canal Vie. Les Éditions de l'Homme. Format DVD.

Costa, Larry, 2004 : *Le massage. Une détente du corps et de l'esprit*. Marcel Broquet éditeur.

D'ansembourg, Thomas, 2004 : *Être heureux ce n'est pas nécessairement confortable*. Les Éditions de l'Homme.

Dallaire, Yvon, 2001 : *Homme et fier de l'être*. Option Santé.

Débigaré, Jacques, 2003 : *Les troubles de la personnalité. Fondements et traitements*. Les Éditions Quebecor.

Dufour, Michel ; Tremblay, Dany, 2006 : *Allégories. Amour de soi. Amour de l'autre*. Les Éditions JCL.

Dyer, Wayne, W, 2008 : *Les neuf lois de l'harmonie. La joie, le bonheur et l'équilibre retrouvés*. Presses du Châtelet.

Ehrenberg, Alain, 1998 : *La fatigue d'être soi. Dépression et société*. 318 p., Paris: Odile Jacob.

Estrade, Patrick, 1988 : *Être ou ne pas... Comment réussir votre personnalité, pour mieux vivre avec vous-même et avec les autres*. Éditions Dangles.

Finley, Guy, 2003 : *Les clés pour lâcher prise, Libérez-vous des liens qui vous retiennent*. Les Éditions de l'Homme.

Fiset, Steve, 1997 : *L'amour est plus fort que tout, Le livre de l'espoir pour ceux ayant touché le fond du désespoir, de la drogue et de l'alcool*. Édimag.

Frankl, Dr. Viktor, 2006 : *Découvrir un sens à sa vie avec la logothérapie*. Les Éditions de l'Homme.

Gagnon, Katia.; Meunier, Hugo, 2008 : *Au pays des rêves brisés*. Les Éditions La Presse.

Gilbert, Élisabeth, 2008 : *Mange, prie, aime. Changer de vie, on en a tous rêvé... Elle a osé !* Calmann-Lévy.

Grün, Anselm, 2008 : *L'art de bien vieillir*. Albin Michel.

Guillebaud, Jean-Claude, 2001 : *Le principe d'humanité*. 383 p., Paris : Seuil.

Guillebaud, Jean-Claude, 2003 : *Le goût de l'avenir*. 376 p., Paris : Seuil.

Hall, Debbie, 2004 : *Osez parler, vous vivrez mieux*. Les Éditions Quebecor.

Hamel, Diane F, 2001 : *J'ai quelque chose à vous dire*. Éditions un pas à la fois.

Hartfield, Renee, 1993 : *Créez votre propre vie intérieure*. Les éditions un monde différent.

Hennezel, Marie de ; Montigny, Johanne de, 1990 : *L'amour ultime*. Éditions Stanké.

Hennezel, Marie de, 2008 : *La chaleur du cœur empêche nos corps de rouiller. Vieillir sans être vieux*. Éditions Robert Laffont.

Houel, Alain, 1990 : *Comment faire face aux gens difficiles dans vos relations quotidiennes*. Éditions Dangles.

Howard, M. Halpern, 1995 : *Choisir qui on aime. De la dépendance à l'autonomie*. Les Éditions du Jour.

Kübler-Ross, Élisabeth, 1980 : *La mort. Dernière étape de la croissance*. Éditions du Club Québec Loisirs.

Laplante, Laurent, 2009 : *Par marée descendante, Échos d'un vieillissement*. Éditions MultiMondes, 145 p.

Michaud, Josélito, 2006 : *Passages obligés*. Éditions Libre Expression.

Moore, Thomas, 1994 : *Le soin de l'âme*. Édition du club Québec Loisirs.

Myles, Bryan, 2004 : « Dépression. La première cause d'invalidité dans les pays industrialisés d'ici 2020 ». *Le Devoir* (Montréal), 23-24 octobre, p. A1-A6.

Nazare-Aga, Isabelle, 1997 : *Les manipulateurs sont parmi nous. Qui-sont-ils ? Comment s'en protéger ?* Les Éditions de l'Homme.

Ruben, Douglas H., 1996 : *Le sentiment de culpabilité. Dix étapes pour s'en libérer*. Éditions Dangles.

Saint-Arnaud, Yves, 1985 : *La personne humaine. Introduction à l'étude de la personne et des relations interpersonnelles*. Les Éditions de l'Homme.

Salomé, Jacques, 1995 : *Parle-moi... J'ai des choses à te dire*. Les Éditions de l'Homme.

Servan-Schreiber, 2007 : *Anticancer. Prévenir et lutter grâce à nos défenses naturelles*. Les Éditions Robert Laffont

Young, J.E.; Klosko, J.S., 1995 : *Je réinvente ma vie*. Les Éditions de l'Homme.

3. Organismes gouvernementaux et autres

Alliance des femmes de la francophonie canadienne, Miron, I. N., Ouimette, J., 2006 : *Les femmes aidantes naturelles dans les communautés francophones et acadiennes du Canada*. 193 p.

Association canadienne des soins et services à domicile, Université Laval, CLSC Le Norois, 2006 : *Les meilleurs modèles d'autogestion des services à domicile : leur application pour les aînés*. Rapport final.

Association canadienne des soins palliatifs, 2002 : *Guide des aidants. Leçons de vie. La qualité de la vie dans les dernières étapes de la vie*.

Association canadienne des soins palliatifs, 2004 : *Guide des aidants naturels. Un manuel de soins de fin de vie*.

Canadian Caregiver Coalition, 2005: *Framework for a Canadian giving Strategy*. www.ccc_ccan.ca

Commission de la santé et de la sécurité du travail (CSST), 2002 : *Guide pratique du secouriste en milieu de travail. Protocoles d'intervention*. Les publications du Québec.

Conseil des aînés, 2004 : *Vivre et vieillir en santé. Guide pratique*. Les Publications du Québec.

Conseil des Aînés, Villeneuve, Johanne. 2008 : *Pour un équilibre vital : des responsabilités équitables. Avis sur l'état de situation des proches aidants auprès des personnes âgées en perte d'autonomie*. Québec, 131 p.

Fonds de partenariat sur la maladie d'Alzheimer et les affections connexes, 2004: *Soutenir les proches aidants. Constats, enseignements, pistes de réflexion. Vingt-sept expériences de répit, de formation et de soutien*. 40 p.

Office des personnes handicapées du Québec, 2006 : *Le guide des besoins en soutien à la famille. Pour les parents d'un enfant ou d'un adulte handicapé*.

Secrétariat à l'action communautaire autonome du Québec, 2001: *Politique gouvernementale. L'action communautaire, une contribution essentielle à l'exercice de la citoyenneté et au développement social du Québec*. Ministère de l'Emploi et de la Solidarité sociale, 59 p.

Société Alzheimer, 2010 : *Raz-de-marée. Impact de la maladie d'Alzheimer et des affections connexes au Canada*.



IIa ACTIVITÉS PROCHES AIDANTS EN CONTEXTE INDIVIDUEL

5. BULLETIN DE LIAISON

La plupart des organismes de proches aidants réalisent un bulletin de liaison. De périodicité, de forme et de contenu variés, ces frères messagers font plaisir à recevoir. Ils sont aussi distribués dans les résidences privées, les CLSC et différents points stratégiques ainsi que lors des rencontres de sensibilisation. Le journal ou bulletin de liaison a pour objectif d'établir un contact vivant avec les proches aidants. Il leur permet de se ressourcer et d'y trouver des informations pertinentes. Il inclut souvent des témoignages de personnes aidantes et un calendrier des activités. Certains proposent des textes de réflexion sur les enjeux sociaux relatifs aux proches aidants. Nous présentons ici une liste succincte des bulletins de liaison pour les proches aidants au Québec. On pense en particulier au journal *Le Mésange* publié depuis 1994, qui présente ses chroniques « Droits et recours » dans chaque édition.

Exemples de bulletin de liaison

NOM	ORGANISME	RÉGION
• Sagesse en action , rubrique «Les Cœurs Vaillants»	Relais Santé, Centre de soutien aux aidants naturels de Matane	01-Bas-Saint-Laurent
• Coucou	Les Aidants naturels de Charlesbourg	03-Capitale-Nationale
• Mains Tendres	Association des aidants naturels du bassin de Maskinongé	04-Mauricie et Centre-du-Québec
• L'Echo-Aidant	Association des personnes aidants naturels de Mékinac	04-Mauricie et Centre-du-Québec
• L'Info-Réseau , rubrique « proches aidants »	Réseau d'amis de Sherbrooke, Regroupement des aidantes et aidants naturels de Sherbrooke	05-Estrie
• Le Mésange	Regroupement des aidantes et aidants naturels de Montréal	06-Montréal
• Feuille de liaison	Groupe des aidants de LaSalle	06- Montréal
• L'entr'aide-mémoire	Baluchon Alzheimer	06- Montréal
• L'entraidant	Centre d'Entraide aux aînés, Soutien aux familles et aux proches	07-Outaouais
• Bulletin d'information	Regroupement des personnes aidantes naturelles du Rouyn-Noranda régional	08-Abitibi-Témiscamingue
• Journal des aidants de la Côte	Association des aidants naturels de la Côte-Nord	09-Côte-Nord
• Bulletin de liaison	Regroupement des personnes aidantes de Lotbinière	12-Chaudière-Appalaches
• Le Soleil Levant	Regroupement des proches aidants de Bellechasse	12-Chaudière-Appalaches
• L'Étincelle	Service d'entraide de Breakeyville, Service de soutien aux proches aidants Lévis et Saint-Lambert	12- Chaudière-Appalaches

Exemples de bulletin de liaison

NOM	ORGANISME	RÉGION
• La Source , rubrique «Parlons proches aidants»	Nouvel Essor	12- Chaudière-Appalaches
• L'Aidant	Regroupement des aidants naturels du comté de l'Assomption	14-Lanaudière
• Chroniques de l'AFSAS	Association des familles soutien des aînés de Saint-Hubert	16-Montérégie
• Le Courant	Centre de soutien au réseau familial	16-Montérégie
• L'Entraidant	Regroupement Soutien aux aidants de Brome-Missisquoi	16-Montérégie
• L'Entr'Aidants	Action Services aux aidants de parents âgés de Longueuil	16-Montérégie
• Journal Échange	Association des aidants naturels du Bas-Richelieu	16-Montérégie
• Aider sans s'épuiser Un bulletin pour les aidants naturels	Maison de la famille de la Vallée-du-Richelieu	16-Montérégie



Les aidants naturels
de Charlesbourg

COUCOU

Février 2009

Vol. 7, No. 3

Pour la St-Valentin



*Ce valentin se fait porteur
De tous les vœux de bonheur
Qui peuvent aisément déborder
De cette splendide journée*

*Puisqu'elle est là pour animer
De joie, de rire et de gaieté
Tous les coeurs les plus joyeux
Qui veulent se sentir heureux*

Joyeuse St-Val

Coucou

Les aidants naturels de Charlesbourg

AIDANTS NATURELS DE MÉKINAC (APANM)



Mars 2010

Retour Activité St-Valentin

Le jeudi 15 février se déroulait le dîner de St-Valentin. Nous étions



17 personnes à trouver des titres de chansons et bien sûr les chanter ensemble, faire le rallye (jeu de mots) dans les corridors et déguster un bon repas dans une ambiance amicale. Suivant le dîner, Mme Nathalie Bédard (nutritionniste-dietétiste) du CSSS nous a bien informé

sur l'alimentation et a répondu généreusement à nos questions.

Merci à tous pour votre belle participation!!!



Recette proposée

Pour les personnes qui n'ont pu venir ce jeudi 15 février voici une recette santé proposée par Mme Bédard.

Frites « Cœur Atout »

4 pommes de terre pelées et coupées en bâtonnets.

1 cuillère à table (15 ml) d'huile
Sel et poivre, assaisonnement au chili, origan ou épices à barbecue (au goût)

Préchauffer le four à 400 degrés F ou 200 degrés C

Dans un bol, bien mé-

langer les pommes de terre et l'huile. Disposer sur une plaque à biscuits recouverte d'un papier parchemin ou d'aluminium. Cuire au four 30 à 40 minutes en retournant à quelques reprises en cours de cuisson.

Dans ce numéro :

Retour café-rencontre avec Denise Rivard	2
Le mot d'Annie	2
Le mot de Julie	2
Activités à venir	3
Belles activités proposées ailleurs	3
Info-bulles	4
Pensées positives	

Notre plus grande gloire n'est pas de ne jamais tomber mais de nous relever après chaque chute

...
(Confucius)

L'Écho-Aidants
Les aidants naturels de Mékinac
Saint-Thècle

MAINS TENDRES

Février 2009

Numéro 6

Sommaire

Souper / Conférence
Jeudi / Causerie
Anniversaires
Informations

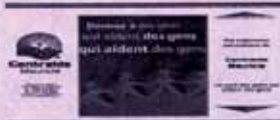
Notre association est un organisme sans but lucratif qui a pour objectif principal de regrouper les personnes offrant un soutien à un proche en perte d'autonomie.

Par la sensibilisation dans le milieu, des sessions de groupes, des conférences, l'Association désire soutenir l'implication des familles auprès des personnes en perte d'autonomie.

Pour devenir membre et recevoir notre bulletin, faites parvenir un chèque de 10 dollars au nom de l'association des aidants naturels du bassin de Maskinongé

2875 rue Lafèche, C.P. 269
Saint-Paulin (Québec)
J0K 3G0
Tél: 819-268-2884

Organisme subventionné par



Nos Fêtes du mois de février

Madame : Alice Picard
Lise Michaud
Hélène Laroche
Hermance Lambert
Marjolaine Fleury Michaud
Angèle Beaudry
Réjeanne Allard



Mon père et son mandat en cas d'incapacité

Notre père vieillissant perd la mémoire et ses facultés diminuent de telle sorte que vous croyez qu'il devient inapte à prendre soin de lui-même et à administrer ses biens. Avant que sa santé ne se détériore, il avait préparé un mandat en prévision de son incapacité vous nommant comme mandataire. Que devez-vous faire pour être autorisé à agir en vertu de ce mandat ?

Les faits : La fille d'un homme de 80 ans demande au tribunal de déclarer son père inapte à prendre soin de lui-même et à administrer ses biens. Elle demande que le tribunal homologue le mandat en cas d'incapacité signé par son père le 12 février 1991 afin de le rendre exécutoire. Le mandat en question est valide et conforme aux exigences de la loi. Par les termes de celui-ci, il nomme sa fille mandataire principale. Son frère et son père croient que la demande est prématurée, et que le père n'est pas inapte. Le frère prétend qu'il représenterait mieux son père, ayant ses intérêts plus à coeur, et demande à être son mandataire s'il était déclaré inapte.

Le litige : Le père est-il inapte à prendre soin de lui-même et à administrer ses biens? Le mandat donné en prévision de son incapacité doit-il être homologué par le tribunal dans son intégralité?

La décision : Le tribunal en vient à la conclusion que le père est devenu inapte et n'est plus en mesure de prendre soin de sa personne et d'administrer ses biens. En conséquence, la requête en homologation d'un mandat en prévision de l'incapacité est accueillie. Le tribunal procède à la nomination de la fille à titre de mandataire conformément aux termes du mandat.

Les motifs : Selon le principe général, toute personne est considéré comme étant capable d'exercer ses droits civils et s'occuper de sa personne. Par contre, il existe des situations où une personne devient inapte et l'ouverture d'un régime de protection est nécessaire. Le code civil prévoit des règles selon lesquelles un mandat donné en prévision de l'incapacité deviendra exécutoire. Ces règles visent à assurer que la demande vise l'intérêt du majeur à protégé, le respect de ses droits et la sauvegarde de son autonomie. Tout d'abord, le tribunal doit constater son incapacité en analysant la preuve médicale qui démontrait que l'état pathologique du père engendrait une perte d'autonomie significative, tant au plan physique que psychologique. Le tribunal doit également évaluer le niveau d'incapacité de la personne afin d'être en mesure d'apprécier si le mandat est complet et respecte l'intérêt du mandat et, le cas échéant, fixer un régime de protection plus approprié selon le degré de protection requis. Dans la présente cause, l'incapacité du père a été établie. De plus, la preuve révèle que le mandat est valide et qu'il permet d'assurer une représentation adéquate étant donné la situation et les besoins de ce dernier. Finalement, sa fille, mandataire principal désigné selon les termes du mandat, est tout à fait apte à agir comme mandataire.

Source : www.csj.qc.ca

Mains Tendres
Association de
personnes aidantes
du bassin de
Maskinongé
Saint-Paulin

Le Mésange

Journal du Regroupement des Aidantes et Aidants Naturels de Montréal Automne 2009

Attendu que;

1. Le vieillissement de la population et les réponses concrètes apportées par le réseau de santé et des services sociaux ne sont pas accessibles à tous et toutes;
2. La demande de transfert des soins des centres hospitaliers vers les domiciles, pour des personnes ayant subi des opérations et pour celles exprimant leur volonté de mourir à domicile, ne cesse de croître;
3. Les besoins de services augmentent sans cesse, alors que les ressources offrant des services qui répondent aux besoins des proches aidants ne sont pas disponibles ou sont insuffisantes;
4. Les proches aidants subissent de plus en plus de pression; leurs tâches et leurs responsabilités étant plus exigeantes et plus lourdes; ce qui, d'une part, contribue à les rendre plus vulnérables et, d'autre part, à les appauvrir socialement et économiquement.

Nous, soussigné(e)s, résident(e)s de Montréal et du Québec, demandons aux membres de l'Assemblée nationale:
de reconnaître le rôle joué par les proches aidants en leur assurant un accès et une offre de services suffisants et de qualité, en santé et services sociaux, tout en octroyant un financement aux organismes communautaires régionaux et provinciaux qui les soutiennent, dans les différents territoires du Québec, et qui les représentent dans la défense leurs droits.

Signatures

Signez votre nom
(Ne pas écrire en lettres majuscules.)

Adresses

(Adresse postale: complète ou indiquez ville et province, ou votre province et le code postal.)

PÉTITION: LA RECONNAISSANCE DES PROCHES AIDANTS ET L'ACCESSIBILITÉ AUX SERVICES DE SANTÉ ET AUX SERVICES SOCIAUX DE QUALITÉ.

Veuillez retourner à:
Regroupement des aidantes et aidants naturels de Montréal, 1150

Le Mésange
Regroupement des aidantes
et aidants naturels de Montréal

Info



Aidants

Volume 2 numéro 5

Mai 2010

Maman...

Il y a plus de fleurs
Pour toi maman, en mon cœur
Que dans tous les vergers.

Plus de merles rieurs
Pour toi maman, en mon cœur
Que dans le monde entier.

Et bien plus de baisers
Pour toi ma mère, en mon cœur
Qu'on pourrait en donner.

Quand je m'endors, quand je m'éveille
À tout moment, je sais qu'une
douce fée me surveille
Et m'entoure de soins charmants.
Cette merveille : c'est toi, maman !

Bonne fête des mères !

Il est des gens dans la vie qui savent comment
rendre les autres heureux. On dirait que cela fait
partie d'eux.
Ils sont toujours prêts à aider sans même qu'on
ait à leur demander...
Ces êtres sont d'une telle générosité qu'il suffit de
les connaître pour tout de suite les aimer...

Ainsi sont les bénévoles
Disons leur MERCI !

Votre résolution pour mai 2010

Mai : On fait le tri dans ses relations. On éloigne les « amis » qui demandent et ne donnent jamais. Tous ceux qui profitent de nous. On tourne le dos à tous ceux qui voient la vie en gris et qui, par leur attitude négative, sapent notre énergie... les rabat-joie, les profiteurs, les envieux. Place aux gens qui nous font du bien, nous encouragent dans nos projets, nous aident à avoir confiance en nous! Bref, on laisse souffler sur nos relations un vent de renouveau.

NDLR : le aule en juin. Vous aurez droit à un « combo vacances » !

Le mot pour rire :

Quand on y pense...
mieux vaut ne pas trop se poser de questions !

Comment les panneaux " DÉFENSE DE MARCHER SUR LA PELOUSE " arrivent-ils au milieu de celle-ci ?

Quand l'homme a découvert que la vache donnait du lait, que cherchait-il exactement à faire à ce moment-là ?

Si un mot dans le dictionnaire est mal écrit, comment s'en apercevoir ?

Pourquoi ce coullion de Noé a-t-il embarqué les deux moustiques ?

Pourquoi les moutons ne rétrécissent pas quand il pleut ?

...écrits de Pierre Lègaré, humoriste

Info Aidant
Regroupement des
aidants de LaSalle

L'entr'aide-mémoire

Le bulletin de Baluchon Alzheimer • Novembre 2009



Chers amis et collaborateurs,

En poste depuis la retraite bien méritée de Marie Gendron, je suis heureuse d'avoir aujourd'hui l'occasion de me présenter. J'ai fait mes études de gestion aux universités de Montréal et de Sherbrooke. Par choix, je me suis engagée dans des organismes axés sur l'entraide et les valeurs humaines. Pendant quatre ans, j'ai été adjointe à la direction générale du Regroupement des aveugles et amblyopes du Québec. Par la suite, j'ai dirigé une résidence de 72 personnes âgées en perte d'autonomie physique pendant cinq ans. Étant moi-même une proche-aïdante, puisque la vie a amené sur ma route deux hommes extraordinaires, mon époux et mon fils, tous deux non-voyants, je connais et reconnais bien les joies et les défis des aidants. C'est ce qui motive mon engagement à la tête de notre organisme.

Dix ans après la création de Baluchon Alzheimer, après y avoir mis tout son cœur et sa passion, Marie Gendron m'a légué une œuvre magnifique, appuyée sur une équipe formidable. Au sein d'une croissance importante en termes de services et de territoires à couvrir, je suis heureuse d'ancrer une évolution qui suppose la consolidation de notre soutien technique et professionnel et l'harmonisation de notre travail avec celui du réseau de la santé. Il m'est également fort précieux de compter sur l'appui des comités d'antenne, de Québec et de Saguenay-Lac-Saint-Jean, dont la générosité et l'engagement sont demeurés constants pendant la transition administrative que nous venons d'opérer.

Quatre nouvelles baluchonneuses se sont récemment jointes à l'équipe en place qui compte maintenant vingt personnes compatissantes et dévouées. Comme l'équipe fut occupée, chacune eut l'occasion d'aider un bon nombre de familles et elles s'en réjouissent. Je veux donc saluer et remercier tous ces artisans de l'amour, de la patience et de la compassion qui, grâce à la confiance qu'ils nous ont accordée, me permettent de maintenir et d'élargir une œuvre nécessaire au Québec.

Notre fidélité est notre gage de pérennité, car les fonds publics sont insuffisants pour assurer le niveau de qualité que nous voulons maintenir. Diverses activités de collecte de fonds auront lieu au printemps prochain. J'espère avoir l'occasion de vous y rencontrer.

Soyez chaleureusement remerciés, chacun d'entre vous, pour toute forme de soutien que vous nous apporterez. Aider Baluchon Alzheimer, c'est s'entraider.

Avec tout mon respect,

Guyliane Martin,
directrice générale

NOUVELLES - NOUVELLES

BIENVENUE AUX NOUVELLES baluchonneuses



France
Lebrun



Johanne
Prud'homme



Larisa
J.



Réine

Bienvenue



Isabelle
Proulx
responsable
à Montréal

L'entr'aide-mémoire
Baluchon Alzheimer

L'entraïdant

Journal printemps 2009

Centre d'entraide aux aînés



331, boulevard Cité-des-Jeunes, bureau 101 Gatineau (Québec) J8Y 6T3

Téléphone : 819-771-6609

Télécopieur : 819-771-4923

www.infonet.caentraideauxaines

Courriel : centredentraideauxaines@infonet.ca

L'entraïdant
Centre d'Entraide aux aînés,
Soutien aux familles et aux proches
Gatineau (Hull)



Regroupement des
Personnes Aidantes Naturelles
du Rouyn-Noranda Régional

Bulletin D'information

H I V E R 2 0 0 9

À PROPOS

Bonjour à tous! Nous sommes fiers de vous présenter notre nouveau bulletin d'information revampé dans une nouvelle forme que nous espérons des plus attrayante. Par contre, ne soyez pas inquiets car l'essence première de cette publication reste la même, soit de vous donner de l'information sur des sujets touchants les aidants naturels.

Dans ce numéro, vous trouverez des articles sur le déroulement de nos dernières activités et une chronique sur les droits des usagers qui nous a été inspirée par la présentation faite par le Centre

d'assistance et d'accompagnement aux plaintes lors de notre Salon des ressources pour proches aidants. Et bien sûr comme à l'habitude, les sections « En vrac », « L'aidant branché » et « Prochaines activités », viendront conclure cette première édition du nouveau bulletin.

En souhaitant que vous apprécierez ces changements, nous vous souhaitons bonne lecture et surtout:

Joyeuses fêtes!

CAFÉ-RENCONTRE DU 1^E OCTOBRE

C'est devant un groupe de 25 personnes, que Madame Suzanne Grenier, intervenante en zoothérapie, a parlé avec beaucoup de passion et de conviction de son métier. Elle nous a également fait part de l'impact que la présence d'un animal peut avoir sur le plan de la santé physique, psychologique et sociale.

Elle a défini la zoothérapie principalement comme étant une activité qui s'exerce sous forme individuelle ou de groupe, à l'aide d'un animal familier, soigneusement sélectionné et entraîné, introduit par un intervenant qualifié dans l'environnement immédiat d'une personne. C'est ainsi que l'on cherche à susciter des réactions visant à maintenir ou améliorer le potentiel cognitif, physique, psychosocial ou affectif de la per-

sonne.

Selon Madame Grenier, une des formes entre autres que peut prendre la zoothérapie est celle où l'intervenante et son équipe travaillent avec un professionnel du milieu à cibler la clientèle qui pourrait bénéficier de la zoothérapie, puis à définir les objectifs visés. Ceux-ci peuvent être par exemple; de diminuer l'anxiété, reprendre goût à la vie, avoir un intérêt, s'exprimer, socialiser, etc.

La conférence a permis d'apprendre ou de confirmer que la présence d'un animal déclenche chez la plupart des personnes des réactions positives et que cela est encore plus vrai chez celles dont la vulnérabilité est élevée. L'attention et la participation étaient au rendez-vous puisque les questions ont été très nombreuses et les commentaires très positifs.

SOMMAIRE

À propos	1
Café-rencontre du 1 ^{er} octobre	1
La semaine des Proches aidants	2-3
Dîner de Noël des membres	3
Les droits des usagers	3-4
En vrac	5
L'aidant branché	5
Prochaines activités	5



Bulletin d'information

Regroupement des personnes aidantes naturelles du Rouyn-Noranda régional

Regroupement
des personnes
aidantes
de Lotbinière

Bienvenue
Printemps
2008



Profitons de la vie !

Aspirés par la course folle du quotidien, nous les personnes aidantes, négligeons souvent de respirer et d'apprécier le temps qui nous file entre les doigts... Les tâches que nous avons à accomplir semblent parfois si pressantes que nous négligeons tout le reste. Pourtant, se détendre et profiter de la vie n'est pas un luxe. C'est un besoin fondamental.

Je vous souhaite de passer un bel été, prenez du répit et merci pour l'amour que vous nous témoignez.

Gaëlane Montminy,
présidente



Une pensée affectueuse
pour ceux et celles qui ont perdu un être cher en 2007-2008

Bulletin de liaison
Regroupement des personnes
aidantes de Lotbinière
Saint-Flavien



Le Soleil Levant
Regroupement des proches aidants de Bellechasse
Saint-Lazare



Bulletin No 14
Août 2009

L'ÉTINCELLE

Service de soutien aux proches aidants Lévis et Saint-Lambert

Que c'est bon un blé d'Inde!

Bonjour chers proches aidants,

La nature est à son comble! Légumes, fruits, fleurs, feuillage... en voulez-vous en v'la!



Il n'y a rien de mieux pour ensoleiller notre mois d'août qu'un beau et bon **blé d'Inde** frais. Apparemment que ce serait Christophe Colomb qui, en arrivant sur notre continent et croyant débarquer aux Indes, aurait appelé ce bel épi aux grains dorés « *blé d'Inde* ». Les Amérindiens l'appelaient, quant à eux, « *maïs ou maïs* » d'où le nom « maïs ».

Appelons-le comme on veut mais n'oublions pas de lui faire honneur en perpétuant nos traditionnelles « *épluchettes de blé d'Inde* ». Celles-ci seraient un héritage des Amérindiens qui organisaient une fête pour célébrer la récolte de maïs. Tout le monde devait éplucher le maïs, puisque celui ou celle qui trouvait un épi de couleur était le roi ou la reine de la soirée et avait le droit d'embrasser une personne de son choix. Pourquoi ne pas continuer cette tradition? Une épluchette de blé d'Inde avec un roi ou une reine... quel plaisir! Nous n'avons pas besoin d'avoir beaucoup d'invités. Même à deux, il est possible de faire une fête pour honorer cette beauté de la nature. Mettons-nous dans l'ambiance et le tour est joué!

Sans vouloir casser le « party », j'aimerais préciser que le maïs est souvent classé comme un pain parce que sa quantité de glucides le fait ressembler plus à un féculent qu'à un légume. Selon Diabète Québec, un épi de 8 pouces de long et d'un diamètre moyen contient environ 25 g de glucides (soit l'équivalent de 5 carrés de sucre). On sait que pour une personne diabétique la quantité de glucides consommée a un impact direct sur sa glycémie. Restons vigilants quant à notre santé et celle de nos proches. Encore une fois et comme à l'habitude, la modération a bien meilleur goût!

Service d'entraide de Breakeyville
12, rue Ste-Hélène Breakeyville G0S 1E2
418-832-1671

Bon appétit!
Sylvie Fortier B.A.

Pensée:
Devant l'obstacle, la fourmi ne se pose pas la question: « Pourquoi ça m'arrive et à cause de qui? » Mais: « Comment je vais me sortir de cette situation et avec l'aide de qui? »
Bernard Werber

Rappel important:
Dans tous mes textes, l'expression proche aidant vise également les personnes de sexe féminin.

slr101@seebreakeyville.ca
www.seebreakeyville.ca

L'Étincelle
Service d'entraide de Breakeyville,
Service de soutien aux proches aidants
Lévis et Saint-Lambert Appalaches

Journal Le Pont

Edition Mars 2009



Centre d'entraide
communautaire bénévole
de Montmagny-L'Islet

L'Aidant
Regroupement des aidants naturels
du comté de l'Assomption
Repentigny

Journal Le Pont
Centre d'entraide communautaire
bénévole de Montmagny-L'Islet



L'Aidant, Décembre 2008
Volume 6 No 5

L' Aidant

Regroupement des Aidants naturels du comté de l'Assomption

Repentigny- C'est avec empressement que nous vous annonçons qu'il sera possible de recevoir du **répit gardiennage personnel pour le mois de décembre 2008 ainsi que pour le mois de janvier 2009.**

Grâce à la générosité de tous, lors de la levée de fonds du souper spaghetti du 7 novembre dernier, nous avons ramassé la somme de **2,948.69\$**. Cette somme sera utilisée **uniquement pour le répit gardiennage** offert à nos membres.

C'est notre façon de vous souhaiter un très beau temps des Fêtes en vous encourageant à profiter de ce service que l'on vous offre avec joie, **pour prendre soin de vous**. Que ce soit pour faire votre magasinage du temps des fêtes, pour vous offrir une séance chez le coiffeur ou encore tout simplement pour récupérer vos heures de sommeil manquées. Le RANCA vous supportera en vous offrant **8 heures pour chacun de ces deux mois**. Il faut les prendre pendant que cela passe car **ils ne sont pas cumulatifs**. Comme le dit la chanson : C'est l'bon temps d'en profiter s'arrive rien qu'une fois par année!

Pour la nouvelle année qui s'annonce je souhaite que les gouvernements, la société civile, les amis proches et les familles reconnaissent l'existence et le rôle des Aidants Naturels dans notre société et deviennent des supporteurs généreux de cette noble cause. Chers Aidants Naturels que votre service à votre être cher soit béni et que Dieu vous donne la force et la santé de l'accomplir dans les meilleures conditions. Que cette nouvelle année vous soit favorable dans toutes vos démarches!

Soyez heureux!

Caroline Vadeboncoeur
Agente de liaison



Sommaire

- Souper bénéfice
- Remerciement Digitalres, Bénévoles Commanditaires
- Voeux Présidente et du C. d'Administration
- Voeux de C. Hernandez
- Information Activités
- Poème Prière de Noël





CHRONIQUES DE L'AFSAS

Janvier 2009

Numéro 6

À votre santé!

En cette nouvelle année, j'aimerais porter un toast à votre santé. Je sais que beaucoup de gens préfèrent offrir des vœux de bonheur et de joie, mais je crois que lorsqu'on a la santé tout va mieux; c'est pourquoi c'est ce que je souhaite à chacun d'entre vous cette année.

J'aimerais aussi profiter de ces quelques lignes pour vous dire que l'AFSAS s'est méritée une mention d'honneur lors de la remise du Prix Bernard-Hubert 2008 pour l'ensemble de ses activités. Ce prix décerné par le Diocèse Saint-Jean-Longueuil en

novembre dernier, visait à récompenser les organismes communautaires œuvrant à la promotion de la justice humaine. L'équipe et les membres du conseil d'administration étaient très heureux de cette reconnaissance.

Angela Vergara
Directrice générale



« É-MOI » Journée de reconnaissance



La 11^e édition de « É-MOI » Journée de reconnaissance des aidants naturels de la Montérégie s'est tenue le 8 novembre dernier à l'Auberge de la Rive à Sorel. Près de 200 aidants naturels ont pris part à cet événement.

C'est sous le thème de « l'île au trésor » que l'on a accueilli les participants issus d'une trentaine de villes des quatre coins de la Montérégie. Le programme de l'événement réunissait : un atelier-échange, un dîner gastronomique et une conférence de Martin Neuleid, mieux

connu sous le nom de Monsieur Câlîn. Une soixantaine de prix de reconnaissance ont aussi été remis tout au long de la journée.

De plus, comme à chaque année, l'AFSAS a remis le prix honorifique « É-MOI » 2008 comprenant, entre autres, l'œuvre « La Force en Soi » de l'artiste peintre Sylvain Gadbois. La gagnante, Nicole Lanthier de Saint-Bruno-de-Montarville, était très émue de recevoir ce prix qui couronnait à merveille la journée qu'elle venait de passer. Selon elle, cette journée de reconnaissance insuffle une énergie nouvelle aux aidants naturels, qu'elle compare à des anges qui travaillent en coulisse.

Chroniques de l'AFSAS
Association des familles soutien
des aînés de Saint-Hubert

Le Courant édition spéciale

Le Centre de Soutien au Réseau Familial

243 rue Cowie, Granby, Québec J2J 1A3

☎ (450) 375-9115 ✉ (450) 375-9253

✉ soutienreseaufamilial@qc.aira.com

Site web: soutienreseaufamilial.iframe.com

Soutien familial Chez Soi ☎ (450) 375-1673

Le C.S.R.F. est un organisme communautaire qui cherche à prévenir l'épuisement des proches aidants.

Pour que la vie chez-soi, puisse continuer!

Soutien Familial Chez Soi



Le Soutien Familial Chez Soi est une entreprise d'économie sociale, qui offre des services de surveillance sécuritaire en maintien à domicile, aux personnes de tous âges en perte d'autonomie (physique ou mentale) et ce, de façon temporaire ou permanente. Par ces services, nous contribuons à offrir une qualité de vie aux personnes aidées afin de préserver leur autonomie et leur bien-être. Le Soutien Familial Chez Soi est un programme pilote en réintégration au travail au Québec, fortement appuyé par Emploi Québec, le Ministre de la Santé et le Ministre du Travail. Il est réalisé en partenariat avec le CSSS HY et la Coop Autonomie Chez Soi. Le programme a été conçu comme une entreprise d'économie sociale qui permet l'accès équitable aux services à des prix raisonnables et crée des possibilités de réorientation et de réintégration sur le marché du travail par l'embauche d'auxiliaires communautaires.

Le Courant
Centre de soutien
au réseau familial
Granby

L'Entraidant

JOURNAL DU REGROUPEMENT SOUTIEN AUX AIDANTS DE BROME-MISSISQUOI (RSABM)

REGROUPEMENT
SOUTIEN AUX AIDANTS



BROME-MISSISQUOI

Caregivers Support Group



*« Vous prenez soin d'un proche...
Nous prenons soin de vous »*

www.rsabm.ca
prendresoindunproche.com

Compter du 14 avril 2010 : nouveau site Web : www.rsabm.ca
nouveau courriel : veerie@rsabm.ca

Année 2010, n° 2

**Avril-Mai
Juin-Juillet 2010**

Sommaire :

- Souhaits de bien
- Activités à venir
- Bénévoles partenaires
- Parc commanditaires

Dans ce numéro :

Deux printemps **2**

Au sujet du RSABM **3**

Calendrier d'activités **4**

Soirée de reconnaissance des bénévoles du RSABM **6**

Tournoi de Golf Jours pour Aider! **7**

Nouvelles activités **8**

Activités déjà existantes **13**

Savoir aider... les actions naturelles **15**

Aidez, vous êtes effectivement un proche aidant! **17**

Variations sur différents thèmes **18**

Le social : l'art de s'en faire un allié **19**

Aide de conviction
Assemblée générale annuelle 2010 **20**

Devenir membre du RSABM, pourquoi? **22**

L'Entraidant
Regroupement soutien aux aidants de Brome-Missisquoi
Cowansville



L'Entr'Aidants
Action Services aux aidants de parents âgés de Longueuil

SERVICES AUX AIDANTS DE PARENTS ÂGÉS DE LONGUEUIL

L'Entr'Aidants

FÉVRIER 2009 À MAI 2009

Quand on a un avenir, on est jamais très vieux

DANS CE NUMÉRO :

Mot du président	2	Dîners retrouvailles & Groupes d'entraide	17
Mot de la directrice	3	Tai-chi / Voyage	18
Rétrospective des activités	4-7	Santé : pieds d'athlète - Si vous ne voulez pas être malade	19
Quand on a un avenir on est jamais très vieux	8-9	Vieilles gagnant	20
Cela qu'on voulait savoir	10	Âgés ou vieux	21
Service de repit	11	Ce que j'ai appris	22
Témoignage	12	Jeu : mot caché	23
Sachez dire non	13	Ephémérides / Piqués	24
Prêtres des bénévoles	14	Fêtes / Solution du jeu	25
Calendrier des activités	15	Recettes	26
Conférences / Café-causerie / Atelier de soutien	16	Écoute téléphonique / prochain numéro / la mémoriam	27
		Merci à nos commanditaires	28-31
		Coordonnées / Équipe du journal	32

Volume 2, #8

Journal Échange



ASSOCIATION DES AIDANTS(ES) NATUREL(LES)
DU
BAS-RICHELIEU

71, rue de Ramesay, Sorel-Tracy, J3P 3Z1
Téléphone : 730-0880 Télécopieur 730-0542
Courriel : assaidantsnaturelsbr@bellnet.ca
Site Web : www.aidantsnaturels.org



Journal Échange
Association des aidants
naturels du Bas-Richelieu
Sorel-Tracy

AIDER SANS S'ÉPUISER



Un bulletin pour les aidants naturels

Maison de la Famille de la Vallée du Richelieu
91, boul. Cartier, Beloeil J3G 6R4
☎ (450) 446-0852
Télécopieur : (450) 446-9569
Courriel : maisonvr@videotron.ca
Site web : www.mfvr.ca

Édition hiver 2008 - 2009

Aider sans s'épuiser
Maison de la famille de
la Vallée-du-Richelieu
Beloeil

IIa ACTIVITÉS PROCHES AIDANTS EN CONTEXTE INDIVIDUEL

6. SITES INTERNET

Le réseau Internet présente une information intangible mais facile d'accès et gratuite. La plupart des organismes ont pignon sur rue virtuelle. Certains ne présentent qu'une page succincte, parfois hébergée sur le site d'un autre organisme. Quelques-uns ont développé un site interactif, mis à jour régulièrement. Pour l'organisme, le potentiel de visibilité est considérable. Le réseau Internet est un outil de référence utilisé par de plus en plus de gens, de toutes les catégories d'âge. En un clic de souris, le site internet permet aux aidants d'avoir accès à un réseau d'informations pertinentes et de télécharger des documents qui les concernent directement : guide de prévention de l'épuisement, bulletin de liaison, etc.

ACCÈS WEB	ORGANISME	RÉGION
www.toc.matane.com/relaissanté.html	Relais Santé, Centre de soutien aux aidants naturels de Matane	01-Bas-Saint-Laurent
www.cblalma.com	Centre d'Action Bénévole du Lac	02-Saguenay-Lac-Saint-Jean
www.latosc.org	Les Aidants naturels de Charlesbourg	03-Capitale-Nationale
www.aparq.org	Association des personnes aidantes de la région de Québec (03)	03-Capitale-Nationale
www.rdanm.org	Regroupement des aidants naturels de la Mauricie	04-Mauricie et Centre-du-Québec
www.cdc-maski.qc.ca/mainstendres.htm	Association des aidants naturels du bassin de Maskinongé	04-Mauricie et Centre-du-Québec
www.raan.ca	Réseau d'amis de Sherbrooke, Regroupement des aidantes et aidants naturels de Sherbrooke	05-Estrie
www.org	Regroupement des aidantes et aidants naturels de Montréal	06-Montréal
www.grouperdesaidantsdelasalle.org	Groupe des aidants de LaSalle	06-Montréal
www.baluchonalzheimer.com	Baluchon Alzheimer	06-Montréal
www.infonet.ca/entraideauxaines	Centre d'Entraide aux aînés, Soutien aux familles et aux proches	07-Outaouais
www.aidantsnaturels-rn.com	Regroupement des personnes aidantes naturelles du Rouyn-Noranda régional	08-Abitibi-Témiscamingue
www.rpab.ca	Regroupement des proches aidants de Bellechasse	12-Chaudière-Appalaches
www.sebreakeyville.ca	Service d'entraide de Breakeyville, Service de soutien aux proches aidants Lévis et Saint-Lambert	12-Chaudière-Appalaches

ACCÈS WEB	ORGANISME	RÉGION
www.mcdc.info	Corporation de développement de la communauté d'expression anglaise de Mégantic - MCDC	12-Chaudière-Appalaches
www.aldpa.org	Association lavalloise des personnes aidantes	13-Laval
www.aidantslassomption.org	Regroupement des aidants naturels du comté de l'Assomption	14-Lanaudière
www.aidantsnaturels.org	Association des familles soutien des aînés de Saint-Hubert	16-Montérégie
www.servicesauxaidants.com	Centre de soutien au réseau familial	16-Montérégie
www.rsabm.ca	Regroupement Soutien aux aidants de Brome-Missisquoi	16-Montérégie
www.aidantsnaturels.org	Action Services aux aidants de parents âgés de Longueuil	16-Montérégie
www.aidantsnaturels.org	Aidants naturels du Haut-Saint-Laurent	16-Montérégie
www.aidantsnaturels.org	Association des aidants (es) naturels (les) du Bas-Richelieu	16-Montérégie
www.mfvr.ca	Maison de la famille de la Vallée-du-Richelieu	16-Montérégie
www.aidantsnaturels.org	Regroupement des organismes montérégiens d'aidants naturels ROMAN	16-Montérégie

IIa ACTIVITÉS PROCHES AIDANTS EN CONTEXTE INDIVIDUEL

7. GUIDES DE PRÉVENTION DE L'ÉPUISEMENT À L'USAGE DE L'AIDANT

Un guide de prévention de l'épuisement est transmis de main à main à chaque personne aidante : à l'accueil, lors d'une activité grand public ou à l'occasion d'une activité sociale de l'organisme. Ce guide permet d'abord à la personne de se reconnaître comme un proche aidant. La personne qui se reconnaît ainsi a souvent l'impression de remettre sa vie en mouvement après des années d'isolement. L'Entourage (1996) est le premier guide de prévention de l'épuisement entièrement produit et réalisé par un organisme dédié aux proches aidants. Adopté par un grand nombre d'intervenants, ses multiples adaptations témoignent de sa pertinence originelle. Ce document a été inspiré par l'ouvrage « Prévenir l'épuisement en relation d'aide. Guide d'autoformation » de Michelle Arcand et Lorraine Brissette (1994).

Exemples de guide de prévention de l'épuisement par ordre chronologique de publication

TITRE ET DESCRIPTION	ORGANISME	RÉGION
<ul style="list-style-type: none"> • L'Entourage – Cahier d'information et de sensibilisation aux réalités des proches aidants, 1996, 38 p. • Roue de secours – Document de prévention des situations à risques pouvant survenir lorsqu'on prend soin d'un proche sur une longue période : toxicomanie, dépression, suicide et deuils, 1996 (révisé 1997), 36 pages 	Regroupement des aidantes et aidants naturels de Montréal	06-Montréal
<ul style="list-style-type: none"> • Aidant naturel. Pas si naturel que ça ! – Guide de prévention de l'épuisement pour les aidants naturels, 1999, 24 p. • Family caregivers. Not as natural as you might think! – A Guide to Preventing Burnout of Family Caregivers, 1999, 24 p. 	Action Services aux aidants de parents âgés de Longueuil	16-Montérégie
<ul style="list-style-type: none"> • Prendre soin de soi... tout en prenant soin de l'autre – Guide de prévention contre l'épuisement destiné aux proches aidants et proches aidantes, 2003 	<ul style="list-style-type: none"> • Regroupement des proches aidants de Bellechasse 	12-Chaudière-Appalaches
<ul style="list-style-type: none"> • Guide de survie. Le défi d'être proche aidant, 2004, 56 p. 	Regroupement des personnes aidantes naturelles du Rouyn-Noranda régional	08-Abitibi-Témiscamingue
<ul style="list-style-type: none"> • Guide pour les personnes qui aident un proche en perte d'autonomie, 2004 (2^e éd. 2006), 32 p. • Guide For People Who Care for a Loved One, 2004, (2^e éd. 2006), 32 p 	Table de concertation des aînés de Memphrémagog	05-Estrie
<ul style="list-style-type: none"> • Être aidant, pas si évident ! – Guide de prévention de l'épuisement pour les aidants naturels, 2005 (2^e éd. 2008) 88 p. 	Table de concertation des organismes communautaires, secteur personnes âgées de Sherbrooke	05-Estrie

Exemples de guide de prévention de l'épuisement par ordre chronologique de publication

TITRE ET DESCRIPTION	ORGANISME	RÉGION
• Guide d'accompagnement et d'information pour les aidants naturels , 2006, 60 p.	Centre-Ressources pour la Vie Autonome : Région Bas-Saint-Laurent	01-Bas-Saint-Laurent
• Prendre soin de moi... tout en prenant soin de l'autre – Guide de prévention de l'épuisement destiné aux proches aidantes et proches aidants, 2006, 48 p.	• Regroupement des associations de personnes aidantes naturelles de la Mauricie	04-Mauricie et Centre-du-Québec
• Prendre soin de moi tout en prenant soin de l'autre – Guide d'accompagnement à l'intention des personnes aidantes, 2007, 56 p.	Comité des proches aidants du Grand Littoral : • Regroupement des proches aidants de Bellechasse • Regroupement des personnes aidantes de Lotbinière • Lien-Partage • Service d'entraide de Breakeyville, Service de soutien aux proches aidants Lévis et Saint-Lambert	12-Chaudière-Appalaches
• Prendre soin de moi tout en prenant soin de l'autre – Guide d'accompagnement à l'intention des personnes proches aidantes, 2008, 56 p.	Centre d'entraide communautaire bénévole de Montmagny-L'Islet	12-Chaudière-Appalaches
• Taking care of myself while taking care of others , 2008, 70 p.	Megantic English-Speaking Community Development Corporation	12-Chaudière-Appalaches
• Prendre soin de soi... tout en prenant soin de l'autre. Se reconnaître comme personne aidante – Guide d'accompagnement à l'intention des personnes aidantes, 2008, 36 p.	Association lavalloise des personnes aidantes	13-Laval
• Prendre soin de moi tout en prenant soin de l'autre – Guide d'accompagnement à l'intention des personnes aidantes, 2009, 56 p.	Nouvel Essor et CSSS des Etchemins	12-Chaudière-Appalaches

L'ENTOURAGE



CAHIER D'INFORMATION ET DE
SENSIBILISATION



REGROUPEMENT DES AIDANTES ET AIDANTS
NATUREL-LE-S DE MONTRÉAL



L'Entourage

Cahier d'information et de sensibilisation
aux réalités des proches aidants, 1996, 38 p.
Regroupement des aidantes et aidants
naturels de Montréal

Roue de secours

Document de prévention des
situations à risques pouvant
survenir lorsqu'on prend soin
d'un proche sur une longue
période : toxicomanie,
dépression, suicide et deuils,
1996 (révisé 1997), 36 pages

ROUE



DE SECOURS

Document de soutien pour les aidantes

REGROUPEMENT DES AIDANTES ET AIDANTS NATUREL(LE)S DE MONTRÉAL



AIDANT NATUREL

PAS SI NATUREL QUE ÇA !

Guide de prévention de l'épuisement
pour les aidants naturels



*Les services
aux aidants
de parents
agés de Longueuil*

Aidant naturel. Pas si naturel que ça ! –
Action Services aux aidants de parents
agés de Longueuil
Guide de prévention de l'épuisement
pour les aidants naturels, 1999, 24 p.

FAMILY CAREGIVERS

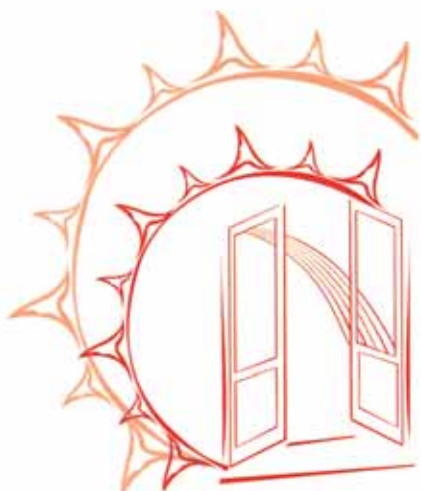
NOT AS NATURAL AS YOU MIGHT THINK!

A Guide to Preventing Burnout of Family Caregivers



*Les services
aux aidants
de parents
agés de Longueuil*

Guide de survie



Le défi d'être proche aidant

Produit par le **Regroupement des
Personnes Aidantes Naturelles
du Rouyn-Noranda Régional**

Guide de survie.

Le défi d'être proche aidant, 2004, 56 p.
Regroupement des personnes aidantes
naturelles du Rouyn-Noranda régional

Guide pour les personnes qui aident
un proche en perte d'autonomie,
2004 (2^e éd. 2006), 32 p.
Table de concertation des aînés
de Memphrémagog



Guide pour les personnes qui aident un proche en perte d'autonomie

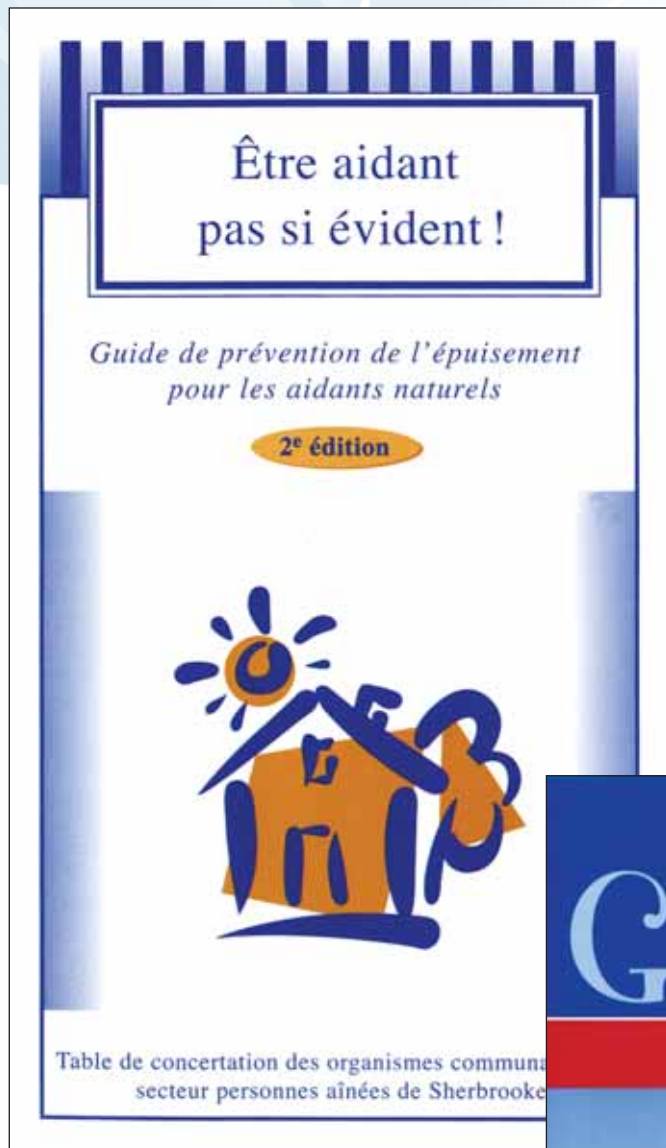


Photo: Centre de services de la MRC Memphrémagog

- Faire le point
- M'entourer
- M'informer
- Obtenir de l'aide



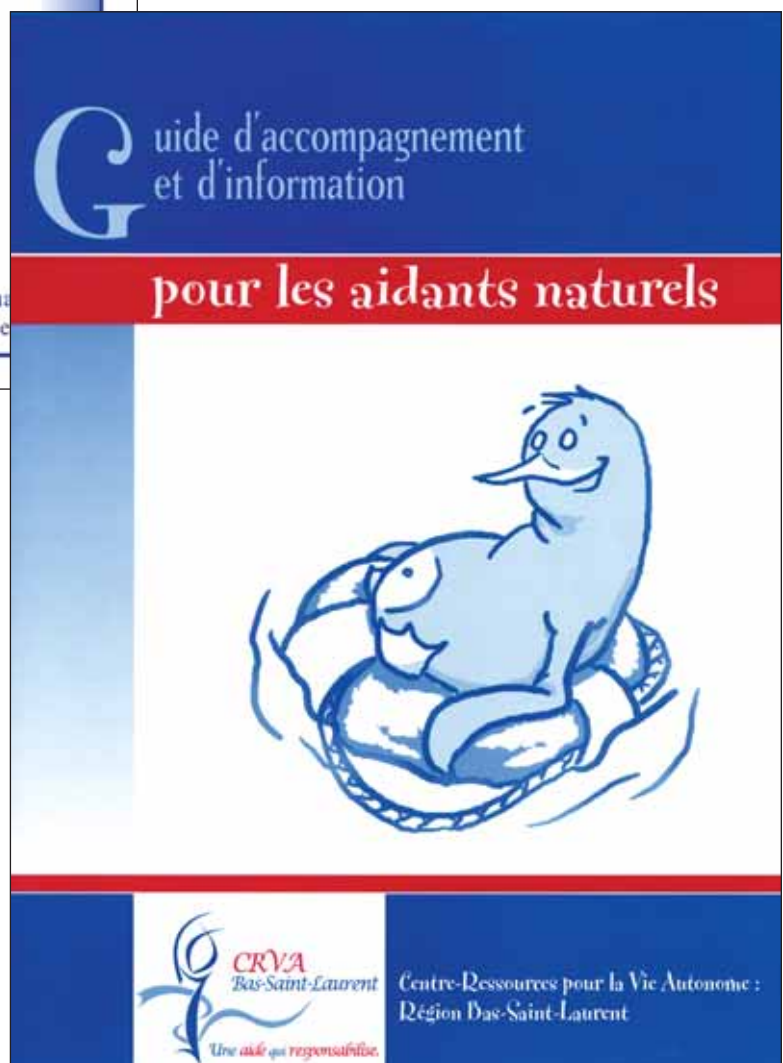
TABLE de CONCERTATION aux AÎNÉS
de la MRC MEMPHRÉMAGOG



Être aidant, pas si évident !

Guide de prévention de l'épuisement pour les aidants naturels, 2005 (2^e éd. 2008) 88 p.
Table de concertation des organismes communautaires, secteur personnes âgées de Sherbrooke

Guide d'accompagnement et d'information pour les aidants naturels, 2006, 60 p.
Centre-Ressources pour la Vie Autonome : Région Bas-Saint-Laurent



Prendre soin de *Moi...* tout en prenant soin de l'autre



Guide de prévention de l'épuisement
destiné aux proches aidantes et proches aidants

Prendre soin de moi... tout en prenant soin de l'autre

Guide de prévention de l'épuisement destiné aux proches aidantes et proches aidants, 2006, 48 p.

Regroupement des associations de personnes aidantes naturelles de la Mauricie

Prendre soin de moi tout en prenant soin de l'autre

Guide d'accompagnement à l'intention des personnes aidantes



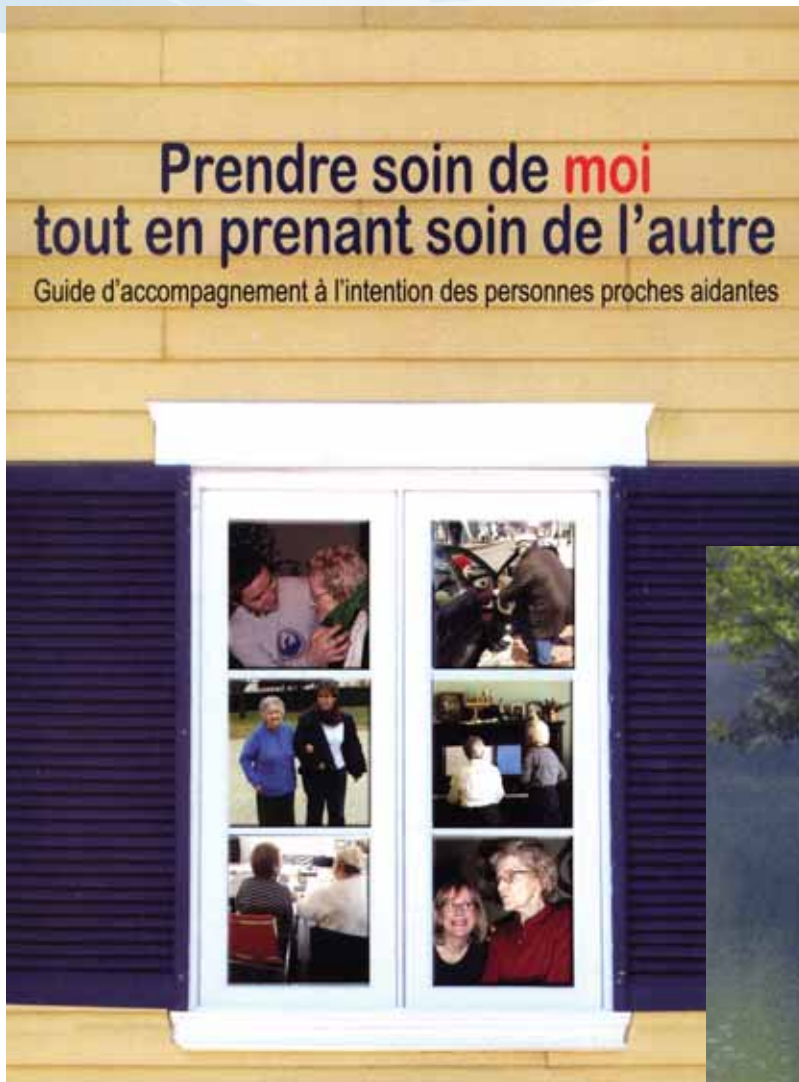
Prendre soin de moi tout en prenant soin de l'autre

Guide d'accompagnement à l'intention des personnes aidantes, 2007, 56 p.

Comité des proches aidants du Grand Littoral :

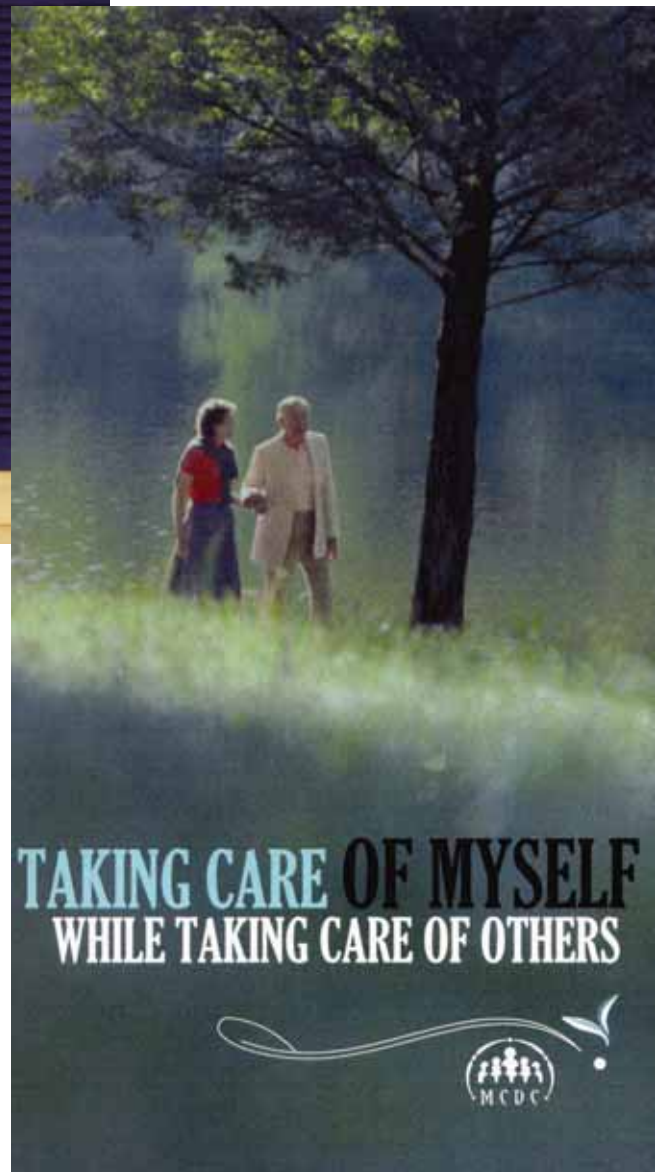
- Regroupement des proches aidants de Bellechasse
- Regroupement des personnes aidantes de Lotbinière
- Lien-Partage
- Service d'entraide de Breakeyville, Service de soutien aux proches aidants Lévis et Saint-Lambert





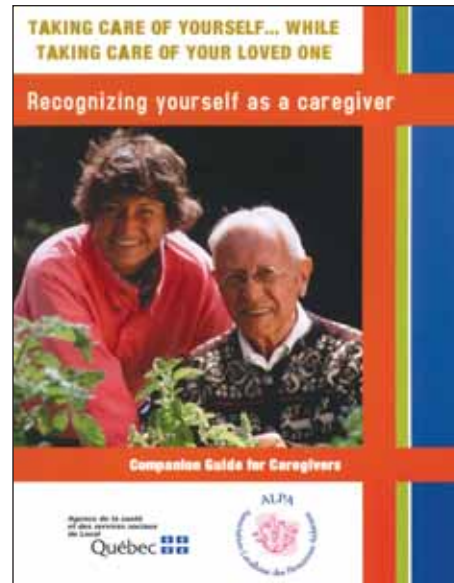
Prendre soin de moi tout en prenant soin de l'autre
 Guide d'accompagnement à l'intention des
 personnes proches aidantes, 2008, 56 p.
 Centre d'entraide communautaire bénévole
 de Montmagny-L'Islet

Taking care of myself while taking
 care of others, 2008, 70 p.
 Megantic English-Speaking
 Community Development Corporation





Prendre soin de soi... tout en prenant soin de l'autre. Se reconnaître comme personne aidante – Guide d'accompagnement à l'intention des personnes aidantes, 2008, 36 p. Association lavalloise des personnes aidantes



Prendre soin de moi tout en prenant soin de l'autre – Guide d'accompagnement à l'intention des personnes aidantes, 2009, 56 p. Nouvel Essor et CSSS des Etchemins



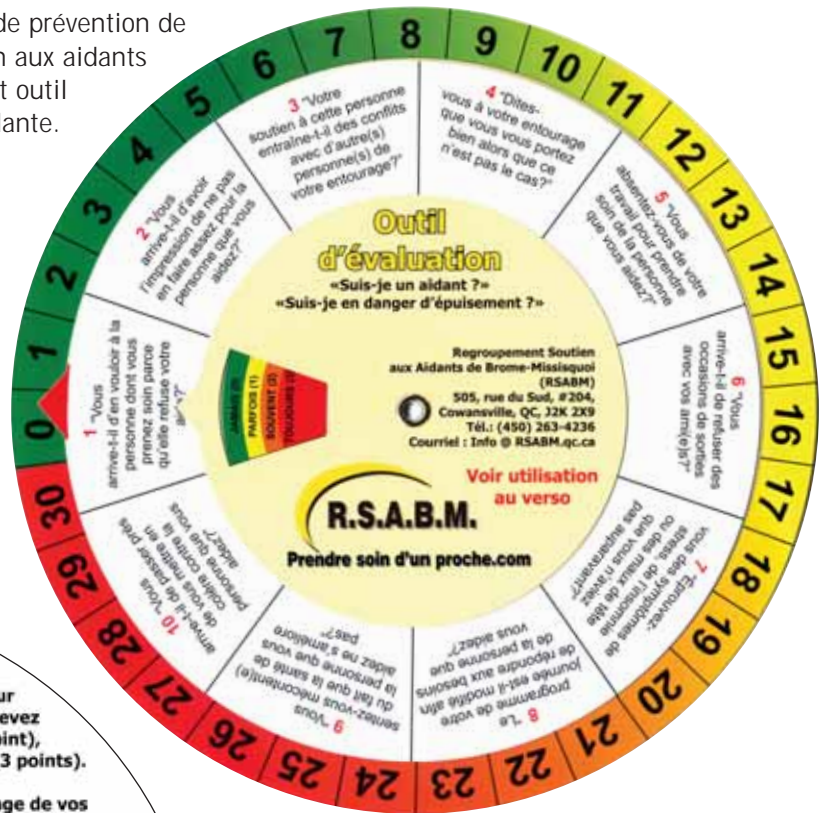
Trouvaille 2 : Roulette d'autoévaluation de l'épuisement

Objectif : Aider la personne à prendre conscience de sa réalité de proche aidant et du risque d'épuisement associé à sa condition.

Description : Une série de dix questions associées à des symptômes d'épuisement sont réparties sur une roulette colorée. La personne peut évaluer son niveau de risque d'épuisement à l'aide d'un test présenté sous forme de jeu interactif.

Organisme : En complément au guide de prévention de l'épuisement, le Regroupement Soutien aux aidants de Brome-Missisquoi a mis au point cet outil original à l'intention de la personne aidante.

Roulette d'autoévaluation
«Suis-je un aidant?»
«Suis-je en danger d'épuisement?»
Regroupement Soutien aux aidants de Brome-Missisquoi



Mode d'emploi
Placez l'indicateur ▲ de pointage à zéro et l'indicateur de questions sur la question #1. A chacune des questions, vous devez répondre l'un des 4 choix suivant : JAMAIS (0 point), PARFOIS (1 point), SOUVENT (2 points), TOUJOURS (3 points).

Répondez aux dix questions en additionnant le pointage de vos réponses avec l'indicateur à cet effet. Une fois terminé, vérifiez votre pointage avec l'échelle d'évaluation suivant.

Échelle d'évaluation

- POINTAGE ENTRE 0 ET 10 : RISQUE FAIBLE.** Vous vivez votre rôle d'aidant d'une façon extrêmement équilibrée. Votre risque d'épuisement est minime, Bravo!
- POINTAGE ENTRE 10 ET 20 : RISQUE MOYEN.** Vous éprouvez quelques difficultés dans votre rôle d'aidant. Vous gérez assez bien certains aspects inhérents à votre rôle d'aidant, mais vous courez un risque d'épuisement. Il existe des moyens de prévenir l'épuisement afin que vous puissiez continuer à prendre soin de votre proche.
- POINTAGE ENTRE 20 ET 30 : DANGER.** Si vous n'êtes pas déjà épuisé, vous êtes en bonne voie de l'être. La culpabilité, le stress, l'isolement et la fatigue sont votre lot quotidien. Réagissez, c'est une question de vie.

Téléphonez au bureau et dites nous simplement que vous prendrez soin d'un proche
450-263-4236
R.S.A.B.M.
Prendre soin d'un proche.com



Instructions
Place the indicator ▲ on the zero mark and the question pointer on question #1. Answer the questions and add the results to your score = 0, SOMETIMES = 1, OFTEN = 2, ALWAYS = 3. Once you've determined your score, compare it with the evaluation scale below.

Evaluation scale
A SCORE BETWEEN 0 AND 10: LOW RISK. You are doing well with your role as caregiver in a very balanced way. Your risk of becoming exhausted is minimal.

A SCORE BETWEEN 10 AND 20: MODERATE RISK. You are facing a number of difficulties in your role as caregiver. You are managing certain essential aspects of your role, but you are at risk of becoming exhausted. There are ways to prevent exhaustion when you continue to care for your loved one.

A SCORE BETWEEN 20 AND 30: DANGER. If you aren't already exhausted, you are well on the road to becoming so. Guilt, stress, isolation and fatigue are your lot every day. Act now. It's a matter of life.

Call us and simply mention you take care of a loved one.
450-263-4236
R.S.A.B.M.
Prendre soin d'un proche.com

IIa ACTIVITÉS PROCHES AIDANTS EN CONTEXTE INDIVIDUEL

8. BOTTINS DE RESSOURCES POUR LES AIDANTS

Les bottins de ressources sont distribués gratuitement aux personnes aidantes en toute occasion, au moment de l'accueil, lors d'une tournée de sensibilisation ou d'une activité grand public. Ces bottins renseignent sur les organismes et les établissements où l'on doit s'adresser pour obtenir différents services. Ils se présentent sous la forme de feuillet ou de petites brochures. Les bottins sont parfois glissés dans le guide de prévention de l'épuisement.

Exemples de bottin de ressources pour les proches aidants

TITRE ET DESCRIPTION	ORGANISME	RÉGION
<p>• Répertoire de services aux aidants naturels et aux aînés de la MRC de Matane, «Les Cœurs Vaillants» de Matane</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Informations sur l'organisme 2. Services de maintien à domicile 3. Programmes spécifiques aux aidants naturels et numéros d'urgence 4. Gouvernements provincial et fédéral 5. Organismes communautaires et associations 6. Professionnels de la santé <p>Relais Santé utilise aussi le «Guide de services aux personnes âgées-MRC de Matane» réalisé par la Table de concertation des personnes âgées du Bas-Saint-Laurent, 2008, section Aide aux proches aidants</p>	<p>Relais Santé Centre de soutien aux aidants naturels</p>	<p>01-Bas-Saint-Laurent</p>
<p>• La Ressource – Répertoire des ressources communautaires et publiques pour les proches aidants de l'île de Montréal, 2008, 80 p.</p> <p>44 organismes communautaires et 12 CSSS présentés selon 4 catégories d'activités :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Information, sensibilisation et formation 2. Soutien psychosocial 3. Répit 4. Défense des droits 	<p>Regroupement des aidantes et aidants naturels de Montréal</p>	<p>06-Montréal</p>

IIb

Activités « proches aidants »

Contexte de groupe

1. Groupes de soutien en prévention de l'épuisement
2. Groupes de soutien et autres activités pour aidants endeuillés
3. Groupes d'entraide et cafés rencontres thématiques
4. Conférences
5. Ateliers pratiques et de ressourcement
6. Reconnaissance envers les proches aidants
7. Activités sociales, culturelles et festives
8. Réseautage téléphonique et informatique

Iib ACTIVITÉS PROCHEs AIDANTS EN CONTEXTE DE GROUPE

1. GROUPES DE SOUTIEN EN PRÉVENTION DE L'ÉPUISEMENT

Le groupe de soutien rassemble un petit nombre de personnes aidantes – généralement pas plus de douze individus – dans le cadre d'une activité de formation à caractère psychosocial. C'est une occasion d'apprendre et de comprendre sa propre situation tout en sortant de l'isolement. La série d'ateliers est répartie sur six à dix sessions animées par une intervenante de l'organisme ou de l'extérieur. Les participantes et participants s'engagent à suivre la série complète. L'effet collectif de soutien émotionnel est réel. Au terme de la série d'ateliers, les personnes désirant poursuivre leur démarche sont invitées à participer à des groupes d'entraide et à des cafés-rencontres moins formels.

Deux guides d'animation ont été développés au Québec il y a plus de quinze ans : d'une part, le «Programme Coup de main» réalisé par le Département de santé communautaire de l'Hôpital général de Montréal et le DSC du Centre hospitalier de Verdun en 1991, d'autre part, le livre «Prévenir l'épuisement en relation d'aide. Démarche, formation et animation» réalisé par Michelle Arcand et Lorraine Brissette en 1994. Depuis, les intervenantes et intervenants s'inspirent des éléments de l'un ou de l'autre ouvrage pour produire des guides d'animation et des cahiers du participant. Ces multiples variantes sont l'aboutissement d'un travail de terrain. Les intervenantes et intervenants sont conscients du fait que le groupe de soutien axé sur la gestion du stress peut présenter un piège : celui de contribuer à exercer une pression supplémentaire sur la personne aidante en l'incitant à être encore plus performante dans son rôle.

Plusieurs CSSS (CLSC) animent actuellement des groupes de soutien à l'intention des personnes aidantes. L'offre de services est toutefois inégale d'un territoire régional à un autre, et au sein même d'une région donnée. Par ailleurs, plusieurs organismes communautaires ont pris en charge cette activité. 60% des organismes étudiés organisent des groupes de soutien dans le cadre de leurs activités régulières. Les groupes de soutien « réguliers » se déclinent sous différents noms : Mon répit à moi (Québec), Aider sans s'épuiser (trois organismes de la Mauricie), S'aider d'abord (Breakeyville), J'affirme ma vie d'aidant-e naturel-le (L'Assomption), Ressourc'É-MOI (Saint-Hubert), Vivre avec un proche en perte d'autonomie (Granby), Prévenir l'épuisement chez les aidants naturels (Longueuil). Nous présentons ici des groupes de soutien qui abordent des thématiques autres que la prévention générale de l'épuisement des proches aidants.

Exemples de groupe de soutien - autres thématiques

NOM	ORGANISME	RÉGION
<ul style="list-style-type: none">• Accompagnement en fin de vie : sessions de formation adressées aux aidants naturels Cahier de l'animateur préparé par Claire Boucher avec la collaboration de Maryse Beaumier, 2007, 94 p. Ces sessions sont animées par des personnes ressource externes	Regroupement des aidants naturels de la Mauricie	04-Mauricie et Centre-du-Québec
<ul style="list-style-type: none">• Vivre avec un proche atteint de la maladie d'Alzheimer• Prendre soin de nos relations. Prévention et résolution des conflits familiaux Cahier de l'animateur et cahier du participant préparés par Marie-France Laguë et Annie Paradis• Accompagnement d'un proche en fin de vie (voir page suivante) Dispensation d'ateliers de formation à tout intervenant intéressé moyennant des frais	Centre de soutien au réseau familial	16-Montérégie

I**b** ACTIVITÉS PROCHES AIDANTS EN CONTEXTE DE GROUPE

2. GROUPES DE SOUTIEN ET AUTRES ACTIVITÉS POUR AIDANTS ENDEUILLÉS

Les organismes communautaires, surtout les plus anciens parmi ceux dédiés aux proches aidants, observent qu'un nombre de plus en plus grand de personnes ayant participé à la vie associative et aux activités de l'organisme continuent d'y venir après la mort de leur proche ou expriment le besoin d'une forme particulière de soutien pour traverser leur deuil. La mort de leur proche signifie-t-elle la mort de leur identité d'aidant? Rien n'est moins sûr.

Pour aider les gens à passer à travers leur deuil et à se construire de nouveaux points de repère, un certain nombre d'organismes ont commencé à offrir du soutien aux personnes ex-aidantes. Certains organismes proposent des activités ponctuelles comme des sessions d'art thérapie alors que d'autres mettent en place des groupes de soutien et des groupes d'entraide spécifiques. Toutes ces rencontres offrent un lieu de parole et de partage à ces personnes et leur permettent de garder contact entre elles et avec l'organisme.

Exemple de groupe de soutien et autres activités pour aidants endeuillés

TITRE ET DESCRIPTION	ORGANISME	RÉGION
<p>• Groupe de soutien « L'éveil au deuil» Série de 9 ateliers hebdomadaires montés et animés par la coordonnatrice</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Les 5 étapes du deuil : déni, désorganisation, réorganisation/réappropriation de sa vie, transformation et guérison 2. Le corps en deuil 3-4. Les émotions reliées au deuil 5-6. Refaire l'histoire de la relation avec la personne qui n'est plus 7. L'âme en deuil, bouleversement des croyances 8. Transformation de soi et de ses rapports aux autres 9. Fin du deuil et rituel <p>Également dans la région, le Regroupement des aidants naturels de la Mauricie organise le groupe de soutien «Vivre un deuil et grandir», animé par une personne-ressource externe. L'Association des personnes aidantes naturelles de Mékinac anime le groupe « Mieux vivre son deuil ».</p>	Association des aidantes et aidants naturels du bassin de Maskinongé	04-Mauricie et Centre-du-Québec
<p>• Art thérapie pour personnes aidantes endeuillées</p>	Regroupement des personnes aidantes naturelles du Rouyn-Noranda régional	08-Abitibi-Témiscamingue

Exemples de groupe de soutien et autres activités pour aidants endeuillés		
TITRE ET DESCRIPTION	ORGANISME	RÉGION
<ul style="list-style-type: none"> • Groupe de soutien pour aidants endeuillés Série de 5 ateliers coanimés par la coordonnatrice et une bénévole de l'organisme d'accompagnement en fin de vie <ol style="list-style-type: none"> 1. Prendre conscience que le deuil est à la fois unique et universel 2. Expression des émotions 3. Refaire l'histoire, souvenirs 4. Âme en deuil, rapports aux autres 5. Entre espoir et ?. Évaluation, rituel • Suivi de deuil • Retrouvailles annuelles des ex-personnes aidantes : une quarantaine de participantes et participants 	Regroupement des personnes aidantes de Lotbinière en collaboration avec Présence Lotbinière	12-Chaudière-Appalaches
<ul style="list-style-type: none"> • Rencontres mensuelles de socialisation et d'échange pour ex-aidants «Les Apprentis Sages» 	Association des familles soutien des aînés de Saint-Hubert	16-Montérégie
<ul style="list-style-type: none"> • Groupe de soutien pour aidants endeuillés Série de 10 ateliers hebdomadaires animés par une intervenante de l'organisme <ol style="list-style-type: none"> 1. La perte que je vis 2. La souffrance 3. La guérison 4. La colère 5. La culpabilité et l'idéalisation 6. Découvrir un sens à ma perte 7. Le pardon 8. Faire mes au revoir 9. Faire de ma mémoire un outil de bonheur 10. Le bilan <p>Conception du Guide de l'animateur et journal de bord du participant. 2004, revu et corrigé en 2008</p> • Club des ex-aidants 	Centre de soutien au réseau familial – Granby	16-Montérégie

Iib ACTIVITÉS PROCHES AIDANTS EN CONTEXTE DE GROUPE

3. GROUPES D'ENTRAIDE ET CAFÉS-RENCONTRES THÉMATIQUES

Une variété de rencontres informelles d'échange et de partage sont proposées aux personnes aidantes. Les groupes d'entraide se présentent sous la forme de rencontres thématiques autour d'un café ou d'un repas. Ils proposent une formule mitoyenne entre les groupes de soutien et les activités récréatives. Qu'importe leur nom, l'essentiel consiste à se rencontrer dans un cadre informel, moins encadré que les groupes de soutien.

Café-rencontre, dîner-partage, déjeuner-échange, café-atelier thématique, souper avec conférence, déjeuner-rencontre, après-midi Portes ouvertes, souper-rencontre, groupe d'entraide, causerie potluck, autant de dénominations pour désigner ces rencontres de personnes aidantes, organisées avec une ou plusieurs personnes de l'équipe, souvent avec la contribution de personnes-ressources invitées et de personnes bénévoles. Un dîner-rencontre intergénérationnel avec la présence d'enfants d'un centre de la petite enfance est même organisé (AFSAS). Ces événements prennent place sur une base régulière, souvent mensuelle. Nous présentons ici quelques-uns des thèmes abordés par des organismes lors de ces rencontres.

Exemples de thèmes abordés lors des rencontres

TITRE	ORGANISME	RÉGION
<ul style="list-style-type: none"> • La Curatelle publique • Les aidants et l'impôt • Un salaire pour les aidants ? • Les pouvoirs de la communication 	Les Aidants naturels de Charlesbourg	03-Capitale Nationale
<ul style="list-style-type: none"> • Le bonheur, c'est aussi pour moi • Amener un changement • Écoute-moi, je te parle • Testament, mandat et règlement d'une succession 	Association des aidantes et aidants naturels du bassin de Maskinongé	04-Mauricie et Centre-du-Québec
<ul style="list-style-type: none"> • De la médication à la dépendance • Le rêve comme outil de connaissance de soi • Le suicide : comprendre pour mieux réagir 	Réseau d'amis de Sherbrooke, Regroupement des aidantes et aidants naturels de Sherbrooke	05-Estrie
<ul style="list-style-type: none"> • Les aidants naturels entre dévouement et sacrifice • Visionnement du DVD sur la pièce de théâtre «Le ras-le-bol» 	Regroupement des personnes aidantes naturelles du Rouyn-Noranda régional	08-Abitibi-Témiscamingue
<ul style="list-style-type: none"> • Vini'Yoga : importance de la respiration • Programmes d'aide financière • L'hébergement d'un proche • L'estime de soi • Le besoin de répit et les services de la Coopérative • Le besoin d'une relation significative • Stimul'Action • La rigolothérapie 	Regroupement des personnes aidantes de Lotbinière	12-Chaudière-Appalaches

Exemples de thèmes abordés lors des rencontres

TITRE	ORGANISME	RÉGION
<ul style="list-style-type: none"> • La colère, un frein ou un levier pour avancer dans la vie • La solitude et l'isolement, les maux se ressemblent mais l'état est différent • L'humour dans nos vies de personnes aidantes, c'est possible et surtout souhaitable • Empowerment : prendre du pouvoir sur sa vie • Les personnes aidantes et les limites de la tolérance • La culpabilisation et la manipulation, une roue sans fin • Les pensées paralysantes et les pensées aidantes, un choix simple et pourtant... • Vivre de petits et grands deuils, des défis à ma capacité d'adaptation • Moi stressée... peut-être • Il n'est jamais trop de bonne heure pour le bonheur 	Association lavalloise des proches aidants	13-Laval
<ul style="list-style-type: none"> • Mes droits, mes priorités • Patience, on se calme ! • La pensée positive • Chanson significative 	Association des familles soutien des aînés de Saint-Hubert	16-Montérégie
<ul style="list-style-type: none"> • Les relations interpersonnelles • Êtes-vous vacciné contre la culpabilité? 	Centre de soutien au réseau familial	16-Montérégie



Une collaboration solide pour mieux s'entraider !



Centre de santé et de services sociaux
d'Ahuntsic et Montréal-Nord



Rencontre mensuelle pour les aidants

Chaque deuxième lundi du mois
de 13 h 30 à 16 h

Dans les locaux du Centre de santé
et de services sociaux
CLSC de Montréal-Nord
11 441, boul. Lacordaire
Montréal-Nord, Québec, H1G 4J9

Pour de plus amples renseignements :
Mme Lucienne Forget, présidente du
Groupe d'entraide Alzheimer de Montréal-Nord
☎ 450 975-9373

Pour tout besoin d'aide ou d'information :
Centre de santé et de services sociaux
d'Ahuntsic et Montréal-Nord
CLSC de Montréal-Nord
☎ 514 384-2000
Demander l'accueil psychosocial

Dernière mise à jour : 18 mars 2009

Dépliant promotionnel

Groupe d'entraide Alzheimer de Montréal-Nord

Groupe d'entraide mensuel animé par une personne
ressource ou par la travailleuse sociale du CLSC

IIb ACTIVITÉS PROCHES AIDANTS EN CONTEXTE DE GROUPE

4. CONFÉRENCES

Les conférences servent d'abord à informer et à ouvrir des perspectives nouvelles pour les personnes aidantes. Elles sont généralement ouvertes au grand public. Ces activités sont une occasion de sensibiliser l'opinion publique bien que ce ne soit pas là leur but premier.

Exemples de conférences prononcées par des personnes ressources externes

TITRE	ORGANISME	RÉGION
<ul style="list-style-type: none"> • Sexualité et vieillissement • Trucs pour favoriser un bon sommeil • Fiscalité et sécurité de vieillesse • Gestion du stress et de l'anxiété 	Association des aidantes et aidants naturels du bassin de Maskinongé	04-Mauricie et Centre-du-Québec
<ul style="list-style-type: none"> • Parents d'enfants ayant des besoins particuliers • S'énergiser pour mieux s'entraider, Dr. G. Lapointe 	Réseau d'amis de Sherbrooke, Regroupement des aidantes et aidants naturels de Sherbrooke	05-Estrie
<ul style="list-style-type: none"> • Comment aider les autres sans décharger sa batterie, Denyse Gaouette 	Table de concertation des aînés de Memphrémagog, Réseau des proches aidants	05-Estrie
<ul style="list-style-type: none"> • Hommage à la vie, Marguerite Lescop • La sécurité à la maison • Ma philosophie face aux déceptions • Les peurs 	Groupe des aidants de LaSalle	06-Montréal
<ul style="list-style-type: none"> • La réalité sociale et spirituelle des malades, Raymond Lemieux 	Regroupement des personnes aidantes naturelles du Rouyn-Noranda régional	08-Abitibi-Témiscamingue
<ul style="list-style-type: none"> • Santé globale, Dr. G. Lapointe 	Regroupement des personnes aidantes de Lotbinière	12-Chaudière-Appalaches
<ul style="list-style-type: none"> • Comment retrouver sa passion de vivre?, André Harvey • Miser sur ma valeur, Marie Bérubé 	Lien-Partage	12-Chaudière-Appalaches

TITRE	ORGANISME	RÉGION
<ul style="list-style-type: none"> • La condition féminine et les aidantes, Chantal Vézina • Les émotions vécues par les aidants, Normand Aubé • Lâcher prise, Yvon Boutin • La tolérance, Normand Aubé • La culpabilité, Normand Aubé • La communication et son impact, Julie Gravel • Mécanisme de plainte pour un service de santé, Guy-A Guinard, Commissaire aux plaintes 	Coop SORE des Pays-d'en-haut	15-Laurentides

IIb ACTIVITÉS PROCHES AIDANTS EN CONTEXTE DE GROUPE

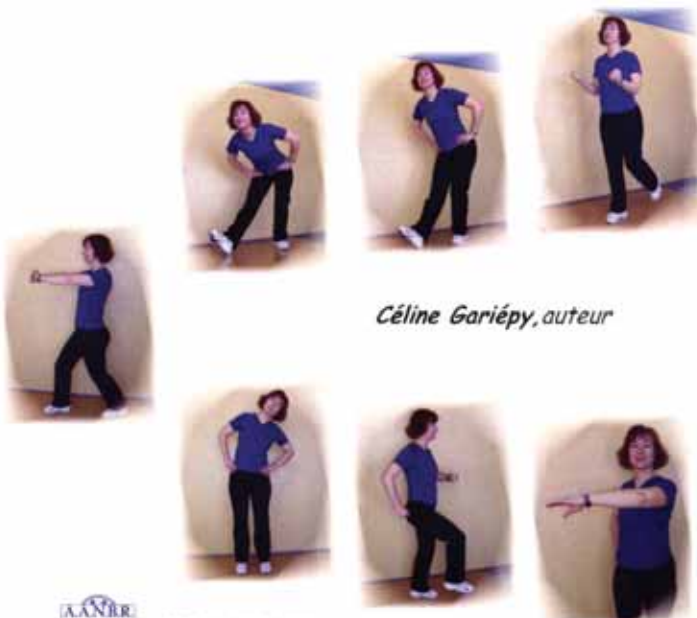
5. ATELIERS PRATIQUES ET DE RESSOURCEMENT

Les organismes offrent d'autres activités de formation, celles-ci en dehors de la réalité habituelle des proches aidants. Le but est de prendre contact avec soi-même tout en pratiquant une activité physique, ludique, pratique, artistique ou autre. Certaines de ces formations s'adressent autant aux employés et aux bénévoles qu'aux personnes aidantes.

Exemples d'ateliers pratiques et de ressourcement

NOM	ORGANISME	RÉGION
<ul style="list-style-type: none"> • Session de Tai Chi 	Association des aidantes et aidants naturels du bassin Maskinongé	04-Mauricie et Centre-du-Québec
<ul style="list-style-type: none"> • Atelier de théâtre et création collective : «Les chuchotements de l'âme» (Voir trouvaille 7) • Atelier d'arts visuels 	Regroupement des aidantes et aidants naturels de Montréal	06-Montréal
<ul style="list-style-type: none"> • Creative connections : ateliers d'arts visuels et d'écriture créative 	English Coalition of Caregivers of Montreal	06-Montréal
<ul style="list-style-type: none"> • Atelier d'art thérapie • Atelier d'écriture • Atelier de musicothérapie • Programmation neurolinguistique • Thérapie par le rire 	Regroupement des personnes aidantes naturelles du Rouyn-Noranda régional	08-Abitibi-Témiscamingue
<ul style="list-style-type: none"> • Séances de «répit massage» 	Association des aidants naturels de la Côte-Nord	09-Côte-Nord
<ul style="list-style-type: none"> • Atelier de ViniYoga • Atelier d'art 	Service d'entraide de Breakeyville, Service de soutien aux proches aidants Lévis et Saint-Lambert	12- Chaudière-Appalaches
<ul style="list-style-type: none"> • Atelier d'écriture • Atelier d'art dramatique • Atelier de musicothérapie 	Association lavalloise des personnes aidantes	13-Laval
<ul style="list-style-type: none"> • Festiv'Arts : atelier de création et expo-vente d'œuvres réalisées par des personnes aidantes 	Action services aux aidants de parents âgés de Longueuil	16-Montérégie
<ul style="list-style-type: none"> • Journée découverte (aromathérapie, rire pour la santé) • Atelier Qi Kong • Atelier d'art • Petit moment de détente • Massothérapie 	Regroupement Soutien aux aidants Brome Missisquoi	16-Montérégie
<ul style="list-style-type: none"> • Atelier de gymnastique douce • Muscler vos méninges 	Association des Aidantes et Aidants du Bas-Richelieu	16-Montérégie

Guide pédagogique de gymnastique douce



Céline Gariépy, auteur



ASSOCIATION DES
AIDANTS(ES) NATURELS(LES)
DU BAS-RICHELIEU

ÉDITION 2005 TOME I

Guide pédagogique
de gymnastique douce
Association des aidants (es)
naturels (les) du Bas-Richelieu



Trouvaille 3

Cuisine collective des proches-aidant(e)s

Objectif : Préparer des repas dans le cadre d'une cuisine collective pour faciliter la vie des personnes aidantes, développer l'autonomie des hommes aidants en matière d'art culinaire.

Description : Des bénévoles ex-aidantes enseignent aux hommes aidants des recettes simples et savoureuses. À la fin de la journée, les participants repartent avec 5 plats principaux pour deux personnes. Pendant cette activité, les conjointes des aidants sont accompagnées par des bénévoles de la Coop de services à domicile et participent aux activités du Centre de jour du CLSC. Coût : 10\$/semaine par personne.

Organisme : Initiative de la Coopérative de Solidarité, de Répit et d'Entraide pour proches-aidants (es) des Pays-d'en-Haut.

Affiche promotionnelle
Cuisine collective des proches-aidant(e)s
Coop SORE

GARDE-MANGER
DES PAYS-D'EN-HAUT
Centre de distribution alimentaire

Coopérative de
Solidarité, de
Répit et d'Entraide
pour proches-aidant(e)s
des
Pays-d'en-Haut

Cuisine collective des proches-aidant(e)s

Le Garde-Manger des Pays-d'en-Haut en collaboration avec la Coop SORE permettent aux proches-aidant(e)s de la MRC des Pays-d'en-Haut de se réunir pour réaliser des repas dans le cadre d'une cuisine collective, pendant que la personne en perte d'autonomie dont ils ont soin participe à une activité.

En plus de réaliser des plats sains et peu coûteux, la journée au sein de la cuisine collective est également un moment de répit, permettant d'échanger avec des participants vivant des situations similaires.

Pour la modique somme de \$10,00/semaine par personne, les participants réalisent ensemble cinq recettes qu'ils se divisent à la fin de la journée.

Trouvaille 4

Camps-répît en musicothérapie

Objectif : Faire partager des moments de ressourcement aux aidants et aux aidés.

Description : Quatre camps-répît sont organisés au cours de l'année, un par saison, avec pour thème central LA MUSIQUE! Des duos aidants-aidés y viennent recharger leurs batteries. Le camp est conçu d'abord et avant tout pour répondre au besoin de répît de la personne aidante. À tout moment de la journée, elle peut se retirer des activités pour se reposer. Une personne-ressource prend soin de son proche. Entre 18 et 40 personnes par session ont pris part à ces camps musicaux d'une durée de deux jours. Coût : 60\$ pour les deux jours.

Organisme : Initiative de la Coopérative de Solidarité, de Répît et d'Entraide pour proches-aidants (es) des Pays-d'en-Haut.

Affiche promotionnelle
Camps-répît en musicothérapie
Coop SORE



CAMPS - RÉPÎT
En Musicothérapie

Pour AIDANTS, AIDANTES et leurs AIDÉ(E)S

20 et 21 Mai 2008

Au Camp CAMMAC à Harrington

Transport à partir du CLSC de Morin Heights

Information et inscription : Claire Lefebvre (450) 226-2466

Organisé par la Coop SORE en collaboration avec le CSSS, l'Entraide Bénévole, La Société Alzheimer
Avec la participation financière du Programme Nouveaux Horizons du Gouvernement Fédéral

COOP SORE
Coopérative de Solidarité, de Répît et d'Entraide
Pour proches-aidant(e)s des Pays-d'en-Haut.
Morin Heights, (Qc), Case Postale 2493
Tél : (450) 226-2466 Télécopieur : (450) 226-2211
Courriel : sore@cgocable.ca

IIb ACTIVITÉS PROCHES AIDANTS EN CONTEXTE DE GROUPE

6. RECONNAISSANCE ENVERS LES PROCHES AIDANTS

La plupart des organismes organisent des activités de reconnaissance en hommage aux proches aidants, surtout depuis l'officialisation de la Semaine nationale des proches aidants en 2007. Cet événement constitue une occasion de souligner l'importance de la contribution des personnes aidantes à la collectivité. Le RANQ et ses organismes membres travaillent à faire reconnaître le statut social de l'aidant.

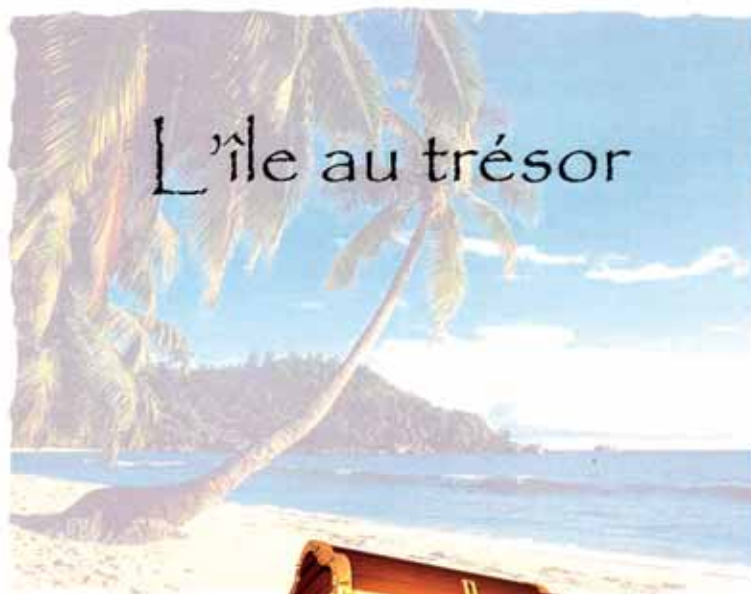
Exemples d'activités de reconnaissance en faveur des personnes aidantes

TITRE	ORGANISME	RÉGION
<ul style="list-style-type: none"> • Rencontres et échanges entres aidants : ateliers, musique, prix de présence sous une présidence d'honneur, avec la Table de concertation des organismes communautaires, secteur personnes âgées de Sherbrooke 	Réseau d'amis de Sherbrooke, Regroupement des aidantes et aidants naturels de Sherbrooke	05-Estrie
<ul style="list-style-type: none"> • Journée hommage aux aidants 	Association bénévole Beauce-Sartigan	12-Chaudière-Appalaches
Depuis 2008, organisation conjointe d'une Journée de ressourcement pour les proches aidants du territoire du Grand Littoral Thèmes : <ul style="list-style-type: none"> • J'ouvre grand mes ailes!, 2008 • Communiquer pour créer des ponts, 2009 • Donner un sens à l'accompagnement, 2010 (en préparation) 	<ul style="list-style-type: none"> • Regroupement des personnes aidantes de Lotbinière • Regroupement des proches aidants de Bellechasse • Service d'entraide de Breakeyville, Service de soutien aux proches aidants Lévis et Saint-Lambert • Lien Partage 	12-Chaudière-Appalaches
<ul style="list-style-type: none"> • Brunch des proches aidants 	En collaboration : Association volontaire Amiante et CAB Beaulac-Garthby	12-Chaudière-Appalaches
<ul style="list-style-type: none"> • É'MOI- Journée de reconnaissance des aidants naturels de la Montérégie 	Association des familles soutien des aînés de Saint-Hubert	16-Montérégie
<ul style="list-style-type: none"> • Hommage à l'aidant au grand cœur 	Centre de soutien au réseau familial	16-Montérégie
<ul style="list-style-type: none"> • Massages, soins de la peau, bons d'achat 	Regroupement Soutien aux aidants Brome-Missisquoi	16-Montérégie
<ul style="list-style-type: none"> • Journée des proches aidants du Sud-ouest «Une journée d'antan» 	Participation des Aidants naturels du Haut-Saint-Laurent à l'événement organisé par le CAB de Valleyfield	16-Montérégie

Brochure à l'intention du participant
É'MOI- Journée de reconnaissance des
aidants naturels de la Montérégie, 2008
Association des familles soutien des
aînés de Saint-Hubert

« É-MOI »
Journée de reconnaissance des aidants naturels de la Montérégie

Samedi 8 novembre 2008



ATELIER-ÉCHANGE
Document complémentaire

© Association des familles soutien des aînés de Saint-Hubert (AFSAS)

COMMUNIQUER POUR CRÉER DES PONTS

Journée de ressourcement
pour les proches aidants

Programme de la journée



ORGANISÉE PAR :



Programme de la Journée de
ressourcement pour les proches aidants
Comité des proches aidants
du Grand Littoral, 2009

Programme de la journée

- 8 h 30** Accueil et inscription
- 9 h 00** Mot de bienvenue
L'animatrice de la journée :
Madame Michèle Tardif, organisatrice communautaire
- 9 h 10** **La communication non verbale**
Monsieur Guy Bilodeau, diplômé en sociologie et en psychologie
- 10 h 45** Pause café
- 11 h 10** **La relaxation dans le mouvement**
Monsieur Mario Veillette, enseignant et chorégraphe
- 11 h 45** **Dîner** (Deux choix de menu)
- 13 h 15** **Maux à Mots : « Parler pour moins souffrir »**
Madame Marise Bellavance, t.s. CLSC de Laurier-Station
- 14 h 00** **Atelier sur la communication**
- 15 h 00** Retour en grand groupe
- 15 h 30** Clôture de la journée

IIb ACTIVITÉS PROCHES AIDANTS EN CONTEXTE DE GROUPE

7. ACTIVITÉS SOCIALES, CULTURELLES ET FESTIVES

On met de côté les obligations et on prend une pause : c'est jour de fête ! On crée l'occasion de changer d'atmosphère dans un décor inhabituel.

Exemples d'activités sociales, culturelles et festives

NOM	ORGANISME	RÉGION
<ul style="list-style-type: none">• Visite des Jardins de Métis• Pique-nique	Relais Santé, Centre de soutien aux aidants naturels de Matane	01-Bas-Saint-Laurent
<ul style="list-style-type: none">• Quilles• Sortie au Musée de la Culture populaire de Trois-Rivières	Regroupement des aidants et aidantes naturels du bassin de Maskinongé	04-Mauricie et Centre-du-Québec
<ul style="list-style-type: none">• Souper annuel aidants-aidés• Dîner Saint-Valentin aidant-aidé• Dîner aidant-aidé de l'AGA• Petits voyages	Regroupement des personnes aidantes de Lotbinière	12-Chaudière-Appalaches
<ul style="list-style-type: none">• Croisière sur la rivière des Mille-Îles• Dîner dansant de Noël• Cinéma pop-corn• Souper spectacle à un théâtre d'été• Sortie au jardin botanique de Montréal• Dîner gastronomique	Association lavalloise des personnes aidantes	13-Laval
<ul style="list-style-type: none">• Carnaval des Aidants naturels	Les Aidants naturels du Haut-Saint-Laurent	16-Montérégie
<ul style="list-style-type: none">• Repas de Noël, Saint-Valentin, cabane à sucre, épiluchette de blé d'Inde	La plupart des organismes	

IIb ACTIVITÉS PROCHES AIDANTS EN CONTEXTE DE GROUPE

8. RÉSEAUTAGE TÉLÉPHONIQUE ET INFORMATIQUE

Le réseautage électronique recourt à l'expression écrite et à l'informatique. La communication par courriel en temps réel avec un groupe de destinataires valorise le contenu et place en sourdine l'aspect émotif, davantage présent dans le réseautage téléphonique. De nombreux organismes communautaires participent aux ateliers téléphoniques du Réseau entre-aidants du CSSS Cavendish.

Exemples de réseautage téléphonique et informatique

TITRE	ORGANISME	RÉGION
Animation de deux ateliers téléphoniques du Réseau Entre-aidants <ul style="list-style-type: none">• Les proches aidants ont aussi des droits, novembre 2009• Mesures fiscales pour les personnes aidantes et aidées, mars 2010, 70 participants à travers le Québec. Animation : Ruth Rose	Regroupement des aidantes et aidants naturels de Montréal	06-Montréal
<ul style="list-style-type: none">• Participation à l'atelier téléphonique du Réseau entre-aidants « Une nouvelle génération de proches aidants, les baby-boomers. Comment pouvons-nous y répondre en ayant une longueur d'avance? ». Conférenciers : Nancy Guberman et Jean-Pierre Lavoie	Plusieurs organismes membres du RANQ	
<ul style="list-style-type: none">• Réseautage virtuel - Jasette électronique «Care chat»	Megantic English-Speaking Community Development Corporation	12-Chaudière-Appalaches

Trouvaille 5

Réseau entre-aidants / Care-ring Voice Network

Objectif : Fournir aux familles qui prennent soin d'un proche malade un accès facile et gratuit à de l'information et à du soutien à distance, par le moyen du téléphone.

Description : Le Réseau entre-aidants, initié en 2004, est le résultat d'un partenariat entre le CSSS Cavendish et d'une vingtaine d'organismes communautaires. Il offre un programme d'ateliers téléphoniques gratuit, bilingue et confidentiel. Par le moyen de téléconférences, le Réseau entre-aidants développe un espace virtuel dans lequel les proches aidants peuvent partager leur expérience de personnes vivant une situation analogue. À ce jour, le Réseau a offert plus de 200 téléconférences et aidé quelque 10 000 familles par des groupes-rencontres téléphoniques.

Exemples d'ateliers téléphoniques :

- Les pensées paralysantes et les pensées aidantes, présenté par la Société Canadienne de la sclérose en plaques
- Droits, libertés et responsabilités de la personne en fin de vie, présenté par Dystrophie musculaire Canada
- Schizophrénie : ce que les médecins savent, ce que vous devriez savoir, présenté par AMI-Québec
- Survivre à l'Alzheimer, présenté par la Société Alzheimer de l'Outaouais québécois
- Ai-je le droit de pleurer ? Accroître le bien-être des proches aidants grâce à un counseling efficace, présenté par Marjorie Silverman, Centre de soutien aux aidants, CSSS Cavendish

Inscription obligatoire par Internet au www.reseauentreaidants.com ou à la ligne 1-866-396-2433.

Le Réseau entre-aidants a également organisé une campagne de marketing social « Pas des superhéros » à l'occasion de la Semaine nationale des proches aidants en 2009.

Organisme : Le Réseau entre-aidants est géré par le Centre de soutien aux aidants naturels du CSSS Cavendish.

Carte promotionnelle du Réseau entre-aidants
Centre de soutien aux aidants naturels CSSS Cavendish

COMMENT UN TÉLÉPHONE ORDINAIRE, PEUT RENDRE DES VIES EXTRAORDINAIRES.



Êtes-vous un proche-aidant?

Est-ce que vous prenez soin d'un proche ou d'un ami qui a un problème de santé? Est-ce que les soins que vous apportez affectent votre vie sociale, votre santé, vos relations, votre travail, et/ou vos finances?

Le Réseau entre-aidants est un regroupement d'organismes communautaires et à but non-lucratif qui travaillent ensemble afin d'offrir de l'information et du soutien aux proches-aidants à travers des ateliers téléphoniques gratuits.

Venez nous visiter au reseauentreaidants.com
ou appelez au **1-866-396-2433**

Projet développé par
Le Centre de soutien aux aidants naturels du
Centre de santé et service sociaux
Cavendish
Centre affilié universitaire

III Action collective dans le milieu

1. Sensibilisation et mobilisation
2. Promotion et défense de droits
3. Recherche
4. Concertation et partenariat

III ACTION COLLECTIVE DANS LE MILIEU

1. SENSIBILISATION ET MOBILISATION

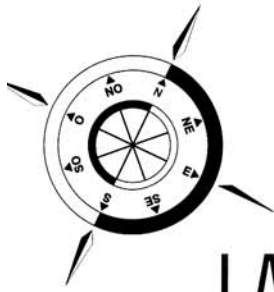
Les organismes communautaires manifestent la présence et la réalité des proches aidants dans leur milieu. Par leurs activités de sensibilisation, ils favorisent l'émergence de nouvelles solidarités autour du soutien des personnes aidantes dans la région. En étant une source de référence auprès des intervenants sociaux, des instances publiques et des médias, les organismes contribuent à développer la sensibilité de l'opinion publique à la situation des proches aidants, et la sensibilité des personnes aidantes à leur propre réalité. Un tel programme s'inscrit forcément dans une stratégie à long terme de soutien communautaire à la personne.

Des tournées de sensibilisation sont entreprises dans chacun des milieux, la plupart du temps à l'aide d'outils produits localement. Des intervenantes prennent la parole et donnent des conférences. Des colloques et des forums d'envergure locale, régionale et même nationale sont préparés à l'initiative des organismes communautaires. Des événements artistiques sont montés et produits par les organismes, avec la participation d'aidantes et d'aidants, et aussi parfois d'artistes connus. La Semaine nationale des proches aidants, initiée en 2003 par le Réseau des professionnels pour les proches aidants et officialisée en 2007 par l'Assemblée nationale, vient donner un souffle nouveau aux actions de sensibilisation entreprises par les organismes. Elle amplifie leur visibilité médiatique afin de reconnaître et d'honorer les proches aidants.

Enfin, même les activités d'autofinancement menées par les organismes ont un impact qui va bien au-delà de la levée de fonds. De la vente de tirelires « petits cochons » au spectacle bénéfique, tous ces événements contribuent à attirer l'attention de l'opinion publique sur les réalités vécues par les proches aidants.

A. Exemples d'actions générales de sensibilisation et de mobilisation

NOM	ORGANISME	RÉGION
<ul style="list-style-type: none">Mobilisation des organismes dans le Comité proches aidants, Chantier sur l'adaptation des services pour améliorer les conditions de vie des personnes âgées du Bas-Saint-Laurent. Création d'une instance de concertation régionale spécifique aux proches aidants	Relais Santé, Centre de soutien aux aidants naturels de Matane	01-Bas-Saint-Laurent
<ul style="list-style-type: none">Rencontres de sensibilisation avec les équipes de zone du CSSS-IUGS en soutien à domicile	Réseau d'amis de Sherbrooke, Regroupement des aidantes et aidants naturels de Sherbrooke	05-Estrie
<ul style="list-style-type: none">Campagne d'information populaire à l'aide du feuillet sur les ressources pour les proches : Je reprends mon souffle ! I catch my breath	Table de concertation des aînés de Memphrémagog, Réseau des proches aidants	05-Estrie
<ul style="list-style-type: none">Tournée de sensibilisation et de formation auprès des groupes d'entraide montréalais à l'aide des premières publications du RAANM, dès 1996 : L'Envol, L'Entourage, La roue de secoursOrganisation d'une Journée régionale de réflexion des personnes aidantes «Au cœur de l'aide, au cœur du changement», 1998. Rapport de la Journée, 1999, 40 p.	Regroupement des aidantes et aidants naturels de Montréal	06-Montréal



LA BOUSSOLE

Pour ne pas la perdre quand on s'occupe d'un proche

DOMICILE
TRANSPORT
HÔPITAL
HÉBERGEMENT
IMPÔTS
DROITS
INAPTITUDE
TRAVAIL
FIN DE VIE
FAMILLE
RECOURS
AUTONOMIE
VIRAGE
MALADIE
ÉQUIPEMENT
AIDES
PROTECTION
SOINS
SÉCURITÉ
DÉCÈS
PLAINTES
FUNÉRAILLES
COÛTS
CURATEUR
AMBULANCE

GUIDE DES DROITS, DES SERVICES ET DES RESSOURCES



La Boussole
Pour ne pas la perdre quand on
s'occupe d'un proche, 2004
Regroupement des aidantes et
aidants naturels de Montréal



Service de soutien
aux proches **aidants**
Lévis et Saint-Lambert

Tournée de sensibilisation
pour les groupes, les organismes, les clubs sociaux, etc.

*Mieux connaître le rôle
de proche aidant*

Parce que vous voulez mieux connaître
les
proches aidants ...

Nous sommes là pour vous:

(418) 832-1671

Feuillet de promotion pour la tournée de sensibilisation
Mieux connaître le rôle de proche aidant
Service d'entraide de Breakeyville
Service de soutien aux proches aidants
Lévis et Saint-Lambert

A. Exemples d'actions générales de sensibilisation et de mobilisation (suite)		
NOM	ORGANISME	RÉGION
<ul style="list-style-type: none"> • Diffusion de <i>La Boussole. Pour ne pas la perdre quand on s'occupe d'un proche</i>, et du Manifeste des proches aidants lors d'événements publics et auprès des groupes et organismes • Tournée de sensibilisation sur les réalités des aidants à l'aide de la vidéo «Les échos des « Chuchotements de l'âme » et d'une exposition itinérante d'œuvres d'art, 2007. Présentation lors du «Festival of International Conferences on Caregiving, Disability, and Technology», Toronto, 2007 • Tournée de sensibilisation sur l'appauvrissement des aidants, 2008 à l'aide d'un document de réflexion et d'un outil d'animation inspiré du jeu Serpents et échelles 	Regroupement des aidantes et aidants naturels de Montréal	06-Montréal
<ul style="list-style-type: none"> • Salon des ressources pour proches aidants • Promotion de l'organisme à travers l'Abitibi-Témiscamingue suite à des demandes de groupes de La Sarre, du Témiscamingue et de Val-d'Or • Représentations auprès du CSSS Rouyn-Noranda pour obtenir un groupe de soutien 	Regroupement des personnes aidantes naturelles du Rouyn-Noranda régional	08-Abitibi-Témiscamingue
<ul style="list-style-type: none"> • Mobilisation des organismes et des individus afin de mettre sur pied une ressource de proches aidants sur la Côte-Nord. Création de l'organisme à la suite des appuis obtenus au moyen d'une pétition ayant circulé sur le territoire. Appui majeur de l'Association de la fibromyalgie et fatigue chronique Haute-Côte-Nord-Manicouagan 	Association des aidants naturels de la Côte-Nord	09-Côte-Nord
<ul style="list-style-type: none"> • Présentation et visionnement du DVD <i>Prendre soin de moi tout en prenant soin de l'autre</i> : témoignage de personnes aidantes de Bellechasse, 2003, 26 min. Dans le cadre d'activités de sensibilisation pour favoriser l'autoreconnaissance des aidantes et aidants 	Regroupement des proches aidants de Bellechasse	12-Chaudière-Appalaches
<ul style="list-style-type: none"> • Tournée de sensibilisation dans les groupes et clubs sociaux : présentation d'un diaporama sur le thème «Mieux connaître le rôle d'un proche aidant» 	Service d'entraide de Breakeyville	12-Chaudière-Appalaches
<ul style="list-style-type: none"> • Campagne nationale de marketing social «Pas des superhéros» (2009). Initiée par le Réseau entre-aidants et soutenue par le RPPA. www.pasdessuperheros.com Plusieurs organismes participent à la campagne et diffusent localement le matériel visuel et audio visuel 	Réseau entre-aidants	06-Montréal

Trouvaille 6

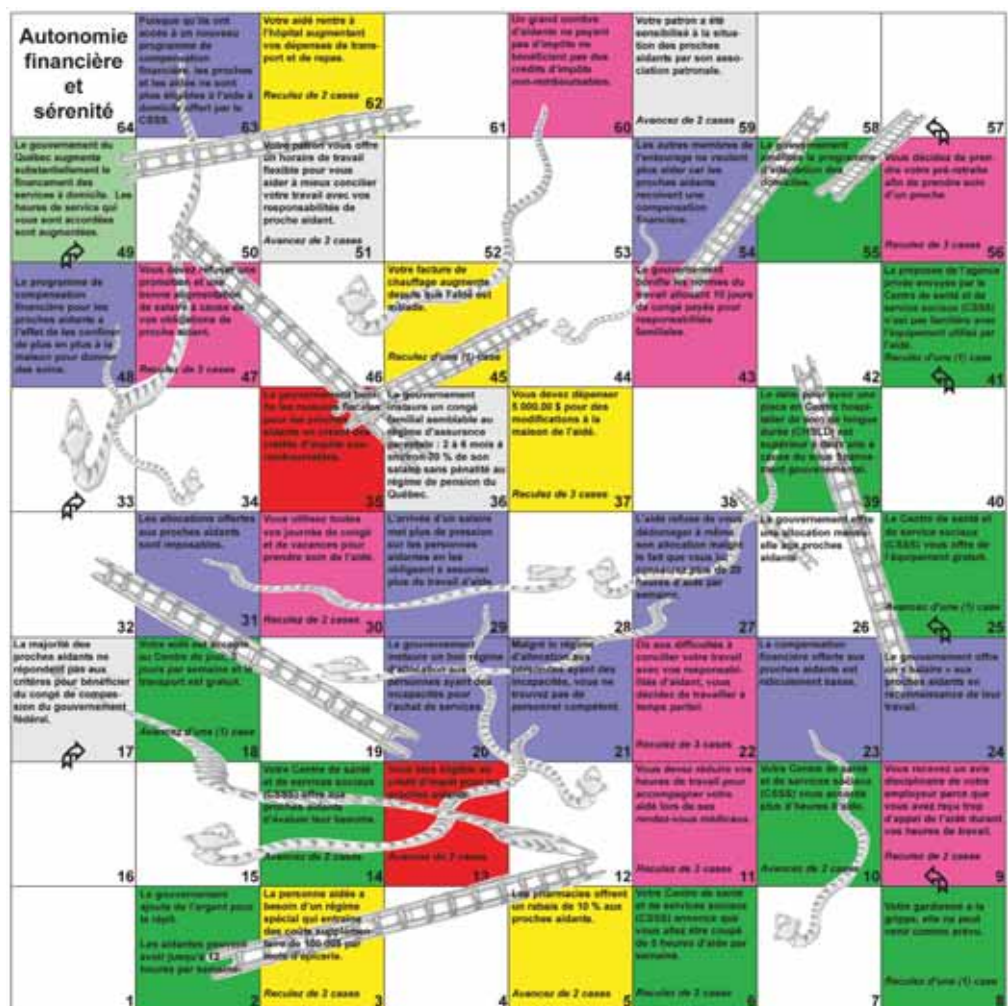
Jeu de sensibilisation « Serpents et échelles » Autonomie financière et sérénité

Objectif : Favoriser la réflexion des proches aidants sur les enjeux financiers relatifs à leur situation.

Description : Dans ce jeu, on évoque les difficultés reliées aux coûts financiers engendrés par le fait d'être une personne aidante. On suggère aussi des pistes de solution. Des cases de couleur identifient les embûches et les solutions envisagées. Cases vertes : changements survenus dans l'offre de services sociaux et de santé. Cases jaunes : dépenses directes liées à l'aide assumée. Cases roses : impacts sur l'emploi. Cases grises : mesures pouvant atténuer les impacts négatifs. Cases mauves : mesures fiscales prévues pour contrer l'appauvrissement des proches aidants, aspects positifs et négatifs des mesures compensatoires gouvernementales.

Organisme : Le Regroupement des aidantes et aidants naturels de Montréal a mis au point ce jeu dans le cadre d'une réflexion menée sur l'appauvrissement des proches aidants. Le jeu fut utilisé lors d'une tournée de sensibilisation des groupes et organismes de Montréal en 2007.

Jeu Autonomie financière et sérénité
Regroupement des aidantes et aidants
naturels de Montréal, 2007



B. Exemples de colloques, forums et symposium		
NOM	ORGANISME	RÉGION
<ul style="list-style-type: none"> • Organisation du colloque régional des proches aidants «Pour aider, j'ai besoin d'aide», Matane, 2006, Actes du colloque, 2007, 21 p. 	Relais Santé, Centre de soutien aux aidants naturels de Matane	01-Bas-Saint-Laurent
<ul style="list-style-type: none"> • Participation au Colloque organisé par la Table de concertation des groupes de femmes, Récif 02, sur la réalité des proches aidantes «Proches aidantes... au-delà de la vertu... passer aux actes», 2003 • Organisation d'un colloque régional pour les proches aidants, 2005 	Centre d'Action Bénévole du Lac	02-Saguenay-Lac-Saint-Jean
<ul style="list-style-type: none"> • Implication à la journée de ressourcement pour les aidants de la région de Québec, 2005, et au colloque régional «Se donner une voix», 2006 Ces événements ont conduit à la mise sur pied d'un comité régional de proches aidants et à la création de l'organisme APARQ 	Les Aidants de Charlesbourg	03-Capitale-Nationale
<ul style="list-style-type: none"> • Participation à l'organisation du 15^e Symposium de gérontologie sur les personnes aidantes, Université Laval, 2009 • Carrefour régional des personnes aidantes, Semaine des proches aidants, 2009 	Association des personnes aidantes de la région de Québec 03	03-Capitale-Nationale
<ul style="list-style-type: none"> • Organisation du 1^{er} Colloque en Mauricie, « La parole aux aidants naturels, un cri du cœur », 2003. Actes du colloque, 28 p. 	<ul style="list-style-type: none"> • Regroupement des aidants naturels de la Mauricie • Association des aidantes et aidants naturels du bassin de Maskinongé • Association des personnes aidantes naturelles de Mékinac 	04-Mauricie et Centre-du-Québec
<ul style="list-style-type: none"> • Organisation du Forum sur la reconnaissance des aidants «Ensemble... Rendre visible l'invisible». Recommandations sur les services, 2007 	Table de concertation des aînés de Memphrémagog - Réseau des proches aidants	05-Estrie
<ul style="list-style-type: none"> • Organisation du colloque national «Les besoins, les services et les droits des aidants», 2005 Actes du colloque disponibles sur le site internet du Groupe des aidants de LaSalle Participation des Mémés déchainées 	Groupe des aidants de LaSalle	06-Montréal

Affiche promotionnelle du Salon des ressources pour proches aidants dans le cadre de la Semaine des proches aidants, Rouyn-Noranda, 2008
Regroupement des personnes aidantes naturelles du Rouyn-Noranda régional

*Vous apportez de l'aide et du soutien
à une personne de votre entourage?
Ceci est pour vous!*



Dans le cadre de la

SEMAINE DES PROCHES AIDANTS

du 2 au 8 novembre 2008

5 NOVEMBRE 2008
À 19h

Conférence du
physiothérapeute
Yves Plourde

LA GESTION DE LA DOULEUR

6 NOVEMBRE 2008
À 19h

Conférence de
Mme Zahida Merah,
directrice de l'ACEF

COMMENT ADMINISTRER LE BUDGET D'UN PROCHE

Vous devez réserver
avant le 4 novembre
au 819-797-8266
(laisser un message et
préciser quelle activité)
car les places sont limitées.



Regroupement des
Personnes Aidantes Naturelles
du Rouyn-Noranda Régional

SALON DES RESSOURCES POUR PROCHES AIDANTS

8 NOVEMBRE 2008
DE 9h30 À 16h15

- 9h30 Inscription et buffet viennoiserie
- 10h00 Ouverture et présentation du
Regroupement des personnes
aidantes naturelles du R-N régional
- 10h30 La ligne d'écoute pour personnes
âgées
- 11h00 CSSS-RN, soutien en milieu de vie
pour personnes âgées
- 11h30 CSSS-RN, soutien en milieu de vie
pour personnes handicapées
- 12h00 Dîner sur place et tirage de prix de
présence
- 13h00 Société Alzheimer
- 13h30 Les Intrépides, le service à domicile
- 14h00 Centre d'assistance et
d'accompagnement aux plaintes
- 14h30 Pause
- 14h45 Le Portail
- 15h15 Centre de bénévolat, service de la
popote roulante et du répit pour
aidants naturels
- 15h45 Société de la sclérose en plaques
- 16h15 Fermeture

*Coût du repas : contribution volontaire
Inscription obligatoire pour toute la journée*

Toutes les activités auront lieu à
la salle Laval Laflamme,
au 332, rue Perreault Est
(porte de côté)
à Rouyn-Noranda

B. Exemples de colloques, forums et symposium (suite)		
TYPES	ORGANISME	RÉGION
<ul style="list-style-type: none"> • Organisation du 1^{er} colloque régional sur l'aide naturelle en Abitibi-Témiscamingue «Reconnaissance, soutien et engagement», 2002. Actes du colloque, 15 p. • 2^e colloque régional «Les proches aidants dans l'action», 2006 	Regroupement des personnes aidantes naturelles du Rouyn-Noranda régional	08-Abitibi-Témiscamingue
<ul style="list-style-type: none"> • Organisation du colloque régional «Être proche aidant, une réalité qui évolue» par le Comité des proches aidants du Grand Littoral, 2007 	<ul style="list-style-type: none"> • Regroupement des personnes aidantes de Lotbinière • Regroupement des proches aidants de Bellechasse • Lien Partage • Centre d'entraide de Breakeyville 	12-Chaudière-Appalaches
<ul style="list-style-type: none"> • Organisation du 1^{er} colloque régional «Des idées nouvelles pour répondre aux besoins des personnes aidantes», 2007. Actes du Colloque. Cet événement a conduit à la mise sur pied du service de répit avec la Coopérative de soutien à domicile de Laval 	Association lavalloise des personnes aidantes	13-Laval
<ul style="list-style-type: none"> • Colloque des aidants naturels du comté de l'Assomption en collaboration avec la Table de concertation SAD de la MRC l'Assomption, 2006 	Regroupement des aidants naturels du comté de l'Assomption	14-Lanaudière



Billet de la pièce de théâtre « Pas de vacances pour les anges », du Théâtre Parminou, présentée à Saint-Agapit, 2009
Regroupement des personnes aidantes de Lotbinière



Programme

Accueil et mot de bienvenue

*Animation par Monsieur André Schrybun, proche aidant
Alloctien de Monsieur Pierre Alain, président, Table de concertation aux aînés de la MRC Memphrémagog
Alloctien de Monsieur Richard Blouin de la Caisse populaire Desjardins du Lac-Memphrémagog*

Témoignages

*Madame Chloé Sainte-Marie, aidante de son conjoint
Madame Martine Gaudreau, aidante de ses parents
Madame Huguette Gauthier-Baron, aidante de son conjoint
Madame Diane Jacques, aidante de ses parents
Monsieur Roch Bissonnette, aidant de sa conjointe
Monsieur Pierre Saurat, aidé par sa conjointe*

Chanson et poésie

Madame Chloé Sainte-Marie

Comment aider sans s'épuiser ?

*Présentation des ressources de soutien aux aidants par
Angelle Laphane, coordonnatrice au centre d'action bénévole le Patrimoine civique de Manonville et Anniek Mévisier, organisatrice communautaire au CSSSM*

Déclaration sur les droits et les besoins des aidants

Lecture par Danyse Saint-Pierre, aidante et partenaire-ressource pour le Réseau des proches aidants de Memphrémagog

Tirage de prix de présence

Cadeaux-détente offerts gracieusement par nos commanditaires de la région.

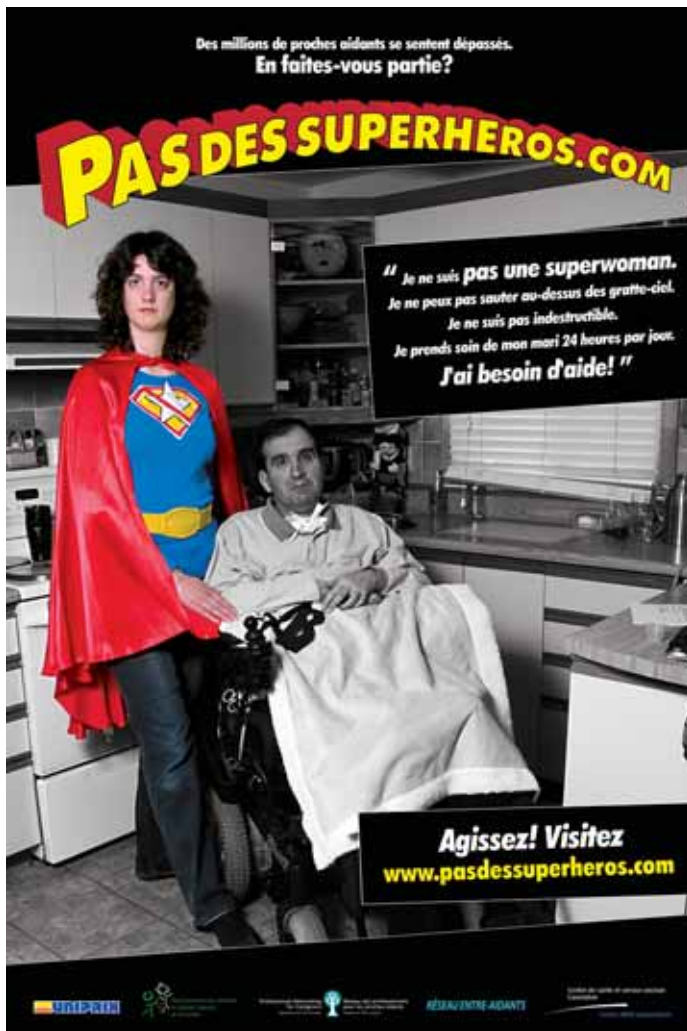
Charte des droits des proches aidants

J'ai le droit de...

- Prendre soin de moi, ce n'est pas de l'égoïsme.
- Aller chercher de l'aide auprès des autres même si mon proche s'y objecte.
- Maintenir des activités qui me sont propres et qui n'impliquent pas la personne dont je prends soin comme avant qu'elle ne soit malade.
- Être fâché, déprimé et exprimer d'autres difficultés occasionnellement.
- Rejeter toute tentative de la part de la personne que j'aide (que ce soit consciemment ou inconsciemment) de me manipuler par la culpabilité ou la dépression.
- Recevoir considération, affection, indulgence et acceptation pour ce que j'apporte à mon proche en autant que je partage les mêmes sentiments en retour.
- Être fier de ce que je suis en train d'accomplir et d'applaudir le courage que ça m'a pris parfois pour satisfaire les besoins de mon proche.
- M'attendre et réclamer que des améliorations soient apportées au réseau des services pour supporter physiquement et mentalement les personnes en perte d'autonomie ainsi que les proches qui en prennent soin.

Programme de la soirée « Sortir de l'ombre », Magog, 2006. Musique, poésie et témoignages de proches aidants. Avec la participation de Chloé Sainte-Marie et la présence de Gilles Carle. Réseau des proches aidants de la Table de concertation des aînés de Memphrémagog

C. Exemples d'événements artistiques		
TYPES	ORGANISME	RÉGION
<ul style="list-style-type: none"> • Soirée de sensibilisation et de reconnaissance des proches aidants au Vieux Clocher de Magog « Sortir de l'ombre... les proches aidants prennent la parole » (2006) Participation de Chloé Sainte-Marie • Lancement d'une déclaration sur les droits et les besoins des proches aidants. 	Table de concertation des Aînés de Memphrémagog - Réseau des proches aidants	05-Estrie
<ul style="list-style-type: none"> • Participation au Festival Voix d'Amérique par les témoignages de membres du RAANM, intégrés au spectacle de Chloé Sainte-Marie (2005) • Expo-spectacle « Les chuchotements de l'âme » (2007). Pièce créée et interprétée par des personnes aidantes. Aboutissement d'une démarche de création collective, présentée à la salle du Gesù, à Montréal. • Une vidéo de la pièce est disponible en format DVD : Les échos des « Chuchotements de l'âme » (2007). 	Regroupement des aidantes et aidants naturels de Montréal	06-Montréal
<ul style="list-style-type: none"> • Pièce de théâtre sur les proches aidants, écrite par une auteure locale, Jeanne-Mance Delisle, et présentée dans le cadre du 2^e Colloque régional sur les proches aidants d'Abitibi-Témiscamingue 	Regroupement des personnes aidantes naturelles du Rouyn-Noranda régional	08-Abitibi-Témiscamingue
<ul style="list-style-type: none"> • Présentation grand public de la pièce « Pas de vacances pour les anges » du Théâtre Parminou, 1988 et 2008. 	Regroupement des personnes aidantes de Lotbinière	12- Chaudière-Appalaches
<ul style="list-style-type: none"> • Spectacle bénéfique organisé par des stagiaires en travail social du CÉGEP de Saint-Jérôme dans le cadre de la Semaine des proches aidants, 2008 	Coop SORE des Pays-d'en-Haut	15-Laurentides
<ul style="list-style-type: none"> • Spectacle de Chloé Sainte-Marie dans le cadre de la Journée internationale des femmes, Profits au bénéfice de l'AFSAS, 2008 (4,500\$) 	Association des familles soutien des aînés de Saint-Hubert	16-Montérégie



Affiches promotionnelles de la campagne nationale « Pas des superhéros », Semaine nationale des proches aidants 2009 Réseau entre-aidants, CSSS Cavendish, Montréal



Trouvaille 7

DVD Les échos des « Chuchotements de l'âme » Expo-spectacle sur les réalités des proches aidants

Objectifs : Rejoindre les personnes qui pourraient se reconnaître dans les situations de vie illustrées afin d'encourager le recours aux ressources disponibles sur l'île de Montréal. Sensibiliser l'opinion publique aux réalités vécues quotidiennement par les proches aidants.

Description : Le projet Expo-spectacle est né au sein d'un petit groupe de personnes aidantes membres du RAANM qui faisaient le constat que les activités de sensibilisation n'arrivaient pas toujours à toucher les cœurs. Le projet vise à réaliser, avec, pour et par des proches aidants, un événement réunissant spectacle et exposition, de façon à donner une tribune à la parole des proches aidants. 20 personnes aidantes sont impliquées dans ce projet.

Le volet Théâtre présente du matériel produit au cours d'ateliers et ayant servi de canevas à la pièce de théâtre. On y présente une journée dans la vie d'une aidante, ponctuée de lectures de poésie. La pièce de théâtre a été présentée à la salle du Gesù en 2007. Le volet Expo présente le résultat d'ateliers d'arts visuels réalisés avec les participantes et participants. La démarche proposée est de broser un autoportrait à différentes étapes de leur vie. D'un point de vue individuel, l'Expo-spectacle « Les chuchotements de l'âme » a permis aux gens impliqués de sortir de l'isolement et de prendre la parole sur leur réalité.

Le DVD *Les échos des « Chuchotements de l'âme »* relate les moments forts du projet Expo-spectacle. Il est utilisé pour « toucher les cœurs » lors de la tournée montréalaise de sensibilisation aux réalités des proches aidants en 2007. Depuis, il est utilisé par plusieurs organismes communautaires à travers le Québec, particulièrement lors de la Semaine nationale des proches aidants. « Il faudrait que cette pièce soit répétée des dizaines de fois, partout à Montréal et au Québec (...). », Luc Gaudet, fondateur et directeur artistique de Mise au jeu.

Organisme : Regroupement des aidantes et aidants naturels du Québec (RAANM).



DVD disponible au RAANM
Dossier multimédia *Sortir de l'ombre* (2007)
incluant *Les échos des « Chuchotements de l'âme »*, accessible sur le site Parole citoyenne <http://citoyen.onf.ca/aidantnaturel>

III ACTION COLLECTIVE DANS LE MILIEU

2. PROMOTION ET DÉFENSE DE DROITS

Même si la reconnaissance en droit des proches aidants est acquise dans la politique gouvernementale, leur reconnaissance de fait demeure un défi de taille.

La promotion et la défense des droits des proches aidants font partie de la mission de nombreux organismes communautaires dédiés au soutien des personnes aidantes. Ceux-ci saisissent toutes les occasions pour porter les besoins et les demandes des proches aidants dans l'espace public. Certains organismes présentent un mémoire lors de la consultation publique sur les conditions de vie des aînés en 2007. Plusieurs personnes aidantes reliées à ces organismes y prennent également la parole. En 2009, quatre organismes communautaires « proches aidants » prennent aussi position au sujet du projet de loi n° 6 instituant le Fonds de soutien aux proches aidants des aînés : Baluchon Alzheimer, l'APARQ, le ROMAN et le RANQ.

À l'échelle de la région de la Montérégie, le ROMAN occupe une place stratégique en conformité avec un objet de sa mission : promouvoir toute action permettant d'améliorer les conditions de vie des aidants naturels des personnes âgées. Pour sa part, le RAANM exerce depuis les débuts un rôle de leader en matière de promotion et de défense des droits des proches aidants au Québec.

Exemples d'initiatives en promotion et défense de droits

NOM	ORGANISME	RÉGION
<ul style="list-style-type: none">• Présentation d'un mémoire à la Commission des Affaires sociales dans le cadre des consultations particulières sur le projet de loi 6, 2009	Association des personnes aidantes de la région de Québec 03	03-Capitale-Nationale
<ul style="list-style-type: none">• Lancement d'une déclaration sur les droits et les besoins des proches aidants à l'occasion d'une soirée de sensibilisation « Sortir de l'ombre... les proches aidants prennent la parole » (2006)	Table de concertation des aînés de Memphrémagog - Réseau des proches aidants	05-Estrie
<ul style="list-style-type: none">• Production d'un mémoire dans le cadre de la Commission Clair, 2000• Présentation d'un avis à la RRSSS de Montréal-Centre concernant le Plan montréalais d'amélioration de la santé, 2002• Appui aux actions entreprises par la Coalition Solidarité Santé (CSS) : consultation gouvernementale sur la Loi 83, 2004; manifestation contre la privatisation du système de santé (2007)• Organisation d'une campagne de lettres au MSSS : Action Photos, Les Aidants en danger. Avec le RANQ et la CSS, 2004• Participation à la Conférence canadienne sur les aidants naturels, Aylmer, 2006• Rédaction d'un mémoire dans le cadre de la consultation « Réponse du gouvernement québécois à l'arrêt Chaouli, 2006. Garantir l'accès : un défi d'équité, d'efficacité et de qualité », mars 2006, 11 p.	Regroupement des aidantes et aidants naturels de Montréal	06-Montréal

Exemples d'initiatives en promotion et défense de droits (suite)

TYPES	ORGANISME	RÉGION
<ul style="list-style-type: none"> Participation de membres du RAANM à la Consultation publique sur les conditions de vie des aînés, 2007 Implication dans la consolidation du RANQ en tant que membre fondateur Préparation d'une pétition pour la reconnaissance des proches aidants et l'accès à des services sociaux et de santé de qualité. Dépôt à l'Assemblée nationale du Québec, 2009. 3000 signatures recueillies par 40 organismes Depuis 1995, publication de chroniques de promotion et défense de droits dans le journal <i>Le Mésange</i> 	Regroupement des aidantes et aidants naturels de Montréal	06-Montréal
<ul style="list-style-type: none"> Présentation d'un mémoire à la Commission des affaires sociales dans le cadre des consultations particulières sur le projet de Loi 6 : 15 recommandations à la Ministre, 2009 	Baluchon Alzheimer	06- Montréal Pour tout le Québec
<ul style="list-style-type: none"> Préparation d'une politique d'intervention envers les aidants « Les aidants, une clientèle aux besoins spécifiques », avec Société Alzheimer de Laval et CSSSL, 2005 Présentation d'un mémoire dans le cadre de la Consultation publique sur les conditions de vie des aînés, 2007 	Association lavalloise des personnes aidantes	13-Laval
<ul style="list-style-type: none"> Mémoire dans le cadre de la Consultation publique sur les conditions de vie des aînés (2007) 	Coop SORE des Pays-d'en-Haut	15-Laurentides
<ul style="list-style-type: none"> Présentation d'un mémoire à la Commission des affaires sociales dans le cadre des consultations particulières sur le projet de Loi 6, 2009 	Regroupement des organismes montérégiens d'aidants naturels (ROMAN)	16-Montérégie
<ul style="list-style-type: none"> Présentation d'un mémoire à la Commission des affaires sociales dans le cadre des consultations particulières sur le projet de Loi 6, 2009 Forum « Contrer l'appauvrissement des proches aidants », 2009. Actes du Forum, 2010 	Regroupement des aidants naturels du Québec (RANQ)	Tout le Québec

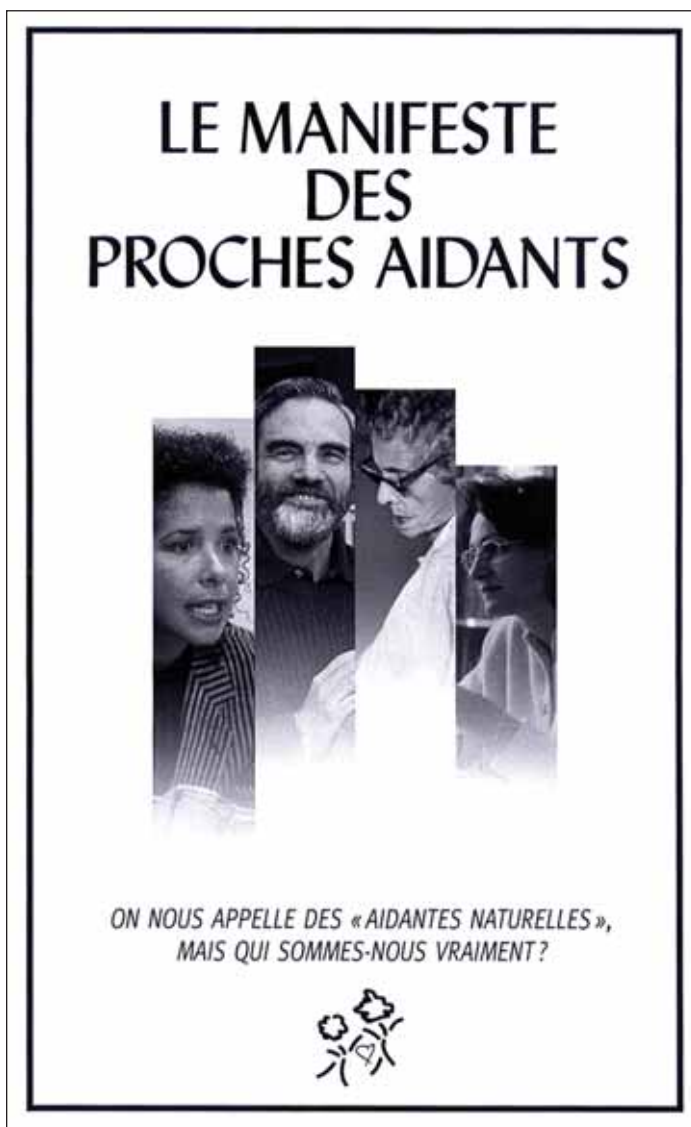


Trouvaille 8

Manifeste des proches aidants, 2003

Objectif : Susciter la réflexion chez les individus, les groupes et les organisations au sujet des conditions de vie des proches aidants et de leur statut.

Description : Le Manifeste est le résultat de rencontres organisées avec plusieurs groupes d'aidants sur l'île de Montréal. 34 personnes aidantes et intervenants ont participé à sa rédaction. Le document de 16 pages met en évidence quelques-unes des difficultés vécues par les proches aidants et les personnes ayant des incapacités : rigidité des politiques institutionnelles et des services, pré-définition des services qui tient peu compte des besoins et des demandes des personnes concernées, insuffisance des services, critères d'admissibilité apparaissant obscurs ou non transparents, complexité des démarches et du réseau, longues listes d'attente.



Le Manifeste met de l'avant des valeurs à respecter : universalité, accessibilité et gratuité des services. Il suggère aussi des pistes de solution, notamment la consolidation des services à domicile en CLSC. Le Manifeste a souligné le 10^e anniversaire du Regroupement des aidantes et aidants naturels de Montréal. Il demeure toujours d'actualité malgré les transformations survenues dans le système de la santé et des services sociaux.

Organisme : Regroupement des aidantes et aidants naturels de Montréal. Diffusé à la grandeur du Québec depuis 2004.

Brochure incluse dans la pochette de couverture arrière
Disponible en ligne sur le site du Regroupement des aidantes et aidants naturels de Montréal
www.raanm.org

III ACTION COLLECTIVE DANS LE MILIEU

3. RECHERCHE

La participation aux activités des milieux de recherche fait partie des pratiques de plusieurs organismes communautaires de proches aidants. Les collaborations entre les intervenants et les chercheurs contribuent au développement de pratiques novatrices tant sur le terrain de l'intervention que dans le milieu de la recherche. Cette féconde complémentarité permet d'examiner les activités et les services « terrain » à la lumière de réflexions critiques nouvelles. Parfois, l'organisme mène lui-même une enquête d'identification de ses besoins ou d'évaluation sur son territoire.

Exemples de recherches auxquelles sont associés les organismes

NOM	ORGANISME	RÉGION
<ul style="list-style-type: none">« Besoins et attentes des proches aidants et aidants dans le Bas-Saint-Laurent en ce qui a trait à l'offre de services. Portrait de situation », 2009, 29 p. 5 besoins identifiés :<ol style="list-style-type: none">1. Répit2. Écoute et soutien3. Information4. Soutien financier5. Reconnaissance du statut de proche aidant	Relais Santé, Centre de soutien aux aidants naturels de Matane	01-Bas-Saint-Laurent
<ul style="list-style-type: none">Questionnaire sur les besoins des aidants du Lac-Saint-Jean, 2000	Centre d'Action Bénévole du Lac	02-Saguenay-Lac-Saint-Jean
<ul style="list-style-type: none">Contributions à des projets de recherche :<ol style="list-style-type: none">1. Membre de l'équipe de recherche du Centre de recherche et d'expertise en gérontologie sociale (CREGES) du CSSS Cavendish Exemple : « Les proches aidants du baby-boom et leur interface avec les professionnels du système de santé », Guberman, J.P. Lavoie2. Partenaire de recherche avec l'équipe dirigée par Ducharme, Institut de gériatrie de l'Université de Montréal Exemple : « Attentes et solutions des aidants familiaux et des intervenants »3. Soutien à la réalisation de recherches : lettres d'appui, recrutement de participants pour entrevues de recherche, etc.	Regroupement des aidantes et aidants naturels de Montréal	06-Montréal
<ul style="list-style-type: none">Participation d'aidantes au projet de recherche « Liens de proximité », Mario Paquet, Direction de la Santé Publique, Agence SSS Lanaudière	Réseau des aidants naturels d'Autray	14-Lanaudière

Quelques exemples de recherches auxquelles les organismes sont associés (suite)

NOM	ORGANISME	RÉGION
<ul style="list-style-type: none">• Les organismes membres du ROMAN sont partenaires pour les recherches menées dans le cadre du Projet régional de soutien aux aidants naturels de Montérégie : plusieurs recherches dont « Analyse stratégique de la pertinence des activités offertes », 2005. Direction de la santé publique de Montérégie• «L'aide au masculin. Caractéristiques liées aux besoins des hommes âgés aidants», Jacques Couture, 2010. Recherche réalisée avec la participation des intervenants et de membres des organismes du ROMAN	Regroupement des organismes montérégiens d'aidants naturels (ROMAN)	16-Montérégie

III ACTION COLLECTIVE DANS LE MILIEU

4. CONCERTATION ET PARTENARIAT

Tous les organismes sont reliés à leur milieu local et régional par des activités de concertation et de partenariat. La concertation implique des liens entre des acteurs qui se rencontrent sur une base régulière. On parle de liens de partenariat lorsque la concertation conduit à une action partagée autour d'un enjeu commun.

De façon générale, les liens établis au niveau local sont les plus nombreux et les plus fréquents. Ils prennent la forme notamment d'échanges d'expertise et de services. Les liens de concertation et de partenariat varient considérablement d'une région à une autre. Nous avons retenu des exemples illustrant des démarches de concertation en démarrage, en consolidation et en expansion.

Exemples d'activités de concertation et de partenariat

NOM	ORGANISME	RÉGION
<ul style="list-style-type: none">Participation à la démarche de concertation régionale en vue de consolider les services aux proches aidants « Concertation régionale. Proches aidants dans le Bas-Saint-Laurent », 2009, 15 p. « Proposition d'offre de services », 2009, 10 p.	Relais Santé, Centre de soutien aux aidants naturels de Matane	01-Bas-Saint-Laurent
<ul style="list-style-type: none">Contribution au démarrage de la Table de concertation régionale 02 des proches aidants. Avec les CSSS, la Société Alzheimer de Sagamie, Soli-Can et d'autres organismes communautaires	Centre d'Action Bénévole du Lac	02-Saguenay-Lac-Saint-Jean
<ul style="list-style-type: none">Participation à l'assemblée de fondation de l'APARQ, 2007	Les Aidants naturels de Charlesbourg	03-Capitale-Nationale
<ul style="list-style-type: none">Partenariat avec la Table de concertation des personnes âgées de la Capitale Nationale et l'Association de gérontologie de l'Université Laval pour l'organisation du 15^e Symposium de gérontologie sur les personnes aidantes, 2009	Association des personnes aidantes de la région de Québec 03	03-Capitale-Nationale
<ul style="list-style-type: none">Membre fondateur, siège social et partenaire du Regroupement des aidants naturels du Québec	<ul style="list-style-type: none">Regroupement des aidants naturels de la Mauricie	04-Mauricie et Centre-du-Québec

Exemples d'activités de concertation et de partenariat (suite)

NOM	ORGANISME	RÉGION
<ul style="list-style-type: none"> Le RPPA est un comité composé de 36 partenaires issus d'organismes de santé et de services sociaux de Montréal, en action depuis 2000. En 2003, le RPPA initie la Semaine annuelle des proches aidants. La Semaine est officialisée en 2007 par le Ministère de la Famille et des Aînés. Le RPPA est coordonné par le Centre de soutien aux aidants naturels du CSSS Cavendish. 	Réseau des professionnels pour les proches aidants de Montréal (RPPA)	06-Montréal
<ul style="list-style-type: none"> Membre du Comité de soutien aux aidants du CSSS Jeanne-Mance Membre du Réseau des professionnels pour les proches aidants (RPPA) Appui à l'incorporation du groupe ECCOM Membre de la Coalition canadienne des aidants naturels Promotion d'une concertation régionale 	Regroupement des aidantes et aidants naturels de Montréal	06-Montréal
<ul style="list-style-type: none"> Partenariats locaux, régionaux et national; partenaire du RAANM et du RANQ 	Groupe des aidants de LaSalle	06- Montréal
<ul style="list-style-type: none"> Organisme issu d'un partenariat étroit avec le RAANM, le CSSS Cavendish-CLSC-René-Cassin et le CREGÉS 	English Coalition of Caregivers of Montreal	06- Montréal
<ul style="list-style-type: none"> Partenariat avec le CSSS Ahuntsic et Montréal-Nord 	Groupe d'entraide Alzheimer Montréal-Nord	06- Montréal
<ul style="list-style-type: none"> Conclusion d'ententes de services avec les Agences SSS et les Sociétés Alzheimer dans 13 régions 	Baluchon Alzheimer	06- Montréal
<ul style="list-style-type: none"> Collaboration avec les TS du CSSS Manicouagan : sondage auprès des aidants naturels utilisant leurs services dans le but de connaître le profil et les besoins des aidants 	Association des aidants naturels de la Côte-Nord	09-Côte-Nord
<ul style="list-style-type: none"> Comité des proches aidants du Grand Littoral : quatre organismes proches aidants du territoire collaborent à l'organisation du 1^{er} Colloque régional des aidants (2007) et des Journées de ressourcement pendant la Semaine des proches aidants 	<ul style="list-style-type: none"> Regroupement des personnes aidantes de Lotbinière Regroupement des proches aidants de Bellechasse Service d'entraide de Breakeyville, Service de soutien aux proches aidants Lévis et Saint-Lambert Lien-Partage 	12-Chaudière-Appalaches

Exemples d'activités de concertation et de partenariat (suite)		
NOM	ORGANISME	RÉGION
<ul style="list-style-type: none"> • Concertation régionale de 30 organismes communautaires : mise en commun des approches et pratiques relatives aux personnes aidantes 	Regroupement des organismes communautaires en soutien à domicile (ROCSAD)	12-Chaudière-Appalaches
<ul style="list-style-type: none"> • Partenariat avec les bibliothèques municipales pour le projet Biblio-Aidants 	Regroupement des aidants naturels du comté de l'Assomption	14-Lanaudière
<ul style="list-style-type: none"> • Projet de construction d'une résidence adaptée pour aidants et aidés, grâce au don d'un terrain par un OBNL d'habitation et à la contribution de plusieurs partenaires locaux 	Coop SORE des Pays-d'en-Haut	15-Laurentides
<ul style="list-style-type: none"> • Acquisition d'une maison avec la collaboration d'une communauté religieuse 	Association des familles soutien des aînés de St-Hubert	16-Montérégie
<ul style="list-style-type: none"> • Construction d'une maison multifonctions des proches aidants, grâce à la contribution de plusieurs partenaires locaux et régionaux 	Centre de soutien au réseau familial	16-Montérégie
<ul style="list-style-type: none"> • Acquisition d'une maison avec la collaboration d'une communauté religieuse 	Association des aidants (es) naturels (les) du Bas-Richelieu	16-Montérégie
<ul style="list-style-type: none"> • À l'origine en 1994, Table de concertation d'organismes communautaires mobilisés autour du soutien aux proches aidants de la région • Instance soutenue par la Direction de la santé publique de la Montérégie. • Devenue OBNL en 2007 : 18 organismes membres • Assure la formation continue des gestionnaires et intervenantes des organismes membres : • Partenaire au Programme régional de répit aux proches aidants • Formation aux accompagnatrices et accompagnateur répit des organismes communautaires liés aux CSSS par entente de services 	Regroupement des organismes montérégiens d'aidants naturels Membres du ROMAN : Action Services aux parents âgés de Longueuil Aidants naturels du Haut-Saint-Laurent Association des aidants (es) naturels (les) du Bas-Richelieu Association des familles soutien des aînés de Saint-Hubert Centre communautaire L'Entraide Plus Centre d'action bénévole de Saint-Jean-sur-Richelieu Centre d'action bénévole de Valleyfield Centre d'action bénévole du Grand Châteauguay Centre d'action bénévole Saint-Césaire Centre d'action bénévole de Saint-Amable Centre de bénévolat de la Rive-Sud (point de service Candiac) Centre de soutien au réseau familial Maison de la famille de la Vallée-du-Richelieu Maison de la famille des Maskoutains Maison de la famille valoise Parrainage civique de Vaudreuil-Soulanges Regroupement Soutien aux aidants de Brome-Missisquoi Service d'action bénévole « Au coeur du jardin »	16-Montérégie

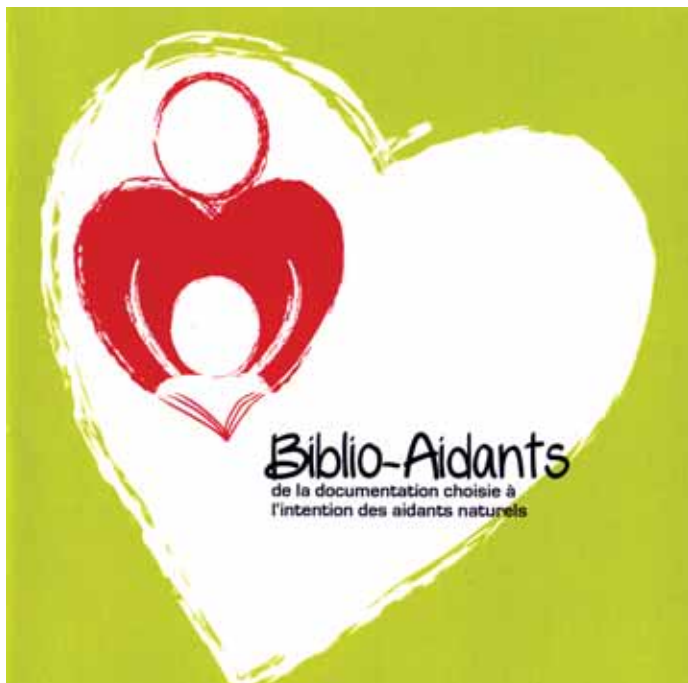
Trouvaille 9

Biblio-aidants - Trousses d'information

Objectif : Offrir aux proches aidants une documentation susceptible de répondre à leurs besoins d'information.

Description : Les bibliothèques de Repentigny, Charlemagne et L'Assomption, de concert avec le RANCA, réalisent des trousse d'information à l'intention de leurs citoyens qui sont des aidants naturels. Chaque trousse contient une sélection de titres, de la documentation produite par des organismes, une liste de sites internet associés à ces organismes. Les ressources sont présentées par thème : maladie d'Alzheimer, sclérose en plaques, maladie de Parkinson, aînés et vieillissement, etc. Service gratuit.

Organisme : Regroupement des aidants naturels du comté de L'Assomption (RANCA), en partenariat avec trois bibliothèques municipales. Exemple de partenariat d'un organisme communautaire avec le secteur municipal.



Feuillet promotionnel des Trousses d'information Biblio-Aidants
Regroupement des aidants naturels
du comté de L'Assomption

Les bibliothèques de Repentigny, Charlemagne et L'Assomption, de concert avec le RANCA, ont réalisé des trousse d'information à l'intention de leurs citoyens qui agissent en tant qu'aidants naturels. Ces derniers peuvent en bénéficier gratuitement en se présentant dans l'une des quatre Bibliothèques participantes, selon les heures d'ouverture.

Qu'est-ce qu'un aidant naturel?

Un aidant naturel prend soin d'un proche malade ou en perte d'autonomie. Il peut s'agir d'un conjoint, d'un enfant ou d'un parent vieillissant. Souvent seul devant la lourdeur de sa tâche, l'aidant peut ressentir un grand besoin de soutien et d'information.

Service de répit-accompagnement

1. À DOMICILE

- A. Offert par des travailleuses autonomes
- B. Offert par des employées
- C. Offert par des bénévoles
- D. Offert par des baluchonneuses

2. HALTE-RÉPIT

Service de répit-accompagnement

Jusque vers les années 2000, peu nombreux sont les organismes communautaires de proches aidants impliqués dans la prestation de services de répit à domicile au Québec. Dans le cadre du programme de soutien à domicile, les CLSC peuvent fournir aux personnes aidantes quelques heures de services de répit à domicile par semaine. L'offre de services est réalisée par des auxiliaires familiales ou par le biais d'un des modes d'attribution suivants: l'allocation directe à la famille (formule en décroissance) et le chèque emploi-service. Outre ces services dont le proche aidant peut se prévaloir après une évaluation de besoins réalisée par la travailleuse sociale, le réseau public offre du répit sous la forme d'hébergement temporaire de l'aidé et du centre de jour pour l'aidé.

Depuis 2004, à la suite de l'entrée en vigueur de la loi 25, le ministère de la Santé et des Services sociaux assure le développement de services de répit au moyen d'ententes de services conclues entre les Centres de santé et de services sociaux (CSSS) et les organismes communautaires. Plusieurs organismes réalisent des partenariats avec des entreprises d'économie sociale en soutien à domicile (ESSAD) pour offrir des services de répit aux proches aidants.

La mise en place de mesures supplémentaires de répit par le ministère de la Santé et des Services sociaux à partir de 2008, à la suite de la Consultation publique sur les conditions de vie des aînés, vient renforcer cette redéfinition des rapports entre les établissements publics et les organismes communautaires. Plusieurs de ces organismes questionnent la pertinence du transfert des services de répit du réseau public vers le secteur communautaire. Chose inédite pour eux, ils se retrouvent de plus en plus dans des situations où ils ont à gérer des listes d'attente.

Le développement de services de répit dans ce contexte soulève des enjeux d'accessibilité et d'équité pour les proches aidants. Les organismes communautaires ont à cœur de répondre aux besoins exprimés par leurs membres et le répit est essentiel à l'amélioration de leur condition de vie. Mais ils s'interrogent : quelle place ce service doit-il occuper dans la gamme de leurs activités?

SERVICE DE RÉPIT-ACCOMPAGNEMENT

1. À DOMICILE A. OFFERT PAR DES TRAVAILLEUSES AUTONOMES

Cette formule de répit est offerte par une accompagnatrice ayant le statut de travailleuse autonome, embauchée et payée directement par la famille. L'entente est conclue de gré à gré entre les deux parties. Le CSSS peut accorder une allocation directe à la famille à la suite d'une évaluation réalisée par la travailleuse sociale.

Parties en présence	Famille	Accompagnatrice	Organisme communautaire proches aidants
Caractéristiques			
Adaptation du service aux besoins	Réponse adaptée à une grande variété de besoins : possibilité de négocier Grande stabilité du personnel : lien de proximité Peut couvrir les horaires atypiques	Possibilité de négocier l'horaire et la tâche Stabilité du lien de travail	Imputable de la qualité du service Écart entre les organismes quant à la compréhension et à l'application de la formule
Conditions financières	Faible coût du service : 8\$/h à 9,50\$/h Peut avoir accès au soutien financier du CSSS si éligible après évaluation Ne peut obtenir le crédit d'impôt pour répit à domicile pour aidant	Salaire minimum ou moins Responsabilité individuelle de la déclaration de ce revenu	Aucune gestion de transactions financières : pas de service de paie ni de facturation Doit assumer la gestion du service à même le budget dédié à sa mission globale
Responsabilités	Devenir membre de l'organisme Respecter l'entente de gré à gré avec l'accompagnatrice Offrir un environnement sécuritaire et une assurance-responsabilité civile	Respecter l'entente de gré à gré avec la famille Suivre les formations obligatoires	Accueillir l'aidant, évaluer les besoins de la famille et assurer le suivi Jumeler famille-accompagnatrice Recruter et encadrer les accompagnatrices, offrir des formations

Exemples de service de répit offert par des travailleuses autonomes

DESCRIPTION	ORGANISME	RÉGION
<p>Chef de file de cette formule de répit-accompagnement à domicile Service en place depuis 1995 et géré par le même coordonnateur</p> <ul style="list-style-type: none"> • 93 accompagnatrices • 521 familles desservies • 67 436 demandes • 310 206 heures (2009-2010) • Coût pour la famille : 8\$/h ou moins si éligible au soutien financier du CLSC 	Regroupement des aidants naturels de la Mauricie	04-Mauricie
<ul style="list-style-type: none"> • Service de répit dépannage Maximum : 500\$ par membre/année 	Groupe des aidants de LaSalle	06-Montréal
<ul style="list-style-type: none"> • 22 accompagnatrices et 3 accompagnateurs • 1 400 demandes • 5 000 heures de service (2008-2009) <p>Coût pour la famille : 9.50\$/h pour surveillance-encadrement. 16\$/h pour surveillance et entretien ménager</p>	Centre d'entraide aux aînés	07-Outaouais

SERVICE DE RÉPIT-ACCOMPAGNEMENT

1. À DOMICILE B. OFFERT PAR DES EMPLOYÉES

En 2008, le Ministère de la Santé et des Services Sociaux octroie aux Agences régionales un budget de 10M\$ pour mettre en place des mesures supplémentaires de répit à travers le Québec. Ces montants permettent de développer dans plusieurs régions un modèle de partenariat entre des organismes communautaires et des entreprises d'économie sociale en soutien à domicile.

Un modèle a été conçu et développé par le Centre Soutien au réseau familial (Granby) en 2005 au terme d'une réflexion menée au sein du conseil d'administration sur les conditions de travail des accompagnatrices. Des démarches sont entreprises pour créer un nouvel organisme spécialisé dans le répit-accompagnement à domicile. L'enjeu de la mise en place de cette ESSAD est d'améliorer les conditions de travail des accompagnatrices.

Parties en présence	Famille	Accompagnatrice	Organisme communautaire proches aidants
Caractéristiques			
Adaptation du service aux besoins	Réponse adaptée à des besoins prévisibles : service pendant plusieurs semaines ou mois Stabilité et compétences de l'accompagnatrice procurent un sentiment de sécurité et de confiance Service personnalisé Qualité du suivi	Description de tâches balisée et horaire stable Formation et encadrement sur mesure Stabilité d'emploi	Imputable de la qualité du service Assumer la gestion des horaires
Conditions financières	Coût du service variable selon les régions : de 3\$/h à 17\$/h selon les subventions accordées à l'organisme Peut avoir accès au soutien financier du CSSS si éligible après évaluation Peut obtenir le crédit d'impôt pour répit à domicile pour aidant	Salaire entre 11\$/h et 14\$/h Avantages sociaux réguliers : congés fériés, vacances, couverture CSST Possibilité d'accéder à une sécurité d'emploi Remboursement des frais de déplacement	Entente de services conclue avec l'Agence et le CSSS Assurer la gestion de la facturation et du service de paie Peut établir un partenariat avec une ESSAD

Parties en présence	Famille	Accompagnatrice	Organisme communautaire proches aidants
Caractéristiques			
Responsabilités	<p>Devenir membre de l'organisme communautaire et du partenaire ESSAD s'il y a lieu</p> <p>Respecter l'entente de services conclue avec l'organisme et le partenaire</p> <p>Offrir un environnement sécuritaire</p>	<p>Respecter l'entente de services conclue avec son employeur</p> <p>Selon le cas, présenter une preuve de formation DEP de préposé au bénéficiaire ou s'engager à suivre le programme de formation établi par son employeur</p>	<p>Accueillir et évaluer les besoins des familles</p> <p>Jumeler famille-accompagnatrice</p> <p>Assurer le suivi</p> <p>Recruter et encadrer les accompagnatrices, offrir un programme de formation</p> <p>Certains organismes offrent du soutien aux familles en attente de service</p>

Exemples de service de répit offert par des employées

DESCRIPTION	ORGANISME	RÉGION
<ul style="list-style-type: none"> • Maximum 6 h/sem • Coût partagé entre CSSS, Coop de services à domicile et Regroupement Soutien aux Aidants : minime contribution du proche aidant 	Regroupement Soutien aux Aidants Lac-Saint-Jean-Est	02-Saguenay-Lac-Saint-Jean
<ul style="list-style-type: none"> • Service dispensé par des préposées de la Coopérative d'aide domestique de la MRC de Maskinongé. En démarrage. Modèle CSRF ou ALPA 	Association des aidants naturels du bassin de Maskinongé	04-Mauricie et Centre-du-Québec
<ul style="list-style-type: none"> • En projet, selon modèle CSRF ou ALPA 	Association des personnes aidantes naturelles de Mékinac	04-Mauricie et Centre-du-Québec
<ul style="list-style-type: none"> • Service offert par des préposées de la Coopérative de soutien à domicile de Laval • 7j/7 entre 8 h et minuit • Durée max : 8 h / sem • Coût max : 15\$/jour • Capacité d'accueil : 40 familles, 250h/sem. La rapidité d'accès au service est l'un des objectifs, mais les ressources ne peuvent répondre aux besoins : 90 familles en attente (mai 2010) 	Association lavalloise des personnes aidantes	13-Laval

Exemples de service de répit offert par des employées (suite)

DESCRIPTION	ORGANISME	RÉGION
<p>Le Soutien est une entreprise d'économie sociale créée en 2004 par le CSRF et spécialisée dans le répit-accompagnement à domicile.</p> <p>Chef de file de cette formule de répit à domicile</p> <ul style="list-style-type: none"> • 22 accompagnatrices formées (80 h de formation en 2 ans) • 70 familles desservies • 5 600 demandes • 650 h/sem (2007-2008) <p>Le programme régional de formation du personnel de répit en Montérégie est directement inspiré du programme de formation offert par Le Soutien à ses accompagnatrices et accompagnateurs</p>	Centre de soutien au réseau familial (CSRF)	16-Montérégie
<p>Le ROMAN est la structure de gestion pour la dispensation des services de répit en Montérégie depuis 2008 : 14 organismes membres, 5 sociétés Alzheimer, 5 organismes non membres</p> <p>Programme régional de formation aux accompagnatrices et accompagnateurs répit :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Les personnes vieillissantes et en perte d'autonomie • Activités d'accompagnement • Accompagnement en fin de vie • Les maladies chroniques • Soutien aux activités de vie quotidienne et méthode Heimlich • PDSB 1, 2 et 3 • La personne atteinte de la maladie d'Alzheimer • La maladie d'Alzheimer • L'animation en halte-répit • L'approche communication Le Soutien 	Regroupement des organismes montérégiens d'aidants naturels (ROMAN)	16-Montérégie

SERVICE DE RÉPIT-ACCOMPAGNEMENT

1. À DOMICILE C. OFFERT PAR DES BÉNÉVOLES

Le service de répit assuré par des bénévoles est nécessairement de courte durée. De façon générale, il s'applique à des situations où la personne aidée ne nécessite pas une assistance trop lourde.

Parties en présence	Famille	Accompagnatrice	Organisme communautaire proches aidants
Caractéristiques			
Adaptation du service aux besoins	Réponse adaptée à des besoins légers et prévisibles : horaire fixe selon la disponibilité des bénévoles Durée moyenne du service : 3h/sem	Motivation philanthropique : sentiment d'utilité sociale et d'appartenance à la communauté	Imputable de la qualité du service Faible volume de l'offre de services bénévoles Écart entre les organismes quant à la compréhension et à l'application de la formule
Conditions financières	Service gratuit	Aucune rémunération Remboursement des frais de déplacement	Aucune gestion de transactions financières : pas de service de paie ni de facturation Doit assumer la gestion du service à même le budget dédié à sa mission globale
Responsabilités	Devenir membre de l'organisme Respecter l'entente de services conclue avec l'organisme Offrir un environnement sécuritaire et une assurance-sécurité civile	Respecter l'entente conclue avec l'organisme et suivre les formations obligatoires	Accueillir l'aidant, évaluer les besoins de la famille et assurer le suivi Jumeler famille-accompagnatrice Recruter et encadrer les accompagnatrices, offrir des formations aux accompagnatrices

Exemples de service de répit offert par des bénévoles		
NOM	ORGANISME	RÉGION
<ul style="list-style-type: none"> Des bénévoles formées pour l'accompagnement en fin de vie prennent la relève de la personne aidante (depuis 1995) 7 familles aidante, 64 visites (2009) Max : 3 ou 4 h/sem 	Regroupement des personnes aidantes de Lotbinière, en collaboration avec Présence Lotbinière	12-Chaudière-Appalaches
<ul style="list-style-type: none"> Lien-Répit Des bénévoles formées assurent une présence-surveillance à domicile, max 3 h/ sem Formation reçue à l'occasion de conférences-échange Visites à domicile par la responsable 60 proches aidants inscrits en 2010 	Lien-Partage	12-Chaudière-Appalaches
<ul style="list-style-type: none"> Formule analogue à Lien-Répit 	<ul style="list-style-type: none"> Centre d'action bénévole Beauce-Sartigan Centre d'action bénévole Beauce-Etchemin Association de l'Action Volontaire Amiante MCDC 	12-Chaudière-Appalaches
Depuis 1999 <ul style="list-style-type: none"> 40 familles 374 visites par 12 bénévoles 1 024 heures (2009-2010) Max 3 h/sem 	Regroupement Soutien aux aidants de Brome-Missisquoi	16-Montérégie

SERVICE DE RÉPIT-ACCOMPAGNEMENT

1. À DOMICILE D. OFFERT PAR DES BALUCHONNEUSES

Baluchon Alzheimer offre un service hautement personnalisé aux familles touchées par la maladie d'Alzheimer. La baluchonneuse vit au domicile de la personne atteinte pendant la durée du répit que s'accorde la personne aidante. Celle-ci n'a pas à transférer son proche dans un autre milieu pour profiter d'une période de repos. La baluchonneuse est employée par l'organisme. Baluchon Alzheimer est le seul organisme à offrir ce service au Québec et au Canada. Le service est actuellement accessible dans 13 régions du Québec.

Parties en présence	Famille	Accompagnatrice	Organisme communautaire proches aidants
Caractéristiques			
Adaptation du service aux besoins	Service personnalisé Compétence spécialisée du personnel Durée du répit : de 4 à 14 jours continus Préparatifs : courte visite et journée de transition prévue avec la baluchonneuse Journal d'accompagnement Service régulier du réseau public maintenu pendant le baluchonnage	Description de tâches et horaire 24/7 balisés Structure d'encadrement sur mesure Soutien permanent de l'équipe professionnelle de 8 membres Dispositif de garde 24/7	Imputable de la qualité du service Assumer la gestion des horaires
Conditions financières	Coût du service : max 15\$/jour (24 h) depuis 2008 Référence obligatoire à l'organisme par le CSSS ou par une Société Alzheimer.	Rémunération au salaire minimum, 24 heures par jour Maximum 14 jours par mois	Entente de services conclue avec les Agences régionales et les Sociétés Alzheimer Assurer la gestion de la facturation et du service de paie
Responsabilités	Devenir membre de l'organisme Respecter l'entente de services conclue avec l'organisme Offrir un environnement sécuritaire et une assurance-sécurité civile	Respecter l'entente de services conclue avec l'employeur	Accueillir et évaluer les besoins des familles Jumeler famille-accompagnatrice Assurer le suivi Recruter et encadrer les accompagnatrices, offrir un programme de formation

SERVICE DE RÉPIT-ACCOMPAGNEMENT

2. HALTE-RÉPIT

La halte-répit est un lieu d'arrêt où sont accueillies les personnes en perte d'autonomie pour une courte durée, une journée ou une demi-journée, dans un environnement adapté à leurs besoins. La halte-répit accueille un petit groupe de 6 personnes au maximum, jusqu'à 8 heures par jour. Le groupe est réparti en trois : deux participants par accompagnateur-animateur. L'objectif est d'accorder un répit au proche aidant tout en stimulant la personne aidée. La halte-répit est réservée aux personnes âgées de 65 ans et plus.

Parties en présence	Famille	Accompagnatrice	Organisme communautaire proches aidants
Caractéristiques			
Adaptation du service aux besoins	Accessible, sécuritaire et adapté à l'aidé Réservé aux personnes qui peuvent se déplacer	Personnel avec expérience pertinente ou avec formation	n.d.
Conditions financières	n.d.	n.d.	Le salaire d'un accompagnateur permet d'offrir du répit à deux aidants
Responsabilités	Transport assuré par la famille	n.d.	n.d.

Exemple de halte-répit

DESCRIPTION	ORGANISMES	RÉGION
<ul style="list-style-type: none"> Le Regroupement Soutien aux aidants Brome-Missisquoi gère une halte-répit un après-midi par semaine depuis quelques années. Il a produit un <i>Guide de démarrage d'une Halte-Répit</i> dont s'inspirent les organismes de la Montérégie qui ont récemment mis sur pied une halte-répit 	Regroupement Soutien aux aidants Brome-Missisquoi Association des aidants (es) naturels (les) du Bas-Richelieu Maison de la famille Vallée-du-Richelieu Maison de la famille les Maskoutains Centre d'Action Bénévole Saint-Amable Centre Communautaire l'Entraide Plus Société Alzheimer Rive-Sud	16-Montérégie

Guide de démarrage d'une Halte-répit



Regroupement Soutien aux
aidants Brome-Missisquoi,
2010, 84 pages



Guide de démarrage d'une Halte-répit

Table des matières

Introduction	Page 5
Chapitre 1 - Pour qui ?	Page 7
Chapitre 2 - Pourquoi ?	Page 9
Chapitre 3 - Où ?	Page 12
Chapitre 4 - Comment s'y rendre ?	Page 14
Chapitre 5 - Qualité de vie	Page 15
Chapitre 6 - Accès	Page 16
Chapitre 7 - Activités proposées	Page 18
Chapitre 8 - Personnel	Page 21
Chapitre 9 - Fréquentation	Page 23
Chapitre 10 - Financement	Page 27
Chapitre 11 - L'expérience de Brome-Missisquoi	Page 30
Conclusion	Page 33
Bibliographie	Page 34
Annexe 1 Halte-répit - Identification du participant	
Annexe 2 Halte-répit - Histoire de vie	
Annexe 3 « Halte-répit »	
Annexe 4 Journal de bord - Appréciation globale de l'aidé au niveau de participation	
Annexe 5 Cahier d'animation	



Fiches synthèse des organismes

Le Petit Trousseau • Boîte à outils

Présentation des fiches synthèse

Les fiches synthèse complètent le panorama des pratiques des organismes communautaires « proches aidants » présentées dans la boîte à outils.

Cette partie du Petit Trousseau constitue un bottin de ressources à l'usage des intervenantes et intervenants des organismes communautaires « proches aidants » et de leurs partenaires. Chaque fiche synthèse propose une image condensée d'un organisme. Les coordonnées de l'organisme sont placées en évidence pour faciliter la communication et le réseautage. La fiche synthèse présente ensuite les grands traits identitaires de l'organisme : équipe de travail, membership, financement, pratiques auprès des proches aidants et activités de nature sociopolitique.

LE QUÉBEC

REGROUPEMENT DES AIDANTS NATURELS DU QUÉBEC

a/s Regroupement des aidants naturels de la Mauricie

79, rue Rocheleau

Trois-Rivières (Québec) G8T 5A4

819-693-6072

info@ranq.qc.ca

Le Québec, 7 828 880 hab.

Incorporé en 2000

1. DYNAMIQUE ASSOCIATIVE

Équipe : aucun employé

Conseil d'administration : actuellement, 8 membres. Potentiel de 13 membres (1 par région représentée)

Bénévoles : membres du conseil d'administration et plusieurs employés des organismes membres

Organismes membres : 33 inscrits (15\$/an)

Ressources financières : PSOC 8 000 \$ depuis 2008. Aucun financement de base de 2000 à 2007. Subventions pour 2 projets en 2008-2010

2. ACTIVITÉS DIRECTES AUPRÈS DES PROCHES AIDANTS

Pas dans la mission de l'organisme national

3. ACTION COLLECTIVE

Sensibilisation, promotion et défense de droits

- Mémoire présenté au Ministère de la Famille et des Aînés dans le cadre de la Consultation publique sur les conditions de vie des aînés, 2007
- Mémoire présenté à la Commission des Affaires sociales dans le cadre des Consultations particulières à l'égard du projet de loi no 6, Loi instituant le Fonds de soutien aux proches aidants, 2009
- Organisation du colloque « Contre l'appauvrissement des proches aidants », 2009
- Réalisation du projet Trouseau : portrait des pratiques des organismes « proches aidants » au Québec et boîte à outils, 2008-2010
- Bulletin de liaison pour les membres *Info RANQ*

Concertation et partenariat

- Local : s/o
- Régional : s/o
- National : réseautage des organismes dédiés aux proches aidants à travers le Québec

RELAIS SANTÉ

Centre de soutien aux aidants naturels de Matane «Les Cœurs vaillants»

384, du Rempart, C.P. 563

Matane (Québec) G4W 3P5

418-566-2549

Relaissanté@globetrotter.net

www.toc.matane.com/relaissanté.html

MRC de Matane, 23 000 hab.

Volet créé en 2003

1. DYNAMIQUE ASSOCIATIVE

Équipe du volet « proches aidants » : 1 coordonnatrice, seule permanente ; 1 ou 2 chargées de projet contractuelles selon subventions

Conseil d'administration de l'organisme : quelques proches aidants

Bénévoles du Centre de soutien : une dizaine de personnes assistent la coordonnatrice

Membres aidants : 100 inscrits au Centre de Soutien

Ressources financières : aucun financement spécifique pour le Centre de soutien : activités financées à même le budget de l'organisme (50 000\$ PSOC) et les revenus de la friperie Le Grenier (+15 000\$), entreprise d'économie sociale gérée par Relais Santé, 4 employées salaire minimum

2. ACTIVITÉS DIRECTES AUPRÈS DES PROCHES AIDANTS

Individuelles

- Accueil personnalisé, écoute téléphonique, information, référence, accompagnement
- Journal mensuel *La sagesse en action* avec la section « Les cœurs vaillants »
- Chaîne téléphonique : invitation aux activités
- Centre de documentation

De groupe

- Dîners-rencontres mensuels des membres du Centre, ± 30 participants
- Cafés-rencontres
- Activités sociales ponctuelles, sorties de groupe

3. ACTION COLLECTIVE

Sensibilisation, promotion et défense de droits

- Carrefour d'information pour les aînés, service intégré à *Relais Santé* : accompagnement des personnes vulnérables par des bénévoles dans leurs démarches de recherche d'information gouvernementale ou autre
- Production du *Répertoire de services aux aidants naturels et aux aînés de la MRC Matane, 2007*
- Participation au comité Information citoyenne au sein du « Chantier sur l'adaptation... »
- Direction du comité Proches aidants au sein du « Chantier sur l'adaptation... »
- Organisation à Matane du colloque régional des proches aidants « Pour aider, j'ai besoin d'aide ! », 2006

Concertation et partenariat

- Local : n. d.
- Régional : participation au « Chantier sur l'adaptation des services et infrastructures régionales pour améliorer les conditions de vie des personnes âgées du Bas-Saint-Laurent » avec CRÉ, TCPABSL et MFA Perce-Neige (cancer), Vie autonome BSL, Société Alzheimer BSL CAB Témis, OPHQ. Membre du RAANM
- National : s/o.

RÉGION 02 – SAGUENAY- LAC-SAINT-JEAN

CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE DU LAC

875, rue Bourassa Ouest, C.P. 656

Alma (Québec) G8B 5W1

418-662-5188

www.cablalma.com

MRC Lac-Saint-Jean-Est, 51 760 hab.

Volet créé en 2000

1. DYNAMIQUE ASSOCIATIVE

Équipe du volet «proches aidants» : la directrice du CABL est également la présidente du Regroupement Soutien aux Aidants Lac-Saint-Jean-Est (RSA) (voir fiche suivante)

Conseil d'administration : aucun membre aidant. Le CA a approuvé la création du nouvel organisme spécialisé auprès des personnes aidantes : le Regroupement Soutien aux Aidants Lac Saint-Jean-Est

Bénévoles : aucun des 126 bénévoles du CABL n'est affecté au volet « proches aidants »

Membres aidants : 15 inscrits

Ressources financières : volet « proches aidants » 5 000\$ (PALV, Santé publique de l'Agence SSS)

2. ACTIVITÉS DIRECTES AUPRÈS DES PROCHES AIDANTS

Individuelles

- Accueil, information, référence, accompagnement
- Rencontres individuelles d'évaluation, suivi personnalisé

De groupe

- Groupe de soutien : 5 participants par série de 8 rencontres hebdomadaires, outil d'animation adapté du programme Coup de main
- Groupe d'entraide : café-rencontres mensuels informels (15-20 personnes)

3. ACTION COLLECTIVE

Sensibilisation, promotion et défense de droits

- Production d'un bottin de ressources pour proches aidants 2000, (1^{ère} édition), 2004 (2^e édition)
- Organisation du Colloque pour les proches aidants (2005)

Concertation et partenariat

- Local : plan d'action concerté incluant volet répit pour aidants, mis en place par COMAD
Débouche sur la création du nouvel organisme Regroupement Soutien aux Aidants Lac-Saint-Jean-Est
- Régional : Table de concertation régionale des proches aidants en démarrage (février 2010)
- National : s/o

REGROUPEMENT SOUTIEN AUX AIDANTS LAC-SAINT-JEAN-EST

875, rue Bourassa Ouest
Alma (Québec) G8B 2G6
418-662-5188
erikamorinx@yahoo.ca

MRC Lac-Saint-Jean-Est, 51 760 hab.

Incorporé en 2007

1. DYNAMIQUE ASSOCIATIVE

Équipe : aucun personnel salarié. La présidente et fondatrice du Regroupement Soutien aux Aidants Lac-Saint-Jean-Est est également la directrice du CABL (voir fiche précédente)

Conseil d'administration : quatre personnes aidantes et une intervenante

Bénévoles : aucun

Membres aidants : 30 inscrits

Ressources financières : gestion du service répit 17 000\$ (2009-2010) : crédits de développement de l'Agence SSSS

2. ACTIVITÉS DIRECTES AUPRÈS DES PROCHES AIDANTS

Individuelles

- Répit accompagnement à domicile : maximum 6 h/sem. par famille, 15 aidants utilisateurs. Service offert sur référence du CLSC par la Coopérative de services à domicile Lac-Saint-Jean-Est qui recrute, encadre et paie ses préposées
Le Regroupement défraie une fraction du salaire de la préposée de la Coop (5\$/heure) et le CSSS également (5\$/h). La Société Alzheimer paie la part du RSA (5\$/h) s'il s'agit de ce type de maladie.

De groupe

Aucune activité de groupe. Voir CABL

3. ACTION COLLECTIVE

Sensibilisation, promotion et défense de droits

- L'organisme, actuellement impliqué uniquement dans l'offre de services de répit à domicile, rapatriera éventuellement les activités du volet « proches aidants » du CABL (voir fiche précédente)

Concertation et partenariat

- Local : CABL, Coopérative de services à domicile Lac-Saint-Jean-Est, Société Alzheimer de la Sagamie, Solidarité cancer Lac-Saint-Jean-Est (Soli-Can), CSSS Lac-St-Jean-Est : implantation du service de répit à domicile
- Régional : Table de concertation régionale des proches aidants en démarrage (février 2010)
Membre du RAANM
- National : membre du RANQ et représente la région 02 au conseil d'administration du RANQ

RÉGION 03 – CAPITALE-NATIONALE

LES AIDANTS NATURELS DE CHARLESBOURG

7260, boulevard Cloutier
Québec (Québec) G1H 3E8
418-623-9579
aidant.charlesbourg@vidéotron.ca
www.latosc.org

Territoire CSSS Québec-Nord, secteur La Source,
290 000 hab.

Incorporé en 2000

1. DYNAMIQUE ASSOCIATIVE

Équipe : coordonnatrice à temps partiel

Conseil d'administration : sept membres. Plusieurs comités de travail : financement, adhésion, écoute téléphonique, groupe de partage, cafés-rencontres, journal, réseau de communication interne

Bénévoles : une vingtaine de personnes (999 heures en 2007-2008)

Membres aidants : 70 inscrits

Ressources financières : budget de 26 000\$ (PSOC)

2. ACTIVITÉS DIRECTES AUPRÈS DES PROCHES AIDANTS

Individuelles

- Accueil personnalisé, information, référence : 264 appels (2007-2008)
- Écoute téléphonique
- Journal *Le Coucou*, 5 parutions l'an, 16 pages, 250 exemplaires
- Chaîne téléphonique pour les membres
- Page web

De groupe

- Café-rencontres thématiques mensuels avec invités
- Groupe de partage mensuel animé par des bénévoles formés en relation d'aide
- Activités récréatives et de ressourcement

3. ACTION COLLECTIVE

Sensibilisation, promotion et défense de droits

- Implication à la Journée de ressourcement pour les aidants de la région de Québec (2005) et au colloque régional « Se donner une voix » (2006)
- Participation aux activités de réseautage régional en faveur des aidants
- Activités de sensibilisation et de promotion de l'organisme dans la communauté

Concertation et partenariat

- Local : Table de concertation des organismes sociocommunautaires du territoire du CLSC La Source, comté de Charlesbourg, CAB de Charlesbourg, CSSS Québec-Nord secteur La Source, Regroupement des organismes communautaires de la région 03 (ROC03)
- Régional : Table de concertation des personnes âgées de la Capitale-Nationale, Association des personnes aidantes de la région de Québec (APARQ) et autres groupes sociaux
- National : membre du RANQ

RÉGION 03 – CAPITALE-NATIONALE

ASSOCIATION DES PERSONNES AIDANTES DE LA RÉGION DE QUÉBEC (03) – APARQ

Presbytère de l'Église Saint-Charles-Garnier
1215, av. Chanoine-Morel
Québec (Québec) G1S 4B1
418-688-1511
1-866-887-6150
info@aparq.org
www.aparq.org

Région de la Capitale-Nationale, 687 810 hab.

Incorporé en 2007

1. DYNAMIQUE ASSOCIATIVE

Équipe : directeur général t. partiel depuis janvier 2010. 1^{ère} coordonnatrice en mai 2010

Conseil d'administration : 9 membres, dont 2 représentants pour chacun des 4 territoires de CSSS

Bénévoles : une douzaine de personnes impliquées dans différents comités. Quelques bénévoles engagés depuis 2006 dans les activités de réseautage, promotion et recherche de financement
Une secrétaire bénévole 4 h/jour

Membres aidants : 130 inscrits

Ressources financières : financement non récurrent. Subvention SIRA 241 000\$, 2010-2014

2. ACTIVITÉS DIRECTES AUPRÈS DES PROCHES AIDANTS

Individuelles

- Centre d'accueil, d'écoute téléphonique, d'information et de référence pour les personnes aidantes, structuré autour de personnes bénévoles formées à l'écoute et à la relation d'aide : 2 infirmières-téléphonistes
- Centre de documentation
- Site internet

De groupe

- Série d'ateliers-rencontres de formation par deux psychothérapeutes : groupe ouvert à 15 personnes maximum
- Rencontres mensuelles de partage, groupe ouvert de 10 à 15 personnes « Mon répit à moi »
- Activités récréatives et de ressourcement : déjeuner carnavalesque, dîners de type « Je pense à moi »

3. ACTION COLLECTIVE

Sensibilisation, promotion et défense de droits

- 15^e Symposium de gérontologie (mai 2009) organisé avec la collaboration de la Table de concertation des personnes âgées de la Capitale-Nationale et de l'Université Laval. Conférences, activités d'info
- Carrefour régional des personnes aidantes: journée rencontre organisée dans le cadre de la Semaine des proches aidants. Kiosques d'info, rallye des ressources, 160 participants
- Tournée régionale de sensibilisation dans le cadre de la Semaine des proches aidants (2009)
- Préparation du dossier pour la Commission parlementaire « Droit de mourir dans la dignité »

Concertation et partenariat

- Local : s/o
- Régional : création de l'organisme : résultat de la concertation des partenaires régionaux
Mise sur pied par l'APARQ de la Table de concertation régionale des personnes aidantes (2008) :
4 CSSS de la région, Société Alzheimer, Baluchon Alzheimer, Aidants de Charlesbourg
- National : membre du RANQ et représente la région 03 au conseil d'administration du RANQ

RÉGION 04 – MAURICIE-ET-CENTRE-DU-QUÉBEC

REGROUPEMENT DES AIDANTS NATURELS DE LA MAURICIE

79, rue Rocheleau
Trois-Rivières (Québec) G8T 5A4
819-693-6072
rdanm@bellnet.ca
www.rdanm.org

CSSS de Trois-Rivières, 129 890 hab.
CSSS de l'Énergie, 51 740 hab.

Incorporé en 1992

1. DYNAMIQUE ASSOCIATIVE

Équipe : 1 coordonnateur répit, 1 adjointe répit-secrétaire-réceptionniste, 1 chargée de projet temporaire, 1 commis de bureau t. partiel; stabilité du personnel

Conseil d'administration : stabilité des membres depuis 15 ans

Bénévoles : une cinquantaine de personnes actives dans différents comités ; relance téléphonique des membres pour les activités, organisation d'activités

Membres aidants : 672 inscrits dont 521 pour répit (renouvellement annuel du 1/3 des membres)

Ressources financières : 63 000\$ PSOC (2009-2010). Aucune subvention pour le répit

2. ACTIVITÉS DIRECTES AUPRÈS DES PROCHES AIDANTS

Individuelles

- Accueil, information, référence
- Important service de répit-accompagnement à domicile (et en CHSLD à la demande des familles seulement), développé depuis 1995; 93 préposées travailleuses autonomes (8\$/h), 521 familles, 67 436 demandes, 310 206 heures (2009-2010)
- Site internet
- Location d'équipement

De groupe

- 4 groupes de soutien organisés par l'adjointe et des bénévoles et animés surtout par des professionnelles engagées et payées par l'organisme. Séries de 10 ateliers : « Aider sans s'épuiser », « Soins et techniques de déplacements sécuritaires à domicile », « Vivre un deuil et grandir », « Accompagnement en fin de vie »
- Soupers mensuels suivis d'une conférence thématique, organisés par l'adjointe et des bénévoles
- Activités sociales diverses organisées par des bénévoles : souper de Noël, hommage aux bénévoles, etc.

3. ACTION COLLECTIVE

Sensibilisation, promotion et défense de droits

- Visibilité médiatique, rencontres d'information sur le RDANM
- Participation à l'organisation du Colloque régional 'Un cri du cœur' (2003)
- Participation à la réalisation du Guide de prévention de l'épuisement destiné aux proches aidants *Prendre soin de moi... tout en prenant soin de l'autre*, 2006

Concertation et partenariat

- Local : Table des aînés en perte d'autonomie de Trois-Rivières, Table des aînés en perte d'autonomie de Shawinigan, CSSS Trois-Rivières, CSSS Shawinigan
- Régional : TROC Mauricie-et-Centre-du-Québec
- National : membre fondateur du RANQ et siège social du RANQ

ASSOCIATION DES AIDANTS NATURELS DU BASSIN DE MASKINONGÉ « MAINS TENDRES »

2875, rue Laflèche
 Saint-Paulin (Québec) J0K 3G0
 819-268-2884
 aidnatu@atou.qc.ca
 www.cdc-maski.qc.ca/mainstendres.htm

MRC Maskinongé, 35 580 hab.

Incorporé en 1994

1. DYNAMIQUE ASSOCIATIVE

Équipe : 1 coordonnatrice 28 h/sem., 1 agente de bureau 28 h/sem.

Conseil d'administration : 7 membres, aidants ou ex-aidants (6 femmes, un homme)

Bénévoles : une vingtaine de personnes

Membres aidants : 150 inscrits

Ressources financières : PSOC 67 752\$ (2010-2011)

2. ACTIVITÉS DIRECTES AUPRÈS DES PROCHES AIDANTS

Individuelles

- Accueil, écoute téléphonique, information et référence
- Service de répit pour personnes aidantes référées par CLSC : organisme accueille les demandes, recrute et forme une vingtaine de travailleuses répit, effectue jumelage famille/accompagnatrice et suivi, 50 familles/an. Projet pilote de 2 ans en partenariat avec la Coop d'aide domestique de la MRC Maskinongé, présenté à la CRÉ. Enjeu : rehausser conditions de travail des travailleuses répit. Démarrage prévu à l'automne 2010
- Bulletin de liaison *Mains tendres*

De groupe

- 2 groupes de soutien : pour aidants (prévention de l'épuisement) et pour aidants endeuillés. Séries de 7 ateliers de 3 heures, animées par coordonnatrice. Remise au participant d'un cahier à conserver : « Aider sans s'épuiser » et « Le deuil ». 10 personnes/groupe en moyenne
- Rencontres thématiques de croissance personnelle
- Soupers conférences mensuels : ouvert aux membres et non membres
- Jeudi causeries mensuelles: ouvert aux membres et non membres (15-20 personnes)
- Activités de ressourcement : sessions de tai chi, etc. (ouvert aux membres et non membres)
- Fêtes et sorties : repas de Noël, cabane à sucre, etc.

3. ACTION COLLECTIVE

Sensibilisation, promotion et défense de droits

- Participation à l'organisation du colloque régional « Un cri du coeur » (2003)
- Production d'un guide de prévention de l'épuisement « Prendre soin de moi... tout en prenant soin de l'autre » (2006) avec bottin de ressources pour aidants de la MRC Maskinongé
- Activités de promotion dans le milieu

Concertation et partenariat

- Local : Table des personnes en perte d'autonomie liée au vieillissement de Maskinongé, Coop d'aide domestique de la MRC de Maskinongé, CSSS Maskinongé, CSSS de l'Énergie, CSSS de Trois-Rivières
- Régional : Participation à la mise sur pied du Regroupement des associations de personnes aidantes naturelles de la Mauricie en 2004. Dissolution en 2008
- National : membre du RANQ et représente la région 04 au conseil d'administration du RANQ

ASSOCIATION DES PERSONNES AIDANTES NATURELLES DE MÉKINAC

301, rue Saint-Jacques, bureau 218-B
Saint-Thècle (Québec) GOX 3G0
418-289-1390
info@procheaidantmekinac.ca
www.procheaidantmekinac.ca

MRC de Mékinac, 13 000 hab.

Incorporé en 2003

1. DYNAMIQUE ASSOCIATIVE

Équipe : 1 coordonnatrice temps partiel depuis 2008

Conseil d'administration : 7 personnes aidantes et ex-aidantes

Bénévoles : 8 personnes. Un noyau de bénévoles a assuré le fonctionnement pendant des années

Membres aidants : 80 inscrits

Ressources financières : PSOC 2009-2010 : 33 000\$ (1er PSOC 2007-2008 :15 000\$)

2. ACTIVITÉS DIRECTES AUPRÈS DES PROCHES AIDANTS

Individuelles

- Accueil, information, écoute, référence
- Bulletin de liaison L'Écho Aidant
- Centre de documentation
- Projet de service de répit, en collaboration avec Coop de service à domicile

De groupe

- 3 groupes de soutien : « Mieux vivre son deuil », « Communication authentique », «Aider sans s'épuiser » (utilisation du guide d'auto-formation Arcand-Brissette)
- Café ateliers thématiques sur la santé et le développement personnel

3. ACTION COLLECTIVE

Sensibilisation, promotion et défense de droits

- Sensibilisation de la population sur le rôle d'un aidant naturel : journaux locaux, rencontres de groupes locaux (Centre de femmes, FADOQ, etc.)
En collaboration avec AQDR, dîner-conférence sur la situation des aidants naturels, 2007 (Francine Ducharme, Centre de recherche IUGM)

Concertation et partenariat

- Local : CSSS Vallée-de-la-Batiscan, Centre de femmes de Mékinac, AQDR Mékinac, Les Aides Familiales de Mékinac, CAB Mékinac, CDC Mékinac
- Régional : Table régionale des personnes âgées de la Mauricie, Table des organismes communautaire du Centre-du-Québec-et-de-la-Mauricie
- National : membre du RANQ

RÉGION 05 – ESTRIE

RÉSEAU D'AMIS DE SHERBROOKE

Regroupement des aidantes et aidants naturels (RAAN)

2634, rue Galt ouest

Sherbrooke (Québec) J1K 2X2

819-562-2494

danielle.maynard@raan.ca

www.raan.ca

Ville de Sherbrooke, 152 030 hab.

Volet créé en 2001

1. DYNAMIQUE ASSOCIATIVE

Équipe du volet « proches aidants » : 1 coordonnatrice ; la précédente coordonnatrice du RAAN est devenue d.g. du Réseau d'amis de Sherbrooke

Conseil d'administration : n.d.

Bénévoles : aucun

Membres aidants : 90 inscrits (80 % femmes, âge moyen 65 ans)

Ressources financières : n/d, la gestion du volet proches aidants assumée par la d.g. du Réseau d'amis de Sherbrooke

2. ACTIVITÉS DIRECTES AUPRÈS DES PROCHES AIDANTS

Individuelles

- Accueil, information, référence, écoute
- Relation d'aide, au bureau, par téléphone et à domicile
- Bulletin de liaison *Info Réseau*
- Service de répit ponctuel, court terme pour dépanner CLSC lorsque besoin non comblé par la Coop de service à domicile de l'Estrie. Le Regroupement gère une banque de travailleuses autonomes (recrutement, évaluation). N'assure pas la formation, l'encadrement et le suivi

De groupe

- Groupe de soutien en prévention de l'épuisement : 6 sessions hebdomadaires animées par coordonnatrice
- Déjeuners rencontres mensuels : 10-12 personnes
- Cafés-rencontres mensuels avec personnes-ressources (conférences)

3. ACTION COLLECTIVE AU NOM DES AIDANTS

Sensibilisation, promotion et défense de droits

- Organisation de soirées conférences, émissions de radio, publicité, etc. pour la Semaine des proches aidants.
- Activité de reconnaissance organisée avec la Table de concertation des organismes communautaires, secteur personnes âgées de Sherbrooke.

Concertation et partenariat

- Local : CLSC Sherbrooke (pour répit), Table de concertation des organismes communautaires, secteur personnes âgées de Sherbrooke
- Régional : Société Alzheimer de l'Estrie, Rose des Vents (cancer), Aide communautaire de Lennoxville et environs (services aux anglophones). Membre du RAANM
- National : membre du RANQ

TABLE DE CONCERTATION DES AÎNÉS DE LA MRC MEMPHRÉMAGOG

Réseau des proches aidants de Memphrémagog
 50, rue Saint-Patrice Est
 Magog (Québec) J1X 3X3
 819-843-2292, poste 2318
 ametivier.mm@ssss.gouv.qc.ca

MRC Memphrémagog, 47 160 hab.

Volet créé en 2002

1. DYNAMIQUE ASSOCIATIVE

Équipe du volet « proches aidants » : 1 organisatrice communautaire du CSSS Memphrémagog dédiée à temps partiel au Réseau des proches aidants

Conseil d'administration : n.d.

Bénévoles : 5 personnes

Membres aidants : n.d.

Ressources financières : budget annuel de la Table de concertation: 1 500\$

2. ACTIVITÉS DIRECTES AUPRÈS DES PROCHES AIDANTS

Individuelles

- Cafés-rencontres mensuels
- Production d'un guide bilingue pour les personnes aidant un proche en perte d'autonomie (2004 et 2006)

De groupe

- Conférences ponctuelles

3. ACTION COLLECTIVE

Sensibilisation, promotion et défense de droits

- Production du « Guide pour les personnes qui aident un proche en perte d'autonomie » (2004)
- Soirée au Vieux Clocher de Magog « Sortir de l'ombre...les proches aidants prennent la parole », avec la participation de Chloé Ste-Marie (2006). Lancement de la « Déclaration sur les droits et les besoins des proches aidants ». 200 participants
- Organisation d'un Forum sur la reconnaissance des proches aidants « Ensemble... rendre visible l'invisible » durant la Semaine des proches aidants, 2007
- Campagne de sensibilisation à l'aide du feuillet *Je reprends mon souffle, je demande de l'aide* (2009), conséquence du Forum (édition bilingue)
- Publicité dans les journaux locaux
- Kiosque d'information lors d'activités communautaires pour les aînés

Concertation et partenariat

- Local : 30 organismes membres de la Table de concertation des aînés de Memphrémagog
- Régional : n.d. Membre du RAANM
- National : membre du RANQ

RÉGION 06 - MONTRÉAL

REGROUPEMENT DES AIDANTES ET AIDANTS NATURELS DE MONTRÉAL

1150, boul. Saint-Joseph Est, bureau 002
Montréal (Québec) H2J 1L5
514-374-1056
raanm@b2b2c.ca
www.raanm.org

Île de Montréal, 1 906 810 hab.

Incorporé en 1992

1. DYNAMIQUE ASSOCIATIVE

Équipe : 1 coordonnateur, 1 responsable communications et défense de droits, 1 secrétaire à la vie associative

Conseil d'administration : 7 membres majoritairement avec expérience d'aidant. Comité sur l'appauvrissement des aidants et comité sur l'accessibilité des services sociaux et de santé

Bénévoles : une trentaine de personnes

Membres aidants : 160 inscrits

Ressources financières : budget de 135 000\$ dont 108 000\$ PSOC

2. ACTIVITÉS DIRECTES AUPRÈS DES PROCHES AIDANTS

Individuelles

- Accueil, information, référence
- Journal *Le Mésange*, trimestriel, 16 p.
- Site internet

De groupe

- Cafés rencontres hebdomadaires « Entre nous »
- Les Délibérations du RAANM : rencontres trimestrielles d'information, consultation, discussion avec les membres et intervenants d'organismes montréalais
- Création collective et présentation publique d'une pièce de théâtre, *Les Chuchotements de l'âme*, par les membres; création et exposition d'arts visuels (2007)

3. ACTION COLLECTIVE

Sensibilisation, promotion et défense de droits

- Production d'outils d'information, d'analyse, de conscientisation et de revendication :
 - *L'Entourage*, cahier d'information et de sensibilisation destiné aux aidants (1996)
 - *La Roue de secours*, document de prévention des situations à risque (1997)
 - *Le manifeste des proches aidants*, outil de conscientisation (2003)
 - *La boussole, guide des droits*, services et ressources pour aidants (2004)
 - *La Ressource*, répertoire des ressources communautaires et publiques de Montréal (2008)
 - *Les échos des chuchotements de l'âme*, vidéo de la présentation publique de la pièce de théâtre
 - Document de réflexion « Contrer l'appauvrissement des proches aidants » et jeu d'animation (2008)
- Organisation du Colloque « Sortir de l'ombre » (1996)
- Tournée de sensibilisation sur la réalité des aidants à l'aide de la vidéo *Les échos...* (2008)
- Tournée de sensibilisation sur l'appauvrissement des proches aidants (2008)
- Animation d'ateliers téléphoniques en partenariat avec le Réseau entre-aidants
- Initiation d'une concertation régionale sur la mise en œuvre de la Loi 6
- Organisme pionnier en matière de promotion et défense des droits collectifs des proches aidants

Concertation et partenariat

- Local : Réseau d'action pour les aidants de Jeanne-Mance (RAAJ)
- Régional : Réseau des professionnels pour les proches aidants de Montréal (RPPA), COMACO, RIOCM, Table de concertation des aînés de l'île de Montréal (TCAIM), Coalition Solidarité Santé
- National : membre fondateur du RANQ et représente la région 06 au conseil d'administration du RANQ

RÉGION 06 - MONTRÉAL

GRUPE DES AIDANTS DE LASALLE

8564, boul. Newman, bureau 201
LaSalle (Québec) H8P 1Y5
514-564-3061
groupesdesaidantsdelasalle@videotron.ca
www.groupedesaidantsdelasalle.org

Arrondissements de LaSalle, Lachine et Verdun,
75 000 hab.

Volet créé en 2000

1. DYNAMIQUE ASSOCIATIVE

Équipe : 1 coordonnatrice à temps partiel depuis 2008

Conseil d'administration : 7 aidantes et ex-aidantes

Bénévoles : un noyau de bénévoles a assuré le fonctionnement jusqu'en 2008 et reste présent

Membres aidants : 55 inscrits

Ressources financières : budget 41 000\$, dont 33 000\$ PSOC (2008-2009)

2. ACTIVITÉS DIRECTES AUPRÈS DES PROCHES AIDANTS

Individuelles

- Accueil, information, référence, écoute
- Feuille de liaison
- Chaîne téléphonique : invitation aux activités
- Service de répit dépannage autofinancé pour les membres : maximum 500\$/an/pers.
- Site internet

De groupe

- Rencontres causeries mensuelles
- Cafés-rencontres mensuels « Comment ça va ? »
- Groupes de soutien Alzheimer
- Petit Salon des Aidants : lieu convivial pour rencontres informelles

3. ACTION COLLECTIVE

Sensibilisation, promotion et défense de droits

- Organisation d'un colloque national « Les besoins, les services et les droits des aidants » (2005)
130 participants (voir Actes du Colloque)
- Conférences grand public
- Nombreuses activités de visibilité médiatique

Concertation et partenariat

- Local : CLSC LaSalle, Table de concertation des aînés de LaSalle
- Régional : Regroupement des aidantes et aidants naturels de Montréal (RAANM), Coalition pour le maintien dans la communauté (COMACO), Regroupement intersectoriel des organismes communautaires de Montréal (RIOCM). Membre du RAANM
- National : membre du RANQ

RÉGION 06 - MONTRÉAL

ENGLISH COALITION OF CAREGIVERS OF MONTREAL

Adresse temporaire: CLSC René-Cassin

5800, boul. Cavendish

Montréal (Québec) H4W 2T5

514.487.1766

ecomcares@yahoo.ca

Population anglophone de l'île de Montréal

Incorporé en 2008

1. DYNAMIQUE ASSOCIATIVE

Équipe : 1 coordonnateur de projet sera en poste en mai 2010

Conseil d'administration : 4 membres

Bénévoles : un noyau de bénévoles assure le fonctionnement

Membres aidants : une quinzaine de personnes, membership en démarrage

Ressources financières : première subvention obtenue en avril 2010 (New Horizons)

2. ACTIVITÉS DIRECTES AUPRÈS DES PROCHES AIDANTS

Individuelles

- Projet de production d'un bottin des ressources pour aidants anglophones de Montréal
- Dépliant de promotion bilingue pour rejoindre les aidants anglophones

De groupe

- Projet « Creative Connections » mai 2010 - mai 2011: série d'ateliers visant à promouvoir l'expression de soi chez les personnes aidantes âgées au moyen des arts visuels et de l'écriture créative. Aussi acquisition d'habiletés à l'ordinateur pour favoriser l'accès à l'information sur les ressources disponibles en anglais et la communication par courriel entre aidants

3. ACTION COLLECTIVE

Sensibilisation, promotion et défense de droits

- Projet de traduction et d'adaptation du *Manifeste des proches aidants* du RAANM

Concertation et partenariat

- Local : CSSS Cavendish-CLSC René-Cassin, Cumming's Center for the Seniors, Centre de recherche et d'expertise en gérontologie sociale du CSSS Cavendish
- Régional : membre du RAANM
- National : s/o

RÉGION 06 - MONTRÉAL

GRUPE D'ENTRAIDE ALZHEIMER MONTRÉAL-NORD

a/s CLSC Montréal-Nord
11 441, boul. Lacordaire
Montréal (Québec)
514-384-2000

Montréal-Nord et environs, 75 000 hab.

Incorporé en 1995

1. DYNAMIQUE ASSOCIATIVE

Équipe : aucune employée

Conseil d'administration : 5 membres aidantes et ex-aidantes dont la présidente fondatrice

Bénévoles : 7 personnes. Un noyau de bénévoles assure le fonctionnement depuis 1995

Membres aidants : 50 inscrits

Ressources financières : aucune subvention, dons seulement

2. ACTIVITÉS DIRECTES AUPRÈS DES PROCHES AIDANTS

Individuelles

- Accueil, information, référence
- Dépliant de promotion

De groupe

- Groupe d'entraide pour les aidantes et aidants de personnes souffrant de la maladie d'Alzheimer et maladies apparentées : rencontres mensuelles thématiques avec invités ou non, toujours avec la présence et la collaboration de la travailleuse sociale du CLSC

3. ACTION COLLECTIVE

Sensibilisation, promotion et défense de droits

- Promotion continue dans l'Île de Montréal

Concertation et partenariat

- Local : CLSC Montréal-Nord
- Régional : collaboration avec Société Alzheimer de Montréal et autres ressources de Montréal au besoin
- National : s/o

RÉGION 06 - MONTRÉAL

BALUCHON ALZHEIMER

3774, Chemin Queen Mary
Montréal, (Québec) H3V 1A6
514-762-2667
info@baluchonalzheimer.com
www.baluchonalzheimer.com

Vocation nationale :
actuellement 13 régions desservies

Incorporé en 1999

1. DYNAMIQUE ASSOCIATIVE

Équipe : total de 28 employées

Les « sédentaires » : 1 directrice, 3 coordonnatrices d'antenne, 1 conseillère en psychogériatrie et 3 responsables administratives

Les « nomades » : 20 baluchonneuses – 14 à Montréal, 3 à Québec et 3 à Saguenay

Conseil d'administration : 10 membres aux compétences complémentaires et avec expérience d'aidant

Bénévoles : s/o

Membres aidants : 200 familles par an

Ressources financières : financement récurrent de 500 000\$ par le MSSS depuis nov. 2007 (60 % du budget total)

2. ACTIVITÉS DIRECTES AUPRÈS DES PROCHES AIDANTS

Individuelles

- Service de répit pour des périodes de 4 à 14 jours (24 heures) destiné aux proches aidants de personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ou d'affections apparentées
- Mode de répit inédit appelé baluchonnage : la baluchonneuse vit à domicile avec la personne atteinte pendant que la personne aidante vit une période de repos à l'extérieur de son domicile
- Entente stipule que la famille est référée par le CSSS ou la Société Alzheimer
- Coût/famille : 15\$/j depuis l'entente avec MSSS (avant 2007 : 100\$/j)
- Formule unique de répit à domicile longue durée. Qualité de service exceptionnelle

De groupe

- s/o

3. ACTION COLLECTIVE

Sensibilisation, promotion et défense de droits

- Journal *L'Entr'aide-mémoire* depuis 2002
- Publication du livre *Le mystère Alzheimer, l'accompagnement, une voie de compassion* par Marie Gendron, fondatrice de Baluchon Alzheimer

Concertation et partenariat

- Local : s/o
- Régional : Agences régionales de santé et services sociaux de 13 régions, tous ou certains CSSS de 13 régions du Québec, Sociétés Alzheimer de ces régions. Membre du RAANM
- National : partenaire reconnu par le MSSS depuis 2007, membre du RANQ

RÉGION 07 – OUTAOUAIS

CENTRE D'ENTRAIDE AUX AÎNÉS

Soutien aux familles et aux proches
331, boul. de la Cité-des-Jeunes, bureau 103
Gatineau (Québec) J8Y 6T3
819-771-6609
soniablaurincea@videotron.ca
www.entraideauxaines.ca

Ville de Gatineau, 256 240 habitants

Volet créé en 1992

1. DYNAMIQUE ASSOCIATIVE

Équipe du volet «proches aidants» : 1 coordonnatrice à mi-temps au volet Soutien aux familles et aux proches

Conseil d'administration : 9 membres

Bénévoles : n.d.

Membres aidants : 13 proches aidants

Ressources financières : à même le financement de base de l'organisme (PSOC)

2. ACTIVITÉS DIRECTES AUPRÈS DES PROCHES AIDANTS

Individuelles

- Journal d'information *L'Entr'Aidant*, 12 pages
- Programme de répit (encadrement-surveillance, entretien ménager et préparation des repas) assuré par 22 accompagnatrices et 3 accompagnateurs, statut travailleur autonome, salaire minimum. En 2009-2010, 5 093 heures de service pour 1 400 demandes de répit. Les demandes varient entre 3 h à 35 h/semaine
Rôle de coordonnatrice : recrutement des accompagnatrices, évaluation des besoins des familles, jumelage famille-accompagnatrice, suivi
- Accompagnement-transport pour centre de jour de Maison Fleur-Ange (Société Alzheimer)

De groupe

- Groupe d'entraide mensuel, 9 rencontres de 2 h

3. ACTION COLLECTIVE

Sensibilisation, promotion et défense de droits

- Projet de sensibilisation auprès de la population adulte sur les réalités des proches aidants et sur les ressources disponibles pour ces personnes

Concertation et partenariat

- Local : Centre des aînés de Gatineau (Héberge VAC), Centre d'action bénévole de Hull, Centre d'action bénévole Accès d'Aylmer
- Régional : Société Alzheimer de l'Outaouais québécois (Maison Fleur-Ange), Table des aînés et retraités de l'Outaouais, Table des organismes communautaires autonomes de l'Outaouais. Membre du RAANM
- National : s/o

RÉGION 08 – ABITIBI-TÉMISCAMINGUE

REGROUPEMENT DES PERSONNES AIDANTES NATURELLES DU ROUYN-NORANDA RÉGIONAL

332, rue Perreault Est, local 203
Rouyn-Noranda (Québec) J9X 3C6
819-797-8266
ranrninc@hotmail.com
www.aidantsnaturels-rn.com

Ville de Rouyn-Noranda, 40 990 hab.

Incorporé en 1999

1. DYNAMIQUE ASSOCIATIVE

Équipe : 1 coordonnatrice à temps partiel depuis 2008

Conseil d'administration : 7 membres aidants ou ex-aidants (selon statuts et règlements)

Bénévoles : un noyau de bénévoles a assuré le fonctionnement jusqu'en 2007 et reste présent

Membres aidants : une cinquantaine

Ressources financières : 13 000\$ PSOC (depuis 2007)

2. ACTIVITÉS DIRECTES AUPRÈS DES PROCHES AIDANTS

Individuelles

- Accueil, information, référence, évaluation de besoins
- Production et distribution du *Guide de survie. Le défi d'être proche aidant*
- Le *Bulletin d'information*, parution trimestrielle
- Site internet

De groupe

- Café-rencontres thématiques mensuels
- Ateliers-conférences
- Activités récréatives et de ressourcement (art-thérapie pour personnes endeuillées, ...)

3. ACTION COLLECTIVE

Sensibilisation, promotion et défense de droits

- Organisation de deux colloques régionaux : « Reconnaissance, soutien et engagement » (2002) et « Les proches aidants dans l'action (2006)
- Organisation d'activités de sensibilisation lors de La Semaine nationale des proches aidants : conférences grand public, Salon des ressources pour les aidants
- Tournée de sensibilisation des groupes sociaux
- Journées « Portes ouvertes »

Concertation et partenariat

- Local : CSSS Rouyn-Noranda (organisateur communautaire), Société Alzheimer de Rouyn-Noranda, Centre d'action bénévole de Rouyn-Noranda, Table d'action intersectorielle des personnes âgées de Rouyn-Noranda, Le Portail (santé mentale)
- Régional : n.d. membre du RAANM
- National : membre du RANQ

RÉGION 09 – CÔTE-NORD

ASSOCIATION DES AIDANTS NATURELS DE LA CÔTE-NORD

C.P. 2051
Baie-Comeau (Québec) G5C 2S8
418-589-2229
418-298-4201
aidants.naturelscn@hotmail.com

Actuellement, CSSS Manicouagan, 44 300 hab.
Éventuellement, toute la Côte-Nord

Incorporé en 2008

1. DYNAMIQUE ASSOCIATIVE

Équipe : aucun personnel salarié

Conseil d'administration : 5 membres

Bénévoles : un noyau de bénévoles assure le fonctionnement

Membres aidants : 48 inscrits

Ressources financières : aucun financement de base, autofinancement par cotisations et dons
Aucun local ni équipement : prêt de locaux par le CLSC au besoin

2. ACTIVITÉS DIRECTES AUPRÈS DES PROCHES AIDANTS

Individuelles

- Accueil, information, écoute, référence
- Activités de ressourcement : ex : séances de répit-massage
- *Journal des aidants de la Côte-Nord*

De groupe

- Café rencontres animés par les bénévoles fondatrices

3. ACTION COLLECTIVE

Sensibilisation, promotion et défense de droits

- Organisme issu d'une mobilisation régionale : consultation d'individus et d'organismes et pétition
- Participation à la campagne de marketing social du Réseau entre-aidants « Nous ne sommes pas des supers-héros », Semaine des proches aidants, 2009

Concertation et partenariat

- Local : Association de la fibromyalgie de Manicouagan et Haute-Côte-Nord, CLSC Baie-Comeau, CLSC de Chutes-aux-Outardes
- Régional : Regroupement des organismes communautaires de la Côte-Nord
- National : membre du RANQ

RÉGION 11 – GASPÉSIE/ÎLES-DE-LA-MADELEINE

REGROUPEMENT DES AIDANTS ET AIDANTES NATURELS DU BAS-SAINT-LAURENT, GASPÉSIE-ET-ÎLES DE-LA-MADELEINE

299, route 132 Ouest
Saint-Omer (Québec)
418-364-6432
418-364-2208

Bas-Saint-Laurent et Gaspésie
295 000 hab.

Incorporé en 1999

1. DYNAMIQUE ASSOCIATIVE

Équipe : aucun personnel salarié, la présidente agit à titre d'agente de liaison

Personnes ressources : étudiants embauchés l'été

Conseil d'administration : 5 membres

Bénévoles : une vingtaine de personnes dans chaque secteur (MRC), près des CH et CHSLD : 200 bénévoles

Membres aidants : n.d.

Ressources financières : aucun financement récurrent, autofinancement et dons seulement

Subventions : Carrière-été étudiants, Nouveaux-Horizons

En attente de reconnaissance par l'Agence SSS Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine

2. ACTIVITÉS DIRECTES AUPRÈS DES PROCHES AIDANTS

Individuelles

- Accueil, écoute, rencontres individuelles, information, référence (1912 contacts) en 2008-2009
- Visites d'amitié et accompagnement de personnes âgées isolées vivant à domicile, en résidence privée, dans les CHSLD et CH : répit aux aidants (3125 visites et accompagnements en 2008-2009 par des bénévoles).
- Réponse aux situations d'urgence : 14 dépannages (2008-2009), par ex. : abus et négligence envers personnes seules dans résidences privées

De groupe

- Groupe d'entraide mensuel ou au besoin: 12-15 personnes
- Cafés-rencontres mensuels, thématiques ou informels, dans les différentes MRC
- Formations offertes en collaboration avec Cégep de la Gaspésie : « Estime de soi », «Écoute», «Pardon», etc.

3. ACTION COLLECTIVE AU NOM DES AIDANTS

Sensibilisation, promotion et défense de droits

- Intervention sur demande pour le respect des droits et de la dignité des aînés en situation d'abus et de négligence en résidences privées, en CH et en CHSLD
- Défense de droits individuels

Concertation et partenariat

- Local : Cercles de fermières, Filles d'Isabelle, Chevaliers de Colomb, Club des 50 ans et +, CLSC Rivière-du-Loup, CLSC Malauze, CLSC Métis, CLSC Des Monts, CLSC Gaspé, CLSC Percé, groupes de femmes, Droits devant
- Régional : Association régionale de loisirs pour personnes handicapées
- National : s/o

RÉGION 12 – CHAUDIÈRE-APPALACHES

REGROUPEMENT DES PERSONNES AIDANTES DE LOTBINIÈRE

1000, rue Saint-Joseph, C. P. 3
Saint-Flavien (Québec) G0S 2M0
418-728-2663
rpalotb@hotmail.com

MRC Lotbinière, 28 600 hab.

Incorporé en 1990

1. DYNAMIQUE ASSOCIATIVE

Équipe : 1 coordonnatrice 28 h/sem. depuis 2007. De 1990 à 2007 : 1 coordonnatrice 14 h/sem.

Conseil d'administration : 7 membres aidants ou ex-aidants, engagés dans les activités

Bénévoles : fonctionnement de l'organisme basé sur un noyau de bénévoles de longue date, formation continue des animateurs bénévoles

Membres : 140 aidantes/aidants inscrits ; aucun frais d'adhésion

Ressources financières : 34 000\$, dont PSOC 20 000\$ depuis 2006

2. ACTIVITÉS DIRECTES AUPRÈS DES PROCHES AIDANTS

Individuelles

- Accueil, information, référence, écoute téléphonique
- Travail de liaison dans le milieu : repérage d'aidants, visites à domicile, recrutement
- Service de répit gratuit assuré par bénévoles de Présence Lotbinière, organisme d'accompagnement en fin de vie : environ 3 h-4 h/semaine, 64 visites, 7 aidantes (2008)
- Bulletin de liaison 3 fois/an et calendrier annuel des activités
- Centre de documentation

De groupe

- 2 groupes de soutien par année (automne/printemps) : série de 5 rencontres de 2 heures
- 4 déjeuners-échanges par année : rencontres conviviales et thématiques; ± 50 participants
- 1 atelier-partage pour aidants endeuillés : série de 7 rencontres de 3 heures (2 fois par année)
- Retrouvailles des ex-aidants une fois l'an : ± 40 participants
- Activités festives pour aidants/aidés : souper annuel, dîner St-Valentin, sorties, etc.

3. ACTION COLLECTIVE

Sensibilisation, promotion et défense des droits

- Séances d'information dans groupes sociaux; publicité dans journaux locaux; présentation de la pièce *Pas de vacances pour les anges* du théâtre Parminou (1988 et 2008)
- Organisation du colloque régional « Être proche aidant, une réalité qui évolue » (2007), avec le Comité des proches aidants du Grand Littoral
- Organisation de la Journée annuelle de ressourcement pour les proches aidants « J'ouvre grand mes ailes » avec le Comité des proches aidants du Grand Littoral
- Le doyen des organismes « aidants » au Québec (avec l'AFSAS en Montérégie) a développé une formule unique de mobilisation au sein des communautés villageoises : un réseau de personnes liaison (ex-aidantes)

Concertation et partenariat

- Local : Comité des proches aidants du Grand Littoral
- Régional : Regroupement des organismes communautaires en soutien à domicile (ROCSAD) de Chaudière-Appalaches, Table régionale des organismes communautaires (TROCCA), Société Alzheimer Membre du RAANM
- National : membre du RANQ

REGROUPEMENT DES PROCHES AIDANTS DE BELLECHASSE

110-B, rue Principale
 Saint-Lazare (Québec) GOR 3J0
 418-883-1557 poste 4
 1-866-523-4484
 rpab@globetrotter.net
 www.rpab.ca

MRC Bellechasse, 33 330 hab.

Incorporé en 2001

1. DYNAMIQUE ASSOCIATIVE

Équipe : 1 coordonnatrice depuis 2002, 1 intervenante à temps partiel

Conseil d'administration : 6 membres. Exercice de réflexion sur les enjeux éthiques des pratiques
 Le bilan d'implantation de l'organisme (2006) a conduit au transfert du service de répit à la Coop de services à domicile

Bénévoles : 20 personnes

Membres : 80 aidants et ex-aidants inscrits ; frais d'adhésion 7\$

Ressources financières : 84 000\$, dont PSOC 51 00\$ (2008-2009)

2. ACTIVITÉS DIRECTES AUPRÈS DES PROCHES AIDANTS

Individuelles

- Accueil, information, référence, écoute téléphonique
- Mise en place d'un réseau de vigilance dans 10 villages selon le modèle des personnes liaison de Lotbinière, recrutement permanent de personnes liaison
- Journal *Le Soleil Levant*, 4 fois/an, 300 exemplaires
- Site internet
- Centre de documentation
- Gestion d'un service de répit à domicile (2001-2006), transféré à la Coop de SAD en 2007

De groupe

- Groupe de soutien mensuel : réseau d'échange entre aidants
- Rencontres partage thématiques : déjeuners-causeries, cafés-rencontres
- Activités festives : souper de Noël, cabane à sucre, etc.

3. ACTION COLLECTIVE

Sensibilisation, promotion et défense des droits

- Séances d'information dans groupes sociaux et municipalités (médecins, pharmaciens, HLM, etc); publicité dans journaux locaux, journal *Le Soleil Levant* : outil de promotion
- Organisation du colloque régional « Être proche aidant, une réalité qui évolue » (2007), avec le Comité des proches aidants du Grand Littoral
- Organisation de la Journée annuelle de ressourcement pour les proches aidants « J'ouvre grand mes ailes » : avec le Comité des proches aidants du Grand Littoral
- Production d'une vidéo avec des citoyennes et citoyens de Bellechasse : *Prendre soin de moi tout en prenant soin de l'autre* (2003)
- Initiative de la réalisation d'un guide pour aidants avec le Comité des proches aidants du Grand Littoral (2007)

Concertation et partenariat

- Local : Table de concertation des personnes en perte d'autonomie et leurs proches de Bellechasse, Comité des proches aidants du Grand Littoral
- Régional : Regroupement des organismes communautaires en soutien à domicile (ROCSAD) de Chaudière-Appalaches, Table régionale des organismes communautaires (TROCCA), Société Alzheimer Membre du RAANM
- National : membre du RANQ et représente la région 12 au conseil d'administration du RANQ

RÉGION 12 – CHAUDIÈRE-APPALACHES

LIEN-PARTAGE

Service de soutien aux proches aidants
C.P. 74, Sainte-Marie (Québec) G6E 3B4
418-387-3391
lien-partage@globetrotter.net

MRC Nouvelle-Beauce, 32 800 hab.

Volet créé en 2005

1. DYNAMIQUE ASSOCIATIVE

Équipe du volet «proches aidants» : 1 responsable du volet depuis 2005. Même directrice de Lien-Partage depuis 1995.

Conseil d'administration : 7 membres dont 2 ex-proches aidantes

Bénévoles : 21 personnes consacrées au Lien-répit, formées et encadrées par l'organisme

Membres : 60 aidantes/aidants inscrits. Frais d'adhésion : aucun

Ressources financières : volet «proches aidants» : 40 000\$, entente spécifique CSSS

2. ACTIVITÉS DIRECTES AUPRÈS DES PROCHES AIDANTS

Individuelles

- Accueil, information, référence, écoute téléphonique
- Calendrier biannuel des activités – 1 activité/mois (envoi postal)
- Centre de documentation
- Travail de liaison dans le milieu : repérage d'aidants, visites à domicile, recrutement
- Lien-répit : service de répit-présence à domicile assuré par des bénévoles - 3 hr/sem max - 10 à 16 aidants pour 1 110 heures de répit (2008-2009). Liste de 60 aidants inscrits en 2010.
Origine des demandes : CLSC Nouvelle-Beauce. Visites à domicile par la responsable et rencontres individuelles. Mise au point d'une formule et d'outils de répit, bénévoles formés par Lien-Partage

De groupe

- Groupe de soutien et d'entraide : série de 6 à 8 ateliers thématiques de 2 heures - 1 à 2 groupes/ année
- Rencontres partage thématiques : café-rencontres, déjeuners-causeries, séances de formation et d'information diverses et activités festives : Noël, St-Valentin, cabane à sucre, etc.
- Projet de groupe de soutien pour ex-aidants

3. ACTION COLLECTIVE

Sensibilisation, promotion et défense des droits

- Articles dans journaux locaux. Présentation de la pièce 'Pas de vacances pour les anges' du théâtre Parminou.
- Organisation du colloque régional 'Être proche aidant, une réalité qui évolue' (2007) avec le Comité des proches aidants du Grand Littoral
- Organisation de la Journée de ressourcement pour les proches aidants (depuis 2007) avec le Comité des proches aidants du Grand Littoral

Concertation et partenariat

- Local: Comité des proches aidants du Grand Littoral
- Régional : Regroupement des organismes communautaires en soutien à domicile (ROCSAD) de Chaudière-Appalaches, Table régionale des organismes communautaires (TROCCA), Société Alzheimer
- National : membre du RANQ

RÉGION 12 – CHAUDIÈRE-APPALACHES

SERVICE D'ENTRAIDE DE BREAKEYVILLE

Service de soutien aux proches aidants Lévis et Saint-Lambert

12, rue Sainte-Hélène

Breakeyville GOS 1E2

418-832-1671

secretariat@sebreakeyville.ca

www.sebreakeyville.ca

Grand Lévis et Saint-Lambert, 142 860 hab.

Volet créé en 2006

1. DYNAMIQUE ASSOCIATIVE

Équipe du volet « proches aidants » : 1 intervenante 35 h/sem. depuis 2007, appuyée par la coordonnatrice de l'organisme

Conseil d'administration : 7 membres

Bénévoles : à l'occasion

Membres aidants : 70 personnes participantes en mars 2010 ; aucun frais d'adhésion

Ressources financières : volet «proches aidants» : 50 000\$ (2008-2009), entente spécifique CSSS

2. ACTIVITÉS DIRECTES AUPRÈS DES PROCHES AIDANTS

Individuelles

- Accueil, information, référence, écoute téléphonique
- Bulletin de liaison mensuel *L'Étincelle*
- Centre de documentation
- Site internet interactif

De groupe

- Groupes de soutien (jour/soir) : séries de 4 ateliers thématiques de 2 heures; modèle d'animation développé par l'intervenante
- Après-midis « Portes ouvertes » pour proches aidants
- Cafés conférences mensuels avec invités
- Déjeuners proches aidants
- Ateliers d'art et de Viniyoga
- Séances de formation : PDSB, Stimul'Action, Alzheimer, écoute active

3. ACTION COLLECTIVE

Sensibilisation, promotion et défense des droits

- Tournée de sensibilisation auprès des groupes, organismes, clubs sociaux
- Organisation du colloque régional « Être proche aidant, une réalité qui évolue » (2007) et de la Journée de ressourcement pour les proches aidants (depuis 2007), avec le Comité des proches aidants du Grand Littoral
- Conception d'outils d'animation et de promotion : guide d'animation d'un groupe de soutien, feuillets thématiques pour l'animation des déjeuners « proches aidants », diaporama de promotion *Mieux connaître le rôle de proche aidant*

Concertation et partenariat

- Local : Table des aînés de Lévis et Saint-Lambert-de-Lauzon, Comité des proches aidants du Grand Littoral
- Régional : Regroupement des organismes communautaires en soutien à domicile (ROCSAD) de Chaudière-Appalaches, TROCCA, Société Alzheimer Chaudière-Appalaches
- National : membre du RANQ

RÉGION 12 – CHAUDIÈRE-APPALACHES

NOUVEL ESSOR

Service de soutien aux proches aidants
201, rue Claude-Bilodeau, Suite 15
Lac-Etchemin (Québec) GOR 1S0
418-625-9082

MRC des Etchemins, 17 250 hab.

Volet créé en 2004

1. DYNAMIQUE ASSOCIATIVE

Équipe du volet « proches aidants » : 1 intervenante 28 h/sem. depuis 2004.

Conseil d'administration : aucun membre n'est proche aidant

Bénévoles : comité de réflexion et d'orientation formé de 2 aidantes et 2 ex-aidantes, en appui à l'intervenante

Membres : 50 aidantes et aidants inscrits. Frais d'adhésion : 2\$

Ressources financières : n.d. volet « proches aidants » : entente spécifique CSSS. Centraide : principal bailleur de fonds de Nouvel Essor (org. pour personnes handicapées et soutien à domicile pour personnes en perte d'autonomie)

2. ACTIVITÉS DIRECTES AUPRÈS DES PROCHES AIDANTS

Individuelles

- Accueil, information, référence, écoute et suivi téléphonique
- Recrutement par marrainage : l'intervenante visite l'aidante à son domicile
- Section « Parlons proches aidants » dans le journal biannuel La Source
- Centre de documentation

De groupe

- Déjeuners partage mensuels : 30 aidantes et aidants
- Groupe de soutien animé par la coordonnatrice (modèle Arcand-Brissette adapté)
- Cafés-rencontres thématiques
- Activités sociales, sorties culturelles

3. ACTION COLLECTIVE

Sensibilisation, promotion et défense des droits

- Tournée des groupes sociaux locaux (centres d'aînés, clubs Âge d'Or et autres), rencontres des intervenants
- Démarrage du volet « proches aidants » : recrutement de membres par des visites de l'intervenante dans les centres de vaccination aux aînés

Concertation et partenariat

- Local : Comité des proches aidants des Etchemins (plan 2005-2010, CSSS des Etchemins)
- Régional : Regroupement des organismes communautaires en soutien à domicile (ROCSAD) de Chaudière-Appalaches, Table régionale des organismes communautaires (TROCCA), Société Alzheimer. Membre du RAANM
- National : membre du RANQ

RÉGION 12 – CHAUDIÈRE-APPALACHES

ASSOCIATION BÉNÉVOLE BEAUCE-SARTIGAN

11500, 1^{re} avenue, bureau 120 A
Saint-Georges (Québec) G5Y 2C3
418-228-0007
asbebs@globetrotter.net

MRC Beauce-Sartigan, 51 000 hab.

Volet créé en 2005

1. DYNAMIQUE ASSOCIATIVE

Équipe du volet « proches aidants » : 1 intervenante sociale à temps plein, appuyée par la coordonnatrice

Conseil d'administration : 6 membres

Bénévoles consacrés au volet « proches aidants » : 30 personnes impliquées dans les services de soutien aux proches aidants

Membres aidants : 40 personnes participantes

Ressources financières : volet « proches aidants »: 25 000\$ (2008-2009), entente spécifique CSSS

2. ACTIVITÉS DIRECTES AUPRÈS DES PROCHES AIDANTS

Individuelles

- Accueil, information, référence, écoute téléphonique
- Service de répit assuré par des bénévoles : bloc de 3 heures aux 2 semaines, 1 520 heures pour une trentaine d'aidants (2008-2009)

De groupe

- Groupes de soutien dans 3 municipalités (Saint-Georges, Guadeloupe, Notre-Dame-des-Pins) : rencontres dans les restaurants, frais payés par ABBS, ateliers thématiques, conférenciers, discussions, relation d'aide

3. ACTION COLLECTIVE

Sensibilisation, promotion et défense de droits

- Production d'un dépliant d'information sur les services aux proches aidants
- Journée hommage aux proches aidants avec CAB Beauce-Etchemin et le Comité réseau de services aux proches aidants B-S/R-C
- Tournée de sensibilisation des résidences privées et CHSLD : repérage/aide aux proches aidants

Concertation et partenariat

- Local : Comité réseau de services aux proches aidants Beauce-Sartigan/Robert-Cliche (ABBS, CABBE, Coop de services à domicile Beauce-Nord, Coop de solidarité et services à domicile Beauce-Sartigan, Société Alzheimer Chaudière-Appalaches, CSSS Beauce et autres o.c.); Table de concertation des aînés Beauce-Sartigan
- Régional : Regroupement des organismes communautaires en soutien à domicile (ROCSAD) de Chaudière-Appalaches, TROCCA
- National: membre du RANQ

RÉGION 12 – CHAUDIÈRE-APPALACHES

CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE BEAUCE-ETCHEMIN

595-N, 9^e avenue
Beauceville (Québec) G5X 1J3
418-774-6008
cabbe.proche.aidant@sogetel.net

MRC Robert-Cliche, 18 900 hab.

Volet créé en 2006

1. DYNAMIQUE ASSOCIATIVE

Équipe du volet « proches aidants » : 1 responsable à temps plein

Conseil d'administration : 7 membres

Bénévoles : 95 bénévoles œuvrent aux services de soutien à domicile (popote roulante, accompagnement transport, etc.), mais aucun au sein du volet « proches aidants »

Membres : les membres sont des bénévoles et non des personnes aidantes

Ressources financières : n.d. Volet « proches aidants » entente spécifique CSSS

2. ACTIVITÉS DIRECTES AUPRÈS DES PROCHES AIDANTS

Individuelles

- Accueil, information, référence, écoute téléphonique

De groupe

- Groupes de soutien dans 3 municipalités (Beauceville, Saint-Joseph, Saint-Victor) : une rencontre par mois dans chaque municipalité

3. ACTION COLLECTIVE

Sensibilisation, promotion et défense de droits

- Sensibilisation de l'équipe de soutien à domicile du CSSS Beauce
- Représentation à plusieurs tables (organismes communautaires, aînés, bénévoles)
- Journée hommage aux proches aidants en collaboration avec ABBS et Comité réseau de services
- Participation au colloque « À l'écoute des proches aidants » (2008)

Concertation et partenariat

- Local : Comité réseau de services aux proches aidants Beauce-Sartigan/Robert-Cliche composé de ABBS, CAB Beauce-Etchemin, Coop de services à domicile Beauce-Nord, Coop de solidarité et services à domicile Beauce-Sartigan, Société Alzheimer Chaudière-Appalaches, CSSS Beauce, Table de concertation des aînés Beauce-Sartigan
- Régional : Regroupement des organismes communautaires en soutien à domicile (ROCSAD) de Chaudière-Appalaches, TROCCA. Membre du RAANM
- National : membre du RANQ

RÉGION 12 – CHAUDIÈRE-APPALACHES

CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE CONCERT'ACTION

9, rue de la Chapelle
Beaulac-Garthby (Québec) G0Y 1B0
418-458-2737
Concert-action@bellnet.ca

MRC des Appalaches, 50 000 hab.

Volet créé en 2006

1. DYNAMIQUE ASSOCIATIVE

Équipe du volet « proches aidants » : la coordonnatrice du CAB, en poste depuis 8 ans, assume le développement du volet à même le financement de base

Conseil d'administration : création du comité Proches aidants formé de 2 personnes (2007)

Bénévoles : n.d.

Membres : 5 aidants participants

Ressources financières : volet « proches aidants » : 3 750\$/an, entente spécifique CSSS

2. ACTIVITÉS DIRECTES AUPRÈS DES PROCHES AIDANTS

Individuelles

- Accueil, information, référence, écoute téléphonique
- Conception d'une petite trousse du proche aidant incluant un bottin des ressources
- Accompagnement transport de l'aidé par un bénévole lors de visite médicale : répit indirect à l'aidant
- Volet en démarrage : formation des bénévoles affectés aux proches aidants (Alzheimer, Parkinson et autres)

De groupe

- À l'état de projet

3. ACTION COLLECTIVE

Sensibilisation, promotion et défense des droits

- Promotion du service dans les journaux locaux et aux tables de concertation locales

Concertation et partenariat

- Local: Association Action volontaire de l'Amiante, CLSC Thetford, Corporation de développement communautaire anglophone de l'Amiante
- Régional : Regroupement des organismes communautaires en soutien à domicile (ROCSAD) de Chaudière-Appalaches, TROCCA, Regroupement des CAB de Chaudières-Appalaches
- National: membre du RANQ

RÉGION 12 – CHAUDIÈRE-APPALACHES

CORPORATION DE DÉVELOPPEMENT DE LA COMMUNAUTÉ D'EXPRESSION ANGLAISE DE MÉGANTIC Mégantic English-Speaking Community Development Corporation (MCDC)

906, rue Mooney Ouest
Thetford Mines (Québec) G6G 6H2
418-332-3851 ou 1-877-332-3851
mcdc@bellnet.ca
www.mcdc.info

Pop. anglophone des MRC Amiante,
Lotbinière, L'Érable 1 050 hab.

Volet créé en 2008

1. DYNAMIQUE ASSOCIATIVE

Équipe du volet « proches aidants » : relève de la coordonnatrice des Services bénévoles et liaison, 24 h/sem.

Conseil d'administration : 13 membres, dont 4 font partie du Comité de support aux personnes aidantes

Bénévoles : banque de 10 personnes formées pour service répit

Membres : n.d., aucun frais d'adhésion

Ressources financières : organisme non subventionné par PSOC Agence, mais par fédéral

2. ACTIVITÉS DIRECTES AUPRÈS DES PROCHES AIDANTS

Individuelles

- Accueil, information, référence
- Répit assuré par des bénévoles depuis mai 2009, max. 7 h/sem. par famille; 3 aidants de personnes âgées surtout, région de Thetford Mines (rayon de 40 km)
- Section du centre de documentation réservée aux proches aidants : The Caregivers' Nook
- Site internet

De groupe

- Groupe de soutien : 4 ateliers de formation d'une journée dans une salle voisine de la maison du MCDC, incluant dîner; 15 aidants participants; Caregivers' Support Group
- Groupe de soutien mensuel nommé Care-Chat

3. ACTION COLLECTIVE

Sensibilisation, promotion et défense des droits

- Production d'un guide de ressources pour aînés, *Home-Support Services available for Seniors of Amiante-Érable-Lotbinière*, (2007)
- Traduction du Guide d'accompagnement à l'intention des proches aidants (Comité du Grand Littoral) *Taking care of myself while taking care of others*
- Création du volet « proches aidants » à l'initiative de 3 personnes préoccupées par les besoins de répit des familles anglophones de Chaudière-Appalaches (2006)

Concertation et partenariat

- Local : AAVA, CAB Concert'Action, CSSS de la région de Thetford
- Régional : Regroupement des organismes communautaires en soutien à domicile (ROCSAD) de Chaudière-Appalaches, TROCCA
- National : membre du RANQ

RÉGION 12 – CHAUDIÈRE-APPALACHES

ASSOCIATION DE L'ACTION VOLONTAIRE AMIANTE

37, Rue Notre-Dame Ouest
Thetford Mines (Québec) G6G 1J1
418-334-0111
a.a.v.a.p-a@bellnet.ca

MRC Les Appalaches, 43 530 hab.

Volet créé en 2008

1. DYNAMIQUE ASSOCIATIVE

Équipe du volet «proches aidants» : 1 coordonnatrice, 14 h/sem.

Conseil d'administration : aucun proche aidant

Bénévoles : 5 personnes formées consacrées au service de répit, selon disponibilités

Membres : 60 personnes aidantes identifiées lors de rencontres exploratoires

Ressources financières : volet «proches aidants» : 8 900\$/an, entente spécifique CSSS

2. . ACTIVITÉS DIRECTES AUPRÈS DES PROCHES AIDANTS

Individuelles

- Accueil, information, référence, écoute téléphonique
- Répit assuré par des bénévoles, maximum 2 h/sem.; 7 proches aidants; service offert de façon occasionnelle depuis 3 ans

De groupe

- 1^{er} groupe de soutien (sept. 2009) : série de 8 rencontres thématiques animées par la coordonnatrice et une animatrice de pastorale bénévole; 8 participantes et participants

3. ACTION COLLECTIVE

Sensibilisation, promotion et défense de droits

- Rencontres de sensibilisation auprès des comités de bénévoles et groupes sociaux (Âge d'Or, Cercles de fermières et autres)
- Brunch de Semaine des proches aidants, avec CAB de Concert'Action et CLSC : 60 convives; 1^{er} événement public d'envergure consacré aux personnes aidantes dans la région de l'Amiante

Concertation et partenariat

- Local: CLSC Frontenac, CAB Concert'Action Beaulac Garthby, CDC Amiante
- Régional : Regroupement des organismes communautaires en soutien à domicile (ROCSAD) de Chaudière-Appalaches, TROCCA. Membre du RAANM
- National: membre du RANQ

CENTRE D'ENTRAIDE COMMUNAUTAIRE BÉNÉVOLE MONTMAGNY-L'ISLET

25, boul. Taché Ouest
Montmagny (Québec) G5V 2Z9
418-248-7242
cecb.montmagny@cgocable.ca

MRC Montmagny et L'Islet, 41 600 hab.

Volet créé en 2007

1. DYNAMIQUE ASSOCIATIVE

Équipe du volet «proches aidants» : 1 agente de développement depuis 2007

Conseil d'administration : n.d.

Bénévoles : n.d.

Membres : une quarantaine de personnes aidantes participantes

Ressources financières : n.d. volet « proches aidants » entente spécifique CSSS

2. ACTIVITÉS DIRECTES AUPRÈS DES PROCHES AIDANTS

Individuelles

- Accueil, information, référence, écoute téléphonique
- Section « proches aidants » dans le journal biannuel *Le Point*
- Projet de jumelage bénévoles-aidants pour visites et téléphones d'amitié

De groupe

- 5 groupes de soutien Havre : série de rencontres thématiques dans quatre municipalités (Montmagny, Saint-Pamphile, Saint-Jean-Port-Joli, Saint-Fabien)
- Bibliothèque mobile

3. ACTION COLLECTIVE AU NOM DES AIDANTS

Sensibilisation, promotion et défense des droits

- Capsules d'info dans les journaux locaux
- Promotion de l'organisme et de ses activités dans les municipalités

Concertation et partenariat

- Local: Table de concertation des proches aidants de Montmagny-L'Islet
- Régional : Regroupement des organismes communautaires en soutien à domicile (ROCSAD) de Chaudière-Appalaches, TROCCA, Regroupement des CAB des régions 03 et 12
- National: membre du RANQ

RÉGION 13 - LAVAL

ASSOCIATION LAVALLOISE DES PERSONNES AIDANTES (ALPA)

1717, boul. Saint-Martin Ouest, bureau 350A
Laval (Québec) H7S 1N2
450-686-2572
alpa@bellnet.ca
www.aldpa.org

Région de Laval, 391 640 hab.

Incorporé en 2002

1. DYNAMIQUE ASSOCIATIVE

Équipe : 1 directrice, 1 adjointe temps partiel, 1 coordonnatrice répit temps partiel
Conseil d'administration : 7 membres aidants ou ex-aidants. Exercice de réflexion stratégique
Bénévoles : une douzaine (400 heures en 2008-2009)
Membres aidants : 200 inscrits, frais d'adhésion 5\$
Ressources financières : 110 000\$, dont 84 500\$ PSOC (2009-2010)
Projet répit : 280 000\$

2. ACTIVITÉS DIRECTES AUPRÈS DES PROCHES AIDANTS

Individuelles

- Accueil, information, référence, écoute téléphonique
- Téléphones d'amitié aux membres par des bénévoles
- Service de répit depuis 2008 en partenariat avec la Coopérative de soutien à domicile de Laval : 40 familles desservies, 90 familles en attente (février 2010). Responsabilités de l'ALPA : évaluation des besoins de la personne aidante, visites à domicile, suivi auprès des familles, services directs aux familles par les préposées formées de la Coop

De groupe

- Conférences thématiques mensuelles de type café-causerie
- Ateliers de ressourcement : écriture, musique, art dramatique
- Activités sociales et culturelles : fêtes et sorties

3. ACTION COLLECTIVE

Sensibilisation, promotion et défense de droits

- Organisation du colloque « Des idées nouvelles pour répondre aux besoins des personnes aidantes »(2007)
Conséquence : mise sur pied du service de répit avec la Coop
- Animation et sensibilisation dans différents milieux de vie des aînés et associations et auprès des groupes de soutien du CSSS de Laval

Concertation et partenariat

- Local et régional : CSSS, Table de concertation des organismes communautaires de soutien à domicile de Laval, Table de concertation en condition féminine de Laval, Corporation de développement communautaire de Laval, Table de concertation des aînés de Laval. Membre du RAANM
- National: membre du RANQ et représente la région 13 au conseil d'administration du RANQ
La directrice de l'ALPA est présidente du RANQ. Membre de l'Association québécoise de gérontologie

RÉGION 14 – LANAUDIÈRE

LE RÉSEAU DES AIDANTS NATURELS D'AUTRAY

588, rue Montcalm, bureau 220
Berthierville (Québec) J0K 1A0
450-836-0711
aidantsautray@bellnet.ca

MRC D'Autray, 41 880 hab.

Incorporé en 1994

1. DYNAMIQUE ASSOCIATIVE

Équipe : 1 coordonnatrice 4j/sem, en poste depuis 1998

Conseil d'administration : 7 membres dont 5 aidantes

Bénévoles : 15 personnes

Membres aidants : 60 inscrits en 2010

Ressources financières : 21 035\$ PSOC, 3 335\$ PAPA, 7 900\$ Centraide (2009-2010)

2. ACTIVITÉS DIRECTES AUPRÈS DES PROCHES AIDANTS

Individuelles

- Accueil personnalisé, écoute téléphonique (240 appels), information/référence (225), accompagnement
- Chaîne téléphonique pour relance aux activités, envoi de cartes pour événements spéciaux
- Centre de documentation
- Journal *Le Lien* suspendu en 2008 faute de moyens

De groupe

- Cafés rencontres mensuels (groupe d'entraide) : retrouvailles, échange, partage
- Conférences mensuelles avec personnes-ressources
- Formations courtes animées par spécialiste (2-3 par an)
- Activités festives et sociales (cabane à sucre, pique-nique, quilles, etc.)

3. ACTION COLLECTIVE

Sensibilisation, promotion et défense de droits

- Semaine des proches aidants : café-rencontre au restaurant
- Participation au Comité de promotion des liens de proximité de Lanaudière
- Représentation de la région de Lanaudière au conseil d'administration du RANQ (2004-2008)

Concertation et partenariat

- Local : Centre d'action bénévole d'Autray (CABA), CSSS Nord Lanaudière-CLSC d'Autray, Centre de bénévolat Brandon (CBB), Table de soutien à domicile d'Autray, Table des organismes communautaires d'Autray
- Régional : Regroupement des aidants naturels du comté de l'Assomption (RANCA), Table des organismes communautaires de Lanaudière (TROCL). Membre du RAANM
- National : membre du RANQ

RÉGION 14 – LANAUDIÈRE

REGROUPEMENT DES AIDANTS NATURELS DU COMTÉ DE L'ASSOMPTION

Centre à Nous – Pavillon Richelieu
50, rue Thouin, bureau 101
Repentigny (Québec) J6A 4J4
450-657-0514
info@aidantslassomption.org
www.aidantslassomption.org

MRC L'Assomption, 117 590 hab.

Incorporé en 2002

1. DYNAMIQUE ASSOCIATIVE

Équipe : 1 agente de liaison (coordonnatrice) 4j/sem., depuis 2008

Conseil d'administration : 9 membres; 2 comités : finances et règlements généraux
Bilan organisationnel réalisé par stagiaire en administration de la santé en 2007

Bénévoles : une vingtaine de personnes, cumulant 4 700 heures (2007-2008)

Membres aidants : 220 inscrits en 2008. Frais d'adhésion 10\$

Ressources financières : budget 32 000\$, dont PSOC 20 000\$

Répit : 10 000\$ ponctuel, Secrétariat aux Aînés 2007-2008 et CSSS Meilleur 2008 (PALV)

2. ACTIVITÉS DIRECTES AUPRÈS DES PROCHES AIDANTS

Individuelles

- Accueil personnalisé, écoute téléphonique (300 appels), référence, information
- Répît-accompagnement à domicile par des travailleuses autonomes : pour participer aux activités du RANCA ou rendez-vous médicaux, 4-8 h/mois, 2 530 heures en 2007-08 ; formule expérimentale avec le CSSS Meilleur (PALV), 60 familles identifiées par RANCA et contactées par CSSS
- Journal *L'Aidant*, 16 p., 3 nos/an
- Site internet

De groupe

- Groupe de soutien-formation (« d'entraide et d'information ») : 10 ateliers thématiques mensuels animés par un bénévole et un membre du CA; 20 participants/rencontre
- Soupers rencontres mensuels, une trentaine de participants par événement

3. ACTION COLLECTIVE

Sensibilisation, promotion et défense de droits

- 1^{er} Colloque régional des aidants naturels (2006), 300 participants
- Activités d'autofinancement, couverture médiatique, promotion de l'organisme dans bottins de ressources locaux et régionaux
- Semaine des proches aidants : campagne de visibilité
- Projet Biblio Aidants en collaboration avec bibliothèques municipales

Concertation et partenariat

- Local : Service bénévole Comté de l'Assomption, CSSS du Sud Lanaudière, Table de concertation des organismes communautaires du comté de L'Assomption, Table maintien à domicile comté l'Assomption, CDC L'Assomption
- Régional : TROC Lanaudière, Société Alzheimer
- National: membre du RANQ et représente la région 14 au conseil d'administration du RANQ

RÉGION 15 – LAURENTIDES

COOP SORE

Coopérative de Solidarité, de Répit et d'Entraide pour proches-aidant(e)s des Pays-d'en-Haut

170, rue des Épinettes
Morin Heights (Québec) J0R 1H0
450-226-2466
sore@cgocable.ca

MRC Les Pays d'en Haut, 38 670 hab.

Incorporé en 2006

1. DYNAMIQUE ASSOCIATIVE

Équipe : 1 coordonnatrice, 1 coordonnatrice répit temporaire

Conseil d'administration : 5 membres : 4 membres participants, 1 travailleur

Bénévoles : une dizaine de personnes

Membres aidants : 90 inscrits. Frais d'adhésion 20\$/an + part sociale 20\$

Ressources financières : 83 000\$ en 2007-2008 : entente de services CSSS, projet ponctuel, cotisation des membres. Non éligible au PSOC en raison du statut juridique de coopérative

SIRA 2010-2013: 83 100\$ (formation de bénévoles spécialisés)

Bureau administratif au sous-sol de la résidence de coordonnatrice. Local prêté par CLSC pour conférences hebdomadaires et par les municipalités pour activités collectives

2. ACTIVITÉS DIRECTES AUPRÈS DES PROCHES AIDANTS

Individuelles

- Accueil, information, référence, écoute téléphonique, accompagnement
- Service de remplacement d'aidant (répit-accompagnement à domicile) sur demande, 22\$/h.

De groupe

- Conférences thématiques hebdomadaires : groupe de soutien et d'entraide (20-25 personnes)
- Sorties aidants/aidés : 2 par mois
- Cuisines collectives hebdomadaires pour aidants (collaboration de Garde-Manger)
- 4 camps de musicothérapie : répit-ressourcement pour aidants/aidés (18 à 40 personnes/camp) en 2007-2008

3. ACTION COLLECTIVE

Sensibilisation, promotion et défense de droits

- Semaine des proches aidants : spectacle bénéfique au Cégep avec collaboration d'étudiants (2008)
- Projet DVD « Cabine C » : outil de sensibilisation.

Concertation et partenariat

- Projet de construction d'une résidence adaptée 30 logements : pour aidants/aidés, pour personnes seules avec légère perte d'autonomie et avec perte d'autonomie plus lourde
- Local : CSSS des Pays d'en Haut, Table des aînés de la MRC des Pays d'en Haut, Entraide bénévole, Garde-Manger
- Régional : Société Alzheimer des Laurentides, Société d'aide au développement des collectivités, Table régionale des aînés des Laurentides (TRAL)
- National : membre du RANQ

RÉGION 16 - MONTÉRÉGIE

ASSOCIATION DES FAMILLES SOUTIEN DES AÎNÉS DE SAINT-HUBERT (AFSAS)

1688, rue Cartier
Saint-Hubert (Québec) J4T 1Y6
450-465-2520
afsas@videotron.ca
www.aidantsnaturels.org

Agglomération de Longueuil, 190 000 habitants

Incorporé en 1990

1. DYNAMIQUE ASSOCIATIVE

Équipe : 1 directrice générale, 1 coordonnatrice des programmes, 1 coordonnatrice des activités, 1 secrétaire administrative, 1 agente d'information

Conseil d'administration : 10 membres. Comités de travail ad hoc.

Bénévoles : une trentaine de personnes

Membres aidants : 350 inscrits

Ressources financières : Budget de 500 000\$ dont 242 000\$ PSOC.

2. ACTIVITÉS DIRECTES AUPRÈS DES PROCHES AIDANTS

Individuelles

- Accueil, information, référence, écoute téléphonique
- Intervention psychosociale
- Journal trimestriel *Les Chroniques de l'AFSAS*
- Calendrier des activités
- Service de répit à domicile : gestion et transfert des demandes aux Services d'aide domestique Saint-Hubert
- Services aux aînés : système d'alerte médicale Survie+, aide aux aînés victimes de maltraitance

De groupe

- Formation « Ressourc'É-MOI » en prévention de l'épuisement des aidants naturels : groupe de soutien, 3 séries de 5 rencontres par année
- Cafés-rencontres mensuels : groupe d'échange autour d'une thématique
- Les « Apprentis-Sages » : rencontre mensuelle pour ex-aidants
- Conférences échange par des professionnels sur des thèmes choisis par les aidants
- Services aux aînés : dîner rencontre (briser isolement, favoriser rencontres intergénérationnelles)
- Bouge Aînés : séances d'exercices physiques adaptées à la condition physique des participants

3. ACTION COLLECTIVE

Sensibilisation, promotion et défense de droits

- Initiative et organisation de la Journée de reconnaissance des aidants naturels de la Montérégie « É-MOI »
- Conférences : « Prévention de l'épuisement des aidants naturels », « Échec à la maltraitance envers les aînés », « Je me sens manipulé par la personne que j'aide »
- Production d'un répertoire de ressources pour aînés
- Production d'outils d'animation et de sensibilisation pour les activités (groupe de soutien, café-rencontre thématique, conférence grand public et autres)

Concertation et partenariat

Projet régional de soutien aux aidants naturels de la Montérégie, implanté selon le modèle de l'AFSAS

- Local : Service d'aide domestique de Saint-Hubert, Conseil des Aînés de Saint-Hubert, CSSS Champlain
- Régional : ROMAN, TROC de la Montérégie, ASSS de la Montérégie
- National : membre fondateur du RANQ

RÉGION 16 - MONTÉRÉGIE

CENTRE DE SOUTIEN AU RÉSEAU FAMILIAL

843, rue Cowie
Granby (Québec) J2J 1A3
450-375-9115
stardif.csrf@qc.aira.com
soutienreseaufamilial@qc.aira.com
www.servicesauxaidants.com

MRC de la Haute-Yamaska et
St-Paul-d'Abbotsford, 85 000 hab.

Incorporé en 1993

1. DYNAMIQUE ASSOCIATIVE

Équipe : 8 employés : 1 directrice, 1 adjointe à la direction, 1 adjointe administrative, 2 intervenantes sociales temps partiel, 1 directeur du secteur répit, 2 adjointes répit temps partiel

Conseil d'administration : a créé une entreprise d'économie sociale spécialisée en répit à domicile pour les aidants

Bénévoles : 63 personnes, 2 500 heures (2007-2008)

Membres aidants : 227 inscrits (2007-2008)

Ressources financières : environ 1 000 000\$, dont PSOC environ 130 000\$

2. ACTIVITÉS DIRECTES AUPRÈS DES PROCHES AIDANTS

Individuelles

- Accueil, information, référence, écoute téléphonique
- Évaluation de besoins (à domicile ou au bureau), médiation sociale
- Bulletin mensuel *Le Courant* (300 exemplaires)
- Service de répit à domicile offert à une centaine de familles annuellement, par 22 accompagnatrices formées et employées de l'entreprise d'économie sociale Le Soutien
- Programme de 80 h de formation en 2 ans; 650 h/sem. pour 70 familles en moyenne. 5 600 demandes en 2007-2008

De groupe

- 4 types de groupe de formation-soutien : séries de 7 rencontres sur les thèmes « Vivre au quotidien avec un proche en perte d'autonomie », « Vivre au quotidien avec un proche atteint de la maladie d'Alzheimer », « Accompagnement d'un proche en fin de vie », « Ménagez vos relations »
- 2 groupes de soutien pour aidants endeuillés et pour ex-aidants : séries de 10 rencontres
- Rencontres amicales, cafés-rencontres
- Activités récréatives (cabane à sucre, repas de Noël et autres)

3. ACTION COLLECTIVE

Sensibilisation, promotion et défense de droits

- Conception de matériel de formation pour les groupes de soutien (cahiers de l'animateur et du participant) : 4 formations différentes et 6 thématiques
- Dispensation d'ateliers de formation aux gestionnaires et intervenants des organismes membres du ROMAN et aux accompagnatrices répit du programme régional de répit
- « Hommage à l'aidant au grand cœur » : activité locale de reconnaissance
- Participation à la journée de reconnaissance des aidants naturels de la Montérégie « É-moi »
- Activités de visibilité locale et régionale
- Production d'un bottin des ressources pour les aînés de la Haute-Yamaska

Concertation et partenariat

Construction d'une maison multifonctions des proches aidants : CSRF, Soutien, Famille-Âge, Cour Âge (salon des aidants), programme de formation pour professionnels des réseaux

- Local : Chantier PALV du CSSS Haute-Yamaska, Table des aînés de la H.-Y., CDC H.-Y.
- Régional : ROMAN, TROC de la Montérégie, Agence de la Montérégie
- National : membre fondateur du RANQ

RÉGION 16 – MONTÉRÉGIE

ACTION SERVICES AUX AIDANTS DE PARENTS ÂGÉS DE LONGUEUIL

581, rue King-George
Longueuil (Québec) J4J 2V8
450-928-0776
aidants@videotron.ca
www.aidantsnaturels.org

Vieux-Longueuil 135 440 hab.
CSSS Pierre-Boucher (répit)

Incorporé en 1996

1. DYNAMIQUE ASSOCIATIVE

Équipe : 1 directrice, 1 intervenante psycho-sociale, 1 coordonnatrice répit, 1 coordonnatrice SAD

Conseil d'administration : aidants et ex-aidants

Bénévoles : une trentaine de personnes

Membres aidants : 175 inscrits, frais d'adhésion 10\$/an

Ressources financières : n.d.

2. ACTIVITÉS DIRECTES AUPRÈS DES PROCHES AIDANTS

Individuelles

- Accueil, information, écoute téléphonique, référence d'accompagnatrices répit aux familles
- Journal trimestriel *L'Entr'Aidants*
- Services de répit : depuis juin 2008, 22 accompagnatrices employées de l'ASAPAL, 51 familles desservies, formation comprise dans entente de service avec CSSS pour projet régional de répit
- ASAPAL recrute aussi accompagnatrices pour SAD du CLSC (chèque emploi-service) : 95 dossiers
- Service « Baladeur René » : accompagnement au centre d'achats par bénévoles de personnes isolées ciblées par 2 CLSC de Longueuil, 15 pers./3h/sem. (transfert de dossiers de 70 usagers depuis avril 2009)

De groupe

- Groupe de soutien « Prévenir l'épuisement chez les aidants naturels » (6 ateliers thématiques), en collaboration avec 1 intervenante du CLSC.
- Groupes d'entraides thématiques mensuels
- Conférences mensuelles
- Dîners-retrouvailles mensuels
- Activités festives (repas de Noël, théâtre, croisière et autres)
- Festiv'arts : expo-vente d'œuvres d'art réalisés par des aidantes
- Conception du programme « Aider sans s'épuiser », adopté par le ROMAN

3. ACTION COLLECTIVE

Sensibilisation, promotion et défense de droits

- Tournée de sensibilisation dans les HLM
- Bottin de ressources *Action-services aux aidants de parents âgés de Longueuil*
- Production du guide de prévention de l'épuisement *Aidant naturel, pas si naturel que ça!* (bilingue) remis à l'aidant et utilisé comme outil de sensibilisation milieue

Concertation et partenariat

- Local : Table Action Concertation Vieillesse Longueuil, CSSS Pierre-Boucher, Centres de jour
- Régional : ROMAN, Membre du RAANM
- National: membre du RANQ

RÉGION 16 – MONTÉRÉGIE

REGROUPEMENT SOUTIEN AUX AIDANTS DE BROME-MISSISQUOI

505, rue du Sud, bureau 204
Cowansville (Québec) J2K 2X9
450-263-4236
1-877-248-4236
veerle@rsabm.ca
www.rsabm.ca

MRC Brome-Missisquoi, 53 850 hab.

Incorporé en 1996

1. DYNAMIQUE ASSOCIATIVE

Équipe : 1 directrice à temps plein, 1 intervenante à temps partiel, 1 adjointe administrative à temps partiel, 1 comptable à temps partiel

Conseil d'administration : 7 membres (majorité d'aidants ou d'ex-aidants). Comités : financement, sollicitation, accueil

Bénévoles : une trentaine de personnes

Membres aidants : 125 inscrits, frais d'adhésion 10\$/an

Ressources financières : 111 580\$ PSOC (2009-2010)

2. ACTIVITÉS DIRECTES AUPRÈS DES PROCHES AIDANTS

Individuelles

- Accueil, information, référence, écoute téléphonique
- Relation d'aide
- Rencontre d'information auprès des nouveaux membres : remise d'une pochette d'accueil
- Journal *L'entraïdant* : parution 3 /an. Version anglaise *Helping Hands*
- Service de répit-accompagnement à domicile par des bénévoles depuis 1999. Max. de 3 heures/famille/semaine. 40 familles. 1 024 heures pour 374 visites par 12 bénévoles en 2009-2010
- Halte-répit un après-midi/semaine : max. de 6 personnes
- Site internet bilingue

De groupe

- Groupe de soutien : série d'ateliers thématiques animés par intervenante avec outil du ROMAN
- Cafés-rencontres avec ou sans thème: 1 par mois
- Causerie potloch : repas communautaire de partage, 1 par mois
- Activités festives (party de Noël) et de ressourcement : zoothérapie, Qikong, activité d'art, Journées découverte (aromathérapie, rire pour la santé, etc.)
- Journée de ressourcement dans la Semaine des aidants
- Gala reconnaissance des aidants

3. ACTION COLLECTIVE

Sensibilisation, promotion et défense de droits

- Activités de promotion de l'organisme et de ses services, visibilité médiatique (journaux)
- Gala de reconnaissance des bénévoles auprès des aidants
- Halte-répit : production d'un guide de démarrage, programme de formation des accompagnatrices de la Coopérative du Pays des Vergers, partenaire dans la halte-répit et auprès des bénévoles du Regroupement Soutien aux aidants, bottin d'activités d'animation
- Production et diffusion d'une roulette d'autoévaluation *Suis-je un aidant, suis-je en danger d'épuisement?* dans 28 CLSC, cliniques médicales et pharmacies
- Tous les services et outils offerts dans les deux langues

Concertation et partenariat

- Local : CSSS La Pommeraie, Townshippers Association, CDC, Coop du Pays des Vergers
- Régional : membre du ROMAN (formation), TROCM
- National: membre du RANQ

RÉGION 16 – MONTÉRÉGIE

LES AIDANTS NATURELS DU HAUT-SAINT-LAURENT

624, rue Notre-Dame, local 32
Saint-Chrysostome (Québec) JOS 1R0
450-826-1243
aidantsnaturels@qc.aira.com
www.aidantsnaturels.org

MRC du Haut-Saint-Laurent, 21 660 hab.

Incorporé en 1997

1. DYNAMIQUE ASSOCIATIVE

Équipe : 1 coordonnatrice et 1 adjointe

Conseil d'administration : 7 membres aînés

Bénévoles : une vingtaine de personnes

Membres aidants : 150 inscrits, frais d'adhésion 12\$/an

Ressources financières : PSOC 75 052\$ budget répit 58 000\$

2. ACTIVITÉS DIRECTES AUPRÈS DES PROCHES AIDANTS

Individuelles

- Accueil, information, référence, écoute téléphonique, accompagnement lors de deuil. Services bilingues
- Centre de documentation
- Location d'équipement
- Service de répit-accompagnement depuis mars 2008 : pour aidants s'occupant d'un proche de 65 ans et plus vivant à domicile dans la MRC. 8 accompagnatrices à temps partiel, max. 8 h/sem. par famille, 1 689 h pour 16 aidants (moyenne 80 h/sem) en 2008-2009

De groupe

- Groupe de soutien : série de 6 ateliers, max. 10 participants, modèle d'animation de l'AFSAS
- Cafés-rencontres hebdomadaires, une soixantaine de participants
- Exercices Kino-Québec
- Activités festives : repas des Fêtes, sorties, Carnaval des aidants naturels, journée de ressourcement sur l'estime de soi

3. ACTION COLLECTIVE

Sensibilisation, promotion et défense de droits

- Conférences thématiques ouvertes au public
- Tournée de sensibilisation dans clubs sociaux
- Journée des proches aidants préparée par le Comité Sud-ouest
- Journée de reconnaissance des aidants naturels de la Montérégie «É-Moi»

Concertation et partenariat

- Local : CLSC Huntingdon, Comité Sud-Ouest
- Régional : ROMAN, Chantier PALV du CSSS, AQDR
- National : membre du RANQ

RÉGION 16 – MONTÉRÉGIE

ASSOCIATION DES AIDANTS(ES) NATURELS(LES) DU BAS-RICHELIEU

55, Place Fillion
Sorel-Tracy (Québec) J3P 7Z7
450-730-0880
assaidantsnaturelsbr@bellnet.ca
www.aidantsnaturels.org

MRC Pierre-De-Saurel, 51 000 hab.

Incorporé en 1999

1. DYNAMIQUE ASSOCIATIVE

Équipe : 1 directrice générale, 1 coordonnatrice répit (depuis juillet 2008), 1 agente au service à la clientèle temps partiel

Conseil d'administration : 7 membres

Bénévoles : 162 personnes

Membres aidants : 81 inscrits, frais d'adhésion 15\$/an

Ressources financières : 79,138\$ PSOC (2008-09). Service de répit (projet régional): 77,887\$

2. ACTIVITÉS DIRECTES AUPRÈS DES PROCHES AIDANTS

Individuelles

- Accueil, information, référence, écoute téléphonique
- Journal *Échange*
- Centre de documentation
- Deux formules de services de répit : 1) depuis 2003 : 7 accompagnatrices, 3 hres/sem/famille pour remplacer l'aidant lors des activités à l'organisme; 2) depuis avril 2008, 9 accompagnatrices à domicile salariées (20-32 hres/sem), max 8 hres /sem/famille (incluant travail à la halte-répit)

De groupe

- Groupe de soutien aux familles dont un proche est en perte d'autonomie : série de 7 ateliers, 2 à 3 sessions par an
- Groupe de soutien pour proches de personnes atteintes de maladie d'Alzheimer : série de 7 ateliers, 2 à 3 sessions par an
- Dîners mensuels
- Café-conférences mensuels
- Ateliers de formation thématique : estime de soi, maintien de la mémoire
- Ressourcement thérapeutique : ateliers de gymnastique douce (2/semaine); production d'un guide autopédagogique de gymnastique douce
- Activités récréatives (fêtes, repas de Noël, etc.)

3. ACTION COLLECTIVE

Sensibilisation, promotion et défense de droits

- Promotion de l'organisme et participation à la Journée de reconnaissance des aidants de la Montérégie « É-Moi »

Concertation et partenariat

- Local : CLSC Bas-Richelieu, CDC Pierre-de Saurel
- Régional : ROMAN, Agence de la Montérégie, Société Alzheimer des Maskoutains -Vallée des Patriotes, Conseil des élus de la Montérégie Est
- National : membre du RANQ et représente la région 16 au conseil d'administration du RANQ

RÉGION 16 – MONTÉRÉGIE

MAISON DE LA FAMILLE DE LA VALLÉE-DU-RICHELIEU

91, boul. Cartier
Belœil (Québec) J3G 6R4
450-446-0852, poste 32
aidantsvr@videotron.ca
www.mfvr.ca

Pavillon des aînés - Répit et Loisirs
354, rue Brousseau, Beloeil, J3G 1X8

MRC Vallée du Richelieu , 114 240 hab.

Volet créé en 1996

1. DYNAMIQUE ASSOCIATIVE

Équipe du volet « proches aidant » : 1 coordonnatrice-intervenante, 1 adjointe temps partiel

Conseil d'administration : n.d.

Bénévoles : 10 personnes au Pavillon des aînés

Membres aidants : 100 inscrits

Ressources financières : PSOC 43 674\$ pour les activités régulières du volet « proches aidant »
144 000\$ pour répit à domicile et Pavillon des aînés – Répit et Loisirs

2. ACTIVITÉS DIRECTES AUPRÈS DES PROCHES AIDANTS

Individuelles

- Accueil, information, référence, écoute téléphonique
- Counseling individuel et familial
- Bulletin de liaison *Aider sans s'épuiser* (2 par année)
- Service de répit : 1) banque de travailleuses autonomes gérée par l'organisme, à laquelle ont recours les familles référées par le CLSC (chèque emploi-service); 2) depuis 2008 en partenariat avec Société Alzheimer des Mascoutins, service offert par 25 accompagnatrices employées de l'organisme, encadrées et formées (les mêmes que 1); 3) halte-répit au Pavillon des aînés depuis septembre 2009 : 5 employées temps partiel

De groupe

- Groupe de soutien en prévention de l'épuisement : série de 8 ateliers animés par coordonnatrice
- Groupe de formation « Muscler vos méninges » : série de 10 ateliers animés par spécialiste
- Formation « Comment aider sans se faire mal au dos »
- Café-rencontres hebdomadaires. - Groupes d'entraide thématiques mensuels
- Conférences grand public. - Activités sociales et festives

3. ACTION COLLECTIVE

Sensibilisation, promotion et défense de droits

- Journée annuelle de reconnaissance des aidants. - Symposium annuel en santé mentale de Contact Richelieu-Yamaska
- Activités de visibilité médiatique

Concertation et partenariat

- Local : Table des aînés de la Vallée-du-Richelieu, Partenariat des organismes et des élus pour les aînés de la Vallée-du-Richelieu (POLE)
- Régional : ROMAN, Mountainview Community Learning Center
- National: membre du RANQ

RÉGION 16 – MONTÉRÉGIE

REGROUPEMENT DES ORGANISMES MONTÉRÉGIENS D'AIDANTS NATURELS (ROMAN)

Adresse postale : 327, rue Bernard, suite # 5

Cowansville

J2K 3W2

450-531-5378

1-877-371-0717

coordo.roman@videotron.ca

www.aidantsnaturels.org

Région Montérégie, 1 276 397 hab.

Incorporé en 2007

1. DYNAMIQUE ASSOCIATIVE

Équipe : 1 coordonnatrice depuis octobre 2009. 1 agente de développement régional des services de répit, mars 2008-juillet 2009 ; 1 chargé de projet « Hommes aidants », 2009-2010

Conseil d'administration : 5 membres

Membres aidants : 18 organismes de la Montérégie dédiés en tout ou en partie aux proches aidants de personnes âgées

Ressources financières : financement PSOC 19 000\$ pour activités régionales de réseautage entre les 18 organismes membres

Totalité du financement PSOC des 18 organismes membres : 750 000\$ (2009-2010)

Totalité du financement régional des mesures de répit: 2 500 000\$ (2009-2010)

2. ACTIVITÉS DIRECTES AUPRÈS DES PROCHES AIDANTS

Pas dans la mission de l'organisme régional

3. ACTION COLLECTIVE

Sensibilisation, promotion et défense de droits

- ROMAN : issu de la Table de concertation formée autour du projet régional de soutien aux aidants naturels (1998-2007) mis sur pied par la Direction de la santé publique de la Montérégie (PAPA)
- Réalisation d'un outil de promotion « Les aidants naturels, une force vive » (1999)
- Dépôt d'un mémoire à la Commission parlementaire des Affaires sociales, projet de loi 6 (mars 2009)
- Production et distribution d'un guide à l'intention des aidants « Aidants naturels... pas si naturel que ça ! », en français et en anglais
- Portail internet présentant les activités et services offerts par les organismes membres
- Formation continue des gestionnaires et intervenants travaillant dans les organismes membres
- Programme de formation pour les accompagnatrices répit de la région (80 heures en 2 ans)

Concertation et partenariat

- Local : s/o
- Régional : partenariat avec les 11 CSSS de la région pour l'implantation de services additionnels de répit aux aidants, sur la base d'ententes de services avec 24 organismes communautaires participants :
14 organismes membres du ROMAN, 5 Sociétés Alzheimer, 5 organismes non membres
2 types de service répit : accompagnement à domicile (maximum 8 h/sem. par aidant) et halte-répit (4 dans la région). 200 accompagnatrices répit employées par les organismes participants
Partenariat avec Agence régionale de Montérégie, Table régionale des aînés de la Montérégie
- National : s/o

Liste des abréviations et des acronymes

AAVA	Association de l'action volontaire Amiante (12)
ABBS	Association bénévole Beauce-Sartigan (12)
AFSAS	Association des familles soutien des aînés de Saint-Hubert (16)
ALPA	Association lavalloise des personnes aidantes (13)
APARQ	Association des personnes aidantes de la région de Québec (03)
AQDR	Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées
ASAPAL	Action Services aux aidants de parents âgés de Longueuil (16)
ASSS	Agence de la santé et des services sociaux
CAB	Centre d'action bénévole
CDC	Corporation de développement communautaire
CH :	Centre hospitalier
CHSLD	Centre hospitalier en soins de longue durée
CLSC	Centre local de santé communautaire
CRÉ	Conférence régionale des élus
CREGÉS	Centre de recherche et d'expertise en gérontologie sociale, CUA/CSSS Cavendish
CSS	Coalition Solidarité Santé
CSSS	Centre de santé et de services sociaux
ECCOM	English Coalition of Caregivers of Montreal (06)
ESSAD	Entreprise d'économie sociale en soutien à domicile
IUGM	Institut universitaire de gérontologie de Montréal
IUGS	Institut universitaire de gérontologie de Sherbrooke
MCDC	Megantic English-Speaking Community Development Corporation (12)
MFA	Ministère de la Famille et des Aînés
MRC	Municipalité régionale de comté
MSSS	Ministère de la Santé et des Services sociaux
PALV	Perte d'autonomie liée au vieillissement
PAPA	Personnes âgées en perte d'autonomie
PDSB	Programme de déplacement sécuritaire des bénéficiaires
PSOC	Programme de soutien aux organismes communautaires
RAAJ	Réseau d'action pour les aidants de Jeanne-Mance (06)
RAANM	Regroupement des aidants et aidants naturels de Montréal (06)
RANCA	Regroupement des aidants naturels du comté de l'Assomption (14)
RANDA	Réseau des aidants naturels d'Autray (14)
RANQ	Regroupement des aidants naturels du Québec
RDANM	Regroupement des aidants naturels de la Mauricie (04)
ROC	Regroupement des organismes communautaires
ROCSAD	Regroupement des organismes communautaires en soutien à domicile
ROMAN	Regroupement des organismes montérégiens d'aidants naturels
RPPA	Réseau des professionnels pour les proches aidants, Montréal
SAD	Soutien à domicile
SORE	(Coopérative de) SOLidarité, Répît et d'Entraide pour les proches-aidant(e)s des Pays-d'en-Haut (15)
TCA	Table de concertation des aînés
TROC	Table régionale des organismes communautaires