

## RAPPORT D'ACTIVITÉS 2015

PRESENTE A  
L'ASSEMBLEE GENERALE ANNUELLE  
LE 16 MARS 2016



Une photo de famille lors du 13<sup>ième</sup> anniversaire de l'organisme.



## MOT DE LA PRÉSIDENTE

Chers membres et chers fidèles amis de l'Alpar,

Comme plusieurs organismes et services publics, nous avons traversé financièrement l'année 2015 avec de la prudence et quelques inquiétudes. En effet, l'Alpar a connu une année plus difficile financièrement que les précédentes, malgré tout, l'organisme s'en tire bien avec un petit surplus. Une fois de plus, on a travaillé ensemble et on s'est serré les coudes. Encore une fois, je peux vous dire que je suis fière de vous, car les membres, les bénévoles et l'équipe de travail ont été vigilants tout au long de l'année. C'est donc avec un sentiment du devoir accompli que je vous présente notre rapport d'activités de 2015.

Il est important pour moi de remercier mes collègues du CA, c'est vraiment un plaisir et un privilège de travailler avec eux. Je veux également dire un grand merci à Rosa Piaggio qui nous quitte après cinq ans d'engagement au sein de l'Alpar. Aussi, je souhaite bonne chance à mes collègues du CA qui sont en élections cette année.

Je profite de l'occasion pour féliciter, Régina Lagacé, notre bénévole de l'année, qui a été honorée par le député Jean-François Lisée en octobre dernier. Aussi, je veux exprimer toute ma reconnaissance à nos fidèles et dévouées employées. Je peux vous garantir que grâce à elles l'organisme est bien géré. Merci à Josée Lambert et à Marie-Eve Emond.

Je veux aussi saluer quelques personnes qui nous ont quitté cette année et qui à leur façon ont marqué la petite histoire de l'Alpar. Mes adieux à Jean-Pierre Ouimet, à Christiane Gadbois et à Jeannette Pes.

Enfin, parce que la vie continue et que nous faisons tous ensemble un travail essentiel pour les aînés, je vous souhaite l'annonce d'un rehaussement de notre financement. Cela nous permettrait de nous projeter dans le temps, d'embaucher une troisième personne et de continuer notre belle mission.

Merci à vous tous et bonne assemblée générale !

Votre présidente, Jeannette Lapointe



## MOT DE LA DIRECTRICE

Très chers membres et bénévoles,

2015 aura été une année complexe, à la fois heureuse et difficile. Des projets en développement se sont concrétisés et notre organisme a continué à innover, entre autres, en répondant aux besoins de ses membres. Aussi, nous avons eu à faire face aux impacts des compressions en santé. Par moment, nous nous sommes sentis dépasser par les événements et parfois impuissants. Toutefois, nous sortons de cette année la tête haute et le corps fier.

Parmi les beaux projets, notons les travaux au Centre Lapalme en vue d'améliorer son accessibilité aux personnes handicapées. Ces travaux presque achevés, nous facilitent grandement la vie au quotidien et rendent notre Centre plus accueillant. Aussi, nous avons su s'adapter tout au long de l'année aux besoins des membres. Je pense ici à la cérémonie que nous avons organisée pour faire nos adieux à notre amie Jean-Pierre Ouimet. Un moment profondément touchant.

Quant aux aspects difficiles de l'année 2015, nous avons été souvent confrontés aux impacts des compressions budgétaires dans vos vies, particulièrement celles qui touchent aux soins à domicile. Nous vous avons accompagné à plusieurs reprises dans vos démarches pour faire valoir vos droits ou nous vous avons référé vers d'autres ressources. Aussi, nous avons été touchés par les gestes nombreux d'entraide qui se sont manifestés tout au long de l'année. Nous ne le dirons jamais assez, la force de l'Alpar, c'est cette capacité d'être ensemble les uns pour les autres.

Je veux maintenant dire merci du fond du cœur aux bénévoles et féliciter Régina Lagacé, notre bénévole de l'année. Je veux aussi souligner le travail exceptionnel des membres du conseil d'administration et dire toute notre reconnaissance à Rosa Piaggio qui quitte le conseil cette année après cinq ans de fidèle engagement. À celle qui fête ses 80 ans en 2016, notre présidente, Madame Lapointe, souhaitons-nous de l'avoir parmi nous encore 20 ans ! Enfin, je veux souligner la qualité du travail de ma collègue, Marie-Eve Emond : ses petits et grands gestes démontrent qu'elle a à cœur votre bien-être et celui de l'organisme.

Enfin, merci aux membres d'être là semaine après semaine, vous êtes la raison d'être de l'Alpar et vous nous apportez du bonheur tout au long de l'année !

Votre directrice, Josée Lambert.



## MOT DE L'ANIMATRICE

Chers membres et chers bénévoles,

En cours d'année, plusieurs collègues de classe m'ont demandé ce que va m'apporter de faire mon stage dans un milieu connu, à mon travail? Voici ma réponse. J'ai choisi de faire le stage à l'Alpar car je savais que j'allais aux côtés des personnes qui composent cet organisme apprendre à consolider mon identité professionnelle.

À cela, j'ajouterais que je veux participer à construire avec vous, membres de l'Alpar, un lieu ouvert sur le monde, où les différences peuvent faire avancer les idées, où le respect et l'entraide deviennent des moyens pour diminuer l'isolement.

Ce moment de stage qui s'achèvera dans quelques semaines a été une occasion pour se donner de l'espace et du temps pour créer un projet selon nos aspirations du moment. Je vous dirais que prendre le temps de se projeter à travers des projets, si modestes soient-ils, c'est important. À la base de ces projets, il y a un sentiment d'appartenance et il y a un engagement. Cela nous permet au bout du compte de se poser la question, qu'est ce que cet engagement nous apporte?

Pour revenir à la question de mes collègues de classe, voici aussi ce que je leur ai dit. J'aime l'organisme et tout ce qu'il constitue, ses principes, ses projets petits et grands que l'on crée avec une liberté précieuse...et bien entendu ses membres! Fière de ses convictions, j'ajoute que l'Alpar est un lieu avec de fortes valeurs humaines et fondamentales. Des valeurs que je compte bien répandre autour de moi toute ma vie.

Faire mon stage auprès de vous m'a aussi permis de voir l'importance de se sentir utile pour quelqu'un ou pour une cause, sentir qu'on peut faire la différence. Bravo à vous tous de l'Alpar, parce qu'avec l'entraide nous continuons à construire ensemble un lieu, ce lieu qu'est l'Alpar. On a tous un rôle à jouer dans cet organisme.

Je termine en souhaitant dire un merci spécial à Josée. L'année 2015 a apporté des défis personnels de toutes sortes et tu as été particulièrement présente. Je tiens aussi à vous remercier, bénévoles et membres : votre patience et votre bonne humeur font toujours un grand bien.

Enfin, voici une pensée positive qui me fait penser à vous...

*«Brisez vos limites, faites sauter les barrières de vos contraintes, mobilisez votre volonté, exigez la liberté comme un droit, soyez ce que vous voulez être. Découvrez ce que vous aimeriez faire et faites tout votre possible pour y parvenir.»*

– Richard Bach, *Jonathan Livingston le goéland*

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.

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<sup>ième</sup> anniversaire et lançait son site internet.

En mai 2014, l'organisme emménageait dans des locaux plus grands, situés à l'avant du Centre Lapalme, et surtout, offrant une meilleure accessibilité aux membres et bénévoles de l'Alpar.



## 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 14 638 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.

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 et par l'intermédiaire du Guide de loisirs montréalaise pour les personnes ayant une limitation fonctionnelle.

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, Villeray, Montréal-Nord et Ahuntsic. Nous attribuons ce fait à l'absence d'organisme dédié 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. 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, et quelques-uns de nos membres présentent des troubles cognitifs. Enfin, la majorité d'entre eux se déplace en fauteuil roulant, au moyen d'une canne ou d'une marchette



## OBJECTIFS POURSUIVIS EN 2015

- 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, et ce, en lien avec notre plan d'action.
- Nous avons maintenu nos sorties extérieures, nos activités de rapprochement interculturel et nos fêtes communautaires.
- Conformément à notre plan d'action triennal, nous avons offert à nos membres une activité de plus par mois, nous avons diversifié nos activités en ajoutant des ateliers créatifs et des diners communautaires. Nous avons encouragé et facilité les visites aux membres hospitalisés. Nous nous sommes munis de l'équipement nécessaire à nos besoins et notre développement.
- 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 la septième édition du cyclothon. Aussi, il a innové en tenant un 5 à 7 en avril pour lancer la période d'inscription et en créant une pochette décrivant l'événement destinée aux cyclistes participants.
- Nous avons consolidé le travail des comités déjà existants, dont ceux du comité journal et du comité financement en y incluant de nouveaux bénévoles.
- Nous avons reconduit notre partenariat avec le Magasin-Partage, la table de concertation Vivre et Vieillir à Rosemont. De plus, un membre de l'équipe a joint le Comité des intervenants.
- Grâce au financement du programme de *Soutien à l'action bénévole*, nous avons offert trois activités de reconnaissance aux bénévoles de l'Alpar.
- L'organisme a poursuivi sa présence au sein de la communauté en organisant avec succès 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'enseignement en accueillant des stagiaires et en participant à des recherches.

## COUP D'ŒIL SUR LES BONS COUPS DE 2015

- En plus d'offrir une nouvelle activité par mois depuis 2014, nous avons réussi à ajouter 12 nouvelles activités, soit 134 en 2015.
- La participation de 26 membres à la représentation d'une pièce de Musset au Théâtre Denise-Pelletier.
- La réalisation en partenariat avec la CDC de Rosemont de la sixième édition de notre Festival country et la participation de nos membres au spectacle **Cowboy Jones et les Alparett's** en présence de 105 personnes.
- Le maintien de 3 parutions par an du journal de l'organisme et la plus grande participation des membres à son contenu.
- L'arrivée de nouveaux bénévoles au sein de l'organisme, dont une au comité journal et deux au comité organisateur du Cyclothon de l'Alpar – Johanne-Soucy.
- L'accueil d'une stagiaire en fin de baccalauréat en travail social.
- La présence de l'organisme dans la vie communautaire et associative de Rosemont. Entre autres, la directrice de l'organisme a été élue à la présidence de la Corporation de développement communautaire de Rosemont.
- L'organisation d'une clinique de vaccination antigrippale en collaboration avec le CSSS Lucille-Teasdale dont ont pu bénéficier les membres et bénévoles de l'Alpar et également les bénévoles du Carrefour Montrose.
- La participation de notre organisme sur le comité de coordination de la table de Vivre et vieillir à Rosemont.
- L'obtention d'un financement d'Emploi été Canada nous ayant permis d'embaucher pour la première fois une étudiante pour la période estivale.
- Enfin, la création de nouvelles alliances avec des organismes de défense des droits des personnes handicapées.



## LES ACTIVITÉS DE L'ORGANISME

L'Alpar a offert 134 activités entre janvier et décembre 2015, soit 12 de plus qu'en 2014. Au total, cette année nous avons eu 2719 participations à nos activités, soit une moyenne de 227 participations par mois. L'organisme comptait, au 31 décembre 2015, 71 membres réguliers et 7 membres de soutien.

Les activités les plus populaires ont été les journées thématiques du monde liées et nos grandes fêtes communautaires, de même que notre fête country annuelle. Les rencontres régulières du mercredi, durant lesquelles se tiennent les activités de groupe, tel le bingo, suscitent toujours l'intérêt des membres.

Depuis décembre 2007, nous avons des rencontres à tous les vendredis. Les 1<sup>er</sup> et 3<sup>e</sup> vendredis sont des journées d'activités libres, le 2<sup>e</sup> vendredi est consacré à la projection de films d'ici et d'ailleurs, tandis que le 4<sup>e</sup> 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, de plus en plus populaire, a lieu une fois par mois et précède le ciné-club.

Depuis janvier 2014, nous avons ajouté une activité les derniers mercredis du mois. C'est dans le cadre de cette nouvelle plage horaire que nos membres peuvent prendre part à des ateliers créatifs. Parmi les réalisations de 2015, notons la composition des paroles de la chanson, ***il est toujours moins quart*** sur une musique de Dominic Bourgeois et interprétée lors de notre grande fête country.

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.

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 à conserver un contact avec eux lors des périodes d'hospitalisation, de convalescence ou de réadaptation.

Finalement, le personnel de l'Alpar a répondu en 2015 à 97 demandes de ses membres. Ces interventions étaient de nature psychosociale, concernaient des dossiers de défense de droits, ou encore des dossiers nécessitant un accompagnement vers d'autres ressources. Notons que certaines de ces demandes étaient complexes et ont nécessité un accompagnement à long terme.



## NOS GRANDS ÉVÉNEMENTS DE 2015

### **Musique d'ici et d'ailleurs (Paris, je t'aime)** – Le 11 février 2015

Rencontre musicale où la musique et la danse deviennent un outil de rapprochement interculturel. Lors de cette occasion, nous avons eu la chance d'entendre à l'accordéon des airs de la ville lumière interprétés par Frédéric Péloquin. Cet événement a été rendu possible grâce aux fonds amassés lors du Cyclothon de l'Alpar-Johanne Soucy.

### **Assemblée générale annuelle** – Le 18 mars 2015

L'assemblée générale de l'Alpar a été un succès de participation : près de 50% des membres étaient présents. Merci à tous pour votre engagement!

### **La cabane à sucre au Centre Lapalme** – Le 15 avril 2015

L'Alpar a tenu une cabane à sucre annuelle. Un repas cuisiné avec amour a été servi aux membres. Également, Jocelyne Bergeron nous surprenait encore une fois en nous présentant un sketch autour des personnes de Ti-Gus et Ti-Mousse. Différents membres de l'Alpar incarnaient nos artistes préférés. Cette activité a été rendue possible grâce à la collaboration de Bouffe-action de Rosemont.

### **5 à 7 d'ouverture des inscriptions au Cyclothon de l'Alpar** – Le 23 avril 2015

Pour la première fois, un 5 à 7 était organisé pour lancer l'ouverture officielle de la période d'inscription au Cyclothon de l'Alpar – Johanne-Soucy. Pour l'occasion, une pochette promotionnelle a été remise aux cyclistes afin de faciliter la cueillette de commandites. Ce lancement s'est déroulé en présence de deux cyclistes de l'Alpar, Brigitte Brunelle et Suzanne Véronneau, de même que Madame Pauline Soucy, la mère de Johanne Soucy.

### **La Fête de la famille** – Le 23 mai 2015

Quelques membres et bénévoles de l'Alpar ont animé un atelier de tricot urbain dans la Zone Art lors de la Fête de la famille au Parc Lafond. Tout au long de la journée, plusieurs jeunes ont bénéficié du savoir de nos membres.

### **Le cyclothon de l'Alpar – Johanne Soucy** – Le 29 mai 2015

Dans le cadre du *Tour de nuit de Montréal*, 24 cyclistes issus de divers milieux ont participé à la septième édition de l'événement bénéfice de l'Alpar. Deux membres de l'Alpar en fauteuil roulant ont participé au tour. Cette année, la somme de 5 416\$ a été amassée pour financer les activités de l'organisme.

### **Musiques d'ici et d'ailleurs (Bonne fête Québec)** – Le 17 juin 2015

Nous avons été charmées par le talent exceptionnel du chansonnier Alexis Arbour. Pour l'occasion, un goûter et un quiz ont agrémenté l'après-midi. Cet événement a été rendu possible grâce aux fonds amassés lors du Cyclothon de l'Alpar-Johanne Soucy.



## NOS GRANDS ÉVÉNEMENTS DE 2015

### **Hommage à Jean-Pierre Ouimet** – Le 22 juillet 2015

Afin de rendre un dernier hommage à notre ami Jean-Pierre Ouimet décédé le 27 mai 2015, l'Alpar a tenu une cérémonie d'adieu. Des membres de sa famille, des amis et des voisins se sont joints aux membres de l'organisme.

### **Épluchette annuelle** – Le 12 août 2015

Pour une sixième 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 et son ami Gaston.

### **13<sup>ième</sup> anniversaire de l'ALPAR** – Le 11 septembre 2015

L'anniversaire de l'organisme a été célébré en gaieté. Un hommage a été rendu à nos bénévoles et Régina Lagacé a été désignée bénévole de l'année. La fête s'est poursuivie en présence du chanteur Mario Ardéa.

### **Sortie au théâtre Denise-Pelletier** – Le 20 octobre 2015

Nous étions nombreux à assister à une représentation de la pièce **On ne badine pas avec l'amour** d'Alfred de Musset. Cette activité a été possible grâce à notre moitié-moitié du vendredi.

### **Atelier musical des alparett's**- octobre et novembre 2015

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

### **La fête country (L'Alparty Country)** – Le 4 novembre 2015

De nombreux travailleurs du centre, les membres de la CDC, de même que les Alparett's se sont joints à Cowboy Jones pour nous chanter les chansons country les plus populaires. Cette sixième édition a été rendue possible grâce aux fonds amassés lors du Cyclothon de l'Alpar-Johanne Soucy et à la précieuse participation de la CDC de Rosemont.

### **Clinique de vaccination** – Le 13 novembre 2015

En partenariat avec le CSSS Lucille-Teasdale, pour une cinquième 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.

### **Célébrons Noël avec l'ensemble vocal «Cœur Vaillant»** - Le 2 décembre 2015

L'Alpar a offert un repas de Noël traditionnel cuisiné par Dominique de **La tête dans les chaudrons**. Cette belle fête s'est poursuivie avec 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 nos membres et de l'ajout d'activités, 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 accueillons également des nouveaux arrivants qui par le bénévolat trouvent une voie d'intégration pour mieux connaître leur société d'accueil.

Nous avons reçu en 2015 de l'aide ponctuelle pour des projets spécifiques, nous tenons à remercier l'équipe de la CDC et de Bouffe-Action. Aussi, en 2015, Monsieur Jean-Pierre Ouimet nous quittait à la suite d'une longue maladie, nous le remercions à titre posthume pour son engagement au sein du conseil d'administration.

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 rendues 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 Régina Lagacé a été honorée par le député Jean-François Lisée lors de l'événement hommage aux bénévoles qui s'est tenu l'automne dernier.

### Nos bénévoles actuels

Madame Jeannette Lapointe	Madame Jocelyne Bergeron
Madame Géraldine Lévesque	Madame Monik Gagnon
Monsieur Raymond Houle	Monsieur Pierre Durand
Madame Thérèse Vaillancourt	Madame Ginette Soucy
Madame Martine Rochette	Madame Francine Cantin
Monsieur Xavier Lluis	Madame Rosa Piaggio
Monsieur Gérald Mathieu	Madame Christiane Métivier
Madame Lucette Nicol	Monsieur Roger Barry
Madame Régina Lagacé	Madame Lucie Plante
Monsieur Duncan Robertson	Madame Stéphanie Kamga Kamga
Madame Françoise Tremblay	Madame Brigitte Brunelle



## 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, Régina Lagacé et Thérèse Vaillancourt

Équipe du vendredi : Rosa Piaggio, Régina Lagacé, Martine Rochette, Géraldine Lévesque et Stéphanie Kamga Kamga.

Accueil et accompagnement des membres : Roger Barry et Raymond Houle.

Équipe des ateliers créatifs : Duncan Robertson et Françoise Tremblay.

Gestion des cadeaux : Martine Rochette.

Événements spéciaux : Jocelyne Bergeron, Ginette Soucy et Xavier Lluis.

Réparations, travaux mineurs et ébénisterie : Roger Barry.

### Comités permanents

Conseil d'administration : Jeannette Lapointe, Xavier Lluis, Rosa Piaggio, Christiane Métivier, Lucette Nicol, Jean-Pierre Ouimet (jusqu'en mai 2015), Pierre Durand et Duncan Robertson (coopté en septembre 2015 en remplacement de Jean-Pierre Ouimet). Josée Lambert et Marie-Eve Émond (employées et membres non-votant).

Comité journal : Jocelyne Bergeron, Lucie Plante, Stéphanie Kamga Kamga et Marie-Eve Émond (employée).

Comité Cyclothon de l'Alpar : Brigitte Brunelle, Françoise Tremblay, Josée Lambert (employée) et Marie-Eve Émond (employée).

Enfin, nous tenons à souligner l'implication de partenaires importants, sans qui le Cyclothon de l'Alpar ne pourrait avoir lieu. Merci à Julien Myette, propriétaire de Déménagement Myette à Vélo et merci aux nombreux cyclistes qui participent avec conviction à notre cyclothon annuel.



## LA VIE ASSOCIATIVE

Le conseil d'administration, composé de sept membres, a tenu neuf réunions au cours de l'année 2015. 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 18 mars 2015. 45 personnes, dont 40 membres en règle 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 2015, nous avons également fait un suivi de notre plan triennal. En guise de rappel ce plan d'action avait été adopté en assemblée générale le 19 mars 2014 et avait été élaboré par les membres de l'organisme en 2013.

L'édition 2015 du Cyclothon de l'Alpar – Johanne Soucy a connu quelques difficultés après le départ d'une de nos grandes donatrices. Toutefois, le comité de financement a su innover en créant une pochette sur l'événement afin de faciliter la collecte des commandites pour les cyclistes. Également, nous avons tenu un 5 à 7 en avril pour marquer à la fois le lancement de l'édition 2015 et le début des inscriptions des cyclistes. L'édition 2015 a rejoint 24 cyclistes qui ont amassé 5 416\$. Nous remercions Jocelyne Bergeron et Brigitte Brunelle pour leur aide inestimable. Le comité journal a pour sa part 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 impliquer les membres dans sa réalisation. Bravo !

### **Les membres de notre conseil d'administration en 2015**

Madame Jeannette Lapointe, présidente  
Monsieur Xavier Lluis, vice-président  
Madame Christiane Métivier, trésorière  
Madame Rosa Piaggio, secrétaire  
Madame Lucette Nicol, conseillère  
Monsieur Jean-Pierre Ouimet, conseiller (jusqu'en mai 2015)  
Monsieur Pierre Durand, conseiller  
Monsieur Duncan Robertson (coopté en septembre 2015)  
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 de deux contractuels réguliers. Pour une première fois en 2015, nous obtenions un financement d'Emploi Été Canada (EEC) pour l'embauche d'un étudiant.

À la direction : Josée Lambert

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

À la comptabilité : Nancy Poirier

À titre de consultant externe : Gilles Bélanger

À titre d'étudiante (EEC) : Myriam Lepage-Ouellette

L'Alpar a retenu en 2015 les services de 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 4 novembre lors de l'**Alparty Country**, la fête country annuelle de l'organisme.

L'Alpar a accueilli plusieurs stagiaires et chercheurs en 2015. Nous en dressons ici la liste exhaustive.

Marie-Eve Emond : Stage 1 de fin d'études (Baccalauréat en travail social – UQÀM).

Isabelle Blais : Stage 2 de fin d'études (Baccalauréat en travail social – UQÀM).

Groupe de 10 étudiantes en sciences infirmières de McGill : Visite de sensibilisation (ressources communautaires destinées aux aînés).

Participation à la recherche dirigée par Anne-Marie Séguin de INRS – Urbanisation Culture Société (Des besoins aux ressources : diversité des milieux et des stratégies déployées par les personnes âgées).



## 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 2015. 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 diffusion dans les réseaux sociaux en 2015, dont un article à la une de Rue Masson.com.

L'Alpar a tenu un kiosque dans la zone art de la Fête de la famille au parc Lafond. Plusieurs jeunes ont rencontré les membres et bénévoles de l'organisme en participant à un tricot urbain. Aussi, pour une sixième 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 cache-monnaie où figurait notre dépliant ont été distribués par des cadets de la police aux aînés du quartier et par la travailleuse de milieu du Carrefour Montrose.

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 mis à jour notre page Facebook, entre autres, par l'ajout d'albums photo de nos événements. Pour terminer, l'organisme figure dans plusieurs bottins dont celui d'Altergo, de l'arrondissement Rosemont – La Petite-Patrie et de l'Appui.



## LE FINANCEMENT

### **Subventions gouvernementales et paragouvernementales**

*Programme Emploi Été Canada* du Gouvernement du Canada.

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

*Soutien à l'action bénévole* du député provincial de Rosemont, Jean-François Lisée.

*Soutien à l'action bénévole* de la députée provinciale de Gouin, Françoise David.

### **Ministre et députés**

Députée Françoise David (cycliste d'honneur – Cyclothon de l'Alpar)

Député Jean-François Lisée (cycliste d'honneur au 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)

### **Dons - secteur privé**

Lefebvre Gendron Beaulieu Brisson, S.E.N.C.LR.

SCD – Promenade Masson

Cinéma Beaubien

### **Dons individuels**

Individus sympathisants

Membres de l'Alpar

Familles et proches aidants des membres de l'Alpar

## LE PARTENARIAT ET LA CONCERTATION

L'Alpar a pu compter en 2015 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. L'Alpar occupe depuis 2015 la présidence du conseil d'administration.

**CIUSSS de l'Est de l'île de Montréal (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 membre de cette table et participe à plusieurs de ses comités, dont le comité de coordination.

**Bouffe-Action Rosemont :**

Partenariat ayant trait à la sécurité alimentaire et aux saines habitudes en matière d'alimentation. L'Alpar a siégé au CA de l'organisme jusqu'en juin 2015.

**Loggia-Pelican :**

Loggia-Pelican est un OBNL en habitation destiné aux personnes âgées. L'Alpar a siégé au CA de l'organisme jusqu'en mai 2015.

**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 6 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 2015, l'Alpar s'est engagée dans la campagne de rehaussement du financement des organismes communautaires en participant à plusieurs manifestations.

**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. En 2014 et 2015, l'Alpar a participé à l'élaboration d'une fiche d'accueil destinée aux personnes âgées présentant des limitations.



2015 EN IMAGES



Un beau souvenir d'un 5 à 7 honorant nos bénévoles.



Une rencontre pour évaluer notre travail collectif.



Quelques images de notre fête interculturelle de l'amour qui s'est tenue le 11 février 2015.





Accompagnées par Marie-Eve et Isabelle, notre stagiaire, quelques membres de l'Alpar s'affairent à repenser nos activités.



Notre assemblée générale annuelle en présence de nombreux membres.



Le lancement de notre journal en présence de sa rédactrice en chef, Jocelyne Bergeron et des membres de son comité.



Des images de notre cabane à sucre et Ti-Gus et Ti-Mousse, un numéro artistique préparé par et pour nos membres !



Une sortie au restaurant appréciée de tous !



Merci à nos valeureux cyclistes de l'édition 2015 du Cyclothon de l'Alpar – Johanne-Soucy.



En compagnie du talentueux Alexis Arbour, la joie était au rendez-vous à notre fête du Québec.





Notre épiluchette de blé d'inde annuelle et une médaille «don» fabriquée et décernée à l'Alpar. Merci Roger !



Une photo de famille lors du 13<sup>ème</sup> anniversaire de l'organisme.



Une sortie au Théâtre Denise-Pelletier et une visite à Radio-Canada à l'émission de Pénélope McQuade.



Quelques activités de l'automne : un pique-nique tardif, un cours de danse adaptée avec Marie-Pier Cartier-Emond, un casse-tête complété et une clinique de vaccination bien orchestrée par Duncan!



Régina Lagacé, notre bénévole de l'année, honorée par Jean-François Lisée



De très beaux moments de l'Alparty Country 2015, merci à nos collaborateurs et à nos amis du Centre Lapalme!



## Quelques images de notre fête de Noël !



Dominique de *La Tête dans les chaudrons*, nous a concocté un délicieux repas, tandis que *Cœur vaillant* a réchauffé l'atmosphère avec ses airs du temps des Fêtes !



Un toast à la santé de tous !



Notre mère Noël en compagnie d'un de nos lutins généreux. Merci à Philippe, Denise et Roger !

## Nos adieux à ceux qui nous ont quittés en 2015 et en 2016



Jean-Pierre Ouimet nous a fait ses adieux le 27 mai 2015.

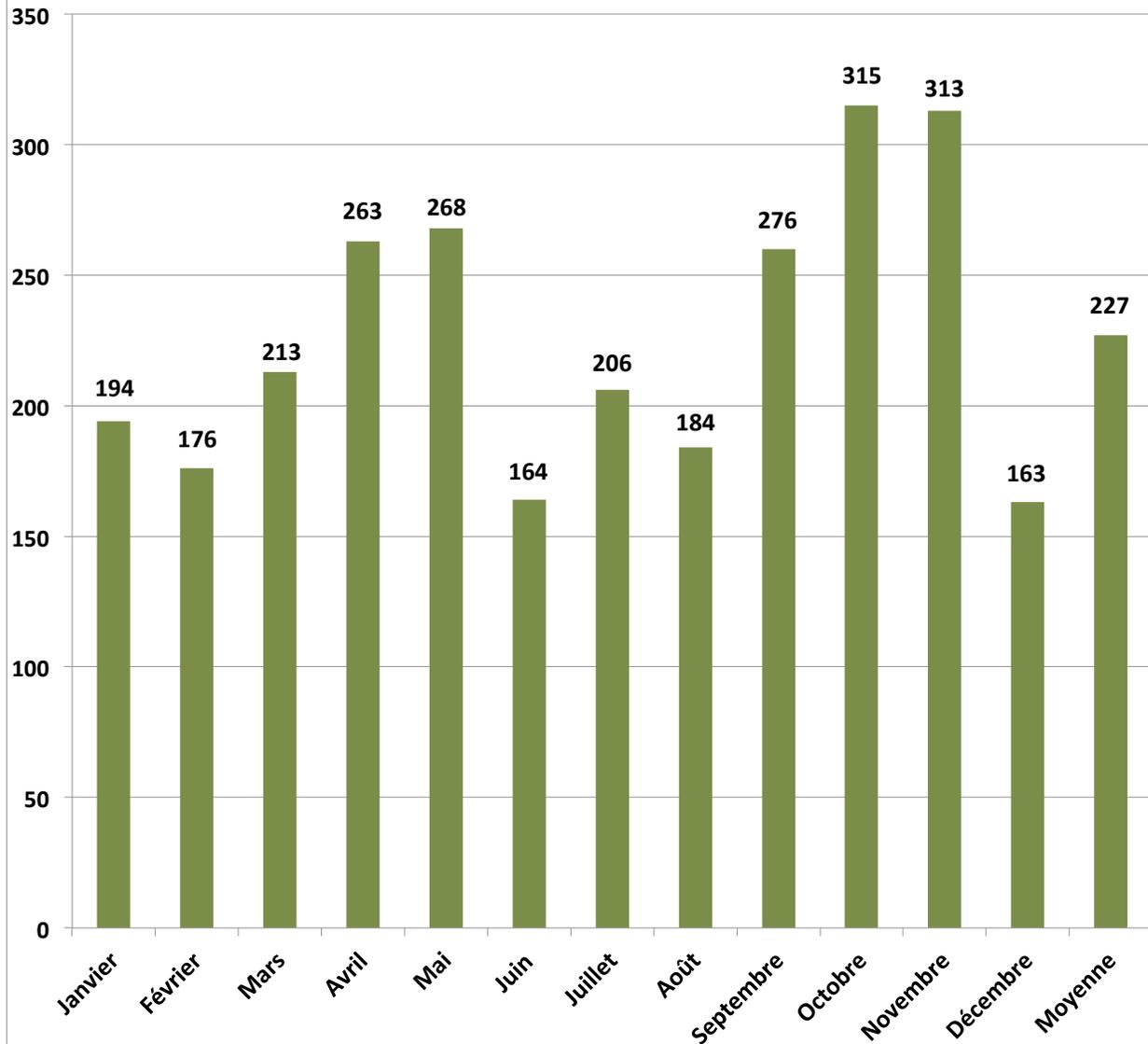


Christiane Gadbois nous a quitté le 5 août 2015.



Le 28 février 2016 Jeannette Pes nous transmettait son ultime au revoir.

## Nombre de participants aux activités en 2015



Une moyenne de 227 participations par mois pour un total de 2719 participations pour l'année 2015

