

RAPPORT D'ACTIVITÉS 2012

PRESENTÉ À
L'ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE
LE 20 MARS 2013



Scène de la vie quotidienne au Centre Lapalme

MOT DE LA PRÉSIDENTE

Me voilà déjà rendue à la fin de mon deuxième mandat comme présidente et de mes dix ans au sein du conseil d'administration. Après cette décennie passée auprès de vous, c'est un sentiment de bonheur et une immense fierté qui m'habitent. C'est important pour moi de vous le dire.

À chaque année au moment où j'écris mon mot de la présidente, je m'interroge sur l'immense fierté que je ressens face à l'Alpar. Voilà ce que j'en pense. Ensemble, nous avons travaillé fort et nous avons posé une à une les pierres qui nous ont mené à ce beau succès qu'est l'Alpar. Ce qui rend beau ce travail, c'est que tout le monde a mis la main à la pâte, et que tout le monde est égal à l'Alpar : les membres, les bénévoles, les employés et les membres du conseil d'administration.

C'est dans cet esprit que je me représente aux élections et que j'espère poursuivre mon rôle comme l'une de vos égales, sans plus, ni moins. Car, comme plusieurs d'entre vous, l'Alpar a été une école pour moi qui m'a remis au monde après des difficultés de santé.

C'est maintenant le temps pour moi de remercier mes collègues du CA, les bénévoles et les membres pour leur présence, leur générosité et leur enthousiasme. Je profite de l'occasion pour féliciter Madame Andrée Jobin, notre bénévole de l'année, qui a été honorée par le Ministre Jean-François Lisée. J'en profite aussi pour remercier la belle équipe de travail que nous avons, Marie-Eve Émond et Josée Lambert. Elles sont tous les deux mes bras droits !

Je dois également remercier ceux qui nous entourent avec tant de gentillesse et de professionnalisme : Jo-Anne Laforge du CSSS Lucille-Teasdale, Christine Aubé de la Ville de Montréal, Denis Leclerc de la CDC, Patrice Blain et son équipe du Centre Lapalme.

Cela fait dix ans que nous sommes ensemble le cœur sur la main et l'esprit à l'entraide, souhaitons-nous que les années à venir soient aussi belles que les années passées.

Jeannette Lapointe



MOT DE LA DIRECTRICE

Chers membres,

2012 a été une année époustouflante. Les célébrations de notre 10^{ième} anniversaire nous ont fait réaliser le travail accompli depuis les débuts de l'Alpar. Comme je l'exprimais dans l'édition du journal consacré au 10^{ième} anniversaire, « vous êtes l'illustration qu'il est possible de mordre dans la vie, de se tisser un réseau social fort et de s'engager dans des projets, en somme de changer le monde, et surtout, la vision que le monde porte sur les personnes vivant avec un handicap ». C'est à la lumière de ces propos que nous avons réussi à prendre notre place dans les scènes quotidiennes du milieu communautaire.

2012 a été aussi une année de visibilité et de déploiement. En matière de visibilité, cela faisait plusieurs années que nous rêvions à notre propre site internet et il a été réalisé avec brio. Aussi, nos dix ans d'efforts ont été reconnus par Altergo et un prix nous a été remis en novembre : il s'agissait de notre première reconnaissance. Enfin, *Votre journal Alpar* est passé de deux à trois parutions par année grâce au travail exemplaire de son comité de rédaction. Quant à notre déploiement, nous avons organisé pour la première fois une activité régulière à l'extérieur de nos murs au gymnase de l'Entre-gens. Aussi, c'est avec joie que nous constatons que notre organisme est connu au-delà de son secteur et dessert des personnes venant de neuf quartiers.

2012 s'inscrit aussi sous le signe de la fidélité de nos bénévoles, de nos partenaires et de nos donateurs. Je tiens à remercier les membres du conseil d'administration et sa présidente Jeannette Lapointe, travailler avec eux est un grand privilège. Je tiens également à remercier nos partenaires du CSSS Lucille-Teasdale et du milieu communautaire. Enfin, je veux exprimer ma très grande gratitude à l'endroit des bénévoles, ils et elles sont la richesse et l'essence de l'organisme, rien ne serait pareil sans eux. Mes félicitations à Andrée Jobin, notre bénévole de l'année. Aussi, Il est important pour moi de dire merci à Marie-Eve Émond, ma coéquipière au quotidien, son travail est empreint de sollicitude et d'une grande humanité. Je termine en remerciant nos donateurs réguliers et en particulier le comité organisateur et les cyclistes du *Cyclothon de l'Alpar – Johanne-Soucy*.

2012 aura été pour vous chers membres l'aboutissement d'une décennie d'existence, j'aimerais tout simplement vous dire *Félicitations* ! Continuez à être aussi inspirants pour nous tous.

2013 : l'Alpar est là pour rester !



MOT DE L'ANIMATRICE

Chers membres,

Je qualifierais ma première année entamée avec vous comme une année remplie d'apprentissage dans différents domaines. Vous m'avez ouvert grande la porte de l'Alpar et j'ai découvert en vous un groupe uni. Je me sens désormais des vôtres. Le lien entre nous est tel que les gens se hâtent de s'entraider, de s'apporter du réconfort et de l'humanité. Cette humanité nous permet d'être attentifs au monde.

Je ne sais pas pour vous, mais quelquefois lorsque j'écoute les nouvelles à la télévision, je deviens sensible à ce qui se passe dans le monde. D'autre fois, dans nos vies respectives, nous devenons préoccupés par nos proches et un jour ou l'autre, notre tour arrive, les tracasseries frappent à notre porte, on les entend presque arriver.....Comme on dit, la vie est ce qu'elle est et on s'adapte du mieux qu'on le peut. Mais quand je pense à vous, à vos sourires, votre courage, je me sens instantanément bien. Bien de partager avec vous de beaux moments qui me font rappeler qu'il y a du beau aussi dans notre monde.

Si nous pouvions faire une œuvre d'art de l'Alpar, j'imaginerais un tableau qui présente un lieu multicolore, chaleureux, intime, où il fait tout simplement bon vivre. Une chose est certaine, je serais incapable de l'imaginer sans vous, vous tous qui contribuez à faire de ce lieu, un endroit unique.

Bientôt, nous allons vous demander de vous exprimer sur ce que vous désirez pour les trois prochaines années. Ce sera à votre tour d'imaginer comment vous avez envie de voir l'Alpar évoluer. N'ayez aucune crainte d'avancer des idées nouvelles, car l'Alpar est ce qu'il est aujourd'hui grâce à vous tous, vous en êtes les créateurs. Chacun de vous, à votre façon, vous y apportez une couleur. Permettons-nous de rêver ensemble, le rêve représente en quelque part une aspiration....un idéal. Sur ce, je vous laisse avec deux petites citations pour accompagner peut-être vos réflexions :

«Ce sont dans ses rêves que l'homme trouve sa liberté.» anonyme

«Fais de ta vie un rêve, et un rêve ta réalité.» anonyme

Bonne assemblée!

Marie-Ève Émond



HISTORIQUE

Au début des années 2000 plusieurs organismes offrant des services aux personnes en perte d'autonomie mettaient en lumière le problème d'isolement social chez les aînés vivant avec des limitations physiques. Ces derniers éprouvent de la difficulté à s'intégrer à des activités s'adressant à la population en général. De nombreuses personnes souhaitent participer à des activités sociales mais y renoncent, à cause de l'ampleur des difficultés vécues lors de ces tentatives.

À cet effet, bien que de nombreux efforts aient été déployés pour améliorer l'accessibilité des lieux publics, plusieurs facteurs rendent difficile l'intégration des personnes ayant des limitations physiques : la difficulté d'accès au transport en commun, le besoin d'équipement sécuritaire, l'impossibilité de se mouvoir rapidement, la méconnaissance des services adaptés ainsi que le sentiment de retarder le groupe.

Les activités offertes par les organismes destinés aux aînés sont souvent peu adaptées aux gens ayant des capacités limitées (danse en ligne, quilles, voyages...) et se déroulent dans des lieux difficiles d'accès comme des sous-sols d'église ou d'anciennes écoles. De plus, le profil de ces personnes ne correspond pas aux centres de jour thérapeutiques qui accueillent de plus en plus une clientèle ayant de lourdes pertes cognitives.

C'est donc à la suite de ce constat que naquit l'idée de fonder un groupe répondant au besoin de socialiser de personnes ayant des limitations physiques. Ainsi, le 29 janvier 2002, une première rencontre regroupant des personnes à mobilité réduite, des représentants du CLSC de Rosemont et du Carrefour Communautaire Montrose eut lieu afin de jeter les premières bases du projet. En septembre 2002, le groupe obtenait sa charte et formait son premier conseil d'administration. L'Alpar était née !

Au mois de juin 2006, l'organisme emménageait dans les locaux tout neufs du Centre Gabrielle-et-Marcel-Lapalme. L'Alpar avait maintenant pignon sur rue et pouvait enfin recevoir un plus grand nombre de personnes dans des lieux physiques mieux adaptés.

À l'automne 2007, en présence de près d'une centaine de personnes, l'Alpar soufflait ses cinq bougies d'anniversaire. Au cours de cette même année, l'organisme mettait sur pied, un programme de rapprochement interculturel afin d'adopter une approche inclusive à l'endroit des aînés issus des communautés culturelles.



En 2008, l'organisme obtenait un financement récurrent du Ministère de la Santé et des Services sociaux dans le cadre du *Programme de soutien aux organismes communautaires* et engageait sa première employée permanente. En 2010, une augmentation du financement de base permettait à l'organisme d'embaucher une deuxième personne assignée principalement à l'animation.

Enfin, en 2011, préoccupé par la santé mentale des personnes âgées et de leurs proches aidants, le personnel de l'organisme mettait sur pied un programme de prévention intitulé *Ma santé de la tête aux pieds*.

En septembre 2012, l'organisme fêtait avec fierté son 10^{ième} anniversaire et lançait son site internet.



PROFIL DU TERRITOIRE ET DES PERSONNES REJOINTES

L'Alpar exerce ses activités sur le territoire du CSSS Lucille-Teasdale, plus particulièrement dans le quartier de Rosemont. Ce secteur est délimité géographiquement par les artères suivantes: Bélanger (Nord), Rachel (Sud), Iberville (Ouest), Dickson (Est). Selon les données du dernier recensement, Rosemont compte près de 17% de sa population qui a plus de 65 ans, soit 14230 personnes, et de ce nombre plus du 55% ont 75 ans ou plus. La proportion de ces aînés vivant seuls est de 45%, comparativement à 36% pour le grand Montréal.

Le niveau socio-économique des aînés du quartier est relativement modeste. On y retrouve une forte proportion de femmes seules qui ont comme unique source de revenus la pension de vieillesse et le supplément de revenu garanti. Des conditions de vie difficiles ont rendu leur état de santé précaire, compromettant ainsi leur autonomie, 47,5% d'entre eux présenteraient des limitations fonctionnelles. Aussi, le visage de Rosemont a changé au cours des dernières années, les personnes issues de l'immigration composent présentement 20 % de la population du quartier.

La majorité des membres actuels de l'Alpar vit à domicile, en HLM ou en résidence privée et bénéficie de services du soutien à domicile du CLSC. Ils nous sont référés par le service de soutien à domicile du CLSC, par des centres hospitaliers et de réadaptation, par d'autres organismes communautaires ou par des membres eux-mêmes. Enfin, certains aînés ou leurs proches communiquent directement avec l'organisme par l'intermédiaire de son site internet, de sa page Facebook et grâce aux publications du Service de la culture, des sports et du développement social de la Ville de Montréal.

Bien que 80% des membres de l'organisme soient des résidents de Rosemont, la proportion venant des quartiers de l'Est de Montréal est à la hausse. Nous accueillons des personnes en provenance des quartiers Hochelaga-Maisonneuve, Mercier, Saint-Léonard, Anjou, La Petite-Patrie, Saint-Michel, Villeray et Montréal-Nord. Nous attribuons ce fait à l'absence d'organisme destiné aux aînés à mobilité réduite dans le secteur est de l'île de Montréal, et bien sûr, par le rayonnement grandissant de notre organisme.

La moyenne d'âge des participants qui fréquentent actuellement nos activités est de 70 ans. 74% des membres actuels sont des femmes, tandis que 26% sont des hommes, toutefois, ces derniers fréquentent de façon plus assidue les activités offertes par l'organisme. Nos membres ont des limitations physiques importantes : problèmes respiratoires, cardio-vasculaires, difficultés d'audition, de vision ou de locomotion. Certains sont atteints de maladies dégénératives liées ou non au vieillissement. Enfin, la majorité d'entre eux se déplace en fauteuil roulant, au moyen d'une canne ou d'une marchette.



OBJECTIFS POURSUIVIS EN 2012

- Nous avons poursuivi notre mission d'intégration sociale destinée aux personnes de 55 ans et plus ayant un handicap ou étant en perte d'autonomie, en y incluant les aînés issus des communautés culturelles.
- Nous avons réussi à augmenter notre membership en ciblant les proches aidants de même que la diversité des activités offertes à nos membres.
- Nous avons continué d'adapter nos activités aux besoins et intérêts de nos membres. Aussi à leur demande, nous avons organisé plusieurs sorties extérieures et poursuivi nos activités de rapprochement interculturel par le biais de nos fêtes communautaires.
- Nous avons poursuivi nos activités en faisant la promotion de saines habitudes de vie par le biais de l'alimentation et de l'activité sportive adaptée.
- Notre comité financement et programmation s'est réuni régulièrement tout au long de l'année et a organisé la quatrième édition du cyclothon de l'Alpar. Par le biais de cette activité, nous avons augmenté notre banque de donateurs.
- Nous avons consolidé le travail des comités déjà existants, dont ceux du comité journal et du comité financement.
- Nous avons pour une quatrième année réussi à obtenir un financement dans le cadre du programme de *Soutien à l'action bénévole*, ce qui nous a permis d'offrir de nombreuses activités de reconnaissance aux bénévoles de l'Alpar. De plus, nous avons tenu en janvier 2012, une demi-journée de réflexion sur le bénévolat à l'Alpar.
- L'organisme a augmenté grandement sa visibilité en maintenant sa présence aux diverses instances de concertation. Enfin, les bénévoles de l'Alpar se sont impliqués pour une quatrième année avec le Magasin-Partage en prenant en charge la salle à manger *Chez Alparo*.
- Par manque de temps, la journée de réflexion avec les membres en vue de mettre sur pied un plan d'action triennal a été reportée pour 2013.
- Nous avons réussi à augmenter le nombre d'heures de travail de la personne à l'animation.
- Enfin, nous avons tenu une journée de festivités ouverte à toute la communauté pour souligner le 10^{ième} anniversaire de l'Alpar.



COUP D'ŒIL SUR LES BONS COUPS DE 2012

- La mise en ligne de notre site internet, la qualité de sa réalisation et son accessibilité.
- L'obtention du Prix Reconnaissance d'Altergo pour souligner le 10^{ième} anniversaire de notre organisme.
- La fréquence de publication de notre journal est passée de 2 à 3 numéros par année. De plus, une version électronique est disponible en ligne sur notre site internet.
- Une présence accrue de l'organisme dans la vie communautaire et associative de Rosemont. Entre autres, l'Alpar a participé à la démarche *Décider Rosemont ensemble* et 5 de ses membres étaient présents au *Forum social de Rosemont*. L'Alpar a participé également aux assemblées générales annuelles du Carrefour de l'Entre-Gens, de Bouffe action de Rosemont, de la Corporation de développement communautaire de Rosemont et d'Altergo. Nous avons également tenu une table à la *Journée internationale des aînés*.
- La présence de notre organisme sur le conseil d'administration de Bouffe-action de Rosemont et de la Corporation de développement de Rosemont.
- La participation de notre organisme aux consultations de planification stratégique 2012-2017 du CSSS Lucille-Teasdale.
- Pour une troisième année, la tenue sur les lieux de nos activités d'une clinique de vaccination en partenariat avec le CSSS Lucille-Teasdale.
- La participation de notre organisme à la table ronde d'un colloque de la CSN portant sur l'état des services destinés aux aînés dans les établissements de santé.
- La réalisation en partenariat avec des membres de VVR de la deuxième édition de la journée de réflexion sur la santé mentale des aînés.
- La réalisation en partenariat avec la CDC de Rosemont de la troisième édition de notre Festival country et la participation de nos membres au spectacle : *Cowboy Jones et les Alparett's*.
- Le grand succès de la quatrième édition du Cyclothon de l'Alpar – Johanne Soucy, et surtout la participation active au Cyclothon de trois membres de l'Alpar.
- Enfin, le rehaussement de notre financement en provenance du *Programme de soutien aux organismes communautaires*.



LES ACTIVITÉS DE L'ORGANISME

L'Alpar a offert 112 activités entre janvier et décembre 2012. Au total, cette année nous avons eu 2432 participations à nos activités, soit une moyenne de 203 participations par mois. L'organisme comptait, au 31 décembre 2012, 79 membres réguliers et 10 membres de soutien.

Encore une fois, les activités les plus populaires ont été les journées thématiques liées à notre programme de rapprochement interculturel. Toutefois les rencontres régulières du mercredi, durant lesquelles se tiennent les activités de groupe tel le bingo, le jeu de poches, les courses de chevaux, le jeu de fléchettes et le stimuli-quizz, suscitent toujours l'intérêt d'une bonne partie des membres. Ces activités permettent, entre autres, aux participants de développer leur dextérité et leur concentration.

Depuis décembre 2007, nous avons des rencontres à tous les vendredis. Les 1^{er} et 3^e vendredis sont des journées d'activités libres, le 2^e vendredi est consacré à la projection de films canadiens et étrangers, tandis que le 4^e est dédié aux activités sportives. Les participants peuvent donc, selon leurs intérêts, choisir des jeux de table ou simplement discuter autour d'un café, prendre part à une discussion autour d'un film, et pour les plus actifs, prendre part à des activités sportives adaptés. Cette journée du vendredi a pour objectif de consolider le sentiment d'appartenance et de fournir une opportunité supplémentaire à nos membres de socialiser. Depuis 2007, le taux de fréquentation aux activités du vendredi a connu une forte augmentation. Soulignons que la plage d'activités du vendredi est très populaire chez les hommes.

Depuis 2009, nous avons aussi organisé des sorties de groupe au restaurant. Ces sorties répondent aux souhaits des membres de diversifier le type d'activités offertes. À ces sorties, nous avons ajouté en 2010 des pique-niques au Parc Lafond. Ces sorties ont donné l'occasion aux membres de s'adonner à de nouvelles activités comme la pétanque molle.

Depuis 2011, dans le but de répondre aux besoins des aidants naturels, dont les proches fréquentent notre groupe, nous offrons des groupes de soutien pour aidants et aidés.

Il faut aussi compter parmi nos activités, des projets ponctuels de nature artistique réalisés conjointement par des membres et des bénévoles. Trois petites pièces de théâtre, deux expositions et un spectacle de chanson ont été créés depuis 2009.

Finalement, bien que les membres reçoivent une programmation détaillée des activités, une relance téléphonique a lieu quelques jours avant chacune d'entre elles, contribuant ainsi à maintenir un lien plus personnalisé avec chaque aîné et de maintenir un contact en cas de convalescence.



NOS GRANDS ÉVÉNEMENTS DE 2012

Musique d'ici et d'ailleurs (Portugal) – le 15 février 2012

Rencontre musicale où la musique et la danse deviennent un outil de rapprochement interculturel. Le chanteur Jimmy Faria nous a livré une performance inoubliable pour l'occasion. Cet événement a été rendu possible grâce aux fonds amassés lors du Cyclothon de l'Alpar-Johanne Soucy.

Assemblée générale annuelle – le 21 mars 2012

L'assemblée générale de l'Alpar a été un succès de participation : plus de 40% des membres étaient présents.

Ma cabane à sucre au Centre Lapalme – 18 avril 2012

Pour une seconde fois, l'Alpar a tenu une cabane à sucre. Un repas a été servi aux membres dans un décor chaleureux et convivial. Ce repas a été rendu possible grâce à la collaboration de Bouffe-action de Rosemont.

Chansons d'ici et d'ailleurs (L'Égypte) – le 16 mai 2012

Rencontre interculturelle où nous partons à la découverte de l'art de la musique et de la danse égyptienne. La danseuse Carol Dahab a été l'artiste invitée pour l'occasion. Cet événement a été rendu possible grâce aux fonds amassés lors du Cyclothon de l'Alpar-Johanne Soucy.

Le cyclothon de l'Alpar – Johanne Soucy – le 1^{er} juin 2012

Dans le cadre du Tour de nuit de Montréal, 42 cyclistes issus des milieux communautaire, institutionnel et du monde des affaires ont participé à la troisième édition de l'événement bénéfique de l'Alpar. Pour une seconde fois, trois membres de l'Alpar en fauteuil roulant ont participé. 9052\$ ont été amassés pour financer les activités de l'organisme.

Conférence option consommateur – le 13 juin 2012

Karine Robillard, conseillère budgétaire chez Option consommateur est venue nous entretenir sur les pièges de la retraite.

Musiques d'ici et d'ailleurs (Hawaii) – Le 18 juillet 2012

Rencontre musicale où la chanson devient un outil de rapprochement interculturel. Dominic Bourgeois accompagné par Marc Monfet, nous ont impressionnés avec leurs chants hawaïens. Cet événement a été rendu possible grâce aux fonds amassés lors du Cyclothon de l'Alpar-Johanne Soucy.



Épluchette annuelle – le 22 août 2012

Pour une troisième année consécutive, l'Alpar a tenu une épluchette de blé d'inde. Cette activité a été rendue possible grâce à la collaboration de Bouffe-action de Rosemont et de notre bénévole Raymond Houle.

10^{ième} anniversaire de l'ALPAR – Le 12 septembre 2012

Une grande fête a été organisée pour souligner les 10 ans de l'Alpar. Plus de 90 personnes étaient présentes dont les élus, les partenaires, les travailleurs du Centre Lapalme et la grande majorité des membres.

La fête western (Les Marchettes du Far Est) – Le 7 novembre 2012

Rencontre musicale où la culture country était à l'avant-scène. L'événement s'est déroulé en présence de Cowboy Jones accompagné de Miss Martina, de Marc Monfet, de Patrice Blain, d'Amélie du Moulin à musique et de nos *Alparett's*. Cette prestation musicale a été accompagnée d'un repas organisé avec la collaboration de la CDC de Rosemont afin que les travailleurs du Centre Lapalme se joignent à nous. Cet événement a été rendu possible grâce aux fonds amassés lors du Cyclothon de l'Alpar-Johanne Soucy et à la participation financière de la CDC de Rosemont.

Clinique de vaccination – le 21 novembre 2012

En partenariat avec le CSSS Lucille-Teasdale, pour une troisième année, l'Alpar a tenu une clinique de vaccination contre la grippe saisonnière destinée à ses membres. Des employés du Centre Lapalme et des bénévoles de Montrose ont pu également bénéficier de cette clinique.

Ma santé de la tête aux pieds : programme de prévention en santé mentale (ateliers artistiques avec Johanne Lavallée) – octobre à décembre 2012

Groupe de soutien destiné aux aînés et leur proche aidant. Ces 8 rencontres animées par Johanne Lavallée ont réuni hebdomadairement un groupe de 8 personnes. Ce projet a reçu le financement du Ministère de la Famille et des Aînés.

Célébrons Noël avec l'ensemble vocal «Cœur Vaillant» – Le 12 décembre 2012

Repas de Noël suivi d'un concert de l'ensemble vocal «Cœur Vaillant». Les fonds amassés lors du Cyclothon de l'Alpar-Johanne Soucy ont financé en partie cet événement.



LES BÉNÉVOLES

L'apport des bénévoles à un organisme comme le nôtre est sans contredit indispensable. Ce sont eux qui, chaque semaine, accueillent les participants et les soutiennent dans la réalisation des activités. Sans eux, il est important de le souligner, cet organisme ne pourrait remplir sa mission.

Depuis 2008, tenant compte de la hausse de fréquentation de nos membres, l'organisme a concentré ses efforts sur le recrutement de nouveaux bénévoles. Cela a porté fruit, 20 bénévoles composent actuellement l'équipe de l'Alpar. Ils sont en majorité de jeunes retraités qui désirent rester actifs dans la société et œuvrer au mieux-être de tous. Parmi eux se retrouvent aussi des personnes handicapées qui sont à la fois membres et bénévoles de l'organisme. Nous avons aussi accueilli par le passé des nouveaux arrivants qui par le bénévolat trouvent une voie d'intégration pour mieux connaître leur société d'accueil. Enfin, des bénévoles issus du monde des affaires collaborent et travaillent à la mise sur pied d'activités de financement, ces derniers travaillent étroitement avec le conseil d'administration.

Nous avons reçu en 2012 de l'aide ponctuelle pour des projets spécifiques, nous tenons à remercier Mesdames Ginette Soucy, Marie-Josée Lafond et Monsieur Philippe Têtu. En 2012, deux bénévoles dévoués ont quitté l'Alpar pour d'autres occupations, nous tenons à remercier chaleureusement Madame Danielle Lecottier et Monsieur René Forand pour leur générosité.

Depuis 2009, nous avons décidé d'offrir à nos bénévoles des formations portant sur les questions entourant le vieillissement et la gérontologie en général, de même que des activités de nature festive. Ces activités sont rendus possibles grâce au financement du député provincial de Rosemont par le biais du programme de Soutien à l'action bénévole.

Pour terminer, mentionnons que Madame Andrée Jobin a été honorée par le Ministre Jean-François Lisée lors de l'événement hommage aux bénévoles qui s'est tenu l'automne dernier.

Nos bénévoles actuels

Monsieur Richard Aubert	Madame Jocelyne Bergeron
Monsieur Karl Choquette	Madame Monik Gagnon
Monsieur Raymond Houle	Madame Andrée Jobin
Madame Gertrude Labelle	Madame Ginette Soucy
Madame Jeannette Lapointe	Madame Francine Cantin
Monsieur Xavier Lluís	Madame Rosa Piaggio
Monsieur Gérald Mathieu	Madame Christiane Métivier
Madame Lucette Nicol	Madame Édith Normandin
Monsieur Jean-Pierre Ouimet	Madame Régina Lagacé
Madame Françoise Roy	Madame Martine Rochette



LE TRAVAIL DES BÉNÉVOLES

Travail direct auprès des membres

Appels téléphoniques : Rosa Piaggio.

Cartes d'anniversaire : Jocelyne Bergeron et Francine Cantin.

Équipe du mercredi : Jeannette Lapointe, Lucette Nicol, Édith Normandin, Christiane Métivier, Raymond Houle, Martine Rochette.

Équipe du vendredi : Jocelyne Bergeron, Rosa Piaggio, Andrée Jobin, Regina Lagacé, Martine Rochette.

Gestion des cadeaux : Martine Rochette.

Événements spéciaux : Jocelyne Bergeron, Richard Aubert et Ginette Soucy.

Comités permanents

Conseil d'administration : Jeannette Lapointe, Gertrude Labelle, Andrée Jobin, Raymond Houle, Xavier Lhuis, Rosa Piaggio, Jean-Pierre Ouimet, Josée Lambert (employée) et Marie-Eve Émond (employée).

Comité journal : Jocelyne Bergeron, Andrée Jobin, Raymond Houle, un membre invité par numéro, Marie-Eve Émond (employée).

Comité Cyclothon de l'Alpar : Monik Gagnon, Karl Choquette, Jo-Anne Laforge, Françoise Roy, Josée Lambert (employée) et Marie-Eve Émond (employée)

Comité temporaire relié à des projets

Comité du 10^{ième} anniversaire : Jeannette Lapointe, Jocelyne Bergeron, Marie-Eve Émond (employée) et Josée Lambert (employée).



LA VIE ASSOCIATIVE

Le conseil d'administration, composé de sept membres, a tenu onze réunions au cours de l'année 2012. La recherche de financement, l'approbation des dépenses d'équipement et la programmation des activités font partie des principaux points traités lors des réunions. L'assemblée générale annuelle s'est tenue le 21 mars 2012. 41 personnes, dont 36 membres en règle et 5 invités, ont répondu à cet exercice démocratique.

Deux comités permanents relèvent du conseil d'administration, soit le comité du journal et le comité financement dont la mission vise à organiser le Cyclothon annuel de l'Alpar. En 2011-2012, nous avons également mis sur pied un comité *ad hoc* pour organiser les festivités du 10^{ième} anniversaire.

L'édition 2012 du Cyclothon de l'Alpar – Johanne Soucy a été de nouveau un succès : 41 cyclistes participants et 9 052\$ amassés. Le comité journal pour sa part a fait passer la parution de son journal de 2 à 3 éditions par année.

Les membres de notre conseil d'administration en 2012

Madame Jeannette Lapointe, présidente
Madame Gertrude Labelle, vice-présidente
Madame Andrée Jobin, trésorière
Madame Rosa Piaggio, secrétaire
Monsieur Raymond Houle, conseiller
Monsieur Xavier Lhuis, conseiller
Monsieur Jean-Pierre Ouimet, conseiller
Madame Josée Lambert, directrice (membre non votant)
Madame Marie-Eve Émond, animatrice (membre non votant)



LE PERSONNEL, LES COLLABORATEURS ET LES STAGIAIRES

Depuis mai 2010, grâce à une majoration de notre financement de base du *Programme de soutien aux organismes communautaires*, l'équipe de l'organisme est maintenant composée de deux employées permanentes et d'une contractuelle.

À la direction : Madame Josée Lambert

À l'animation et à titre de chargée de projet : Madame Marie-Eve Émond

À la comptabilité : Madame Nancy Poirier

L'Alpar a retenu en 2012 les services de Madame Johanne Lavallée qui a pris en charge l'animation du groupe de soutien destiné à nos membres et à leur proche aidant.

L'Alpar a accueilli plusieurs stagiaires et chercheurs en 2012. Nous en dressons ici la liste exhaustive.

Madame Mylène Roy Bélanger : Stage d'observation (Bacc. Animation et recherches culturelles - UQAM)

Monsieur Étienne Millette : Stage d'observation (Bac. Animation et recherches culturelles - UQAM)

Madame Jenny Moki : Stage d'observation (Bac. Animation et recherches culturelles - UQAM)

Madame Andrea Bouchard : stagiaire (Projet Connexion-compétence - Insère Jeunes)



LA PROMOTION ET LA VISIBILITÉ DE L'ORGANISME

En plus de disposer d'un dépliant qui permet de faire connaître l'organisme, une trousse promotionnelle a été conçue afin d'accroître la visibilité de l'Alpar dans le quartier. Des affichettes furent créées pour publiciser nos fêtes communautaires tout au long de l'année 2012. Des communiqués annonçant les activités ont été publiés, entre autres, dans la section «agenda communautaire» du journal local et dans *Les Brèves*, la publication électronique de la CDC de Rosemont.

Le journal de l'organisme publié trois fois l'an s'avère un excellent outil de visibilité pour l'organisme. Une version électronique est envoyée à nos partenaires et aux intervenants du milieu. Enfin, le cyclothon demeure une autre excellente initiative en matière de visibilité. L'événement a bénéficié d'une bonne couverture médiatique en 2012.

L'Alpar a poursuivi sa participation active au projet *Ambassadeur dans ma communauté* mis en place par la table de concertation *Vivre et Vieillir à Rosemont*. Ce projet consiste à faire la tournée des habitations pour aînés du quartier et des CLSC afin de faire connaître les ressources de la communauté. En 2012, notre organisme a participé à deux salons, de même qu'à la *Journée internationale des aînés*. Aussi, l'Alpar a tenu un kiosque de sensibilisation concernant l'accessibilité des lieux publics aux personnes handicapées dans le cadre de la *Journée internationale de sensibilisation pour contrer les abus envers les aînés* au Parc Molson. Aussi, pour une quatrième année, nous avons maintenu notre participation au *Magasin-Partage de Rosemont* en prenant en charge la salle à manger.

Enfin, cette année nous avons mis en ligne notre site internet qui s'avère une excellente vitrine pour l'organisme sur le web et un outil de communication pour nos membres.



LE FINANCEMENT

Subventions gouvernementales et paragouvernementales

Programme de soutien aux organismes communautaires du Ministère de la Santé et des Services sociaux

Programme Du Cœur à l'action pour les aînés du Québec du Ministère de la Famille et des Aînés

Programme d'aide en loisir pour les personnes vivant avec une incapacité administré par AlterGo

Ministre et députée

Ministre Dominique Vien (fond discrétionnaire)

Députée Louise Beaudoin (Soutien à l'action bénévole)

Député Alexandre Boulerice (Cycliste d'honneur – Cyclothon de l'Alpar)

Conseiller Marc-André Gadoury (Cycliste d'honneur – Cyclothon de l'Alpar)

Don - congrégation religieuse

Sœurs des Saints-noms-de-Jésus-et-de-Marie

Don - secteur coopératif

Fond d'aide au développement de la Caisse De Lorimier

Dons - secteur privé

Via Capitale du Mont-Royal

Janson, Larente, Roy, avocats

Groupe Investors

Quincaillerie Rona C. Bélanger

Dons individuels

Individus sympathisants et membres de l'Alpar



LE PARTENARIAT ET LA CONCERTATION

L'Alpar a pu compter en 2012 sur le soutien d'organismes et d'institutions de la communauté et s'est engagé sur plusieurs CA et tables de concertation.

Corporation de développement communautaire de Rosemont :

Soutien au développement de l'organisme et prêt de salles pour la tenue des activités. Depuis octobre 2012, l'Alpar siège sur le CA de la Corporation.

CSSS Lucille-Teasdale (CLSC Rosemont) :

Soutien au développement de l'organisme et à la recherche de financement.

Service de la Culture, des sports, des loisirs et du développement social de la ville de Montréal :

Support-conseil pour l'organisation de loisirs adaptés.

Vivre et Vieillir à Rosemont :

Regroupement d'organismes et d'institutions préoccupés par le mieux-être des aînés du quartier. L'Alpar est un membre actif de cette table et participe à plusieurs de ses comités.

Bouffe action Rosemont :

Partenariat ayant trait à la sécurité alimentaire et aux saines habitudes en matière d'alimentation. L'Alpar siège sur le CA de l'organisme.

Magasin-partage de Rosemont :

Initiative visant à accueillir sans discrimination la population appauvrie du quartier qui a besoin de denrées alimentaires. L'Alpar est partenaire de cette initiative depuis 4 ans.

COMACO- Coalition pour le maintien dans la communauté :

Regroupement d'organismes œuvrant auprès des aînés et favorisant leur maintien dans la communauté.

RIOCM - Regroupement intersectoriel des organismes communautaires de Montréal :

Regroupement d'organismes communautaires dont la mission est le soutien, la défense et l'information.

Altergo :

Regroupement d'organismes offrant des activités de loisirs dont la mission est de soutenir l'inclusion sociale des personnes ayant une limitation fonctionnelle par l'abolition des obstacles au loisir.



NOS PERSPECTIVES POUR 2013

Afin de poursuivre sa mission d'intégration sociale par le loisir destinée aux personnes de 55 ans et plus ayant un handicap ou étant en perte d'autonomie, l'Alpar prévoit :

- Augmenter son membership en ciblant, entres autres les proches aidants de ses membres;
- Tenir une journée de réflexion avec ses membres en vue de mettre sur pied un plan d'action triennal;
- Maintenir le nombre et la diversité de ses activités;
- Poursuivre ses sorties extérieures;
- Maintenir ses activités de rapprochement interculturel;
- Tenir un groupe de soutien pour ses membres et leurs proches aidants;
- Poursuivre ses activités faisant la promotion des saines habitudes de vie par le biais de l'alimentation et du développement d'activités sportives;
- Reconduire ses partenariats avec Bouffe-action de Rosemont, la CDC de Rosemont et avec la table de concertation Vivre et vieillir à Rosemont;
- Poursuivre ses actions et sa visibilité en matière de défense de droits des personnes handicapées;
- Maintenir la représentation de l'organisme aux diverses instances de concertation en y impliquant plus de bénévoles;
- Conserver les deux comités actuels de l'organisme (Cyclothon et Journal);
- Poursuivre les activités destinées aux bénévoles;
- Augmenter la visibilité de l'organisme par la publication de son journal, par la promotion de ses activités ouvertes au public, par son site internet et par sa page Facebook;
- Organiser les festivités du 11^{ième} anniversaire de l'organisme;
- Tenir la cinquième édition du Cyclothon de l'Alpar;
- Maintenir le nombre d'heures actuelles du personnel de l'organisme;
- Se doter de locaux administratifs plus grands;
- Poursuivre ses liens avec les institutions d'enseignement en accueillant des stagiaires et des chercheurs.



2012 EN IMAGES



Le Portugal à l'honneur avec notre chanteur invité Jimmy Faria.





Les vendredis sportifs depuis ses débuts au gymnase de l'Entre-Gens.





L'assemblée générale annuelle 2012 de l'Alpar.



Les membres de votre conseil d'administration.



Le lancement de *Votre journal Alpar* par votre comité de rédaction constitué de Raymond Houle, de Jocelyne Bergeron, d'Andrée Jobin et de Marie-Eve Émond.





Notre fameux repas *Cabane à sucre* fait maison!



Un merci tout spécial à monsieur Emad Raphaël pour son service alimentaire impeccable lors de notre fête de l'Égypte!



La fête interculturelle de l'Égypte et son invitée, la magnifique danseuse Carol Dahab.





Quelques images du Cyclothon de l'Alpar – Johanne-Soucy, édition 2012.



Conférence offerte par Option consommateur : les pièges de la retraite.





Une prestation inouïe de Dominic Bourgeois accompagné de Marc Monfet lors de la fête d'Hawaii.





Une belle sortie au restaurant comme on les aime !



Notre épluchette de blé d'inde biologique!





Photo prise pour symboliser le thème
On a dix ans et on voit grand!



Le belle équipe d'artistes réunie pour créer
des décorations en vue du 10^{ième} anniversaire.



Josée et ses aspirations *Alpar World!*



Un souper pour nos bénévoles dans le
cadre des festivités du 10^{ième} anniversaire.



Mme Lapointe et le Ministre Lisée.



Notre équipe de bénévoles.

Des images souvenirs du 10^{ième} anniversaire.





Des images souvenirs du 10^{ème} anniversaire.



Félicitations à Andrée Jobin,
notre remarquable bénévole de l'année.



Un prix reconnaissance pour nos dix ans
remis par Altergo.



Atelier artistique destiné à nos membres et à leur proche aidant.





Répétition sous la direction de Dominic de *Cowboy Jones et les Alparett's*.



La fête country pour le grand bonheur de tous.





La clinique de vaccination offerte par le CSSS Lucille-Teasdale.



La conférence sur les saines habitudes par Cindy Kwan.



Notre fête de Noël en compagnie de l'ensemble **Cœur Vaillant**.



Le Père Noël de l'Alpar.

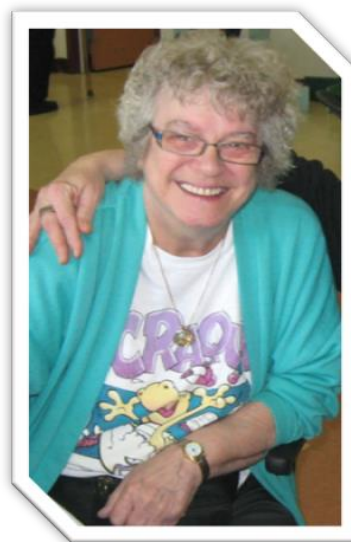


Mme Gosselin et son fils.

Un au revoir pour ceux qui nous ont quittés en 2012.



Nos adieux à Johanne Soucy, partie comme un ange le 16 mars 2012.



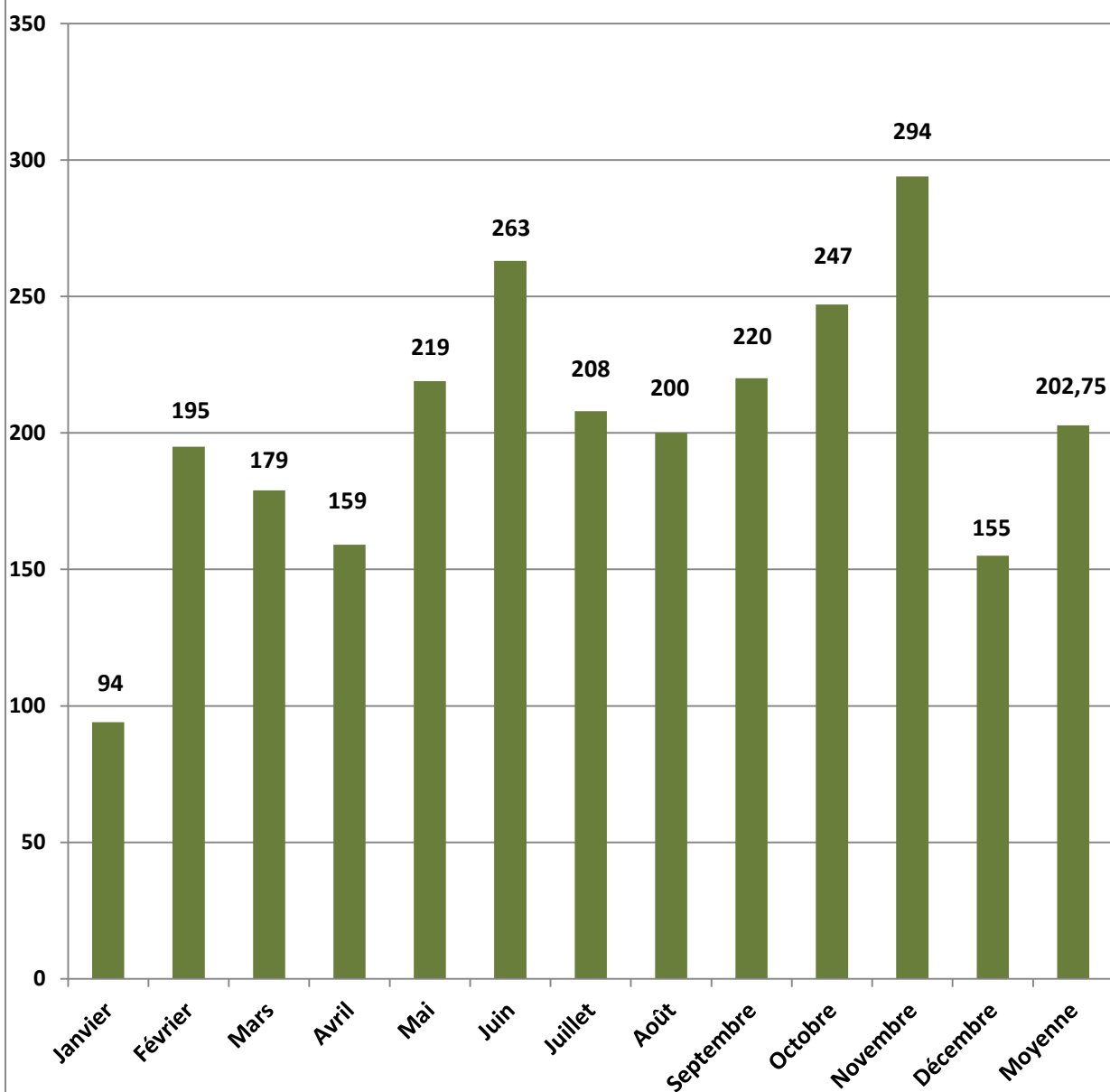
Nos adieux à Claudette Hamel décédée le 2 décembre 2012. Son sourire lui survit encore.



Nos adieux à Pascal Kleimberg parti trop tôt le 1^{er} avril 2012.



Nombre de participants aux activités en 2012



Une moyenne de 202.75 participations par mois
pour un total de 2432 participations pour l'année 2012

