

2022
2023

Rapport annuel

ASSOCIATION BÉNÉVOLE DE
POINTE-AUX-TREMBLES
ET DE MONTRÉAL-EST



Quarante-quatrième assemblée générale annuelle

Table des matières

Mot de la présidente	3	Programme Pair et autres services offerts par des bénévoles	26
Mot de la directrice générale	4	Conseil d'administration 2022-2023	27
Mission et objectifs de l'Association bénévole PAT-ME	5	L'équipe de travail	28
Les valeurs promues par l'organisme	6	Implications et participation aux activités du milieu	29
Secteur desservi	7	Conférences et formations suivies auprès de nos organismes partenaires et avec les regroupements auxquels nous sommes membres	32
Statistiques du bureau	8	Subventions, aides financières et dons (avril 2022-mars 2023)	34
In Memoriam	12	On parle de nous!	38
Transport-accompagnement bénévole pour motif médical	13	Témoignages	51
Statistiques sur le transport	14	Merci à tous nos bénévoles!	52
Activités socio-communautaires initiées et appuyées	16	Enjeux 2023-2024	53
Aide à l'épicerie	20	Remerciements	54
Initiative de travail de milieu auprès des personnes âgées en situation de vulnérabilité	22		
Ligne Espoir Aîné	23		
Votre association en mode numérique : site Internet, page Facebook et infolettre	25		

Mot de la présidente



Bonjour et bienvenue à tous,

Après deux longues années marquées par l'incertitude, les reports, les annulations et les contraintes, l'année 2022-2023 a été celle du retour à la normale dans nos activités.

Épaulée par une formidable équipe de bénévoles et d'employé.e.s, je peux vous assurer que l'Association Bénévole de Pointe-aux-Trembles et de Montréal-Est (ABPATME) n'a pas ménagé ses efforts afin de faciliter et d'agrémenter la vie de ses bénéficiaires et des aînés de la communauté en général.

Notre directrice générale, Louise Croussett, a su orchestrer le tout pour que l'action de l'organisme puisse toujours être aussi reconnue dans notre secteur par nos partenaires et que la mission de notre organisme - appuyer les personnes aînées à domicile - soit une fois de plus honorée cette année.

Encore une fois, je tiens à remercier les femmes et les hommes qui se dévouent pour l'ABPATME qui poursuit ainsi sa belle mission auprès des personnes aînées depuis 44 ans.

Merci d'être avec nous aujourd'hui !



Sylvie Ouellette

Présidente

Mot de la directrice générale



Bonjour,

Dans la dernière année, nous avons repris le rythme normal de nos activités depuis les perturbations liées à la pandémie de la COVID-19. Ce faisant, avec le soutien indispensable de mes bénévoles et de mon équipe de travail, nous avons pu renouer avec les personnes âgées dans les mêmes conditions qu'avant le printemps 2020.

Nous nous sommes réjouis de pouvoir aller plus facilement à leur rencontre. Nous avons partagé de beaux moments avec eux que ce soit autour d'un bon repas, d'un moment musical et de danse, par des conférences et plus encore.

Ces moments privilégiés nous ont aussi permis d'être à l'écoute de leurs préoccupations. Il est évident que la période de grande difficulté et d'incertitude que fut la pandémie ne signifie pas nécessairement que des jours heureux et tranquilles se profilent à l'horizon. Mon équipe rencontre sans cesse des cas de détresse psychologique et est témoin de l'accélération du déconditionnement physique. Heureusement, je peux vous assurer qu'elle s'emploie à atténuer la précarité des aînés et à créer des ponts avec le réseau communautaire et les services publics afin de combler les lacunes observées.

Ainsi, si le tableau n'est pas tout rose, il n'en demeure pas moins que j'ai confiance que notre travail est porteur de beaux changements à notre échelle locale.

Merci et bonne assemblée !



Louise Croussett

Directrice générale

Mission et objectifs de l'Association bénévole PAT-ME



Promouvoir le soutien à domicile sur notre territoire.



Améliorer la qualité de vie des personnes âgées du territoire.



S'assurer de délais minimes pour avoir un service (tout dépendant de la disponibilité des bénévoles).



Être à l'écoute de leurs besoins réels.



Favoriser l'échange, l'entraide et l'autonomie.



Offrir un support, briser l'isolement.



Encourager la participation.



Implanter des services durables.



Recevoir et traiter toute plainte avec respect et équité.



Stimuler et développer l'expertise des bénévoles.

Les valeurs promues par notre organisme



Respect, dignité et discrétion.



Confiance, liberté de choix.



Honnêteté.



Patience, compréhension.



Tolérance, politesse, engagement.



Intégrité, capacité de travailler en équipe avec franchise et transparence.



Intérêt dans le travail bénévole.



Motivation à la cause.



Compétence.



Flexibilité.

Secteur desservi



La population de
Pointe-aux-Trembles
et de **Montréal-Est** est
composée de **18%** de
personnes âgées
comparativement à
17% pour l'ensemble
de l'île de Montréal.





Statistiques du bureau

5223,50

**Nombre d'heures de bénévolat
pour tous les services de
l'organisme (incluant le transport-
accompagnement)**



**Plus de 1630 heures de bénévolat ont été effectuées
au bureau par trois bénévoles.**



Plus de 2800 visiteurs ont été reçus au bureau.



Le bureau a reçu 4295 appels .



L'organisme a tenu trois dîners en cœur : 104 personnes servies.



**Plus de 5300 appels téléphoniques d'écoute et de référencement
représentant plus de 2000 heures.**



Durant l'année, dix nouveaux bénévoles ont été recrutés.



**Les 16 tricoteuses de l'Association ont effectué 3 500 heures de
bénévolat.**



Il y a eu 20 accompagnements pour la complétion de formulaires.



**En raison du fort achalandage et du manque de chauffeurs, 11
transports ont dû être refusés.**



Statistiques du bureau

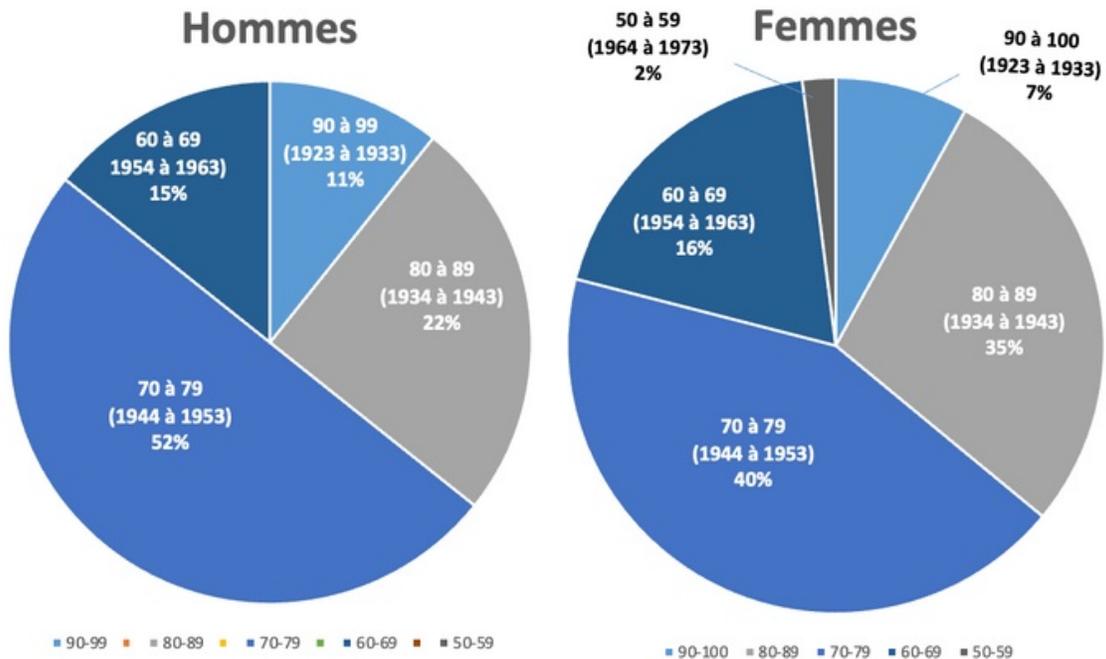
Qui sont nos bénéficiaires?

190

Nombre de bénéficiaires âgé.e.s de
50 ans et plus.

85%

Proportion de femmes qui
bénéficient de nos services (183
femmes versus 59 hommes).





Statistiques du bureau

4295

Nombre d'appels reçus au bureau
pour divers motifs notamment pour
l'accompagnement-transport

Avril 2022	358
Mai 2022	333
Juin 2022	400
Juillet 2022	367
Août 2022	422
Septembre 2022	326
Octobre 2022	371
Novembre 2022	375
Décembre 2022	258
Janvier 2023	331
Février 2023	296
Mars 2023	458



Statistiques du bureau

5335

Nombre d'appels reçus au bureau
pour l'écoute et le référencement

Avril 2022	492
Mai 2022	426
Juin 2022	445
Juillet 2022	482
Août 2022	322
Septembre 2022	322
Octobre 2022	409
Novembre 2022	593
Décembre 2022	328
Janvier 2023	458
Février 2023	567
Mars 2023	491

† In Memoriam

L'Association bénévole de Pointe-aux-Trembles et de Montréal-Est salue la mémoire de nos membres nous ayant quittés cette année. Nous offrons nos plus sincères condoléances aux familles et proches de ces personnes.

† 2022	Yvan BARRETTE
† 12 avril 2022	Rollande MONGRAIN
† 18 avril 2022	Rita L'HEUREUX
† Août 2022	Antoinette TRUBIANO
† 24 octobre 2022	Thomas OUELLET
† 26 octobre 2022	Micheline DINELLE
† 21 novembre 2022	Rolande TURGEON
† Décembre 2022	Jeannine DUROCHER
† Décembre 2022	Ginette LÉVESQUE
† 5 janvier 2023	Robert PELLETIER
† 24 janvier 2023	Michel HÉBERT
† 7 mars 2023	Josette ALMONORD
† 7 mars 2023	Robert QUESNEL

Transport-accompagnement bénévole pour motif médical

Conformément à la réglementation provinciale en vigueur, l'Association Bénévole de Pointe-aux-Trembles offre le service de transport-accompagnement pour motif médical à des personnes âgées de 60 ans et plus vivant à domicile, à faible revenu (preuve de revenu demandée) et ne pouvant pas utiliser le transport en commun ou n'ayant pas les moyens de prendre un taxi. Ce service est rendu possible grâce à l'engagement de plusieurs **bénévoles vaccinés et aux antécédents judiciaires vérifiés**.

Dans les pages suivantes, vous retrouverez des statistiques par rapport à l'utilisation de ce service. Pour plus d'informations sur celui-ci, l'organisme a produit en octobre 2021 une vidéo intitulée « Faire du bénévolat avec l'ABPATME » qui est disponible sur YouTube : <https://www.youtube.com/watch?v=FL2-li64Gsg&t=131s>



Quelques mots de nos bénéficiaires :

«Vous êtes mes anges! Je ne sais pas ce que je ferais sans vous!»

«Merci aux bénévoles, ils sont bien attentionnés et je me sens en sécurité avec eux! »

Quelques mots de nos bénévoles :

« J'aime faire du bénévolat, je sens que j'aide vraiment les gens et j'aime les rencontrer. »

« Ça me permet d'être actif et les bénéficiaires apprécient beaucoup ce service.»



Statistiques sur le transport

1338

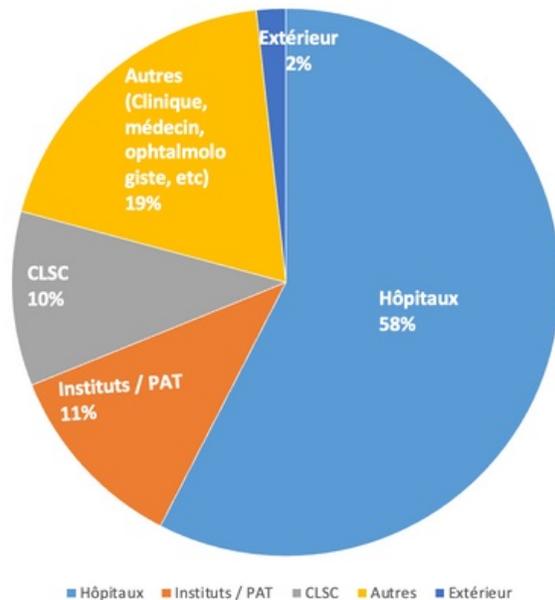
Nombre de déplacements effectués en transports médicaux entre le 1er avril 2022 et le 31 mars 2023.

3049

Nombres d'heures d'accompagnement-transport effectuées.

47 027

Kilométrage parcouru pour les déplacements des bénévoles en accompagnement-transport.



Hôpitaux	799
Instituts / PAT	157
CLSC	143
Autres	265
Extérieur	24
TOTAL	1388



En plus des 1338 accompagnements-transports médicaux, 51 déplacements supplémentaires ont été faits en taxi afin de pallier aux moments de forte demande.



Statistiques sur le transport

18

Nombre d'hôpitaux du Grand
Montréal visités

54%

Sur 795 déplacements aux 18 sites
hospitaliers, 433 ont été effectués
vers le pavillon Maisonneuve, la
polyclinique et le pavillon Rachel-
Tourigny.

Établissements hospitaliers visités	Pourcentage	Nombre d'accompagnements-transports
Pavillon Maisonneuve/Polyclinique/ Pavillon Rachel-Tourigny	54	433
Santa Cabrini	14	110
CHUM (Sanguinet)	10	80
Pierre-Le Gardeur (Lachenaie)	5	40
Louis-H.-Lafontaine	5	38
Notre-Dame	2	21
Charles-Le Moyne (rive-Sud)	2	18
Montreal General Hospital	2	13
Hôtel-Dieu	1	11
Pavillon Rosemont	1	9
St-Mary's	1	6
Jean-Talon	1	4
Verdun	1	4
Cité de la Santé (Laval)	0	2
CUSM - Site Glen	0	2
Fleury	0	2
Sacré-Cœur	0	1
TOTAL	100	799

Activités sociocommunitaires initiées et appuyées

Par ses propres activités ou celles qu'elles réalisent en collaboration avec d'autres organismes, l'Association se dévoue à créer un milieu de vie chaleureux pour briser l'isolement des personnes âgées.

Dîners en Cœur

Avec l'aide du Programme de soutien à l'action bénévole 2022-2023 (bureau de la députée provinciale Chantal Rouleau), l'ABPATME a pu organiser des dîners sociocommunitaires appelés « Dîners en cœur ». Le temps de trois dîners, nous avons pu réunir 104 personnes autour de bons repas à coût modique et où celles-ci ont pu échanger en toute convivialité.

Club des tricoteuses

Avec le soutien du Programme de soutien à l'action bénévole 2022-2023 (bureau de la députée provinciale Chantal Rouleau), environ une quinzaine de bénévoles se sont réunies chaque vendredi après-midi pour confectionner divers articles tels que des chaussettes et des tricots. Elles se regroupent pour briser l'isolement et aussi offrir une partie de ce qu'elles produisent aux personnes vulnérables de la communauté. Afin d'assurer la pérennité de l'activité et absorber le coût des matériaux, l'autre partie est vendue lors de la Vente de garage de l'Association Bénévole (30 avril 2022) et du Marché de Noël (4 décembre 2022). Ces deux événements ont généré environ 1500\$ en revenus.



Club social Roussin 60 ans +

L'Association Bénévole, par l'entremise de son projet Ligne Espoir Aîné, est heureuse de collaborer à **cette initiative portée conjointement** avec le Centre communautaire Roussin, Prévention Pointe-de-l'Île et le Centre des Femmes de Montréal-Est / Pointe-aux-Trembles. **Deux vendredis après-midi par mois, des activités de collage, de bingo et plus encore sont proposées et attirent en moyenne une quinzaine de personnes.**

Activités sociocommunitaires initiées et appuyées

Activités sociocommunitaires ponctuelles

Durant l'année 2022-2023, avec ses membres et bénévoles, l'Association Bénévole de Pointe-aux-Trembles et de Montréal-Est n'hésite pas à organiser des activités spéciales offertes aux personnes âgées ou à participer à celles d'autres organismes.

Les 30 avril et 6 mai 2022, l'Association Bénévole a organisé deux événements de levées de fonds. Le premier consistait en une **vente de garage** et le second en une **soirée dansante**. L'organisme offre ses plus sincères remerciements à toutes les personnes présentes pour le succès de ces deux événements importants ayant **pour but d'offrir des activités à la communauté tout en soutenant les activités et services de l'organisme**.

Le 15 juin 2022, les projets de la Ligne Espoir Aîné et d'ITMAV étaient présents lors de l'activité spéciale organisée par la TCAMEPAT dans le cadre de la **Journée internationale de lutte contre la maltraitance des personnes âgées**. Avec le soutien financier de la Caisse Desjardins de Pointe-aux-Trembles et du bureau du député Mario Beaulieu, 96 personnes ont assisté à diverses conférences d'information et de sensibilisation concernant cet enjeu incontournable de société.

Avec le soutien financier de l'affinerie CCR (Glencore) et de la Caisse de P-A-T,



l'Association Bénévole a organisé 15 pique-niques dans le cadre du projet estival « Pique-nique jasette avec Papi et Mamie ». Durant l'été, **30 participant.e.s** ont profité d'un pique-nique gratuit en compagnie de **l'un des cinq bénévoles impliqué.e.s** dans le projet. Les personnes qui participaient à l'activité ont pu profiter d'un transport gratuit en vélo-taxi (aller-retour) **grâce à l'équipe de l'AQDR**. À la fin de celle-ci, ils repartaient avec leur napperon qui leur donnait de l'information par rapport aux activités et services communautaires disponibles.

Activités sociocommunitaires initiées et appuyées

Le 26 août dernier, avec le soutien du bureau du député fédéral Mario Beaulieu, l'ABPATME était présente à l'activité de la rentrée de la TCAMEPAT qui a attiré 26 personnes. Celles-ci avaient pris part à une excursion nautique à bord de la navette fluviale Pointe-aux-Trembles/Vieux-Port-de-Montréal. Dans le Vieux-Port, les personnes présentes ont également pu profiter d'un pique-nique.

Le 2 octobre, dans le cadre de la Journée internationale des personnes âgées (1er octobre), s'est tenu le Bal des Aînés au Centre communautaire Roussin. L'Association a collaboré à cet événement de levée de fonds pour la TCAMEPAT qui a attiré **358 personnes**. L'évènement festif n'aurait pu être possible sans la contribution de la Ville de Montréal-Est, de la Ville de Montréal, des bureaux du député fédéral Mario Beaulieu et de la députée provinciale Chantal Rouleau, de la pharmacie Jean-Coutu Patrick Messier et de la pharmacie Familiprix Aleck Brodeur.

Le 24 décembre, l'Association a collaboré au succès du Dîner de Noël des Aînés isolés de la TCAMEPAT. Soutenue par différents commanditaires (arrondissement RDP-PAT, ABPATME, bureau de la députée provinciale Chantal Rouleau, bureau du député fédéral Mario Beaulieu, Centre des Femmes de Montréal-Est/Pointe-aux-Trembles, Chocolaterie DouceSoeur, Coca-Cola Québec, Enbridge, Les Artistes Point'Arts, Les Petits Frères, l'artiste peintre Line Millotte, le Manoir Chartwell Pointe-aux-Trembles, la pharmacie Familiprix Aleck Brodeur, la Pharmacie Jean-Coutu Patrick Messier, la société Ressources-Loisirs de Pointe-aux-Trembles et la Ville de Montréal-Est), l'activité a permis à **93 personnes âgées** de profiter d'un dîner de Noël gracieusement offert et en bonne compagnie en cette période spéciale de l'année.

Le 12 février dernier, l'Association a organisé conjointement avec le Centre des Femmes de Montréal-Est/Pointe-aux-Trembles, une nouvelle édition du Bal de l'Amour qui a attiré **234 personnes**. Afin de souligner en grand la Saint-Valentin et d'amasser des fonds pour les deux organismes, un après-midi de danse s'est tenu au Centre communautaire Roussin. Les personnes âgées présentes ont pu danser allégrement avec les chants et la musique de Suzanne Décarie et de ses musiciens. Afin de remercier la présence du public, des prix de présence ont été remis et un tirage moitié-moitié a été effectué.

Activités sociocommunitaires initiées et appuyées



Le **31 mars 2023**, l'Association Bénévole s'est déplacée à la salle communautaire de la maison Evelyn Opal à Montréal-Est à un **café-rencontre** sous forme de réunion d'information. L'activité a permis aux participant.e.s d'en apprendre davantage sur le projet Ligne Espoir Aîné, d'éclaircir les questionnements et les idées préconçues sur le rôle d'une travailleuse sociale ou d'un travailleur social. Ce fut également l'occasion de présenter le Bottin des Aînés. De plus, une présentation sur les effets du vieillissement sur le corps a été proposée en plus d'une capsule d'exercices portant sur la souplesse. L'activité s'est conclue par la remise de surprises aux personnes présentes. D'autres cafés-rencontres se tiendront en 2023-2024. Toute personne intéressée par l'activité peut communiquer avec le bureau de l'Association Bénévole.



Aide à l'épicerie

Créé au début de la pandémie de la COVID-19, le service d'aide à l'épicerie a permis aux gens âgés de favoriser leur sécurité alimentaire en sachant qu'une personne bénévole sera là pour amener leurs courses chez eux. Pour l'année 2022-2023, **1014 commandes d'épicerie** ont été prises en charge par ce service. En moyenne, le service d'aide à l'épicerie permet la réalisation de **20 commandes d'épicerie par semaine** qui sont ensuite livrées chez **32 bénéficiaires âgés en moyenne de 85 ans par la chargée de projets et 12 bénévoles**. Plus de **40% des bénéficiaires effectuent au moins une commande chaque semaine** dans la plupart des pharmacies et commerces d'alimentation du secteur (Super C, Maxi, Métro, IGA, Jean-Coutu, Pharmaprix, Wal-Mart des dépanneurs), mais aussi chez Tim Horton, Rossy et Mondou.

Plus qu'une livraison d'épicerie

Bien que le service ait été créé afin de répondre à un besoin exceptionnel durant la pandémie, le besoin de pérennisation se justifie par plusieurs enjeux sociaux. Le premier aspect est économique. Avec la fin de la pandémie, le choc inflationniste qui s'en est suivi a souligné à grands traits les revenus

insuffisants de nombreuses personnes retraitées. Comme l'a indiqué la chargée de projet, Monique Bessette, **dans un article publié au quotidien La Presse le 17 novembre dernier, on retrouve une moyenne de vingt articles sur les listes d'épicerie de nos bénéficiaires. Hélas, avec la montée des prix, certaines listes deviennent plus courtes et composées d'aliments moins chers, mais peu nutritifs (voir la section « On parle de nous »).**

Outre l'enjeu économique, il y a également une préoccupation quant au maintien de l'autonomie. Pour certains aînés, le maintien d'un bon régime alimentaire avec des produits frais demeure un défi puisque leur



Aide à l'épicerie (suite)

capacité à cuisiner s'avère limitée et a pour conséquence qu'ils optent pour les mets préparés et la nourriture transformée. Cette perte d'autonomie s'explique notamment par les **conséquences du confinement qui se sont accélérées chez certains (l'isolement social et le déconditionnement physique)**. Pour sa part, le service d'aide à l'épicerie apporte sa contribution en collaborant avec le projet Ligne Espoir Aîné en référant des personnes en situation de perte cognitive et fait la lecture de circulaires des supermarchés aux personnes ayant des limitations visuelles afin qu'ils puissent effectuer leur commande et profiter des divers rabais disponibles.

Enfin, le service d'aide à l'épicerie est aussi la réalisation de 950 appels d'amitiés à l'initiative de la chargée de projet qui confirme ainsi la volonté que le service aille au-delà d'une épicerie, mais aussi d'assurer un travail de bienveillance, de contact humain et relationnel avec la clientèle.

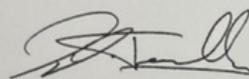
Soutien et reconnaissance de la communauté

L'Association Bénévole de Pointe-aux-Trembles et de Montréal-Est n'a pas pour vocation d'assurer la sécurité alimentaire à ses bénéficiaires. Néanmoins, dans la mesure du possible, du dépannage alimentaire peut être offert. Dans ce contexte, l'ABPATME désire souligner les soutiens financiers de la **Caisse Desjardins de Pointe-aux-Trembles, de la popote roulante Les Bons Mangeurs et du bureau de la députée Chantal Rouleau** qui nous ont permis cette année de dépanner des ménages en fournissant des cartes-cadeaux d'épiceries.

Malgré le soutien financier limité, l'organisme **souhaite poursuivre ce service dans les prochaines années sur la base des bons commentaires reçus quant au service, à la bienveillance et l'empathie manifestées par la chargée de projet et ses bénévoles.**

Chaque carte-cadeau remise par la Caisse Desjardins de Pointe-aux-Trembles était accompagnée de ce mot signé par son directeur général.

En aidant les organismes d'ici, nous soutenons des personnes comme vous ! Je vous souhaite de bien en profiter !



Sylvain Tremblay - Directeur général



Initiative de travail de milieu auprès des personnes âgées en situation de vulnérabilité

Depuis l'automne 2021, l'ABPATME dispose des services d'une travailleuse de milieu, Mme Pascale Boucher. Dans le cadre de son rôle, elle rencontre des personnes âgées vulnérables de Rivière-des-Prairies, de Pointe-aux-Trembles et de Montréal-Est et offre son écoute et son accompagnement tout en respectant leur liberté de choix. **Le service est offert du lundi au vendredi de 9 h à 17 h.** On peut la rejoindre au (514) 573-8812. Il est à noter que ce service a été soutenu financièrement par le Secrétariat des Aînés du Québec.

D'avril 2022 à mars 2023, **74 personnes** ont pris contact avec la travailleuse de milieu que ce soit dans le cadre d'**appels, d'accompagnements, de demandes de références et de rencontres en « présentiel »**. Cela représente au total plus de **1000 interventions** durant cette période. La moyenne d'âge de ces personnes est de **73 ans** et **deux tiers** d'entre elles sont **des femmes**. Les principaux motifs d'appels et d'intervention sont d'ordre **alimentaire** (livraison, dépannage alimentaire), **de logement** (autonomie, litiges entre locateurs et locataires), **de santé (rendez-vous médicaux, santé mentale)** et de **soutien social** (accompagnement de personnes en situation de **maltraitance**, personnes éprouvant un besoin de **soutien psychologique**).

La travailleuse de milieu est intégrée dans le réseau communautaire et accompagne des personnes âgées référées par le **Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de l'Est-de-l'Île de Montréal**, le **Service de Police de la Ville de Montréal** et la **Caisse Desjardins de Pointe-aux-Trembles**.

En attendant une seconde ressource afin de pallier la demande grandissante, l'organisme est reconnaissant du soutien financier récemment rehaussé par le Secrétariat des Aînés du Québec. L'action de la travailleuse de milieu est saluée par les principales intéressées : les personnes âgées. Par exemple, ses interventions ont permis à des bénéficiaires d'être rassurés par rapport à l'idée d'accepter qu'elles aient besoin des services du CLSC. Elle a su leur faire comprendre que les intervenant.e.s du CLSC sont là pour les aider à demeurer chez elles dans les meilleures conditions et non pas seulement à les faire déménager dans un centre d'hébergement.

Ligne Espoir Aîné



Depuis avril 2021, des agent.e.s de liaison communautaire répondent à cette ligne téléphonique qui a pour mission de guider, d'assister, d'orienter et de soutenir les personnes âgées de l'arrondissement de Rivière-des-Prairies/Pointe-aux-Trembles et de la Ville de Montréal-Est dans leurs démarches. Le service **est offert du lundi au vendredi de 9 h à 17 h au (514) 645-4949**. Il est financé par le Programme Nouveaux Horizons pour les aînés en coordination avec COMACO, la Direction de la Santé publique et le Plan d'impact collectif (PIC) (volet 5).

Pour la période d'avril 2022 à mars 2023, **la Ligne LÉA a répondu à 570 appelants**. Il est à noter que **61% de ces personnes étaient des femmes**. En règle générale, la majorité des personnes qui ont fait appel à la ligne était âgée de **71 à 80 ans**. Bien que le territoire d'action de la ligne soit l'arrondissement de Rivière-des-Prairies/Pointe-aux-Trembles et la Ville de Montréal-Est, des appels ont été reçus en provenance des quartiers montréalais suivants : **Hochelaga, Anjou, Tétraultville, Montréal-Nord et Mercier-Est**.

Chaque appel est lié à un besoin spécifique. Néanmoins, durant les conversations avec les agent.e.s, les principales demandes formulées furent les suivantes : **le logement, la santé mentale, le transport, le soutien civil, l'aide à l'épicerie, les abus, l'aide à la mobilité et le soutien psychologique**.

Afin d'offrir le meilleur service possible aux utilisatrices et utilisateurs, le personnel de la ligne d'écoute LÉA - riche d'années d'expériences professionnelles dans le milieu communautaire aîné de l'est de l'île de Montréal - continue à nouer des liens dans le **réseau communautaire** (tables de concertation des aînés de Rivière-des-Prairies et de Pointe-aux-Trembles) et avec les **partenaires institutionnels** (CIUSSS, SPVM, bureaux de circonscription fédérale et provinciale, élus municipaux et d'arrondissement, etc.) afin d'accélérer les démarches d'accompagnement des appelant.e.s. Le personnel se tient à jour en suivant des **conférences et des formations continues**.

Ligne Espoir Aîné (suite)

Enfin, afin de se faire connaître davantage par le public, l'équipe de la ligne n'hésite pas à participer à des **activités communautaires**. Elle fait également la promotion de ses services, par l'entremise de cas vécus qu'elle résume (voir la section ci-dessous pour un exemple), dans **l'infolettre de l'ABPATME** et la **page Facebook du Projet LÉA** aimée par **662 personnes**.

Une histoire de cas relatée par l'équipe du projet LÉA dans l'infolettre de l'ABPATME (numéro de mai 2023)



Depuis avril 2021, du lundi au vendredi de 9 h à 17 h, mon collègue Bernard Parent et moi-même, Isabelle Carle, nous recevons les appels des aînés communiquant avec la Ligne Espoir Aîné (LÉA) de l'Association Bénévole Pointe-aux-Trembles/Montréal-Est. Notre mission : référer les aînés de Rivière-des-Prairies, Pointe-aux-Trembles et de Montréal-Est vers les services pertinents.

Ce mois-ci, nous avons reçu l'appel d'un homme de 65 ans. Fraîchement retraité, il vit seulement avec sa pension de vieillesse et ses rentes. Il nous mentionne qu'après avoir payé son loyer et Hydro-Québec, il lui reste à peine 400 \$ par mois pour ses médicaments, se nourrir, acheter des protège-dessous et de la nourriture pour son chien, sans compter ses déplacements en autobus. L'homme aimerait aussi faire son rapport d'impôt, mais il n'a pas reçu en date du 22 mars, les documents de son propriétaire.

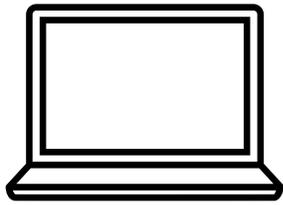
Ne sachant plus quoi faire, il a décidé de nous appeler afin de demander de l'aide. Premièrement, nous lui avons trouvé une subvention pour des protège-dessous jetables à l'Éco de la Pointe-de-l'Île. Pour ce qui est des impôts, nous avons contacté son propriétaire et l'avons référé à Infologis.

Nous lui avons donné l'information sur la clinique d'impôts s'effectuant gratuitement au Centre communautaire Roussin. Quand il aura en main son montant annuel, il pourra appeler à Action Secours Vie d'Espoir afin de recevoir un panier alimentaire par semaine.

Nous lui avons aussi suggéré l'idée de faire une demande de logement subventionné dans un HLM, ce qui diminuerait le montant de son loyer. Finalement, nous lui avons donné l'information que l'AQDR de la Pointe-de-l'Île et l'Association Bénévole organiseront une journée au Centre communautaire Roussin le 24 mai sur rendez-vous afin de compléter le formulaire pour recevoir la carte OPUS avec photo lui permettant de se prévaloir de la gratuité du transport en commun pour les personnes âgées de 65 ans et plus à partir du 1er juillet prochain.

L'homme nous a répondu qu'il est reconnaissant et qu'il voit une lueur d'espoir depuis son appel. Il nous a remerciés pour notre accompagnement dans ses démarches.

Si vous aussi vous avez des questionnements ou vous avez besoin d'aide, vous pouvez joindre Bernard et moi au 514-645-4949.



Votre association en mode numérique : site Internet, page Facebook et infolettre

SITE INTERNET

Depuis septembre 2021, l'organisme dispose d'un site Internet (www.associationbenevolepatme.ca). L'an dernier, **778 utilisateurs** ont visité le site Internet afin **de mieux connaître les activités et services de l'organisme**. On retrouve également une section dédiée à la série de capsules vidéos « **Stop, c'est assez** » qui a pour objectif de sensibiliser la population à la maltraitance, à l'abus, à la discrimination et à la violence commise entre et contre les aînés. Le site de l'organisme a également le privilège d'héberger une **section dédiée aux activités de la Table de Concertation des Aînés de Montréal-Est et de Pointe-aux-Trembles (TCAMEPAT)**.

PAGE FACEBOOK

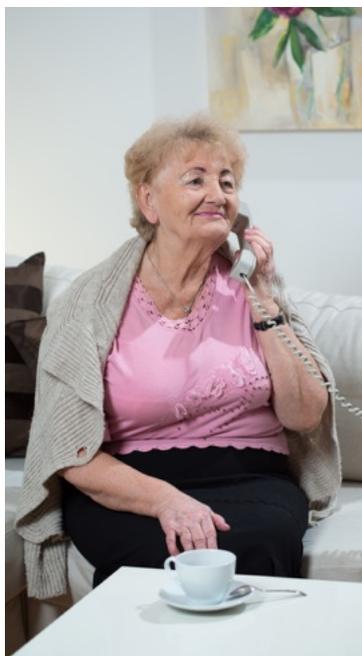
Depuis plusieurs années, l'organisme dispose de sa page Facebook. Nous pouvons compter sur l'intérêt de **662 personnes qui aiment notre page** et **743 personnes qui sont abonnées à celles-ci**. Avec nos diverses et fréquentes publications et nos campagnes publicitaires ponctuelles, nous avons été en mesure de rejoindre plus de **15 233 utilisateurs Facebook**. Il est intéressant de constater que **75% des personnes utilisatrices sont des femmes** et que nous **rejoignons davantage de personnes plus jeunes que notre clientèle habituelle (25-34 ans, 35-44 ans et 45-54 ans)** ; **se faire connaître parmi les plus jeunes est un facteur important quant à l'avenir de l'organisme**. Enfin, il faut noter que l'organisme dispose d'une **autre page qui est dédiée au projet LÉA**.

INFOLETTRE « LE MESSAGER DES AÎNÉS »

Depuis **septembre 2022**, l'organisme a diffusé six numéros réguliers et un numéro spécial de son infolettre conjointement avec celle de la TCAMEPAT («La Tribune des Aînés»). **En moyenne, 173 personnes reçoivent l'infolettre**. Il s'agit d'un moyen supplémentaire pour rejoindre les partenaires de l'organisme, les aînés et leurs proches présents sur les plateformes numériques.



Programme Pair et autres services offerts par des bénévoles



Le programme Pair est un service d'appels automatisé, gratuit et quotidien dédié aux aînés. L'objectif est de permettre aux aînés de conserver leur autonomie tout en garantissant la tranquillité d'esprit de leur famille et leurs amis en sachant que des secours peuvent venir auprès de leurs êtres chers en cas de besoin. Depuis juillet 2019, l'Association bénévole PAT-ME inscrit des aînés à ce programme sur une base volontaire.

Outre les services précédemment mentionnés, nous avons aussi des bénévoles qui effectuent des appels et/ou des visites d'amitié et fournissent de l'aide avec les formulaires de toutes sortes (sauf l'impôt).



Merci aux bénévoles!

Le 17 avril 2023, l'Association Bénévole de Pointe-aux-Trembles et de Montréal-Est a tenu son traditionnel souper de reconnaissance des bénévoles. C'était un moment privilégié pour souligner tous leurs efforts accomplis durant l'année 2022-2023.

Conseil d'administration 2022-2023



De gauche à droite :

M. Marcel Pelletier, vice-président
Mme Sylvie Ouellette, présidente
Mme Louise Croussett, directrice-générale
Mme Nicole Larocque, conseillère
Mme Joanne Lepage, conseillère
M. Michel Dion, conseiller
Mme Diane Levasseur, secrétaire
M. Benoit Boucher, trésorier

L'équipe de travail



Julien BEAULIEU

Chargé des communications



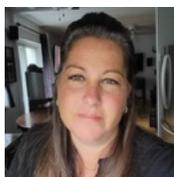
Céline PERREAULT

Adjointe administrative



Angela DI LALLA

Coordonnatrice des bénévoles



Isabelle CARLE

Agente de liaison communautaire pour le projet Ligne Espoir Aîné (LÉA)



Bernard PARENT

Agent de liaison communautaire pour le projet Ligne Espoir Aîné (LÉA)



Pascale BOUCHER

Travailleuse de milieu auprès des personnes âgées en situation de vulnérabilité



Louise CROUSSETT

Directrice-générale



Monique BESSETTE

Chargée de projet pour le projet Aide à l'épicerie

Implication et participation aux activités du milieu

Les membres de notre équipe relaient les préoccupations de nos bénéficiaires et bénévoles aînés auprès des instances et partenaires du secteur spécialisé quant à cette clientèle.



Avec la Corporation de développement communautaire de la Pointe (CDC de la Pointe), l'organisme est représenté au sein des tables de développement social (santé globale, sécurité alimentaire, transport). De plus, elle assiste à ses agoras, son assemblée générale et d'autres événements majeurs de cet organisme.



Deux membres du personnel de l'ABPATME siègent au conseil d'administration de la Table de Concertation des Aînés de Montréal-Est et de Pointe-aux-Trembles (TCAMEPAT) : Louise Croussett (trésorière) et Julien Beaulieu (secrétaire).



Dans le cadre du projet « Pique-nique jasette avec Papi et Mamie », l'organisme collabore au projet Aînés actifs à vélo de l'AQDR-PDÎ. De plus, deux employés de l'Association Bénévole (Louise Croussett et Bernard Parent) font partie de leur conseil d'administration.



L'Association bénévole PAT-ME participe au comité de revitalisation du Vieux Pointe-aux-Trembles et à la Table de sécurité urbaine.



L'Association collabore avec cet organisme dans le cadre du Projet Ligne Espoir Aîné.



Chaque 15 juin, par l'entremise de la TCAMEPAT, l'organisme souligne la Journée mondiale de sensibilisation à la maltraitance des personnes âgées ainsi que la Journée internationale des personnes âgées (1er octobre).

Implication et participation aux activités du milieu (suite)



Par l'entremise de la TCAMEPAT, l'Association bénévole PAT-ME fait valoir ses positions au sein des rencontres régionales de la Table de concertation des aînés de l'île de Montréal.



L'Association collabore avec le Centre des Femmes de Montréal-Est/Pointe-aux-Trembles dans le cadre d'activités collectives de la TCAMEPAT, mais aussi lors du Bal de l'Amour qui est un événement de levée de fonds pour ces deux organismes.



**Intervention
policière auprès
des aînés (IPAM)**

Afin de mieux accompagner ses bénéficiaires, l'organisme collabore avec le poste de quartier 49 du SPVM pour référer des cas d'abus et de maltraitance de personnes âgées. L'organisme est fier aussi de participer aux opérations de porte-à-porte «Visiter une personne aînée» qui se tiennent en mai et juin.



Sur le territoire de Montréal-Est et de Pointe-aux-Trembles, l'organisme effectue la promotion et la préinscription des personnes aînées au service d'appel de sécurité gratuit.



Bien qu'actif sur le territoire de Montréal-Est et de Pointe-aux-Trembles, l'organisme n'hésite pas à collaborer avec ces partenaires actifs auprès des aînés dans leurs secteurs respectifs (Anjou, Mercier-Est et Rivière-des-Prairies).



Implication et participation aux activités du milieu (suite)

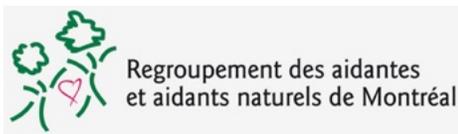
Foire des organismes



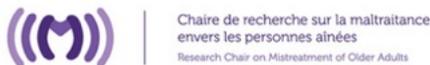
En partenariat avec le CIUSSS de l'Est-de-l'Île de Montréal, l'Association Bénévole de Pointe-aux-Trembles et de Montréal-Est a organisé une foire des organismes le 7 décembre dernier au Centre communautaire Roussin. Cet événement a permis aux organismes présents sur le territoire de l'arrondissement Rivière-des-Prairies/Pointe-aux-Trembles et de la Ville de Montréal-Est de mieux se faire connaître du personnel du CIUSSS de l'Est-de-l'Île de Montréal notamment les personnes travaillant au sein du programme du Soutien à l'autonomie des personnes âgées (SAPA). Durant l'évènement, une présentation par l'équipe du projet LÉA fut proposée.

Conférences et formations suivies par notre équipe de travail

RIOCM | REGROUPEMENT INTERSECTORIEL DES ORGANISMES COMMUNAUTAIRES DE MONTRÉAL



Formation de sentinelle en gériatrie sociale



Projet IPAM



Conférences et formations suivies par notre équipe de travail (suite)

29 mars 2023

L'agente du projet Ligne Espoir Aîné, Isabelle Carle, était présente à la « Journée de l'Appui : proche aidante en chœur » organisée par L'Appui proches aidants.



Subventions, aides financières et dons (Avril 2022-Mars 2023)



Afin d'appuyer le financement à la mission de l'organisme (salaires, avantages sociaux, et autres dépenses de fonctionnement), l'organisme a reçu plus de **200 000\$**.



Financé à l'origine par le Programme Nouveaux Horizons du Canada, le projet Ligne Espoir Aîné a reçu un soutien financier de Centraide.



Avec le soutien de la Caisse, s'élevant à **18300\$**, l'organisme a pu couvrir les frais d'impression du Bottin des Aînés, offrir des cartes-cadeaux pour les personnes âgées dans le besoin et produire les napperons plastifiés utilisés pour l'activité « Pique-nique jasette avec Papi et Mamie ».



L'affinerie CCR (Glencore) est le principal partenaire financier de l'activité « Pique-nique jasette avec Papi et Mamie ». Nous remercions l'entreprise pour son soutien financier de **3000\$**.



Grâce au Centre communautaire Roussin, l'organisme a pignon sur rue et se voit prêté gratuitement des locaux afin de tenir ses activités sociocommunautaires.

Subventions, aides financières et dons (Avril 2022-Mars 2023)

Popote roulante Les Bons Mangeurs



Cet organisme, qui a récemment fermé ses portes, a remis **1860\$** à l'Association Bénévole pour du soutien alimentaire.

Afin d'avoir une travailleuse de milieu auprès des aînés vulnérables, l'Association Bénévole a reçu un soutien financier **d'un peu plus de 50 000\$** de la Direction générale des aînés et des proches aidants du Québec.

PROGRAMME ACTION AÎNÉS DU QUÉBEC

En 2022-2023, afin de soutenir son service d'aide à l'épicerie, l'Association Bénévole a reçu un soutien gouvernemental de plus de **6600\$** du Programme Action Aînés du Québec.



La députée provinciale de Pointe-aux-Trembles et ministre responsable de la Solidarité sociale et de l'action communautaire, Chantale Rouleau, a versé **3500\$**, par l'entremise du programme Soutien à l'action bénévole.



Le député fédéral de la Pointe-de-l'Île, Mario Beaulieu, a appuyé financièrement le Bal de l'Amour et plusieurs activités de la TCAMEPAT soutenues par l'ABPATME.

Subventions, aides financières et dons (Avril 2022-Mars 2023)



50 000 fois merci !

Depuis plus de 40 ans, nous déployons toutes nos énergies afin que les personnes âgées vivant à domicile dans le secteur puissent vieillir plus sereinement avec les différentes activités et services que nous leur offrons. Parmi ces personnes, l'Association Bénévole a eu le plaisir d'offrir son appui pendant plusieurs années auprès de Mme Denise Dufort St-Onge. À notre grand regret, cette dame est décédée le 13 janvier 2021.

Avec grande surprise et émotion, la succession de Mme St-Onge a informé, en janvier 2023, que la défunte avait exprimé la volonté de verser **un legs testamentaire de 50 000\$ à l'Association Bénévole en reconnaissance des services reçus.**

Cette contribution inespérée aidera l'organisme à continuer son œuvre auprès de nos bénéficiaires.

Subventions, aides financières et dons (Avril 2022-Mars 2023)



Depuis quelques années, l'Association Bénévole de Pointe-aux-Trembles et de Montréal-Est (ABPATME) appuie et fait la promotion de l'activité de levée de fonds « Journée fèves au lard » de la Fraternité des policiers et policières de Montréal. Cette initiative permet de venir appuyer l'action des organismes qui interviennent auprès des personnes démunies de la communauté.

Le 10 février 2023, l'ABPATME était heureuse de recevoir une belle marque de confiance et de reconnaissance des policiers et policières du poste de quartier 49 du Service de police de la Ville de Montréal. L'obtention d'un soutien financier de **2615\$** permettra à l'organisme de soutenir davantage ce qu'elle fait déjà auprès des personnes âgées vulnérables du secteur.

On parle de nous !

13 avril 2022

Métro PAT-ME

6 Métro - Montréal-Est - PAT Mercredi 13 avril 2022

Près de chez vous



JUNGLE À JIM

Cabane à sucre de l'ALPHA

Ceci de Nathalie Vaillant, de l'Association d'Entraide des Personnes Handicapées Physiques de Montréal (ALPHA), avec ses locaux situés au Centre communautaire Mainbourg.

Je vous présente les quelque 50 membres qui ont passé la journée à la cabane à sucre du Chalet du Ruisseau, située à Mirabel. On m'a dit qu'ils ont adoré leur repas traditionnel, et, surtout, la dégustation de la tarte d'érable. Le tout a été suivi de la danse adaptée. Il fallait bien digérer!

Vos déclarations d'impôts 2021

Échangeant avec Sylvie Sanscartier, du

Service impôt bénévole de la Pointe de l'Île (SIBPI), elle rappelle aux contribuables qu'ils doivent produire leur déclaration d'impôt provinciale 2021 afin de recevoir le 5005 promis par le ministre Girard dans le plus récent budget du gouvernement.

Je vous invite à communiquer avec Sylvie et ses bénévoles dévoués au 438 384-9137, tous les mardis et mercredis de 9h30 à 16h30, pour prendre un rendez-vous. Également, j'ai appris que plusieurs plages horaires sont encore disponibles pour vous accueillir!

Vente de garage à l'intérieur!

Ceci de Julien Beaulieu, de l'Association bénévole PAT-ME, qui m'informe que l'organisme tiendra une vente de garage à l'intérieur à la salle Raymond-Mayer du Centre Roussin. Idée formidable, car il n'est pas question de surveiller la météo pour personne!

Je vous confirme donc que l'activité aura lieu beau temps, mauvais temps le samedi 30 avril, de 9h à 15h30. Julien nous confirme qu'il reste quelques places à combler pour les gens qui veulent y participer avec leur propre kiosque.

Pour informations et inscription, je vous invite à contacter Céline Perreault au 514 645-1264.

Joyeuses Pâques!



Quelque 50 membres de l'ALPHA ont récemment passé la journée à la cabane à sucre.

Je tiens à vous souhaiter Joyeuses Pâques à tous les loyaux lecteurs et lectrices de cette chronique. Il ne faut pas oublier que tous les organismes de loisirs et sportifs de notre secteur seront fermés entre ce vendredi 15 avril et lundi 18 avril inclusivement.

Organisez une corvée de nettoyage avec vos proches Le mois d'avril bien installé, alors c'est l'heure du grand ménage du printemps et nous vous invitons à sortir et embellir votre quartier!

Si vous êtes intrépides et souhaitez nettoyer le secteur à proximité de votre domicile, ou un autre secteur qui vous tient à cœur, l'Éco de la Pointe-aux-Prairies sera là pour vous soutenir. Grâce à son service de prêt d'outils, nous pouvons tous organiser une corvée avec nos proches. Il suffit de visiter le calendly.com/ecopap/pre-d-outils-de-nettoyage. Ou on peut contacter Célia Baratier au 514 648-9177, poste 222.

Méga

Vente de GARAGE

SAMEDI 30 AVRIL 2022

De 9h00 à 15h30

Centre communautaire Roussin
12045 rue Notre-Dame Est
Pointe-aux-Trembles

Salle Raymond-Mayer

Pour informations 514-645-1264

On parle de nous !

20 avril 2022

Métro PAT-ME

17 Métro - Montréal-Est - PAT Mercredi 20 avril 2022 Près de chez vous



JUNGLE À HIM

Décès d'Étienne Jean
Un homme de cœur qui a vécu sa passion pour la médecine et pour ses patients

de Pointe-aux-Trembles et Montréal-Est pendant 40 ans, le Dr Étienne Jean, époux de Ginette Archambault, est décédé le 20 mars à l'âge de 82 ans.

Justement, mon ami Michel Bonenfant m'a dit que plusieurs petits bébés sont passés par ses mains et qu'il assistait également ses patients à l'ancien hôpital Pierre-Le-Gardeur. Ginette et lui habitant juste à côté. D'innombrables heures, on m'a dit.

Nos pensées sincères à tous les membres de sa famille dont ses enfants, Stéphane, Emmanuelle, Catherine, Marie-Ève et leurs conjoints, 10 petits-enfants, et leur entourage.

Soirée dansante populaire
Ceci de Julien Beaulieu, de l'Association bénévole PAT-ME, qui est heureuse de tenir une soirée dansante au profit de l'organisme le vendredi 6 mai, de 18h30 à 23h30.

Elle sera animée par Carmen Dubé, professeur de danse en ligne, et Patrick Daigneault, DJ. L'activité se déroulera à la salle Raymond-Mayer du Centre communautaire Roussin.

Durant la soirée, des prix de présence seront remis et un tirage moitié-moitié sera effectué. C'est un événement avec permis de la SAQ, alors, on apporte notre vin! Les billets seront en vente au coût

de IS5 au local 311 du Centre Roussin ou encore au 514 645-1264.

À la recherche d'éducateur (trice)
L'organisme communautaire Répit Une Heure pour Moi, basé dans notre secteur, soutient les parents dont au moins un des enfants vit avec une problématique de santé mentale. Si vous êtes éducateur ou éducatrice spécialisée(e), vous pouvez postuler à Répit Une Heure pour Moi en envoyant votre CV à sonia.k@uneheurepourmoi.com. Votre travail consistera à offrir des moments de répit à ces familles. Plus de détails au site WEB fb.com/repituneheurepourmoi.

Agenda communautaire
Cet agenda est offert gracieusement aux organisations à but non lucratif et aux clubs sociaux et sportifs de Pointe-aux-Trembles et Montréal-Est. Pour y figurer, veuillez envoyer un texte d'un maximum de 75 mots, par courriel, à chodgson@metromedia.ca. Le court texte doit nous parvenir avant 15h le mercredi, pour parution dans l'édition du mercredi suivant. N'oubliez pas d'inscrire Agenda communautaire dans l'objet du message.

LA RÉDACTION

AGA de l'organisme Les Amis de la culture de la Pointe
L'Assemblée générale de l'organisme Les Amis de la culture de la Pointe se tiendra au Café de la maison de la culture de Pointe-aux-Trembles, le 25 avril, à 14h. Le port du masque de procédure sera exigé.

Les personnes souhaitant participer à l'assemblée doivent confirmer leur présence avant le 19 avril à maisonbeaudry@videotron.ca.

Distribution de compost de printemps
Le 7 mai aura lieu la distribution de compost et plantes comestibles pour les personnes résidentes de RDP-PAT. Organisée par l'Eco de la Pointe-aux-Prairies et l'arrondissement de Rivière-des-Prairies-Pointe-aux-Trembles, elle se déroulera de 8h30 à 12h30 à RDP et de 13h30 à 17h30 à PAT.

Les inscriptions ouvrent le 20 avril à 11h sur www.ecopap.ca/distribution-de-compost ou au 514 648-9177. Il est recommandé de privilégier l'outil en ligne. Inscription obligatoire et quantité très limitée.

11 mai 2022

Métro PAT-ME

Votre répertoire local d'organismes communautaires



Camps de jour - Été 2022
Visitez notre site web au : www.relaisdubout.org
Renseignements : 514-498-3962
Adresse : 14 115 Prince-Arthur Est Bureau 257

Affichez-vous ! Faites la promotion de vos ressources par le biais du répertoire local d'organismes communautaires Métro. C'est un rendez-vous mensuel ! Réservez votre espace publicitaire à : ventes_montreal@metromedia.ca ou composez le 514 286-1066

1 sur 5

Près d'un aîné sur cinq (18 %) a utilisé Internet pour réaliser en ligne une consultation avec un professionnel de la santé tel qu'un médecin, un pharmacien ou un psychologue en 2021.

INITIATIVES DE TRAVAIL DE MILIEU AUPRES DES AÎNÉS EN SITUATION DE VULNÉRABILITÉ (ITMAV)

Travailleuse ITMAV

Pascale Boucher
514 573-8812
pboucher@associationbenevolpatme.ca

Le projet est financé par le Secrétariat des Aînés

BINGO Pour connaître la liste des organismes www.gestionbougie.com

Impliquez-vous dans la communauté en jouant au bingo. Plusieurs organismes locaux se partagent près de trois millions de dollars annuellement grâce à votre participation aux jeux de bingo, ce qui leur permet de poursuivre leurs activités communautaires.

Pointe-aux-Trembles : 514-645-1264
Laval : 514-645-1264
514-645-1264
4664, boul. de la Concorde E., Laval 11 911 rue Sherbrooke Est, PAT
Bingo: 450 688-1066

AGENT DE LIAISON COMMUNAUTAIRE

Ligne LÉA Bernard Parent
514-645-4949
bparent@associationbenevolpatme.ca

Le projet est financé par le programme Recouvrement Montagnais pour les aînés. La direction de la Santé publique (DSPP) plan d'impact collectif (PIC). C'est avec le mieux vieillir personnes âgées.

Les Relevailles de l'Éveil

Centre de ressources parentales

Envie de faire une activité avec bébé ou en attendant celui-ci? Le GSP vous en offre une variété ainsi que différents services tel que :

- Cours parentaux
- Ateliers ateliers
- Travaux pratiques
- Travaux pratiques

On parle de nous !

11 mai 2022

Métro PAT-ME

6 Métro - Montréal-Est - PAT Mercredi 11 mai 2022



JUNGLE À JIM

Oui, j'avais préparé une chronique, mais...

Comme vous avez constaté, la Jungle à Jim n'a pas paru dans le METRO PAT/ME du 4 mai, chose qui peut arriver dans une édition de 8 pages. Mais je persiste avec quelques reprises dont:

- ce mercredi, le 11 mai, à 14h, c'est la dernière conférence marquant la fin de session d'hiver de l'Université du troisième âge à la Pointe-de-l'Île (UTAPI) et traitant de la vie de Napoléon 1^{er}. Comme le veut la tradition, le tout sera précédé par l'assemblée générale annuelle des membres à compter de 13h. Billets pour la conférence en vente au coût de 10\$ pour les membres et 15\$ pour les non-membres. Il y aura sûrement des places disponibles dans la grande salle du Centre Roussin. Vous pourrez donc payer à la porte. Détails au l'UTAPI, à ageautapi@hotmail.fr ou au 514 872-2264.

- Campagne du pain des Pitchou...la suite! En effet, il est possible de se procurer les miches de pain unique de la boulangerie MariePain ce mercredi 11 mai aux Habitations Ste-Germaine-Cousin à 10h ou encore tous les jeudis à compter du 12 mai et jusqu'au 26 mai, au centre commercial le Carrefour-de-la-Pointe, à compter de 10h. Détails en tout temps avec Suzanne Émond au 514 640-6200.

Station Vu déménage au Centre Roussin!

Populaire cinéma de quartier, Station Vu, qui poursuit toujours sa mission dans

l'Espace Tétro coop dans Tetreaultville, vient d'arriver à Pointe-aux-Trembles.

Déménagé depuis à peine deux mois au Centre Roussin, voici que l'organisme dévoile sa nouvelle programmation pour le printemps 2022.

Vous pouvez la consulter en vous rendant sur la page Facebook: <https://fb.com/StationVu>. Les présentations se tiendront à compter de ce jeudi 12 mai, à 19h, jusqu'au 16 juin. Vraiment un bel ajout à notre calendrier culturel!

On jase...

- Chapeau à Denis Pelletier, Pierre Marcil et les membres du C.A. de notre Chambre de Commerce de la Pointe-de-l'Île, qui ont réussi à augmenter leur nombre des membres/gens d'affaires et organismes à près de 120. Extraordinaire! Pierre m'a indiqué qu'il y a 52 commerces impliqués dans le concours de l'Achat local qui se poursuit jusqu'au 21 juin. Il m'indique aussi que les gens d'affaires qui veulent s'impliquer comme participant n'ont qu'à le contacter à infoccpdi2@gmail.com.

- L'Association bénévole PAT-ME invite ses bénévoles, membres et partenaires à son assemblée générale annuelle au Centre Roussin, le vendredi 27 mai, de 9h à 12h.

Une pause déjeuner sera offerte. Il faut réserver sa place avant le 12 mai au 514 645-1264 ou encore par courriel à lcroutsett@associationbenevolepatme.ca.

On parle de nous !

8 juin 2022 Métro PAT-ME

5 Métro - Montréal-Est - PAT Mercredi 08 juin 2022

Communauté



JUNGLE À JIM

Importante activité face à la violence envers les aînés

Dans le cadre de la Journée mondiale de sensibilisation contre la maltraitance des personnes âgées, la Caisse Desjardins Pointe-aux-Trembles, en collaboration avec la Table de concertation des aînés ME/PAT, vous transmet cette invitation spéciale.

En effet, c'est mercredi prochain, le 15 juin, à compter de 13h, que vous serez accueillis à la salle 108 du Centre communautaire Roussin par Louise Croussett, ses bénévoles ainsi que par les gens de la Caisse Desjardins.

Au programme: conférences, discussions, sacs-surprises et buffet froid... tout gratuit. Je vous invite à vous inscrire au 514 645-1264 ou encore à tcamepat@outlook.com.

Vraiment à ne pas manquer!

Portes ouvertes chez Un Mondalire

Mélanie Trudeau, de l'organisme Un Mondalire, m'informe que leur activité spéciale Portes ouvertes aura lieu mardi

prochain, le 14 juin, de 10h à 15h, dans leurs locaux situés dans le Vieux-PAT, au 11951, rue Notre-Dame.

En effet, des cours chez Un Mondalire peuvent être une belle option pour un jeune, un allophone ou encore un adulte qui a moins envie de fréquenter une école aux adultes mais qui souhaite tout de même améliorer son français et ses connaissances générales, tout cela accompagné d'un enseignant dans un environnement convivial. Une occasion unique, je crois, pour nos gens qui cherchent à améliorer leur sort dans leur communauté!

Détails supplémentaires au 514 640-9228 ou encore à info@unmondalire.org.

Invitation à la Soirée Crooners!

Ceci de Noël Choquette, bénévole/vétérinaire dévoué ainsi que responsable des communications à la Légion canadienne de Montréal-Est, qui mentionne leurs soirées de la Musique du Bel Âge, tous les lundis soirs.

Et, en primeur, Noël m'informe qu'il y aura un événement unique avec la Soirée Crooners, animée par les artistes professionnels et amateurs, ce samedi, 11 juin, à compter de 19h. Les frais d'admission sont de 15\$.

Situés au 11500, rue Dorchester, à Montréal-Est, leurs locaux sont tout près de l'avenue Marien. Détails au 514 893-5944 ou encore au 514 645-1940.

Je suis certain que vous serez tous comblés par ce spectacle!

Une programmation d'été dynamique de la SP

Ceci de Cynthia Morgan, coordonnatrice des programmes et services de la Société canadienne de la Sclérose en plaques - section Est de Montréal, qui me laisse savoir qu'il a plein d'activités pour les membres et aussi pour ceux et celles qui souffrent de mobilité réduite. En effet, la section Est de Montréal de la Société canadienne de la SP a lancé sa programmation d'été 2022. Vous pouvez la découvrir sur leur page Facebook, en vous rendant à l'adresse www.fb.com/estdemtl.

Si vous ou l'un de vos proches vivez avec la sclérose en plaques, je vous invite à contacter Cynthia au 514 640-5472 pour rester informés des dernières annonces de notre section de l'Est de Montréal.

LE SAVIEZ-VOUS ?

Depuis 2009, juin est le mois national de l'histoire autochtone au Canada. La population est chaque année invitée à souligner le rôle joué par les peuples autochtones dans la mise en valeur du pays, à rendre hommage à leur patrimoine et leurs cultures. Le 21 juin est par ailleurs désignée comme la Journée nationale des peuples autochtones.

Manoir Claudette Barré

RÉSIDENCE PRIVÉE POUR AÎNÉS AUTONOMES



Milieu de vie plaisant et sécuritaire!
À partir de 1803\$/mois

On parle de nous !

15 juin 2022

Métro PAT-ME

14 Métro - Montréal-Est - PAT Mercredi 15 juin 2022

Près de chez vous



JUNGLE À JIM

Dernier film de la saison de Station Vu!

Dans le cadre de sa programmation de mai à juin, Station Vu, cinéma de quartier, a projeté cinq films d'auteurs québécois. Si vous n'avez pas eu l'opportunité d'en profiter, vous avez une dernière chance ce jeudi, le 16 juin. Venez voir la présentation de l'œuvre *Tu te souviendras de moi!*, à 19h, à la salle Marie-Claire et Richard Séguin du Centre Roussin.

Les billets se vendent en ligne et à la porte au coût de 10\$. Informations au www.stationvu.com.

Nouvelles de la Cuisine Collective À Toute Vapeur

La nouvelle présidente de l'organisme, Lorraine Ryan, tient à remercier tous ceux et celles qui se sont dévoués en tant que bénévoles pendant plus de deux ans. En effet, même avec la COVID qui sévissait, ce sont plus de 200 paniers de denrées qui ont été préparés à tous les lundis pour être remis aux familles dans le besoin.

Lorraine souligne également l'étroite collaboration des dirigeants de la paroisse de Saint-Enfant-Jésus pour le prêt de leurs locaux.

Présentement, Lorraine m'indique que son équipe de la Cuisine Collective À Toute Vapeur est retournée dans ses anciens locaux rénovés des Habitations Séguin, tout près de la 40^e Avenue.

Happy 90th birthday!

Resident for more than 60 years in Notre Dame Gardens and a loyal member of St. Philip Neri parish, Shirley!

McArdle marks her 90th anniversary this coming Friday, June 17th. Congratulations on this, your truly special day, Shirley!

On jase...

• Bonnes nouvelles pour la boutique FranCo Art qui devait fermer ses portes définitivement dans le Vieux-PAT! En effet, Colombe Trottier, qui s'occupe du tout, incluant les cours de tricot et même la vente d'œuvres, vient de déménager de l'autre côté de la rue Notre-Dame, au 11994. On peut rencontrer la talentueuse Colombe Trottier entre 10h et 16h, du mercredi au samedi.

• Lors de l'AGA du 27 mai, Louise Croussett a annoncé que le populaire Bal des Aînés de l'Association Bénévole Pointe-aux-Trembles/Montréal-Est aura lieu dimanche, le 2 octobre, de 11h à 18h, dans la grande salle Raymond-Mayer. Les billets sont présentement en vente au bureau 311, au Centre communautaire Roussin. Dépêchez-vous, car c'est un événement très couru!

Une nouvelle équipe pour l'Association Bénévole PAT-ME

Heureux d'avoir participé à la 43^e Assemblée générale annuelle (AGA) de l'Association Bénévole Pointe-aux-Trembles/Montréal-Est, le 27 mai, au Centre Roussin. Et cela me fait plaisir de vous présenter les membres du conseil d'administration pour 2022-2023 dont Marcel Pelletier, Sylvie Ouellette (présidente), Louise Croussett (directrice générale), Nicole Larocque, Joanne Lepage, Michel Dion, Diane Levasseur et Benoit Boucher.

Félicitations à cette merveilleuse équipe qui est « Unie pour le mieux-être des personnes âgées de chez nous »!



On parle de nous !

20 juillet 2022

Métro PAT-ME

4 Métro - Montréal-Est - PAT Mercredi 20 juillet 2022

Communauté



JUNGLE À JIM

90 ans pour un gentil individu

J'aimerais prendre cet espace afin de souhaiter un joyeux anniversaire à un grand citoyen de la Ville de Montréal-Est et à un ami précieux.

En effet, c'est ce vendredi 22 juillet que Jacques Lapierre marquera son 90^e anniversaire de naissance. Uni d'amour avec son épouse Lorraine Lachapelle depuis maintenant 67 ans, Jacques est un bel exemple de dévouement familial!

Ceux et celles qui ont connu Jacques à travers le hockey mineur de Montréal-Est et

tournoi bantam, sans oublier ses 25 ans au tournoi de golf des citoyens, ont apprécié ses implications bénévoles. Il ne faut certainement pas oublier son franc parler... une rareté de nos jours!

Milleurs vœux, cher Jacques!

On se garde en forme!

Ceci de Cynthia Morgan, coordonnatrice des programmes et services de la Société canadienne de la Sclérose en plaques - section Est de Montréal, qui me laissait savoir qu'il a plein d'activités pour ses membres.

Au Centre Roussin, il y a plus d'une douzaine d'activités, dont les toujours populaires exercices en douceur, adaptées et animés par Marie-Josée Fillion (ergothérapeute) et Monica Mesa (physiothérapeute).

Pour les horaires et les modalités, vous n'avez qu'à contacter Cynthia au Cynthia.Morgan@scleroseenplaques.ca ou encore au 514 640-5472.

Les banques alimentaires prennent aussi congé

Vos banques alimentaires prendront aussi congé cet été. Appelez l'Association bénévole PATME entre le 25 et le 31 juillet si vous avez besoin de dépannage alimentaire. Vous

pouvez les joindre au 514 645-1264. Vous pouvez aussi appeler le 2-1-1 de 8h à 18h, 365 jours par année, pour trouver une banque alimentaire. Soyez prévoyants en observant

la période de vacances d'Action Secours Vie d'Espoir, de la Cuisine collective à toute vapeur et du service traiteur Aux Délices de Roussin.

Toute une année pour l'Université du 3^e Âge

Nouvelles de Michel Legros, dynamique président de l'Université du 3^e Âge de la Pointe-de-l'Île, qui, avec son comité organisateur des activités, nous informe qu'il était extrêmement satisfait des résultats en 2021-2022. Lors de l'assemblée générale annuelle du 11 mai, il y a eu l'élection des officiers au conseil d'administration pour 2022-2023.



Sur la photo, je vous présente Christine Jean, Diane Lepage, Mario Venne, Guylaine Provencher, Diane Vanasse, Sylvie Demers, Michel Legros et Sylvie Bégin. Malheureusement absente de la photo, une autre grande bénévole, Johanne Béland!

On parle de nous !

10 août 2022

Métro PAT-ME

5 Métro - Montréal-Est - PAT Mercredi 10 août 2022

Communauté



JUNGLE À JIM

Au service des vétérans et de leurs familles

La filiale No. 173 de la Légion canadienne de Montréal-Est compte plus de 120 membres venant d'un peu partout à Montréal, ainsi que les régions de Lanaudière et des Laurentides. Noël Choquette, porte-parole et bénévole lui-même, nous informe que plus de 60% des membres sont des vétérans. Malheureusement, beaucoup d'entre eux souffrent du syndrome post-traumatique.

« Notre mission est de venir en aide à ces femmes et ces hommes qui ont servi notre pays et qui éprouvent des difficultés à réintégrer la vie civile », m'écrivait Noël. Une initiative possible grâce au dévouement et l'implication des bénévoles.

Fête du citoyen de Montréal-Est

La mairesse Anne St-Laurent et les membres du conseil municipal de Montréal-Est invitent la population à les rejoindre dans le parc de l'Hôtel de Ville pour la Fête du citoyen, le samedi 13 août à compter de 10h.

Il y aura pleins d'activités pour toute la famille, incluant le tout nouveau spectacle de la vedette du country, Guylaine Tanguay, à 20h. La traditionnelle épluchette de blé d'Inde se tiendra à 15h, tout comme l'atelier Musiques du monde, pour tester des instruments originaux!

Aussi au programme, le spectacle interactif Enfants du monde à 14h, le taureau mécanique, le mur d'escalade et les jeux gonflables à partir de 13h et bien plus!

Bénévoles en accompagnement-transport médical

Louise Croussett et l'équipe de l'Association Bénévole de Pointe-aux-Trembles et Montréal-Est sont à la recherche de bénévoles possédant un permis de conduire et un véhicule pour accompagner les aînés du territoire à leurs rendez-vous médicaux.

Si vous avez quelques heures à donner, vous feriez une différence importante dans notre communauté.

Pour plus d'information : Angela Di Lalla, coordonnatrice des bénévoles, au 514 645-1264.

-Métro Média

On parle de nous !

7 septembre 2022

Métro PAT-ME

5 Métro - Montréal-Est - PAT Mercredi 07 septembre 2022



Les différents candidats de Pointe-aux-Trembles en compagnie de Dorette Mekamdjio, la présidente de la Table des aînés de ME/PAT.

Des propositions pour les aînés

À quelques jours du déclenchement des élections provinciales, des candidats de la circonscription de Pointe-aux-Trembles ont présenté quelques-uns de leurs engagements pour les personnes âgées, le 23 août, lors d'une rencontre organisée par la Table de concertation des aînés de Montréal-Est-Pointe-aux-Trembles, au Centre Roussin.

Jocelyn Desjardins, candidat du Parti québécois (PQ), a lancé le bal en rappelant que son parti a déposé cette année le plan «Vivre et vieillir dans la dignité», qui aborde notamment «la protection des droits» des aînés.

Soulignant la plus récente hausse de la Sécurité de la vieillesse chez les 75 ans et plus, qu'il juge insuffisante, le PQ souhaite s'attaquer à l'appauvrissement des aînés. «Les logements coûtent cher [...] pour nos aînés également, qui, eux, ont des revenus fixes», a ajouté le candidat.

Le PQ s'engage ainsi à s'assurer que les personnes qui veulent rester à domicile obtiennent «tous les soutiens de l'État» pour vieillir dans la dignité.

Le candidat souligne que son parti souhaite notamment investir pour «s'assurer d'avoir du transport public de qualité», tel le transport adapté. Il souhaite aussi pallier le manque de points de service en santé dans le quartier.

2000\$ pour les aînés au PLQ

La candidate libérale Byanca Jeune a pour sa part souligné l'engagement du PLQ à donner une allocation annuelle de 2000\$ aux aînés de 70 ans en plus, alors qu'avec l'inflation, même des aînés autonomes «ont de la difficulté à rejoindre les deux bouts».

Au plan des soins de santé, l'infirmière constate une pénurie de personnel, notamment en CHSLD. Elle a affirmé que son parti «propose de mettre en place un ratio sécuritaire patient/personnel de soin».

La candidate ajoute qu'à Pointe-aux-Trembles «l'accès aux soins, surtout de première ligne, est déficient», un enjeu dont il faut s'occuper. Elle souhaite aussi travailler avec les organismes communautaires «qui aident beaucoup les aînés à rejoindre les deux bouts».

Grand chantier pour les soins à domicile

Le candidat solidaire Simon Tremblay-Pepin a enchaîné avec le constat que «les aînés au Québec vivent un grand problème de pauvreté». QS propose ainsi d'indexer les revenus des aînés plus souvent, notamment pour qu'ils puissent s'adapter à l'inflation.

Alors que «trop de gens qui souhaitent vieillir à la maison n'ont pas les services», selon le candidat solidaire, il prône un grand chantier de soins à domicile, et des investissements «massifs en la matière». Finalement, QS propose de conventionner les CHSLD privés.

M. Tremblay-Pepin souhaite également un meilleur ratio d'infirmiers dans les CHSLD, que la nourriture y soit meilleure et que les chambres y soient climatisées. «Des choses qui sont normales et nécessaires dans notre société», a-t-il affirmé.

Un bilan positif selon la CAQ

À nouveau candidate pour la CAQ, Chantal Rouleau a notamment défendu son bilan comme députée de Pointe-aux-Trembles.

Elle a affirmé que durant son mandat, des services ont été maintenus ou améliorés. Elle donne en exemple le GMFR, l'arrivée d'un centre d'imagerie médicale dans le quartier, ou des subventions octroyées aux organismes venant en aide aux personnes aînées.

La candidate caquiste a souligné le travail fait pour le maintien à domicile mais a concédé que, «oui, il faut augmenter le soutien à la maison».

La ministre responsable de la Métropole indique avoir pu prendre ou appuyer des décisions au conseil des ministres, notamment concernant la politique pour les personnes proche aidante, la loi visant à lutter contre la maltraitance envers les personnes aînées, ou des investissements en CHSLD.

Le candidat conservateur absent

La Table de concertation des aînés a indiqué avoir également invité le candidat du Parti conservateur du Québec, Yves Beaulieu, mais ce dernier était absent.

— Coralie Hodgson

On parle de nous !

9 novembre 2022

Métro PAT-ME

Mercredi 09 novembre 2022

Communauté



JUNGLE À JIM

Souvenirs de la Marche lumineuse

C'est au Complexe funéraire des Trembles qu'a eu lieu la deuxième édition de la Marche lumineuse afin de commémorer la Journée mondiale de sensibilisation au deuil périnatal, le 15 octobre.

Lors de la marche des flambeaux dans le cimetière, les nombreux participants ont vécu des moments de tendresse et d'unité entre les familles qui ont pu se recueillir à la mémoire de leurs petits anges partis trop tôt.

Et c'était dans une salle comble de la chapelle du Complexe que les cérémonies ont eu lieu après la marche des flambeaux, dont entre autres la célébration des bougies allumées par les parents en mémoire des leurs enfants disparus.

On tient à remercier sincèrement le directeur du Complexe, Sébastien Larivière, ainsi que Sophie Cummings, Émilie Desgagnés et Josée Lapratte, de la CRP les Relevailles de Montréal.

Déjeuner des Chevaliers de Colomb

Ceci de notre ami Yvon Boivin, du Conseil 2759 des Chevaliers de Colomb de Montréal-Est, nous annonçant que leur

prochain déjeuner familial populaire aura lieu ce dimanche, le 13 novembre, de 9h à midi, aux locaux rénovés de la Légion Royale Canadienne, au 11500, Dorchester Est, tout près de l'avenue Marien.

Détails du déjeuner, au coût de 10\$ pour les adultes (gratuit pour enfants de 9 ans et moins), auprès de Claude Roch au 514 642-9402.

Collecte de fonds au CRÉR

J'ai appris que l'équipe dynamique de Linda Morin, du Centre Récréatif Édouard-Rivet (CRÉR), organise une collecte de fonds dans la lutte contre le cancer du sein, ce vendredi, le 11 novembre, entre 9h et 21h. Une initiative qui dure depuis plus d'une vingtaine d'années, au profit de la Fondation du cancer du sein du Québec. Des gâteaux, des cornets sucrés et d'autres pâtisseries seront en vente au profit de la Fondation. L'an passé, ce ne sont pas moins de 1200\$ qui ont été récoltés. Alors je vous encourage à faire un tour au CRER pendant ce Jour du Souvenir!

On jase...

- Nouvelles de notre ami Julien Beaulieu, présentement en Belgique, et qui joue toujours son rôle formidable comme secrétaire de la Table de Concertation des Aînés de Montréal-Est/PAT. Il nous rappelle que la prochaine réunion se tiendra le mardi 15 novembre, de 9h à midi. Et comme à l'habitude, elle se tiendra au Centre Roussin. Oh oui, Julien nous encourage à confirmer notre présence au 514 645-1264.
- Les Chevaliers de Colomb du conseil 2759 nous annonce l'arrivée de leurs délicieux gâteaux aux fruits de Noël... rectangulaires ou ronds. Pour en commander, vous pouvez contacter Claude Roch au 514 642-9402 ou encore Roland Daigle au 514 522-7291.

On parle de nous !

17 novembre 2022

La Presse



Prix des aliments

Le budget de l'épicerie au régime



PHOTO HUGO-SÉBASTIEN AUBERT, LA PRESSE

Monique Bessette, bénévole de l'Association bénévole Pointe-aux-Trembles et Montréal-Est, effectue une course pour une prestataire du programme d'aide à l'épicerie.

Monique Bessette connaît bien l'impact de la hausse des prix de l'alimentaire. Depuis la pandémie, cette bénévole de l'Association bénévole de Pointe-aux-Trembles et Montréal-Est arpente les rayons des supermarchés pour aider les 167 prestataires du programme d'aide à l'épicerie mis en place par l'organisme. « Tout est plus cher et nos bénéficiaires le voient sur leur facture », raconte la bénévole sur le chemin du supermarché.

Publié le 17 nov. 2022

TEXTE : CLÉMENCE DELFILS
LA PRESSE

DONNÉES : ROKHAYA YADE
LA PRESSE

Les listes de courses que Monique Bessette imprime contiennent 20 produits en moyenne, tous repérés par ses clients sur des circulaires de promotion. Certains mots ne figurent plus sur les pages imprimées par la bénévole. « On achète très rarement des steaks. C'est arrivé une fois qu'une personne se le permette », raconte-t-elle.

Les pièces de bœuf font partie des produits dont le prix a le plus augmenté. Alors que le kilogramme de bifteck était à 17,17 \$ en 2017, il coûte en moyenne 25,44 \$ en 2022. Les produits que préfèrent les prestataires du programme, les côtes de porc et le poisson, accusent la même augmentation. Alors que le kilogramme de côtes de porc était à 8,35 \$ en 2017, il coûte 12,25 \$ en 2022.

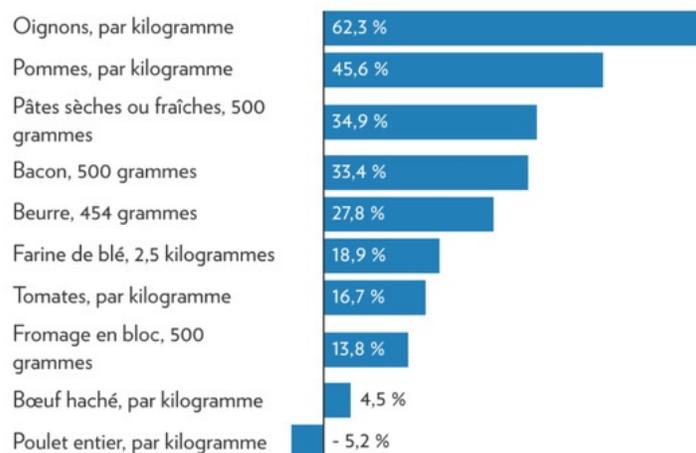
Globalement, les prix des produits alimentaires ont fortement augmenté depuis

On parle de nous !

cinq ans et plus fortement encore ces derniers mois. Selon un panier d'épicerie réalisé par *La Presse* à partir des données de Statistique Canada, le coût de 25 aliments de base au Québec est passé de 112,36 \$ en 2017 à 143,09 \$ en 2022, soit une augmentation de 27 %.

Progression du prix de 10 aliments

Au Québec, entre janvier 2017 et septembre 2022



Source : Statistique Canada



Sur la liste de Monique, d'autres produits ont connu une hausse de prix considérable. En 2017, le kilogramme de tomates coûtait 4,17 \$ alors qu'il coûte 4,87 \$ en 2022. Même constat pour le fromage avec une augmentation de 13,8 % du bloc de 500 g. Dans son *Rapport sur le coût du panier provisions nutritif et économique*, le Dispensaire diététique de Montréal chiffre aussi l'augmentation : le coût minimal annuel d'une épicerie pour nourrir une famille de quatre personnes est passé de 11 286 \$ en 2021 à 12 987 \$ en 2022.

Cette hausse significative est le résultat de plusieurs phénomènes survenus simultanément, explique Sylvain Charlebois, directeur principal du Laboratoire de sciences analytiques en agroalimentaire à l'Université Dalhousie. « Il y a une séquence de différents facteurs macroéconomiques dont font partie les changements climatiques, la guerre en Ukraine et des problèmes dans les chaînes d'approvisionnement, par exemple. Tout cela fait en sorte que l'inflation alimentaire augmente depuis des mois et surpasse le taux d'inflation générale. »

Petit budget pour petit bilan nutritif

En bas de la liste de Monique Bessette, il est noté « repas surgelés ». Il y en a de toutes sortes. La bénévoles en montre certains du doigt en affirmant : « Ceux-là sont bons, encore assez équilibrés. » Puis, elle se dirige vers les plats en promotion. « Les moins chers ne sont pas très nutritifs, par contre. » Ce ne sont que des plats de pâtes ou de riz, bolognaise, coquillettes au fromage... 47 % de l'apport en sodium recommandé par jour pour un plat de 280 g. Mais pour ces trois barquettes, la prestataire paiera 4 \$.

On parle de nous !

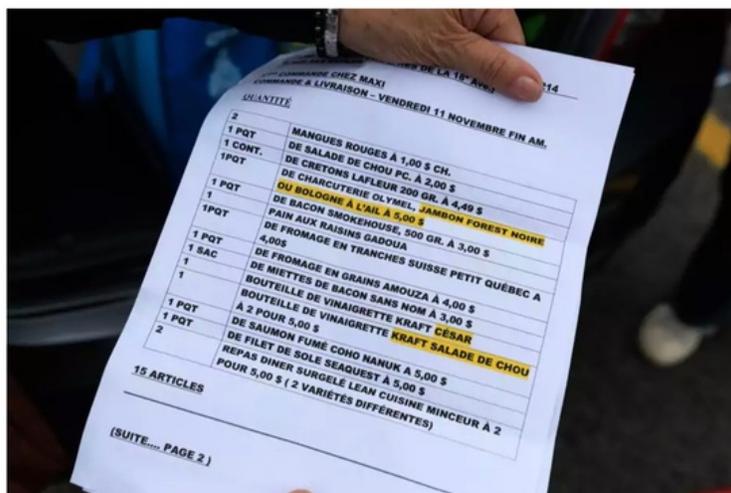


PHOTO HUGO-SÉBASTIEN AUBERT, LA PRESSE

Les listes de courses que Monique Bessette imprime contiennent 20 produits en moyenne, tous repérés par ses clients sur des circulaires de promotion.

« La part de budget que l'on met dans l'alimentation est plus flexible que d'autres, comme le loyer ou les transports. En réduisant le budget alimentation, nos choix sont de moins bonne qualité nutritive. Les aliments transformés sont plus économiques, par exemple », explique Marie Ève Labonté, professeure agrégée de l'Université Laval et membre de l'Observatoire de la qualité de l'offre alimentaire.

Une fois à la caisse, Monique remplit un sac et demi d'aliments avec un budget de 44 \$. Il y a 18 articles, pas un de plus. À tous les coups, la bénévole s'est dirigée vers les produits en promotion. Résultat : 26 \$ d'économie, selon l'épicerie. Mais le bilan reste lourd et l'est de plus en plus.

Des solutions pour les consommateurs

En effet, les solutions sont rares et doivent souvent venir des consommateurs. Comme le font les membres de l'Association bénévole de Pointe-aux-Trembles et Montréal-Est, l'une d'elles consiste à chasser les bonnes affaires. « Il y a toutes sortes de choses que les personnes peuvent faire. On peut vérifier les prix avant d'aller en épicerie. Le marché est très virtuel aujourd'hui », conseille Sylvain Charlebois.

« Des produits à prix réduit sont vendus dans les supermarchés, car ils sont près de la date de péremption. C'est une manière intéressante de réduire la facture d'épicerie. On peut aussi se passer de la viande dans certains plats en la remplaçant par des protéines d'origine végétale peu dispendieuses », ajoute Marie-Ève Labonté.

En dehors de ces initiatives, la patience est le mot d'ordre. « On s'attend à une baisse, mais pas tout de suite. Ça va prendre quelque temps. Le dollar peut nous jouer des tours, l'essence aussi, mais on espère que les choses vont se replacer dans les prochains mois », explique Sylvain Charlebois.

[Consultez le site web de l'Association bénévole de Pointe-aux-Trembles et Montréal-Est](#)

On parle de nous !

30 novembre 2022

Métro PAT-ME

6 Métro - Montréal-Est - PAT Mercredi 30 novembre 2022

Communauté



JUNGLE À JIM

Retour du Tournoi national Bantam!

Oui, c'est officiel! Grâce aux membres de l'Association du hockey mineur de PAT (AHMPAT) et, bien sûr, en partenariat avec le conseil de la Ville de Montréal-Est, la 47^e édition du Tournoi national Bantam de Montréal-Est se déroule présentement et jusqu'à ce dimanche 3 décembre, toujours à l'aréna Ralph-Buchanan du Centre récréatif Edouard-Rivet! L'entrée est



gratuite pour tous et chacun! En conversation avec Howard Grégoire, président de l'AHMPAT, j'ai appris que le président honoraire de cet événement prestigieux sera Yve Sigouin, longtemps résident de Montréal-Est et ancien président de Hockey-Québec. Un geste bien mérité pour ce bénévole engagé!

Alors j'encourage tous les anciens bénévoles à venir faire un tour pour nous rencontrer et même offrir leur temps pour ce dernier week-end du tournoi... comme dans le beau temps!

La Foire de nos organismes communautaires

C'est mercredi prochain, le 7 décembre, entre 13h30 et 16h30, que la Foire de nos regroupements communautaires aura lieu au Centre communautaire Roussin. Je vous invite à venir rencontrer les nombreux organismes à votre service sur les territoires de Pointe-aux-Trembles, Montréal-Est et Rivière-des-Prairies!

Et je viens d'apprendre qu'il y aura une présentation spéciale des grandes lignes de la Ligne Espoir Aînés. Détails au 514 645-1264.

Déjeuner des Fêtes des Chevaliers

Ceci d'Yvon Boivin, des Chevaliers de Colomb de Montréal-Est, concernant le Déjeuner des Fêtes, dimanche le 4 décembre, de 9h à midi, toujours à la Légion canadienne, au 11500, rue Dorchester, à Montréal-Est. On me glisse à l'oreille que le père et la mère Noël seront présents, alors vos enfants seront les bienvenus! Le coût du déjeuner est de 10\$ pour adultes et gratuit pour les

enfants de moins de 9 ans. On recueille aussi des denrées non périssables pour les paniers de Noël. Pour infos, Claude Roch, au 514 642-9402.

Rappel important

Ce jeudi matin, le 1^{er} décembre, de 6h à 9h, la Guignolée de Montréal-Est/PAT, aura des bénévoles pour recueillir vos dons sur les rues Sherbrooke et Notre-Dame ainsi que devant l'hôtel de ville de Montréal-Est, où la mairesse Anne-St-Laurent sera, bien sûr!

On jase...

Uniquement pour vous rappeler l'importance de l'achat local chez nos commerces de Montréal-Est et Pointe-aux-Trembles et surtout, sachez que vous pouvez demander un des 20 000 sacs réutilisables gratuits, fournis par la Caisse Desjardins de Pointe-aux-Trembles. Chapeau à Michon Clausel, Camille Fournier, Claude Côté et Pierre Marcil, du Club Optimiste ME/PAT, qui se sont occupés de la distribution des sacs auprès des commerçants! Très bien fait!

Photo: iStock, Heib Usuevich

La Foire de nos organismes communautaires

C'est mercredi prochain, le 7 décembre, entre 13h30 et 16h30, que la Foire de nos regroupements communautaires aura lieu au Centre communautaire Roussin. Je vous invite à venir rencontrer les nombreux organismes à votre service sur les territoires de Pointe-aux-Trembles, Montréal-Est et Rivière-des-Prairies!

Et je viens d'apprendre qu'il y aura une présentation spéciale des grandes lignes de la Ligne Espoir Aînés. Détails au 514 645-1264.

Témoignages



« Félicitations à M. Marcel Pelletier, pour son implication et son prix bien mérité » -
Mme Lise Faucher, membre de
l'Association Bénévole de Pointe-aux-
Trembles et de Montréal-Est.



« J'adore les pique-niques depuis que je suis toute petite, j'emmenais mes enfants sur le bord de l'eau très souvent le dimanche pour manger. J'ai beaucoup aimé le transport en bicyclette et prendre un bon repas avec mon intervenante. J'aimerais beaucoup refaire cette activité pour sortir de l'ordinaire si l'on m'invite encore et que ma santé me le permet. C'était bien le fun de manger avec mon intervenante et le chauffeur! » - Jeannine (92 ans), participante à un pique-nique jasette.

Merci

Merci à tous nos bénévoles !



Marcel PELLETIER

**Prix de
reconnaissance
décerné en
septembre 2022 par
l'Arrondissement de
Rivière-des-
Prairies/Pointe-aux-
Trembles.**

**ABLOU, Éric
ARCHAMBAULT, André
ARMSTRONG, Hélène
ARMSTRONG, Jean
BEAUCHAMP, Yves
BEAULIEU, Madeleine
BÉLANGER, Jacqueline
BOUCHER, Benoit
BOULANGER, Gaétanne
BOURDEAU, Jean
CLOUTIER, Marie-Andrée
COLLINS, Ginette
CROTEAU, Priscilla
DE PRINCE, Michèle
DELANEY, Jocelyne
DION, Michel
DORION, Danielle
DUBUC, Louise
DURENA, Rhea
FOLEY, Roger
FRADETTE, Jeannette
GAUDET, Michelle
GIACOBBE, Anne Marie
GUILLEMETTE, Claire
GUIMOND, Lucie
GUTIERREZ, Bolivar
HAMEL, Andrée
JOYAL DESCHENEUX,
France
JULIEN, Normand
LAMONTAGNE, Cécile
LAROCQUE, Nicole
LEFRANÇOIS, Jeannine
LEGROS, Daniel
LEPAGE, Joanne
LEVASSEUR, Diane
MARTIN, Sylvie
MAYOR, Silvana
MICHAUD, Marcel
NADEAU, François
NADON, Sylvain
NEIL, Linda
OBRY, Michelle
OUELLET, Gilbert
OUELLETTE, Sylvie
PEAT, Johanne
PELLETIER, Marcel
PICARD, Claire
PLANTE, Carmen
QUESNEL, Céline
REHEL, Raymonde
RENAUD, Gabrielle
RICHARD, Josée
ROMANO, Marie
SAUVÉ, Diane
SINCENNES, Carl
ST-LAURENT, Françoise
TRUDEL, Jean-Guy
VILLENEUVE, Alain**

Enjeux 2023-2024



Continuer à informer nos personnes âgées.



Accentuer la visibilité de l'organisme



**Sensibiliser la communauté aux
problématiques vécues par les aînés vulnérables.**



**Consolider les sources de financements autonomes pour
l'organisme**

Remerciements

- **Aux bénévoles ;**
- **Aux membres du conseil d'administration ;**
- **Aux employé.e.s ;**
- **Aux bienfaitrices et bienfaiteurs ;**
- **À toutes les personnes et partenaires qui participent à notre continuité auprès de notre communauté de personnes âgées ;**
- **Un grand merci à la direction du Centre communautaire Roussin pour tout ce que vous nous offrez. Sans vous, nous ne pourrions pas offrir tous ces services et activités à nos aînés.**

Merci

RAPPORT ANNUEL

2022 - 2023



**ASSOCIATION BÉNÉVOLE
DE POINTE-AUX-TREMBLES
ET DE MONTRÉAL-EST**

**311-12 125, rue Notre-Dame Est
H1B 2Y9 Montréal (Québec)**

SITE INTERNET : www.associationbenevolepatme.ca

**COURRIEL : [association.benevole@
associationbenevolepatme.ca](mailto:association.benevole@associationbenevolepatme.ca)**

TÉLÉPHONE : (514) 645-1264