HIVER 2025 - NUMÉRO 78

Centre de bénévolat SARPAD inc

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

L'infolettre de votre centre d'accompagnement pour aînés

MOT DU PRÉSIDENT - FRÉDÉRIC GUILMARD

Vous le savez comme moi, SARPAD est un organisme vivant. Les bénévoles, piliers de notre organisation, portent en eux cette vie et même cette joie de vivre qu'ils communiquent à leur entourage et aux bénéficiaires avec qui, ils nouent des relations toujours plus fortes. Alors en ce début d'année, je voudrais vous inviter tous et toutes à vous réjouir de toutes les fantastiques actions que la dynamique équipe des employé.e.s de SARPAD, en collaboration avec les bénévoles et les partenaires, vont mettre en place au courant de cette année 2025.

S'il vous plaît, ne vous laissez pas prendre par la morosité ambiante dispensée par les médias. Si les défis qui nous attendent sont nombreux, gardez en tête que la cause défendue par notre centre de bénévolat est magnifique et que la générosité de tous, portée par la bienveillance, permet depuis 45 ans d'accompagner les aînés pour qu'ils puissent mieux vivre à domicile.

La toute première mission de SARPAD, qui fait toujours sa singularité, était de rompre la solitude et l'isolement. Alors soyons dans la joie de donner et de recevoir ce service et beaucoup d'autres. C'est en accomplissant cela que nous demeurons une communauté vivante et bienveillante.

CLINIQUE D'IMPÔTS

10 mars au 18 avril 2025

Pour les personnes à faible revenu

Une personne seule : 40 000 $/an

Un couple : 50 000 $/an

Premier arrivé, premier servi

6555 Côte-des-Neiges, bureau 442,
Montréal, H3S 2A6

514-737-2454 poste 223

impot@sarpad.com

MOT DE LA DIRECTRICE GÉNÉRALE - DANIELA ROIBAN

Pour ce premier numéro de notre infolettre de l'année 2025, je tiens à féliciter, monsieur Frédéric Guilmard, pour son poste de président de notre conseil d'administration. SARPAD aura le privilège de compter sur votre expérience pour accomplir sa mission et répondre aux besoins des personnes aînées.

Par la même occasion, je remercie monsieur Jules Vanier pour ses 4 ans et demi de présidence à notre conseil.

Votre engagement envers nos bénéficiaires et votre vision nous ont permis d'aller plus loin pour atteindre nos objectifs voire même les dépasser.

Cette année, nous poursuivons le projet « Vieillir mieux chez soi, ça se prépare! ». Nous vous communiquerons les outils (site Internet et brochure) qui sont en cours de production. Ces outils permettront de donner les informations nécessaires pour les personnes aînées et proches aidantes afin de demeurer autonomes dans leur milieu de vie. Restez à l'affût!

L'ÉQUIPE DE SARPAD

CONSEIL D'ADMINISTATION 2024-2025	
Frédéric Guilmard *Courtier immobilier*	*Président*
Marcel Barchechat *Retraité*	*Vice-président*
Marjorie Brisson-Louis *Directrice des ventes-Conseillère en sécurité financière*	*Co-Vice-présidente*
Georges Haddad *Directeur Habitations communautaires CDN*	*Trésorier*
Ivan Rochette *Retraité*	*Secrétaire*
Jules Vanier *Économiste*	*Membre*
Jean-Pierre Martin *Retraité*	*Membre*
Martha Miranda *Retraitée*	*Membre*

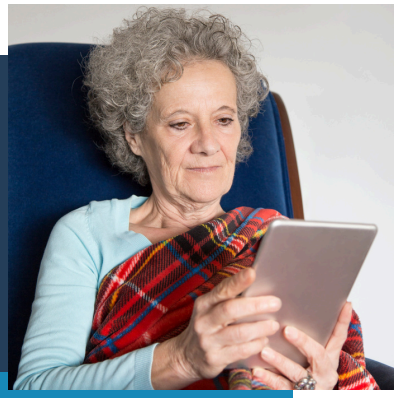
ÉQUIPE DE TRAVAIL	
Daniela Roiban	*Directrice générale*
Pascal Tanguay	*Coordonnateur des bénévoles à Côte-des-Neiges*
Karine Sylvain	*Coordonnatrice des bénévoles à Outremont*
Bev Luboya	*Adjointe administrative*
ÉQUIPE DE PROJET «VIEILLIR MIEUX CHEZ SOI»	
Valérie Bohbot	*Coordonnatrice de projet*
Marie Lamarre	*Chargée de projet au contenu*

RETOUR SUR NOS ÉVÉNEMENTS DES FÊTES

Nous avons eu le plaisir de célébrer le temps des Fêtes ensemble lors de deux événements en décembre dernier.
Tout d'abord, le 4 décembre, nous nous sommes retrouvés au restaurant Yia Sou pour un après-midi aux saveurs grecques. Ce fut un moment chaleureux, avec une ambiance conviviale, de la bonne nourriture, des rires, et même la distribution de cadeaux. Ensuite, nous avons organisé notre tout premier rassemblement en mode repas communautaire (potluck) au Centre communautaire Intergénérationnel d'Outremont.

Chacun a apporté un plat à partager, et l'événement a été l'occasion de rencontrer des visages familiers, mais aussi de nouvelles personnes. Ce fut un véritable moment de partage et un sentiment de communauté s'est fait sentir tout au long de la soirée. Nous sommes ravis de cette première édition et espérons la renouveler l'année prochaine!
Merci à tous d'avoir fait de ces moments des souvenirs mémorables. Nous avons déjà hâte de vous retrouver pour de futurs événements.

ATELIER NUMÉRIQUE



Nous avons organisé des ateliers numériques pour les aînés du HLM Lizette-Gervais, afin d'acquérir des compétences numériques grâce à l'utilisation de tablettes, de favoriser les interactions sociales et de rendre les loisirs en ligne plus accessibles. Les participants ont pu gérer leurs mots de passe, calendrier, courriels, prendre, modifier et partager des photos. À cette fin, des tablettes ont été prêtées aux participants pour plusieurs semaines afin qu'ils puissent explorer et pratiquer les concepts appris lors des ateliers.

NOUVELLES DU PROJET « VIEILLIR MIEUX CHEZ SOI, ÇA SE PRÉPARE! »

Durant l'automne 2024, quatre ateliers de consultation ont été donnés dans les quartiers de Côte-des-Neiges, Outremont, Parc-Extension et Milton-Parc. Ces ateliers ont permis de réunir 88 personnes participantes avec qui nous avons pu discuter des informations et des ressources qu'elles souhaitaient obtenir pour favoriser leur maintien à domicile et dans la communauté.

En ce début d'année 2025, c'est avec joie que nous vous annonçons le lancement de notre site Internet répertoriant ces informations ainsi qu'un bottin de ressources. Prochainement, le site Internet sera disponible en ligne.

À vos claviers! En plus de ce site, une brochure papier présentant une sélection de thématiques et de ressources sera disponible.

Pour vous les présenter, nous vous proposons de venir assister aux ateliers de sensibilisation qui auront lieu dans votre quartier. Lors de ces ateliers, nous vous présenterons comment naviguer sur le site internet et comment trouver les ressources qui vous intéressent, ainsi que la brochure papier. Ces ateliers sont gratuits et auront lieu chaque semaine à partir d'avril 2025.

Pour plus d'informations ou pour inscription, veuillez nous contacter au 514-737-2454 poste 222. Suivez-nous sur Facebook et LinkedIn. Nous avons hâte de vous rencontrer!

Scannez le code QR et visitez notre site Web

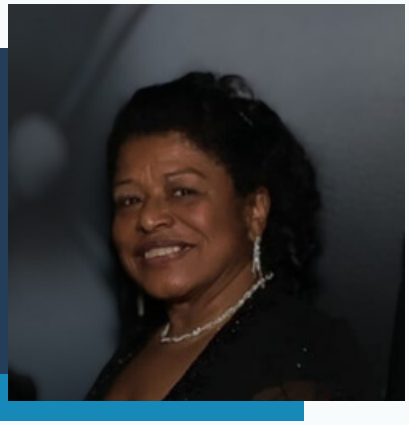
514-737-2454 poste 222

vieillirmieux@sarpad.com

NOS PRÉCIEUX BÉNÉVOLES

MERCI À MICHEL GAUTHIER

Un immense merci à Michel Gauthier pour ses 20 ans de bénévolat au Centre de bénévolat SARPAD.
Depuis 2005, sa gentillesse et sa courtoisie ont marqué tous ceux qu'il a transportés vers les hôpitaux et cliniques de Montréal. Son engagement est inestimable . Un grand merci!



MERCI À MARTHA MIRANDA

Martha Miranda a le cœur sur la main et ce n'est pas peu dire. Elle fait du bénévolat depuis plus de 8 ans. Lorsqu'on l'appelle, on sait que le bénéficiaire sera entre de bonnes mains, car Martha rayonne de bienveillance.

DEVENEZ BÉNÉVOLE

Donnez de votre temps pour aider les personnes aînées!
Vous pouvez faire:

- Visite amicale
- Appel téléphonique amical
- Promenade
- Courses à l'épicerie
- Transport et accompagnement pour les visites médicales

Joignez-vous à notre équipe:

Pour Côtes-des-Neiges :
514-737-2454 poste 223
sarpadcdn@sarpad.com

Pour Outremont :
514-271-8869
sarpadou@sarpad.com

Aidez-nous à favoriser le maintien à domicile des personnes âgées

Je désire faire une contribution de :

☐ 25$ ☐ 50$ ☐ 75$ ☐ 100$

☐ Autre ---------- $

☐ Don In Memoriam ---------- $

Numéro de charité : 0711861-09-08

Pour les dons de 25$ et plus, vous recevrez un cadeau, le livre

Strictement réservé à celles et ceux qui veulent retarder les effets négatifs du vieillissement.
Auteur: Ivan Rochette

☐ M ☐ Mme

Nom ----------

Adresse ----------

Ville ---------- Code postal ----------

Téléphone ---------- Courriel----------

Prière de libeller votre chèque à l'ordre de :
Centre de bénévolat SARPAD Inc.
6555 ch. Côte-des-Neiges, bureau 442, Montréal, H3S 2A6

Merci à nos donateurs

Nous remercions chaleureusement tous nos donateurs pour leur générosité.
Les dons permettent à notre Centre SARPAD d'accomplir sa mission et donner plus de services aux personnes aînées.