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

PRINTEMPS 2019 - NUMÉRO 65

LE MOT DU PRÉSIDENT

J'ai hâte au 6 juin !

Photo prise par: Linda Couture

Le printemps est enfin arrivé après un dur hiver. Son avènement est habituellement le signe avant-coureur que l'Assemblée générale annuelle approche. Je ne saurais donc trop vous inciter à venir y participer le jeudi, 6 juin prochain.

J'aime à rappeler l'importance de cet événement qui constitue un moment privilégié pour nous tous et toutes, pour apprécier de visu le cheminement de notre organisme tout au long de l'année qui vient de s'écouler. Une année historique marquée par l'adoption d'un plan quinquennal stratégique pour assurer notre pérennité auprès des aîné(e)s dont la longévité s'accroît de plus en plus grâce au progrès scientifique.

C'est aussi l'occasion pour vous d'exercer votre droit de parole et votre droit de vote. Vous aurez votre mot à dire, entre autres, dans le choix de ceux et celles qui vous représenteront au CA pour voir au respect de la mission du Centre de bénévolat SARPAD et être garant de ses orientations.

En participant à l'AGA, vous ferez donc d'une pierre deux coups… comme on dit familièrement. En plus de vous informer, de nous informer et d'appuyer ou non certaines propositions, vous aurez la possibilité de fraterniser entre bénévoles, avec des bénéficiaires, des membres de l'équipe permanente, des membres du CA et des partenaires. Voilà pourquoi j'ai hâte au 6 juin……

Marcel Barchechat

AVIS DE CONVOCATION À

L'ASSEMBLÉE GÉNÉRALE

2018-2019

Le Centre de bénévolat SARPAD vous invite à son Assemblée générale annuelle

Le jeudi 6 juin 2019, dès 16 h

Centre communautaire intergénérationnel (CCI)
999, Ave McEachran, Outremont, salle 225.11

Des bouchées seront servies.

Au plaisir de vous y accueillir !

Prière de confirmer votre présence au plus tard le 28 mai 2019

Au 514-737-2454 (Côte-des-Neiges)
ou 514-271-8869 (Outremont)

Proposition d'ordre du jour

1. Mot de bienvenue
2. Nomination d'un président et d'un secrétaire d'assemblée
3. Lecture et adoption de l'ordre du jour
4. Lecture et adoption du procès-verbal de l'AGA du 7 juin 2018
5. Présentation du rapport annuel 2018-2019
6. Présentation et adoption des états financiers au 31 mars 2019
7. Période de questions
8. Varia
9. Nomination d'un vérificateur
10. Approbation des actes passés par les administrateurs
11. Dissolution du Conseil d'administration
12. Élection du nouveau Conseil d'administration
    - 12.1 Nomination d'un président et d'un secrétaire d'élection
    - 12.2 Présentation des candidatures
    - 12.3 Vote
    - 12.4 Présentation du nouveau Conseil d'administration
13. Levée de l'assemblée

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

Ruth Wacksberg
Chargée de projet, Proches aidants

Gabriela Moulouhi
Agente administrative

LE CONSEIL D'ADMINISTRATION:
Marcel Barchechat
Président

Jean-Claude Panisset
Vice-président

Benoit Bouvier
Trésorier

Ivan Rochette
Conseiller

Françoise De Almeida
Conseillère

Roula Ammar
Conseillère

Jules Vanier
Conseiller

Paulette Zabaleta
Conseillère

RÉVISION LINGUISTIQUE:
Madeleine Murdock

CONCEPTION GRAPHIQUE
Line Godbout / Arts Interne

IMPRESSION
Service d'impression de l'Université de Montréal

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

Célébrez la semaine d'action bénévole à Sarpad !

Le bénévolat est une action signifiante qui résulte du don de son temps, de son savoir et de ses habiletés sans attente de rémunération.

On retrouve toujours au cœur du bénévolat les notions de gratuité, de liberté et d'engagement social. La notion d'engagement distingue l'action bénévole des gestes quotidiens d'entraide. En effet, le bénévole s'engage selon ses goûts, ses aptitudes et sa disponibilité afin de combler des besoins du milieu. Le bénévolat, c'est avant tout une histoire d'amour pour soi et pour l'autre. Une histoire où on se fait du bien en faisant le bien. Au Québec, le bénévolat représente 2,5 millions de bénévoles et 310 millions d'heures d'engagement.

Dans le cadre de la semaine d'action bénévole, Sarpad a regroupé ses bénévoles chauffeurs autour d'un déjeuner tout en y dévoilant sa politique de transport. Ces derniers ont donc été partie prenante de la révision de cette politique. Ce fut une belle rencontre!

Mira Thiboutot-Rioux

Source : https://www.fcabq.org/l-action-benevole/le-benevolat

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.

514.737.2454
sarpadcdn@sarpad.com **SARPAD.COM**

DÉPART DE SONIA SAUVÉ, COORDONNATRICE CDN

Bonjour à tous les membres,

C'est avec un pincement au cœur que je quitte l'aventure SARPAD après 3 merveilleuses années passées parmi vous. Merci pour votre accueil, vos sourires, vos confidences. Je pars pour une nouvelle expérience professionnelle, mais je vous garderai à jamais au fond de mon cœur.

Bonne route à toutes!

Des nouvelles de l'épicerie en groupe

Comme vous le savez peut-être, le Centre commercial Wilderton, où nous faisions l'épicerie en groupe depuis de nombreuses années, a fermé ses portes en janvier dernier pour des rénovations majeures. Ils réouvriront dans 2 ans.

Après plusieurs recherches sur le terrain afin de trouver un nouvel emplacement pour cette activité très prisée, il a fallu se rendre à l'évidence qu'aucun endroit de la sorte n'existait sur le territoire de Côte-des-Neiges, c'est-à-dire réunissant tous les avantages du Centre commercial Wilderton : espace intérieur, épicerie Métro, Pharmacie, banque, SAQ, etc. Après une longue réflexion et un sondage auprès de quelques bénéficiaires, nous avons finalement opté pour le Métro Plus Marché Gervais à Ville Mont-Royal sur la rue Beaumont.

Donc, depuis janvier dernier, nous nous rendons tous les mardis à 13 :00 au Métro Beaumont pour continuer l'épicerie en groupe avec plusieurs bénéficiaires. Comme toujours, nous pouvons compter sur la collaboration du CLSC de Parc Extension pour nous attribuer 2 excellentes auxiliaires familiales qui accompagnent sur place les membres qui sont à mobilité réduite.

Nous tenons à vous informer qu'étant donné que cette activité tend à ralentir pendant la période estivale, ce service aura lieu une fois par mois pour les participantes, au lieu d'une fois par 2 semaines.

Veuillez prendre en note des mardis suivants où il n'y aura pas le service d'épicerie avec le Centre de bénévolat SARPAD :

• 25 juin, • 9 juillet, • 23 juillet, • 6 août, • 20 août

La reprise régulière du service (aux 2 semaines) reprendra en date du 27 août 2019.

Merci pour à vous, bénéficiaires et bénévoles, pour votre précieuse collaboration dans ces moments de changement!

RUTH WAKSBERG, CHARGÉE DE PROJET, PROCHES AIDANTS

Bonjour,

C'est avec grand plaisir et enthousiasme que je me joins à l'équipe du Centre de bénévolat Sarpad comme chargée de projet pour les proches aidants.

Les dix dernières années, ma vie professionnelle a été consacrée à la clientèle des aîné(e)s, en tant qu'intervenante auprès des aîné(e)s à l'OMHM (Office municipal d'habitation de Montréal), au Centre Évasion de même que pour le projet Intimid'Action au Centre du Vieux Moulin de LaSalle.

Je crois fortement au pouvoir de la communauté pour briser l'isolement et favoriser l'autonomie pour toutes les personnes qui sont dans le besoin.

Mon mandat à Sarpad est de conscientiser la population sur le rôle des proches aidants et aussi de faire de la sensibilisation pour que les proches aidants puissent trouver du soutien en fonction de leurs besoins.

Je vais tendre la main à la communauté pour créer des liens, faciliter l'information et être la référence en matière d'accompagnement. Les minorités culturelles ça fait partie d'une de mes priorités à Sarpad et, dans ce sens-là, il y a une richesse immense à Côte-des-Neiges avec plusieurs communautés culturelles.

Je suis reconnaissante de faire partie de Sarpad et ma porte est toujours ouverte.

Au plaisir de vous rencontrer !

Ruth Waksberg
514 917-2454
aidantsarpad@sarpad.com

LE MOT DE LA COORDONNATRICE OUTREMONT

Si on s'y mettait…

Enfin, nous sommes au printemps, la saison de l'énergie. Nous avons vécu un hiver difficile avec des changements de température extrêmes. D'après les scientifiques, il est minuit moins cinq pour sauver notre planète, cette terre qui ne nous appartient pas. Nous sommes tous concernés par les changements climatiques. Pourtant, nous avons eu tout un avertissement lors de la tempête de verglas en 1998. Mais, il semble bien que l'on n'ait pas encore compris l'ampleur des désastres à venir.

Nous vivons déjà les effets des changements climatiques : la modification de la qualité et de la quantité de l'eau; l'augmentation des pollens entraînant une hausse des allergies…; le déclin des animaux - plusieurs espèces ont disparu et il y a moins d'espèces d'oiseaux; de plus en plus d'inondations entraînant l'érosion des côtes - des villes entières disparaissent et les gens perdent leur maison et tous leurs biens… Sans oublier l'économie : peut-on imaginer tous les coûts associés à ces changements climatiques ? Entre autres, ceux reliés à la santé et à la sécurité publique. Et que dire de l'équilibre de la nature qui est rompu ?… Il est donc grand temps de s'y mettre tous ensemble si l'on veut éviter le pire.

Si on s'y mettait… et faisait les gestes nécessaires en vue d'améliorer la situation ! Évidemment, il est impossible de changer nos habitudes d'un seul coup… mais, petit à petit, on peut y arriver. Il est important d'avoir des objectifs dont, entre autres :

- acheter des produits locaux;
- acheter en vrac;
- participer aux jardins communautaires;
- composter… la ville de Montréal offre ce service depuis 2012;
- ne plus se servir de produits en styromousse et recycler le plus possible;
- bannir les bouteilles d'eau et les sacs d'épicerie en plastique qui polluent les océans;
- diminuer la consommation de viande… augmenter les fruits, les légumes et les légumineuses;
- … et utiliser le plus possible les transports en commun.

En faisant tous ensemble des efforts, nous remédierons aux changements climatiques.

Marie-Paule Duquette

LE MOT DE GABRIELA

Chers Membres,

Saviez-vous que SARPAD a maintenant sa page Facebook ? **Eh oui !… On en a une !** Si vous avez un compte Facebook, je vous invite à aimer la page Centre de bénévolat SARPAD.

Facebook @centredebenevolatsarpad

Vous allez y trouver des articles, suivre nos activités de plus près et, bien sûr, interagir avec nous ! Je vous encourage aussi à demander à vos amis d'aimer notre page.

À l'ère numérique, les réseaux sociaux sont des incontournables pour rejoindre le grand public et se faire connaître, ce qui permet non seulement d'être plus près de notre clientèle, mais aussi nous donne la possibilité de recruter de bénévoles.

Je vous attends donc sur notre page Facebook. Au plaisir de vous y retrouver !

Gabriela Moulouhi

G. Moulouhi par Linda Couture

Conférence gratuite
sur l'arthrose et l'arthrite

Le Centre de bénévolat Côte-des-Neiges, le Centre de bénévolat SARPAD et le Centre des Aînés Côte-des-Neiges vous invitent à une Conférence sur l'arthrose et l'arthrite.

Cette conférence sera animée par Mme Camille Rayes, pharmacienne, *Pharmacie Camille Rayes inc.*

Date : le jeudi 16 mai 2019
Heure : 13 h 30

Centre des Aînés Côte-des-Neiges
6600, avenue Victoria (angle Barclay)
Bureau 101 (au sous-sol)

Café et collation seront servis.
Venez en grand nombre !

La conférence est gratuite mais le nombre de places est limité.

Inscrivez-vous avant le lundi 6 mai 2019
au 514-340-1072,

ou par courriel à l'adresse suivante :
centredebenevolatc.d.n@bellnet.ca

Free Conference
Osteoarthritis and Arthritis

The Côte-des-Neiges Volunteer Center, Centre de Bénévolat SARPAD and Centre des Aînés Côte-des-Neiges invite you to a conference on Osteoarthritis and Arthritis.

This conference will be hosted by Camille Rayes, Pharmacist, *Camille Rayes Pharmacy inc.*

Date : Thursday, May 16, 2019
Time: 1:30 p.m.

Centre des Aînés Côte-des-Neiges
6600 Victoria Avenue (corner of Barclay)
Suite 101 (in the basement)

Coffee and cookies will be served.
We hope you can join us.

Conference admission is free of charge but places are limited.

Please reserve before May 6th, 2019,
at 514-340-1072,

or by email at
centredebenevolatc.d.n@bellnet.ca

NOS COMMANDITAIRES

WWW
sarpad.com

SARPAD CÔTE-DES NEIGES
6555 CHEMIN DE LA CÔTE-DES-NEIGES
SUITE 442, MONTRÉAL, QC H3S 2A6
T : 514-737-2454 F : 514-737-4376
COURRIEL : sarpadcdn@sarpad.com

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