Centre de bénévolat SARPAD inc.

35 ans et plus au service des ainés

Services d'accompagnement et de répit aux personnes âgées à domicile

L'Infolettre

AUTOMNE 2019 - NUMÉRO 66

Mot du président

Un vent d'espoir souffle...

Après un été malmené par les changements climatiques, voici que l'automne s'installe graduellement dans son décor riche en couleurs et nous invite à intensifier nos actions auprès de nos membres. Fière d'accompagner et d'accorder du répit à nos aînés et à leurs proches aidants depuis plus de 35 ans, toute l'équipe du Centre de Bénévolat SARPAD est à pied d'œuvre.

Nous sommes particulièrement motivés à apporter du réconfort à nos membres avec l'annonce de diverses mesures gouvernementales, notamment en matière de maintien à domicile et d'hébergement de soins de longue durée. De plus, la nomination de Mme Marguerite Blais comme ministre responsable des Aînés et des Proches aidants confirme la volonté du gouvernement de faire avancer les dossiers qui nous tiennent tous à cœur.

Rappelons qu'elle a déjà témoigné, avec beaucoup de conviction, de son expérience personnelle de proche aidante, lors d'une activité organisée par divers organismes d'aide aux personnes âgées dont SARPAD.

Au cours de mes divers mandats à la présidence de notre organisme, j'ai été à même de constater à quel point il est important de pouvoir compter sur l'appui des gouvernants si on veut poursuivre efficacement notre action auprès de vous.

Je vous invite donc à emboîter le pas et à apporter votre contribution personnelle à titre de bénévole et/ou donateur afin de réaliser pleinement le plan quinquennal que nous venons d'adopter. L'espoir d'améliorer rapidement le sort de nos aînés est plus que jamais de mise.

Marcel Barchechat

À NOTER À VOS AGENDAS !

La Journée internationale des personnes âgées 2019

Dans le cadre de la Journée internationale des personnes âgées 2019, et en partenariat avec le Centre de bénévolat Côte-des-Neiges et le Centre des aînés de Côte-des-Neiges, nous vous invitons à une conférence portant sur les testaments.

le jeudi 3 octobre 2019, à 13 h 30
au Centre des Aînés Côte-des-Neiges,
6600, av. Victoria (salle du sous-sol)

Réservation requise avant le 26 septembre

DÎNER DE LA RENTRÉE

Pour remercier nos bénévoles de leur implication, le dîner de la rentrée aura lieu le **mercredi 9 octobre 2019 à 12:00 (midi) au restaurant Chez Lévêque.**

Au plaisir de vous y voir !

Réservation requise avant le 2 octobre

DÎNER DE NOËL

Notre traditionnel dîner de Noël aura lieu le **mardi 3 décembre 2019 à 12:00 (midi) au restaurant Kalimera, 5188, avenue Gatineau.**

Au plaisir de vous y voir !

Réservation requise avant le 26 novembre

Centre de bénévolat SARPAD inc.
35 ans et plus au service des aîné
Services d'accompagnement et de répit aux personnes âgées à domicile

L'Infolettre

L'INFOLETTRE - AUTOMNE 2019 - NUMÉRO 66

L'Infolettre est publiée par le
Centre de Bénévolat SARPAD inc.

L'ÉQUIPE DE LA PERMANENCE:

Mira Thiboutot Rioux
Directrice générale

Lorena Aragonés
Coordonnatrice CDN

Marie-Paule Duquette
Coordonnatrice Outremont

Ruth Wacksberg
Chargée de projet, Proches aidants

Gabriela Moulouhi
Agente administrative

LE CONSEIL D'ADMINISTRATION:

Marcel Barchechat
Président

Benoit Bouvier
Vice-président

Roula Ammar
Trésorière

Ivan Rochette
Secrétaire

Françoise De Almeida
Conseillère

Jean Claude Panisset
Conseiller

Jules Vanier
Conseiller

Paulette Zabaleta
Conseillère

RÉVISION LINGUISTIQUE:
Madeleine Murdock

CONCEPTION GRAPHIQUE
Jimena Aragonés Rossetto

IMPRESSION
Service d'impression de l'Université de Montréal

NDLR. Le masculin est utilisé afin de faciliter la lecture.

TO OUR ENGLISH-SPEAKING FRIENDS

We would like to remind you that our staff can assist you for whatever questions or clarifications required regarding SARPAD's services and volunteer work. Please don't hesitate to give us a call at your convenience.

Bonjour,

C'est avec bonheur et enthousiasme que je me joins à l'équipe du Centre de bénévolat SARPAD comme coordonnatrice à Côte-des-Neiges.

Au cours des dernières années, j'ai travaillé au sein de divers organismes communautaires à Montréal et, plus particulièrement, à Côte-des-Neiges. Avec ses nombreuses communautés culturelles et ses grandes institutions, Côte-des-Neiges représente un quartier riche dans lequel je suis contente de me retrouver à nouveau afin de servir, de mon mieux, la population aînée.

Donc, si vous avez besoin d'un service ou si vous voulez mettre à profit vos talents pour faire la différence dans la vie d'un aîné, n'hésitez pas à me contacter.

Au plaisir de vous rencontrer !

Lorena Aragonés
sarpadcdn@sarpad.com
514-737-2454

LinkedIn

Chers membres,

Saviez-vous que SARPAD a maintenant sa page LinkedIn ?

Vous y trouverez des articles, de l'information sur nos activités et des possibilités de bénévolat !

Avec plus de 1,7 million de membres LinkedIn au Québec, ce réseau social professionnel est devenu incontournable pour se faire connaître et pour recruter des bénévoles de tous les horizons qui ont envie de donner un peu de leur temps à leur communauté.

Venez visiter notre page LinkedIn.

Au plaisir de vous y retrouver !

Centre de bénévolat SARPAD inc.
35 ans et plus au service des aîné
Services d'accompagnement et de répit aux personnes âgées à domicile

L'Infolettre

L'INFOLETTRE - AUTOMNE 2019 - NUMÉRO 66

LE MOT DE LA CHARGÉE DE PROJET POUR LES PROCHES AIDANTS

La Journée internationale des personnes âgées, qui a lieu le 1er octobre de chaque année, est un moment privilégié pour reconnaître la résilience et la force de nos aînés. À Sarpad, nous nous nourrissons chaque jour de cette force et nous faisons de notre mieux pour rendre hommage à nos aînés.

Il y aura des évènements à venir en automne pour les proches aidants et tous les aînés qui sont intéressés à participer. Lors de ces évènements, vous aurez l'opportunité de vous informer, mais aussi de rencontrer d'autres personnes et de partager des expériences avec eux.

Grâce à un partenariat avec la Société d'Alzheimer de Montréal, il y aura le mercredi 16 octobre, au Centre communautaire intergénérationnel d'Outremont, une conférence dont le titre est : DÉMYSTIFIER LA MALADIE D'ALZHEIMER ET LES MALADIES APPARENTÉES. La conférence va se dérouler en français avec une période des questions en français et anglais.

La Semaine nationale des proches aidants aura lieu la première semaine de novembre 2019 et nous aimerions la souligner avec un évènement pour le grand public le mercredi 6 novembre 2019 à 14h00 au Centre communautaire intergénérationnel d'Outremont. Lors de cette journée, vous aurez l'occasion d'entendre différents exposants parler du rôle du proche aidant et des ressources à utiliser pour éviter l'épuisement.

Plusieurs organismes qui offrent des services à la communauté des aînés et aux proches aidants seront sur place pour que vous puissiez les rencontrer. Il y aura aussi un goûter et des prix de présence. Réservez la date dans votre calendrier !

Je vous rappelle que nous sommes là pour vous aider si, comme proche aidant, vous désirez être accompagné dans vos démarches pour mieux connaître les ressources et les services de proximité qui s'offrent à vous. Avez-vous dans votre entourage une personne que vous apporte de l'aide régulièrement ? Celui-ci est considéré comme un proche aidant, on peut vous aider.

Au plaisir,

Ruth Waksberg
aidantsarpad@sarpad.com
514-917-2454

Société Alzheimer
MONTRÉAL

Conférence en partenariat:

Démystifier la maladie d'Alzheimer et les maladies apparentées

Le 16 Octobre 2019 à 14h00
Centre communautaire Intergénérationnel
99 avenue McEachran, Outremont

- **Stationnement payant disponible sur place**
- **Conférence gratuite en français, période des question bilingue**
- **Pix de présence et goûter léger**

Centre de bénévolat SARPAD inc.
Services d'accompagnement et de répit aux personnes âgées à domicile

Centre de bénévolat SARPAD inc.
35 ans et plus au service des aîné
Services d'accompagnement et de répit aux personnes âgées à domicile

L'Infolettre

L'INFOLETTRE - AUTOMNE 2019 - NUMÉRO 66

LE MOT DE LA COORDONNATRICE D'OUTREMONT

Les bienfaits du bénévolat

Pourriez-vous imaginer un monde sans bénévoles, ici, à Sarpad ? Nos bénéficiaires ne connaîtraient pas toute la chaleur de ces personnes dévouées qui donnent de leur temps sans compter. Je vous avais déjà raconté, entre autres, deux histoires intéressantes et touchantes vécues par nos bénévoles et notre clientèle.

Notre bénévole Rania, lorsqu'elle a appris que le bénéficiaire qu'elle visitait serait placé dans un CHSLD, elle a souligné son anniversaire avec un superbe gâteau qu'elle avait créé. On pouvait voir sur les photos tout le bonheur que ce geste de générosité avait fait vivre à cette personne.

Une autre bénévole, Andrée, visite depuis près de six (6) ans le même bénéficiaire… Il était architecte dans sa vie professionnelle. Lorsque l'UQAM a retenu huit (8) de ses œuvres pour le patrimoine, c'est avec plaisir qu'Andrée a fait les recherches nécessaires et a rédigé sa biographie. Un travail énorme qui s'est terminé par un livre d'une grande qualité intitulé L'architecture dans une vie de Louis J. Lapierre, architecte. Et Andrée est avec nous depuis bientôt 17 ans !

Voici d'autres exemples de ces anges qui, grâce à leur dévouement et à leur générosité, permettent à des centaines de bénéficiaires de SARPAD de vivre à domicile le plus longtemps possible :

Il y a Céline qui, depuis 14 ans, accompagne des bénéficiaires à leurs rendez-vous médicaux. Disponible, généreuse, dévouée et toujours de bonne humeur, elle a amélioré la qualité de vie de plusieurs aînés. Notre clientèle se sent en sécurité à ses côtés. De plus, elle fait beaucoup de bénévolat autour d'elle, puisqu'elle a accompagné plusieurs personnes jusqu'à la fin de leur vie… Combien de fois je l'ai appelée en dernier recours… Elle me répondait toujours de façon positive

Il ne faut pas oublier Roula qui est déjà très impliquée dans la communauté. Elle fait des visites amicales depuis trois (3) ans à une dame de 90 ans. Lorsque Roula ne peut se rendre chez-elle, elles jouent au Scrabble sur leur IPhone… n'est-ce-pas fantastique ? De plus, malgré toutes ses occupations professionnelles, nous avons la chance de l'avoir parmi les membres de notre Conseil d'administration.

Je dois aussi vous parler de Jean-Sébastien. Ses occupations professionnelles l'appellent souvent à l'extérieur du pays. Malgré cela, il ne manque jamais ses visites chez notre bénéficiaire lorsqu'il revient à Montréal. Celui-ci me disait : « Jean-Sébastien est arrivé dans ma vie dans une période très difficile. Il m'a beaucoup aidé et il a changé ma vie pour le mieux. Je lui en serai toujours reconnaissant. »

Et il y a Simon qui, même avec un travail professionnel très demandant, trouve quand même le temps de faire des visites amicales après son travail. Son écoute, sa délicatesse et son dévouement sont très appréciés par notre clientèle. Je me souviens d'une dame qu'il visitait depuis près d'un an et qui, lorsqu'elle est déménagée dans une résidence, a voulu absolument qu'il continue à la visiter.

N'oublions pas Marcelle qui, depuis 16 ans, accompagne nos bénéficiaires à leur rendez-vous médicaux. Elle a aussi fait des visites amicales et des courses. Je n'ai eu que des éloges de la part de notre clientèle qui a apprécié sa douceur, sa délicatesse et sa disponibilité. Il semble qu'aider son prochain fait partie de toute sa vie puisqu'elle a fait une carrière d'enseignante et est également bénévole pour Développement et Paix depuis très longtemps.

Jean-Pierre est prof de philo. Et lui aussi trouve du temps pour le bénévolat. Il visite le même bénéficiaire depuis bientôt sept (7) ans. La santé de ce dernier se détériore et malgré cela, il continue de l'accompagner, de le réconforter et il contribue de ce fait à son bien-être. Il fait preuve de beaucoup de compassion et de compréhension. En plus des visites amicales, Jean-Pierre prépare assez régulièrement des repas qui feraient rougir de jalousie les plus grands chefs… croyez-moi !

Quant à Françoise, elle est bénévole depuis une dizaine d'années. Depuis tout ce temps, elle a accompagné plusieurs personnes en perte d'autonomie qui étaient

isolées en raison de leur maladie. Françoise leur apporte sa joie de vivre, sa générosité, sa patience et sa sympathie. Grâce à ses visites, les bénéficiaires se sentent moins seuls. Elle a une capacité d'adaptation surprenante car elle a visité plusieurs bénéficiaires très différents les uns des autres et qui sont, souvent, très souffrants.

Jean est un de nos bénévoles depuis 15 ans. Depuis toutes ces années, il a fait plusieurs visites amicales, des accompagnements de même que de l'aide pour les courses. Au décès du bénéficiaire qu'il visitait depuis quelques années, l'épouse de ce dernier lui a demandé de continuer ses visites car elle avait un grand besoin de support, ce qu'il a fait avec générosité. Il a aussi visité des bénéficiaires lorsque ces derniers étaient hospitalisés. En sa présence, la clientèle se sentait en sécurité. Ces dernières années, son épouse Louise qui l'accompagnait y a pris goût et nous avons été très choyés de compter sur elle pour le service d'aide à l'épicerie.

Notre bénévole Linda est très impliquée en politique et est aussi membre de la Table de concertation des aînés d'Outremont. Elle a quand même trouvé du temps pour visiter deux bénéficiaires anglophones qui adoraient jouer au Scrabble mais qui ne trouvaient personne pour jouer avec eux. Après quelques semaines, la fille d'une de ces deux dames m'a appelée pour remercier Sarpad du bonheur que sa mère vivait chaque semaine grâce à Linda. Par la suite, un lien d'amitié s'est créé entre les deux. Linda a donc amélioré la qualité de vie de ces deux personnes…elle y a donc mis un peu de magie.

Madeleine est une religieuse hospitalière de St-Joseph et est avec nous depuis cinq (5) ans. Depuis ce temps, elle a visité trois personnes à qui elle a apporté du soutien, du temps, de l'énergie et des compétences. Même si, ces dernières années, elle a connu des problèmes de santé, elle a continué malgré tout à communiquer avec ces trois bénéficiaires et, lorsqu'elle le pouvait, prenait encore le temps de les visiter. Ces personnes m'ont dit que Madeleine est un vrai rayon de soleil et elles espèrent recevoir ses visites encore de nombreuses années.

Quant à Benoit, il est avec nous depuis quatre (4) ans. En plus de faire des visites amicales, il est aussi membre du Conseil d'administration de Sarpad. De plus, il a participé activement à la planification stratégique de Sarpad l'an dernier. Benoit a aussi apporté du soutien, de l'écoute et de la compréhension à une dame qui faisait une dépression à la suite du décès de son mari. Cette dame me disait : « Grâce aux visites de Benoit, j'ai repris goût à la vie ». Il visite présentement une autre dame qui se disait, elle aussi, très isolée.

Je pourrais continuer longtemps et parler des autres bénévoles sans oublier les stagiaires des universités que nous recevons chaque année, mais je vous donne rendez-vous dans une autre Infolettre. Je voulais montrer ici l'importance que revêt la présence des bénévoles auprès de notre clientèle et tout ce qu'ils font pour améliorer une qualité de vie chez les personnes qu'ils et qu'elles aident.

Maintenant, pouvez-vous imaginer un monde sans bénévoles ? Impossible !!!
Un immense merci à vous, nos bénévoles… et puissiez-vous recevoir autant que vous donnez !

Marie-Paule Duquette

NOTRE PAGE FACEBOOK

Sur la page Facebook de SARPAD, ces dernières semaines, nous avons parlé :

- Des nouvelles places de stationnement pour les chauffeurs bénévoles dans les hôpitaux
- D'Antonine Maillet, écrivaine de 90 ans d'origine acadienne
- De la Dre Raymonde Chartrand, qui se sent jugée de travailler à 79 ans
- Du coup de chaleur et les aînés
- Des initiatives pour briser l'isolement des aînés
- De l'âgisme
- Des événements dans Côte-des-Neiges et Outremont
- Des organismes partenaires

NE MANQUEZ PAS NOS PROCHAINES PUBLICATIONS !

SUIVEZ-NOUS SUR : **HTTPS://WWW.FACEBOOK.COM/CENTREDEBENEVOLATSARPAD**

Desjardins
Caisse des Versants
du mont Royal

WWW
sarpad.com

SARPAD CÔTE-DES-NEIGES
T : 514-737-2454
sarpadcdn@sarpad.com

SARPAD OUTREMONT
T : 514-271-8869
sarpadou@sarpad.com