

RAPPORT D'ACTIVITÉS 2013

PRESENTÉ À
L'ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE
LE 19 MARS 2014



Souvenir de l'*AlpaRodéo*.

Photo : Véronique Saucier, 2013



MOT DE LA PRÉSIDENTE

Chers membres, chers amis de l'Alpar,

Ce mot que je prononce tous les ans m'amène toujours à aller à l'essentiel, c'est-à-dire à nommer ce qui est le plus important dans cet organisme que je préside depuis maintenant cinq ans.

Ce qui est le plus important pour moi c'est le plaisir de travailler avec vous et pour vous. Ce que je veux vous dire aujourd'hui est fort simple, mais combien fondamental pour notre vie commune à l'Alpar, c'est que vous êtes des personnes plaisantes ! C'est pour cette raison que je reviens ici toutes les semaines et je crois aussi que c'est pour cette même raison que vous revenez semaine après semaine. Je veux vous remercier également pour ces deux belles qualités que vous possédez : l'honnêteté et la franchise. Ces deux qualités nous aident à progresser jour après jour sur le chemin du succès.

Également, je voudrais profiter de cet espace de parole pour remercier trois personnes importantes dans l'histoire de l'Alpar : Josée Lambert, Marie-Eve Emond et notre fidèle amie depuis toujours, Jo-Anne Laforge. J'aimerais qu'on les applaudisse pour tout le travail qu'elles accomplissent.

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 Rosa Piaggio, notre bénévole de l'année, qui a été honorée par le Ministre Jean-François Lisée. Aussi, je veux exprimer toute ma reconnaissance à deux membres qui terminent leur mandat au CA aujourd'hui. Merci à Madame Andrée Jobin. Merci à Monsieur Raymond Houle.

Je dois également remercier ceux qui nous entourent avec tant de gentillesse et de professionnalisme : Christine Aubé de la Ville de Montréal, Denis Leclerc de la CDC et son équipe du Centre Lapalme.

En tant que présidente, je nous souhaite à tous que 2014 se déroule aussi bien que 2013, parce que je crois que nous faisons déjà un très bon travail pour le mieux-être de nos personnes âgées.

Jeannette Lapointe



MOT DE LA DIRECTRICE

Chers membres,

2013 aura été pour l'Alpar à l'image d'un roulement de tambour qui annonce de grandes nouvelles pour les années à venir. Cette année qui se voulait sous le signe de la consolidation n'a pas été sans couleur et sans joie, elle a même eu ses moments d'innovation et d'audace. Pensons à **Alpar en tournée** où nous avons tenu une activité au CHSLD Marie-Rollet, ou encore à notre spectacle country **AlpaRodéo**. Ce que je veux dire pour 2013, c'est qu'elle aura été avant tout une année où nous avons mis des moyens en place pour orchestrer des changements en vue de notre développement. Notre plan d'action que nous allons adopter aujourd'hui est un de ces moyens.

Ce plan d'action ne s'est pas fait sans efforts, et je tiens à remercier chacun d'entre vous pour votre travail, vos idées, votre sens critique et votre imaginaire. Je veux aussi remercier les personnes qui nous entourent et que nous côtoyons au quotidien. Leur souci de nous inclure dans le tissu social du centre Lapalme, nous donne l'élan pour nous imaginer dans cinq ans, dans dix ans.

Comme vous le savez déjà, nous emménagerons dans des locaux plus spacieux et adaptés à vos besoins en mai prochain. Également, le centre Lapalme vivra une cure d'adaptation sous le signe de l'accessibilité. Nous devons applaudir l'effort de la municipalité et du milieu communautaire.

D'autres personnes sont à remercier. Pour leur fidélité et leur humanité, je dis mille mercis aux bénévoles. Pour leur support et leur confiance, je transmets ma reconnaissance à nos donateurs et aux membres organisateurs du **Cyclothon de l'Alpar – Johanne-Soucy**. Pour leur fidélité, je tiens à remercier nos partenaires du milieu communautaire, du CSSS Lucille-Teasdale et de la Ville de Montréal. Enfin, je transmets ma gratitude aux membres du conseil d'administration et à sa présidente, Madame Jeannette Lapointe et je salue le dévouement de deux membres qui quittent aujourd'hui le conseil d'administration : Madame Andrée Jobin et Monsieur Raymond Houle. Je salue également, Madame Rosa Piaggio, notre bénévole de l'année 2013. Bravo Rosa !

Avec ma précieuse collègue, Marie-Eve Emond, nous tenons à vous dire que 2014 sera une année qui retentira dans l'avenir de l'organisme. Soyez assurés que toutes deux, nous serons là pour vous accompagner dans cette belle aventure qu'est l'Alpar !

Votre directrice, Josée Lambert



MOT DE L'ANIMATRICE

Chers membres,

Quelle belle année 2013 avons-nous passé? Qu'en pensez-vous? Une année, où vous avez accepté et osé vous prêter à un exercice de réflexion complexe qui ne vous tentait pas toujours. Et là vous me suivez. Vous vous souvenez quand on vous prévenait pendant les annonces que nous prendrions 30 minutes ici et là pendant les activités pour penser l'Alpar pour les trois prochaines années? Par moment, on voyait votre tête penchée vers le bas...ah oui? On est vraiment obligé? On ne l'avait pas terminé la semaine passée? Et là, entendons-nous, on vous comprenait, il y a des choses beaucoup plaisantes à faire, on a qu'à penser à nos après-midi bingo avec entre autres Mme Lapointe et son sourire complice en coin comparable à celui de la belle Monalisa... Vous avez accepté de diminuer le temps précieux que vous avez pendant certains vendredis pour parler ensemble. Mais vous avez vu la légitimité de la démarche, votre démarche. Grâce à votre engagement, les activités et actions déployées par l'Alpar seront fidèles à ce que vous voulez comme organisme. Il y avait aussi toute la question d'oser partager nos différents points de vue et intérêts et de s'écouter dans nos différences, d'être patient et souple les uns envers les autres... Attendez de voir les résultats de votre labeur, je suis certaine que vous en serez fiers et avec raison!

Déjà, on peut remarquer des retombées de votre implication que ce soit par la création de la toute nouvelle activité lors de nos derniers mercredis du mois ; les ateliers créatifs, le bloc ciné-club qui a maintenant une période de dîner d'inclus entre nous ; un moment agréable et nos petits moments d'étirements intégrés à nos bingos!

J'aimerais vous remercier d'avoir été là et d'avoir mis autant d'énergie dans ce travail. À vrai dire, on sent une nouvelle vitalité, c'est comme si l'organisme prenait un nouvel envol...«Nous sommes ce que nous pensons. Tout ce que nous sommes résulte de nos pensées. Avec nos pensées nous bâtissons notre monde.» Bouddha.

Pour 2014, je vous souhaite, simplement et sincèrement, une année d'épanouissement. Il y aura sans doute des embûches politiques, des petits nuages gris, mais heureusement comme dit le dicton; l'union fait la force et depuis que je vous connais j'y crois encore plus! Nous ne pouvons changer le monde mais je vais vous laisser avec cette citation de Paulo Coelho : «Vivre sans poursuivre une cause juste, c'est vivre sans pouvoir de changement.»

Votre animatrice, Marie-Eve Emond



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, les activités de nature thérapeutique offertes dans les centres de jour des milieux d'hébergement du réseau de la santé ne correspondent pas aux besoins et aux souhaits de ces personnes.

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 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. Aussi, de nombreuses familles venues s'établir récemment changent l'image le 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 75% 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, Villerey, Montréal-Nord, Saint-Henri et Saint-Laurent. 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 72 ans. 77% des membres actuels sont des femmes, tandis que 23% 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, et quelques-uns de nos membres présentent des troubles cognitifs légers. Enfin, la majorité d'entre eux se déplace en fauteuil roulant, au moyen d'une canne ou d'une marchette.



OBJECTIFS POURSUIVIS EN 2013

- 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 travaillé collectivement à la réalisation d'un plan d'action triennal.
- Nous avons maintenu nos sorties extérieures, nos activités de rapprochement interculturel, et 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.
- Le comité organisateur du Cyclothon de l'Alpar – Johanne-Soucy s'est réuni régulièrement tout au long de l'année et a organisé avec succès la cinquième édition du cyclothon. 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 reconduit notre partenariat avec Bouffe-action de Rosemont, le Magasin-Partage, la table de concertation Vivre et Vieillir à Rosemont et Loggia-Pelican.
- Nous avons pour une cinquième année réussi à obtenir un financement dans le cadre du programme de *Soutien à l'action bénévole*, ce qui nous a permis d'offrir trois activités de reconnaissance aux bénévoles de l'Alpar. De plus, nous avons tenu en mai une formation sur la relation d'aide et une demi-journée de réflexion sur le bénévolat à l'Alpar en novembre.
- L'organisme a poursuivi sa présence au sein de la communauté en organisant sa fête country annuelle ouverte au public et en prenant en charge Chez Alparo, la salle à manger officielle du Magasin-Partage.
- Nous avons poursuivi nos liens avec des institutions d'enseignements en accueillant des stagiaires et en participant à des recherches.
- Par manque de temps, nous n'avons pas tenu en 2013 de groupe de soutien destiné à nos membres et à leurs proches-aidants.



COUP D'ŒIL SUR LES BONS COUPS DE 2013

- L'annonce de notre déménagement dans des locaux plus grands et accessibles aux personnes à mobilité réduite.
- Une présence accrue de l'organisme dans la vie communautaire et associative de Rosemont. Entre autres, l'Alpar a participé à la Journée pour contrer la maltraitance. L'Alpar a participé également aux assemblées générales annuelles de Bouffe action de Rosemont, de la Corporation de développement communautaire de Rosemont, d'Altergo et du Comité des usagers du CSSS Lucille-Teasdale.
- La participation de notre organisme aux salons des organismes communautaires pour aînés aux CLSC Olivier-Guimond, de Rosemont et de Hochelaga-Maisonneuve.
- La présence de notre organisme sur les conseils d'administration de Bouffe-action de Rosemont et de Loggia Pellican, de même que sur la Comité des usagers du CSSS Lucille-Teasdale.
- Le grand succès de la cinquième édition du Cyclothon de l'Alpar et son départ du Centre Lapalme.
- La tenue d'une toute nouvelle activité, **L'Alpar en tournée**, en partenariat avec le comité des résidents du CHSLD Marie-Rollet.
- La visite en groupe du **Jardins des lumières**, sortie extérieure financée par Françoise Roy.
- La participation active de notre organisme à la campagne du RIOCM pour le rehaussement du financement des organismes communautaires.
- La réalisation en partenariat avec la CDC de Rosemont de la quatrième édition de notre Festival country et la participation de nos membres au spectacle : **Cowboy Jones et les Alparett's**.
- Enfin, l'implication de nos membres dans la réalisation de notre plan triennal.



LES ACTIVITÉS DE L'ORGANISME

L'Alpar a offert 112 activités entre janvier et décembre 2013. Au total, cette année nous avons eu 2425 participations à nos activités, soit une moyenne de 202 participations par mois. L'organisme comptait, au 31 décembre 2013, 70 membres réguliers et 11 membres de soutien.

Les activités les plus populaires ont été les journées thématiques du monde liées à notre programme de rapprochement interculturel, de même que notre fête country annuelle. Toutefois les rencontres régulières du mercredi, durant lesquelles se tiennent les activités de groupe tel le bingo, le jeu de poches, le jeu de fléchettes et le stimuli-quizz, suscitent toujours l'intérêt 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 d'ici et d'ailleurs, tandis que le 4^e est dédié aux activités sportives. Les participants peuvent, selon leurs intérêts, choisir des jeux de table ou discuter autour d'un café, assister à la projection d'un film, et pour les plus actifs, prendre part à des activités sportives adaptées. 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, l'automne 2013, il est possible pour les membres de prendre part à un diner communautaire. Cette nouvelle activité a lieu une fois par mois et précède le ciné-club.

À partir de 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. Elles 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. Quatre petites pièces de théâtre, deux expositions et deux spectacles de chanson ont été créés depuis 2009.

Également et 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.

Finalement, le personnel de l'Alpar a répondu en 2013 à 107 demandes de ses membres. Ces interventions étaient de nature psychosociale, concernaient des dossiers de défense de droits, ou encore des dossiers nécessitant un d'accompagnement vers d'autres ressources.



NOS GRANDS ÉVÉNEMENTS DE 2013

Musique d'ici et d'ailleurs (L'Argentine) – le 13 février 2013

Rencontre musicale où la musique et la danse deviennent un outil de rapprochement interculturel. Nous avons été séduits par la prestation de nos chanteuses et musiciennes Gabriela Moulouhi et Christine Tassan qui nous ont livré avec brio l'art du tango. Cet événement a été rendu possible grâce aux fonds amassés lors du Cyclothon de l'Alpar-Johanne Soucy.

Conférences offertes par Éco-quartier – Mars 2013

À deux reprises, des travailleurs de l'équipe de l'Éco-quartier sont venus nous offrir des capsules informatives portant sur la récupération des matières résiduelles et le compostage.

Assemblée générale annuelle – le 20 mars 2013

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 – 17 avril 2013

L'Alpar a tenu une cabane à sucre annuelle. Un repas cuisiné avec amour a été servi aux membres et une pièce de théâtre très colorée à saveur humoristique réalisée et écrite par Jocelyne Bergeron a été présentée aux membres. Ce repas a été rendu possible grâce à la collaboration de Bouffe-action de Rosemont.

Le cyclothon de l'Alpar – Johanne Soucy – le 31 mai 2013

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 cinquième édition de l'événement bénéfique de l'Alpar. Pour une troisième fois, trois membres de l'Alpar en fauteuil roulant ont participé. Cette année la somme impressionnante de 11 275\$ a été amassée pour financer les activités de l'organisme.

Musiques d'ici et d'ailleurs (la culture amérindienne) – Le 19 juin 2013

Nous avons été ébahies par le talent musical de Kevin Laloche et grandement touchés par Bianca Laloche qui a partagé avec nous son vécu en tant qu'amérindienne. Cet événement a été rendu possible grâce aux fonds amassés lors du Cyclothon de l'Alpar-Johanne Soucy.

Conférence offerte à nos bénévoles par le Dre Létourneau - 31 juillet 2013

La gérontopsychiatre Geneviève Létourneau est venue apporter des outils efficaces à nos bénévoles sur «Comment être en relation avec des personnes souffrantes sans s'épuiser quand l'on est bénévole.»



Épluchette annuelle – le 21 août 2013

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

11^{ième} anniversaire de l'ALPAR – Le 11 septembre 2013

Cette fois-ci en plus de fêter notre anniversaire annuel, nous avons honoré les membres et les partenaires du Cyclothon de l'Alpar.

L'Alpar en tournée - 18 septembre 2013

Pour l'occasion, les membres de l'Alpar sont sortis de leurs locaux habituels pour aller à la rencontre et jouer au Bingo avec les résidents de Marie-Rollet. Cette activité a été une belle réussite grâce à la collaboration du comité des résidents du CHSLD Marie-Rollet et de son président, Monsieur Gérald Mathieu.

Plan triennal –septembre à novembre 2013

Réalisation collective d'un plan d'action en vue de se doter d'orientations pour les trois prochaines années.

Atelier musical des alparett's- octobre et novembre 2013

Les Alparett's ont bénéficié de quatre séances de répétition avec Dominic Bourgeois en vue du spectacle de la fête country.

Sortie aux jardins en lumière-15 octobre 2013

Grâce à la générosité de Françoise Roy, l'Alpar a pu offrir à ses membres une visite aux magnifiques jardins illuminés du jardin botanique. Quelle belle expérience!

La fête country (AlpaRodéo!) – Le 6 novembre 2013

Plusieurs travailleurs du centre, les membres de la CDC, de même que les Alparett's se sont joints à Cowboy Jones pour nous livrer de magnifiques prestations à saveur country. Cet événement a été rendu possible grâce aux fonds amassés lors du Cyclothon de l'Alpar-Johanne Soucy et à la participation financière et humaine de la CDC de Rosemont.

Célébrons Noël avec l'ensemble vocal «Cœur Vaillant» - Le 10 décembre 2013

L'Alpar offre pour l'occasion un repas de Noël traditionnel 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, 22 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 2013 de l'aide ponctuelle pour des projets spécifiques, nous tenons à remercier l'équipe de la CDC et de Bouffe-Action. En 2013, deux bénévoles dévoués ont quitté l'Alpar pour d'autres occupations, nous tenons à remercier chaleureusement Madame Lucie Jobin et Monsieur Karl Choquette 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 Rosa Piaggio 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
Madame Géraldine Lévesque	Madame Monik Gagnon
Monsieur Raymond Houle	Madame Andrée Jobin
Madame Véronique Saucier	Madame Ginette Soucy
Madame Jeannette Lapointe	Madame Francine Cantin
Monsieur Xavier Lluis	Madame Rosa Piaggio
Monsieur Gérald Mathieu	Madame Christiane Métivier
Madame Lucette Nicol	Monsieur Roger Barry
Monsieur Jean-Pierre Ouimet	Madame Régina Lagacé
Madame Françoise Roy	Madame Martine Rochette
Monsieur Rémi Côté	Madame Doris Brodeur



LE TRAVAIL DES BÉNÉVOLES

Travail direct auprès des membres

Appels téléphoniques : poste vacant.

Cartes d'anniversaire : Jocelyne Bergeron et Francine Cantin.

Équipe du mercredi : Jeannette Lapointe, Lucette Nicol, Christiane Métivier, Raymond Houle, Martine Rochette, Véronique Saucier, Rémi Côté (musicien).

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

Gestion des cadeaux : Martine Rochette.

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

Réparations, travaux mineurs et ébénisterie : Roger Barry

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, Véronique Saucier, un membre invité par numéro, Marie-Eve Émond (employée).

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



LA VIE ASSOCIATIVE

Le conseil d'administration, composé de sept membres, a tenu neuf réunions au cours de l'année 2013. 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 20 mars 2013. 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 2013, une large consultation a eu lieu auprès de nos membres en lien avec notre plan d'action triennal.

L'édition 2013 du Cyclothon de l'Alpar – Johanne Soucy a été de nouveau un succès : 42 cyclistes participants et 11 275\$ amassés. Le comité journal pour sa part a maintenu la parution de son journal à 3 éditions par année. De plus le comité a grandement amélioré la qualité de l'impression du journal et a également réussi à intégrer les idées et les réalisations des membres à l'intérieur de ses pages.

Les membres de notre conseil d'administration en 2013

Madame Jeannette Lapointe, présidente
Madame Gertrude Labelle, vice-présidente
Madame Andrée Jobin, trésorière
Madame Rosa Piaggio, secrétaire
Monsieur Raymond Houle, conseiller
Monsieur Xavier Lluis, 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 2013 les services de Monsieur Dominic Bourgeois qui a pris en charge la direction musicale du groupe **Cowboy Jones et les Apalrett's**. Ces derniers se sont produits en spectacle le 6 novembre lors de l'**AlpaRodéo**, la fête country annuelle de l'organisme.

L'Alpar a accueilli plusieurs stagiaires et chercheurs en 2013. Nous en dressons ici la liste exhaustive.

Madame Maude Cournoyer-Gendron : Recherche de 2^{ième} cycle au Centre Urbanisation Culture Société – INRS sur les pratiques de développement durable dans les organismes communautaires.

Madame Anne Lavoie : Stage de 1^{er} année (Dec. en technique de travail social – Cegep du Vieux-Montréal)

Monsieur Charles Clark-Duquette : Stage d'observation (Bac. Animation et recherches culturelles - UQAM)

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

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

Monsieur Marc Spency Loccident : 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 2013. 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 2013.

L'Alpar a poursuivi sa participation aux Salons des organismes communautaires destinés aux intervenants du CSSS Lucille-Teasdale et mis en place par la table de concertation *Vivre et Vieillir à Rosemont*. Nous avons été présents aux salons du CLSC de Rosemont, d'Olivier-Guimont et de Hochelaga-Maisonneuve. Nous avons également profité de ces événements pour faire connaître notre ressource auprès des autres organismes communautaires présents. 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. Tout au long de l'année, des caches monnaies où figurait notre dépliant ont été distribués par des cadets de la police aux aînés du quartier.

Enfin, nous avons mis à jour notre site internet régulièrement. Les membres peuvent y trouver le calendrier des activités, le détail de nos activités spéciales et les journaux de l'organisme. Aussi, nous avons périodiquement mise à jour notre page Facebook, entre autres, par l'ajout d'albums photos de nos événements.



LE FINANCEMENT

Subventions gouvernementales et paragouvernementales

Programme de soutien aux organismes communautaires du Ministère de la Santé et des Services sociaux
Contribution de l'arrondissement Rosemont – La Petite-Patrie de la Ville de Montréal dans le cadre de la démarche MADA (municipalité amie des aînés).

Ministre et députée

Ministre Pauline Marois (fond discrétionnaire)
Ministre Jean-François Lisée (Soutien à l'action bénévole et cycliste d'honneur au Cyclothon de l'Alpar)
Député Alexandre Boulerice (cycliste d'honneur – Cyclothon de l'Alpar)
Conseiller Marc-André Gadoury (cycliste d'honneur – Cyclothon de l'Alpar)
Conseillère Érika Duchesne (cycliste d'honneur – Cyclothon de l'Alpar)

Don - congrégation religieuse

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

Dons - secteur privé

Via Capitale du Mont-Royal
Françoise Roy, avocate
Janson, Larente, Roy, avocats
Groupe Investors
SCD – Promenade Masson
Quincaillerie Rona C. *Bélanger*
Cinéma Beaubien

Dons individuels

Individus sympathisants et membres de l'Alpar



LE PARTENARIAT ET LA CONCERTATION

L'Alpar a pu compter en 2013 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. Jusqu'en juin 2013, l'Alpar a siégé sur le CA de la Corporation.

CSSS Lucille-Teasdale (CLSC Rosemont) :

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

Comité des usagers du CSSS Lucille-Teasdale :

L'Alpar siège sur le comité depuis novembre 2013.

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 membre 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.

Loggia-Pelican :

Loggia-Pelican est un OBNL en habitation destiné aux personnes âgées. L'Alpar siège sur le CA de l'organisme.

Magasin-partage de Rosemont :

Initiative visant à accueillir sans discrimination la population du quartier qui a besoin de denrées alimentaires. L'Alpar est partenaire de cette initiative depuis 5 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. En 2013, l'Alpar s'est engagée dans la campagne de rehaussement du financement des organismes communautaires.

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.



2013 EN IMAGES



Le 13 février 2013, nous sommes partis à la découverte de l'Argentine !





Clin d'œil sur nos vendredis sportifs, : la clé du bien-être, d'une bonne santé et du plaisir partagé !



Merci aux travailleurs d'Éco-Quartier qui sont venus nous offrir un atelier sur les procédés entourant la récupération des matières résiduelles.





L'assemblée générale annuelle 2013 de l'Alpar.



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



La pièce de théâtre **Trouvez la réponse!** entièrement réalisée par Jocelyne Bergeron, a su agrémenter et égayer notre après-midi cabane à sucre





Merci à tous nos partenaires, amis, collaborateurs ainsi qu'à nos membres pour leur implication soutenue !

Le Cyclothon de l'Alpar - Johanne Soucy a eu lieu le 30 mai 2013.





Voici quelques moments touchant de la fête amérindienne du 17 juillet 2013.



Une conférence excessivement intéressante offerte par la Dre Geneviève Létourneau, gériatopsychiatre de l'hôpital Louis-H.-Lafontaine, aux bénévoles le 31 juillet dernier.



Notre fameuse épluchette de blé d'inde, un merci tout spécial à Raymond Houle qui a été chercher pour l'occasion du maïs biologique frais et délicieux!





Le 11 septembre nous fêtons notre 11^{ième} anniversaire tout en rendant hommage à nos partenaires du Cyclothon de l'Alpar – Johanne-Soucy.



Une rencontre mémorable où nous sommes allés animer un Bingo au Centre d'hébergement de soins de longue durée Marie-Rollet.





Félicitations à notre bénévole de l'année, Rosa Piaggio pour son dévouement. Par ses qualités humaines, elle a su développer des liens significatifs avec les membres.



Notre sortie en soirée au jardin botanique, le 15 octobre 2013.





Une photo de groupe rayonnante.



Nos bénévoles travaillent fort, même en coulisse!



Pourquoi pas un brin de folie!



L'avenir à grand coup d'amour!



L'année 2013 a été marquée assurément par notre fête Country du 6 novembre dernier.
Merci à Dominic Bourgeois pour sa direction musicale !





Cet événement a été un vif succès grâce à la contribution de nos bénévoles, de l'énergie déployée par Dominic Bourgeois, de l'implication des travailleurs du Centre Lapalme et de la présence de nos membres, le meilleur public qui soit!
Merci à tous, nous avons déjà hâte à l'an prochain!





Un hommage émouvant à Mme Labelle pour toutes ses années d'implication.



La chorale *Cœur Vaillant* avec Madame Asselin.



Une fête de Noël festive et pleine d'émotions positives avec notre Père Noël si attachant. Merci Marc!



Nos adieux à celles qui nous ont quittées en 2013

Mme Suzanne Trempe Fortin (1926-2013)



Le 18 mars dernier, Madame Suzanne Trempe Fortin nous quittait. Tendrement, elle restera dans nos pensées.

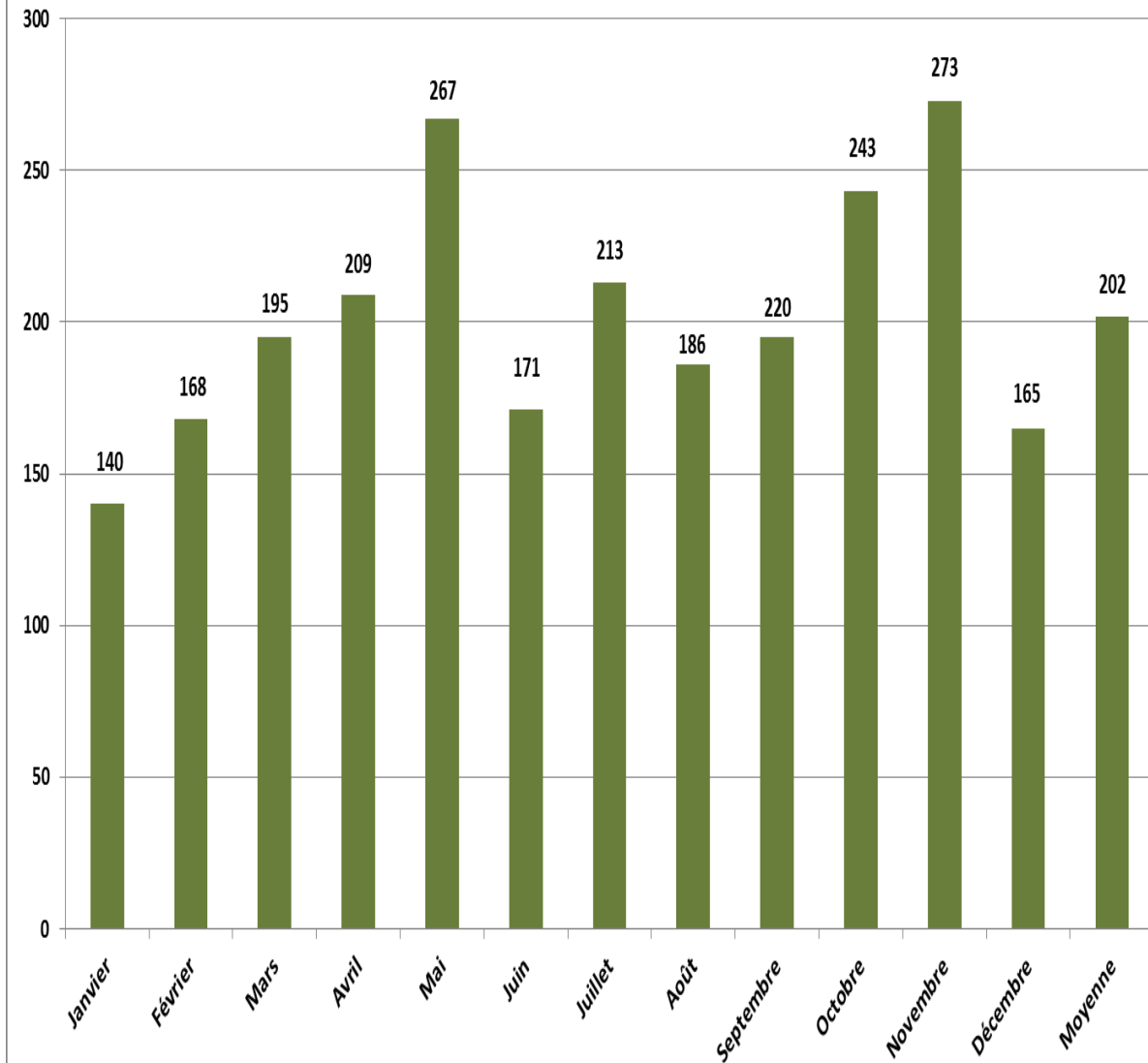
Mme Marie-Rose Laplante Lévesque (1928-2013)



C'est le 15 décembre dernier que nous perdions notre Marie-Rose. Son énergie restera avec nous pour longtemps.



Nombre de participants aux activités en 2013



Une moyenne de 202 participations par mois pour un total de 2425 participations pour l'année 2013

