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

l'Infolettre

PRINTEMPS 2017 - NUMÉRO 60

Le projet pour les proches aidants est renouvelé

L'APPUI-Montréal pour les proches aidants d'ainés **vient d'accéder à la demande de financement de SARPAD pour le renouvellement, de 2017 à 2019, du projet *Repérer, Sensibiliser et Informer pour bien Coordonner les services et Accompagner les Proches Aidants* (RSI-CAPA).**

Le rapport d'évaluation de la première phase du projet était déjà éloquent… On y notait que les objectifs avaient été largement dépassés, ce qui présageait de la poursuite de l'opération. On recommandait de continuer à desservir les proches aidants de Côte-des-Neiges et d'Outremont, cette clientèle trop souvent négligée, qui veille bénévolement sur le bien-être de nos ainés.

La demande de fonds supplémentaires visait plus précisément à poursuivre la démarche de repérage de proches aidants et d'accompagnement vers les ressources du milieu aptes à leur fournir le plus rapidement possible les services dont ils ont besoin.

Problématique rencontrée

L'exercice a permis de constater que les proches aidants ont de la difficulté à s'identifier comme tels et qu'ils ne connaissent pas les services dont ils pourraient bénéficier pour éviter l'épuisement, un mal sournois qui les guette malheureusement.

Or, la population des proches aidants ciblée ainsi que celle des ainés est vieillissante. Le projet mise donc sur le repérage précoce des proches aidants - qu'ils soient actuels ou éventuels. En les informant tôt, les outillant adéquatement et les accompagnant, SARPAD contribue donc au bien-être des ainés aussi bien qu'à celui de ceux qui veillent sur eux.

Photo prise par: Peter Stockland

FRANC SUCCÈS!

La conférence sur la proche aidance animée par Mme Ariane Émond (au centre), de Mme Marguerite Blais et M. Jacques Boulerice a attiré environ 150 personnes.

AVIS DE CONVOCATION À L'ASSEMBLÉE GÉNÉRALE

Le Centre de bénévolat SARPAD vous invite à son Assemblée Générale Annuelle.

MENU FESTIF! VENEZ CÉLÉBRER NOS 35 ans et plus au service des aînés

LE MERCREDI 24 MAI 2017, DÈS 16 H
au 6767, chemin de la Côte-des-Neiges à la grande salle, au rez-de-chaussée

Prière de confirmer votre présence au **514-737-2454** (succursale Côte-des-Neiges) ou au **514-271-8869** (succursale Outremont), au plus tard le 16 mai 2017.

Au plaisir de vous y accueillir!

La phase 2

"La phase 2 est maintenant enclenchée", souligne la directrice générale Mira Thiboutot-Rioux. On poursuivra les diverses actions entreprises depuis 2014 par l'équipe sous la responsabilité de la chargée de projet Linda Couture, soit: des activités grand public (ateliers-conférences, kiosques d'information, etc.), des rencontres individuelles dont certaines avec une nouvelle ressource - un intervenant psychosocial, l'orientation et l'accompagnement auprès des ressources du milieu pour ceux qui le désirent. La clé de voûte réside, croyons-nous, dans notre capacité de constituer un carrefour basé sur le réseautage avec les partenaires de divers horizons.

SARPAD est fier d'ajouter une nouvelle corde à son arc dans sa mission et d'agir comme visionnaire afin d'améliorer constamment la qualité de vie des ainés.

Francine Robert
Administratrice CA

FINANCÉ PAR
L'APPUI POUR LES PROCHES AIDANTS D'AÎNÉS MONTRÉAL

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

L'ÉQUIPE DE LA PERMANENCE:
Mira Thiboutot Rioux
directrice générale
Sonia Sauvé
coordonnatrice CDN
Marie-Paule Duquette
coordonnatrice Outremont
Linda Couture
chargée de projet Proches aidants
Gabriela Moulouhi
secrétaire-réceptionniste

LE CONSEIL D'ADMINISTRATION:
Marcel Barchechat
président
Ramona Mincic
vice-présidente
Benoit Bouvier
trésorier
Ivan Rochette
secrétaire
Françoise De Almeida
administratrice
Francine Robert
administratrice
Jules Vanié
administrateur
Paulette Zabaleta
administratrice

RÉDACTION ET RÉVISION LINGUISTIQUE:
Francine Robert

CONCEPTION GRAPHIQUE
Line Godbout / destudio

IMPRESSION
Service d'impression de l'Université de Montréal

Le masculin est utilisé à seule fin d'alléger la lecture.

LE MOT DU PRÉSIDENT

Célébrons ensemble plus de 35 ans au service des ainés!

Dans quelques semaines, lors de notre assemblée générale, nous célébrerons ensemble ***plus de 35 ans au service des ainés*** de Côte-des-Neiges, Outremont et Ville Mont-Royal. Or, le gouvernement du Québec a décidé de souligner cet exploit à l'Assemblée nationale, le 2 mai prochain, par une déclaration du député-ministre Pierre Arcand reconnaissant ainsi le rôle de pionnier de SARPAD. C'est un honneur qui rejaillit sur vous tous, ses artisans.

Photo prise par: Linda Couture

Lors de l'AGA, nous célébrerons ensemble ce haut fait de notre histoire, en plus d'exercer collectivement notre démocratie.

En effet, l'AGA est un moment crucial dans la vie d'un organisme. C'est l'occasion d'un face à face amical entre les dirigeants et ses membres et de rendre des comptes, en faisant état des réalisations, des principaux enjeux en cause et des perspectives d'avenir. C'est aussi le moment de soumettre au vote de ses membres - bénévoles et usagers - tantôt le renouvellement de mandat de certains membres du CA, tantôt l'ajout d'autres ressources. Mais, c'est avant tout le reflet de la volonté de SARPAD d'être transparent afin de permettre à la démocratie de s'exercer pleinement.

Aux premières loges…

C'est un moment privilégié qui vous est offert d'être aux premières loges pour évaluer l'évolution de notre mission, poser des questions et suggérer des améliorations qui font état de votre expérience sur le terrain. Bref, c'est votre assemblée générale et, rappelez-vous que vous êtes le porte-parole des usagers qui ne peuvent malheureusement pas se déplacer.

Alors, venez incarner votre conviction que le bénévolat est une force vive essentielle de notre société et ainsi, motivez les plus jeunes générations à prendre la relève nécessaire pour que SARPAD continue d'être un organisme-phare qui veille sur nos ainés.

Marcel Barchechat
Président

POSTES AU CA

Plusieurs membres du CA terminent un mandat de deux ans, cette année. Ils ont tous manifesté le désir de se présenter à nouveau. Il s'agit de Mmes Françoise De Almeida, Ramona Mincic, Francine Robert et Paulette Zabaleta et de MM. Marcel Barchechat et Jules Vanié.

Or, nos Règlements généraux stipulent qu'un membre du CA peut soumettre sa candidature à la fin d'un mandat et cumuler cinq mandats sur dix années consécutives. De plus, le CA doit être composé de cinq à neuf administrateurs. Actuellement, il en compte huit.

Les candidats intéressés doivent faire parvenir leur candidature par courrier au siège social de SARPAD, accompagnée d'un CV, avant le 10 mai 2017. Le vote aura lieu lors de l'assemblée générale.

Ivan Rochette, *secrétaire*

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.

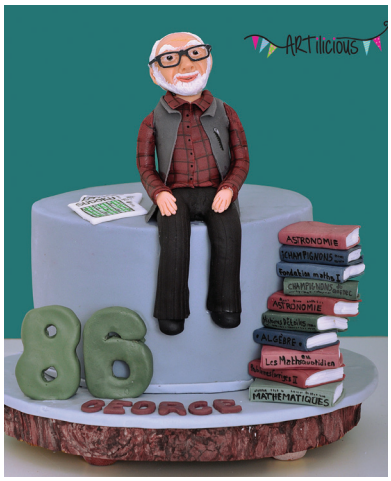
CHRONIQUE DE SARPADOU

Les anges existent encore ! Ce sont les bénévoles…

Laissez-moi vous raconter les émotions positives qu'une de nos bénévoles, Rania Salhab, nous a fait vivre dernièrement. Rania visitait un de nos bénéficiaires depuis près de deux ans surtout pour faire des promenades dans le quartier; il se sentait en sécurité avec elle. Des liens d'amitié se sont créés durant cette période et il était toujours heureux de la revoir.

L'an dernier, la santé de monsieur s'est détériorée et il a été placé en décembre. Évidemment, ce n'était pas facile pour Rania d'arrêter subitement de le visiter, donc à l'occasion elle accompagnait son épouse.

Au début de janvier, Rania m'a dit : "Le 25, ce sera l'anniversaire de monsieur, je vais lui faire un gâteau pour cet événement." J'imaginais un petit gâteau pour 4 à 6 personnes. Quelle ne fut pas ma surprise lorsque j'ai reçu par courriel la photo de ce gâteau superbe fait pour une vingtaine de personnes et l'émerveillement dans les yeux du monsieur. Sur une autre photo, le personnel était présent ainsi que son épouse et Rania. Quelle belle journée de fête pour ses 86 ans!



Je ne vous cache pas que j'étais très émue, j'avais les larmes aux yeux. J'ai partagé ce courriel avec la direction et l'équipe.

Je me souviens d'un autre bénéficiaire qui était âgé de 94 ans et qui devait quitter son logement vers une résidence. À son 0âge, ce déménagement avait été très difficile. Grâce à notre bénévole Marie Dubé qui a continué à le visiter toutes les semaines, à faire des promenades avec lui, ce monsieur a vécu encore quelques années dans la sérénité.

Je pourrais vous citer encore quelques exemples des services rendus par nos bénévoles qui contribuent à briser l'isolement, en plus d'améliorer la qualité de vie de nos ainés.

Nos bénévoles font des miracles et leur participation est essentielle au mieux-être de la société. Le personnel et les membres du conseil d'administration se joignent à moi pour vous remercier de tout cœur. Puissiez-vous recevoir autant que vous donnez!

Marie-Paule Duquette
Coordonnatrice Outremont

Regard attachant d'un photographe sur la vieillesse

Voici un projet fascinant que j'ai découvert récemment du photographe russe Igor Gavar. Son objectif : par la photographie, repenser la vieillesse, former un nouveau regard sur cette période de la vie. Il a baptisé son projet Oldushka, ce qui peut se traduire par « Ma vieille chérie ».

Le photographe a été élevé par ses deux grands-mères. Ses babouchkas étaient particulièrement bienveillantes et lui ont toujours donné une image positive de leur âge.

Photo prise par : Igor Gavar

Igor a étudié en art et design et s'est découvert une passion pour la confection de costumes. Il a commencé à photographier des gens habillés de façon originale à Omsk, sa ville natale. C'est ainsi qu'il a remarqué que là-bas, les personnes âgées habillées de façon originale étaient beaucoup plus intéressantes que les jeunes vêtus de façon décalée. Il pense que cela est dû à ce que certaines personnes âgées ne veulent pas se laisser enfermer dans les stéréotypes que la société leur impose.

Il regrette le fait que les ainés soient souvent invisibles, en Russie, absents du discours public ainsi que de la vie sociale et culturelle. Avec son projet, le photographe les met de l'avant et propose un autre regard sur eux, en les montrant avec un côté esthétique.

Je cite M. Gavar dans une entrevue accordée à Le courrier de Russie. « *Nous n'y pensons pas mais les aînés ont des choses à nous dire et à nous offrir. Ils sont passés par toutes les étapes de la vie et peuvent nous apprendre de quoi sera fait notre futur. Mais la vieillesse fait peur, on préfère ne pas en parler. Et toute une génération reste ainsi tapie dans l'ombre.*»

Je partage tellement ses propos! J'espère que nous donnerons de plus en plus de place à nos ainés, que nous les écouterons plus et qu'on pourra ainsi profiter de leurs expériences de vie.

Photo prise par: Linda Couture

Gabriela Moulouhi
Secrétaire-réceptionniste

LE MOT DE LA DIRECTRICE GÉNÉRALE

Pour souligner la Semaine de l'action bénévole qui se déroule du 23 au 29 avril sous le thème *Bénévoles: créateurs de richesses*, rien de mieux n'est-ce pas que de partager avec vous le témoignage d'un de nos membres bénévoles, apprécié depuis longtemps pour son dévouement et qui enrichit plus d'une vie - Michel Gauthier.

Ça fait près de 10 ans que je suis bénévole à SARPAD. J'accompagne les personnes âgées et moins âgées à leur rendez-vous médical et à l'épicerie.

Ce que j'admire le plus c'est de voir ces gens courageux qui ont le goût de vivre et qui sont prêts à avoir du bon temps. Je me plais à les faire rire et à penser à autre chose qu'à leur quotidien. Ma grande satisfaction est de voir ces personnes retourner à la maison avec de beaux souvenirs de notre périple ensemble.

Mon bonheur vient aussi de la collaboration et des belles rencontres que j'y fais autant avec le personnel qu'avec les membres du conseil d'administration qu'avec les bénévoles et les bénéficiaires de cet organisme communautaire.

Nous avons de nombreuses occasions de rencontres et de conversations, au cours de l'année: repas, formations, collaborations de toutes sortes.

SARPAD est un lieu de service, d'écoute et de bonheur: un lieu de choix! Je me sens privilégié de faire partie de cette équipe.

Je profite de l'occasion pour vous remercier, chers membres bénévoles, pour votre contribution non seulement au Centre de bénévolat SARPAD mais également à la société d'aujourd'hui et à celle de demain.

Mira Thiboutot-Rioux
Directrice générale

LE MOT DE LA COORDONNATRICE CDN

Vous avez soif de changement?

Vous «*bénévolez*» avec nous depuis quelques mois, quelques années? Vous aimeriez changer de type de service à rendre à nos ainés et essayer autre chose ? Vous prenez une pause ? Vous êtes en réflexion? Vous ne savez pas quel genre de service bénévole au sein de notre organisme pourrait le mieux correspondre à vos aspirations? Vous avez des amis qui aimeraient faire du bénévolat?

Si ces questions vous interpellent, alors je vous invite à communiquer avec moi pour que je puisse répondre à toutes vos interrogations et à vos doutes. Notre organisme a besoin de vous, cher bénévole, et nous avons une panoplie de possibilités pour répondre à vos besoins. Je suis certaine qu'un poste spécifique n'attend que vous.

Voici la liste des postes bénévoles qu'on retrouve à SARPAD:

- Chauffeur-accompagnateur pour rendez-vous médicaux et courses - avec automobile personnelle.
- Accompagnateur pour rendez-vous médicaux et courses.
- Chauffeur pour L'épicerie en groupe - avec automobile personnelle.
- Accompagnateur pour L'épicerie en groupe.
- Bénévole pour faire des visites amicales ou des appels téléphoniques.

N'hésitez pas à m'appeler et à parler de nous à vos connaissances, familles et amis. Je saurai éclairer vos lanternes. Merci de faire partie de la grande famille de SARPAD.

Vous faites la différence dans la vie de nos aînés!

Sonia Sauvé
Coordonnatrice CDN

LE MOT DE LA CHARGÉE DE PROJET POUR LES PROCHES AIDANTS

Pour une société inclusive

Comblée par mon mandat.

Il y a déjà 15 mois que je travaille pour le Centre de bénévolat SARPAD comme chargée de projet pour les proches aidants d'aînés. Que de merveilleuses rencontres avec des collaborateurs et partenaires engagés. Plus d'une centaine de rencontres avec des aidants qui se dévouent corps et âme auprès de leurs proches aînés qu'ils aiment. Et ça continue…

Quand toute la collectivité contribue au mieux-être de la personne.

Pendant tous ces mois, j'ai été témoin de toutes sortes de douceurs et d'attentions particulières pour le bien-être et le maintien d'une bonne qualité de vie des personnes que les aidants accompagnent et soutiennent à domicile.

Oui c'est possible et c'est souhaitable d'espérer une meilleure qualité de vie quand la communication est transparente et que la confiance règne. Les aidants que j'ai rencontrés se sont engagés à prendre part aux soins et offrir ces petites attentions que leurs proches tant aimés méritent, au moment où ils en ont le plus besoin souvent quand ils sont en perte d'autonomie. Les besoins sont autant d'ordre humain que médical.

Pour une société inclusive où nous célébrons notre humanité.

Rentrer en relation avec les proches aidants que j'ai rencontrés m'a permis de réfléchir à l'accompagnement de ma propre mère qui a vécu dans le monde de l'Alzheimer. C'est là que j'ai appris la plus grande leçon d'humilité et d'humanité. Pendant que notre société est préoccupée de façon obsessive par la perfection, la performance, le succès et le pouvoir, j'ai déjà été, moi aussi, confrontée aux limitations, aux "pertes" d'autonomie, aux pertes d'habiletés cognitives et physiques de ma mère. J'étais en perpétuel processus de deuil, recherchant ce lien, cette touche humaine à sa plus simple expression, sans masque. C'est à travers cet accompagnement que j'ai appris à vivre le moment présent et à comprendre les réalités d'un proche aidant.

J'ai passé de précieux moments auprès de ma mère. Je me souviens des défis que j'ai relevés, des moments remplis de belles surprises, d'émotions, de rencontres où se disent les vraies affaires, où se vivent des moments intenses, VRAIS et ancrés dans la réalité. Prendre le temps, se donner le temps d'apprécier ces sourires, ces petits gestes qui soulagent, les encouragements qui nous font du bien à tous.

En somme, redécouvrir notre humanité dans sa plus simple expression au moment où l'être humain est le plus vulnérable.

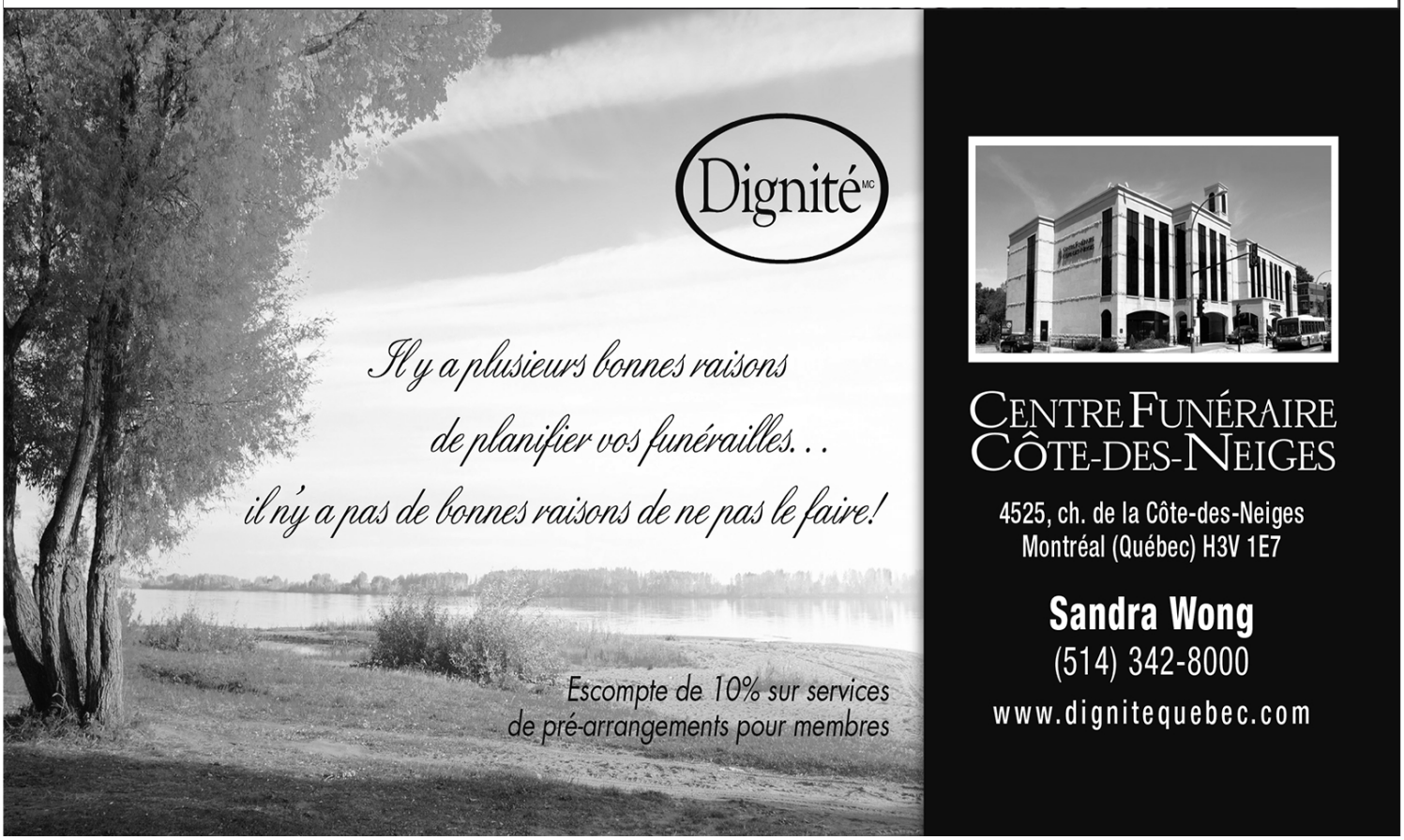
Linda Couture
Ex-proche aidante et chargée de projet chez SARPAD

Les plus belles fleurs
du jardin des aidants
poussent dans le coeur
des aînés.
Et réciproquement.

Jacques Boulerice, poète.

Oeuvre de Marie-Paule Gaboriault,
Ainée de 92 ans

Desjardins
Caisse des Versants du mont Royal



WWW
sarpad.com

SARPAD CÔTE-DES NEIGES
6555 CHEMIN DE LA CÔTE-DES-NEIGES
MONTRÉAL, QC H3S 2A6
T : 514-737-2454 F : 514-737-4376
COURRIEL : sarpadcdn@sarpad.com

SARPAD OUTREMONT
999, AVENUE MC EACHRAM, SUITE 136.8
OUTREMONT, QC H2V 3E6
T : 514-271-8869 F : 514-271-8950
COURRIEL : sarpadou@sarpad.com

SARPAD AU SERVICE DES AINÉS DEPUIS PLUS DE 35 ANS !