



***Association des sports,
loisirs et culture
de Lac-des-Plages***

**Rapport financier et d'activités 2023-2024
de l'Association des sports, loisirs
et culture de Lac-des-Plages
Mars 2024**

Préparé par Nicole Bourgeois



***Association des sports,
loisirs et culture
de Lac-des-Plages***

Le 30 mars 2024

Membres

Association des sports, loisirs et culture
de Lac-des-Plages

Objet : Rapport annuel financier et rapport d'activités

Chers membres,

Dans ce cahier, vous trouverez le détail du rapport annuel financier ainsi que du rapport d'activités pour l'année 2023-2024.

Une année plutôt occupée, malgré la courte durée de la programmation. Les membres du conseil d'administration éprouvent un sentiment du devoir accompli, ayant pu offrir à sa communauté onze activités gratuites en si peu de temps.

Merci pour votre appui,

Nicole Bourgeois
Présidente
ASLCLDP

ASSOCIATION DES SPORTS, LOISIRS ET CULTURE DE LAC-DES-PLAGES
RÉSULTATS
DE L'EXERCICE TERMINÉ LE 31 MARS 2024

	<u>2024</u>	<u>2023</u>
REVENUS		
Subventions	\$ 25,000	\$ 24,592
Activités	-	1,645
Adhésions	400	1,140
Inscriptions	(70)	140
Dons	1,848	250
Campagne de financement	3,624	-
Autre (Ristourne de la Caisse Populaire)	<u>2</u>	<u>-</u>
	30,804	27,767
DÉPENSES		
Table de Ping-pong	-	9,499
Exerciseur (note 2)	(5,000)	9,330
Activités	11,826	2,809
Poissons	3,488	-
Publicité	1,633	1,461
Subvention	-	1,000
Amortissements	1,279	-
Entreposage table de Ping-pong (note 1)	(500)	500
Frais de bureau	377	428
Frais bancaire	114	287
Frais de déplacements	294	239
Formation	-	228
Souper des bénévoles	279	206
Frais d'incorporation	-	179
Cotisations	-	99
Sous-traitance	-	75
Divers	<u>19</u>	<u>98</u>
	13,809	26,438
EXCÉDENT	<u>\$ 16,995</u>	<u>\$ 1,329</u>

Les notes complémentaires font partie intégrante des états financiers.



Association des sports, loisirs et culture de Lac-des-Plages

Rapport annuel des activités subventionnées 2024

Activité:	Participants	Bénévoles		Coûts		
	Nombre	Nombre	Heures	Consommable	Non Consommable	Total
Ateliers de généalogie	11	2	52	1 374,00 \$	-	1 374,00 \$
Mouvements en douceur	10	1	25	201,78 \$	-	201,78 \$
Nuanciers de Noëlla	10	3	151	2 802,25 \$	-	2 802,25 \$
Une maille à la fois	10	2	116	2 960,27 \$	-	2 960,27 \$
Aperto Libro	14	2	102	1 086,17 \$	-	1 086,17 \$
Initiation au Tai-Chi	17	2	34	348,00 \$	-	348,00 \$
Conférence Généalogie	12	3	35	463,00 \$	-	463,00 \$
Conférence Fraude	21	2	70	-	-	-
Conférence Sommeil	21	2	38	388,62 \$	-	388,62 \$
Conférence Zéro Gaspillage	19	2	41	1 559,68 \$	-	1 559,68 \$
Reconnaissance Bénévoles	12	3	36	279,09 \$	-	279,09 \$
Comptabilité	-	2	82	-	-	-
Équipements (casque, fils et cinéma maison)	-	-	-	-	12 791,28 \$	12 791,28 \$
Total	157	24	782	11 462,86 \$	12 791,28 \$	24 254,14 \$



Association des sports, loisirs et culture de Lac-des-Plages

Rapport d'activité - Ateliers de généalogie

Activité :

Description : Les participants aux quatre ateliers de deux heures ont bénéficié d'une formation sur les bases de données et l'accessibilité des logiciels et ont reçu de l'accompagnement individuel. L'inscription aux ateliers incluait l'abonnement gratuit d'un an à un Centre de généalogie local pouvant être utilisé en présentiel ou en ligne. Une visite du Centre de généalogie fut organisée. Ateliers gratuits pour les participants.

Date : Les 23 janvier, 20 février, 20 mars et 23 avril Journée : 3 mardis et 1 mercredi

Durée : 2 heures par cours X 4 jours = 8 h

Réurrence :

Activité régulière : oui

Fréquence : mensuelle

Clientèle :

Enfants: Adolescents : Adultes : **X** 3ème âge : **X** Autre :

Présence : Nombre de participants : **11** Excluant les exposants, présentateurs...

Engagement communautaire :

Bénévoles : Nombre de personnes : 1 Nombre d'heures : 5 h

Organisateurs : Nombre : 1 Nombre d'heures : 47 h

(déplacements 2 h, conception, organisation, gestion et coordination 45 h)

Total d'engagement communautaire = 52 h



Association des sports, loisirs et culture de Lac-des-Plages

(Rapport d'activité suite)

Coût :

Consommable : 1374 \$

Non consommable :

Total : 1374 \$

Impact sur la communauté : Ex : Briser l'isolement, renforcer les liens...

Briser l'isolement, renforcer les liens familiaux et communautaires, améliorer les habiletés informatiques, stimuler la mémoire.

Appréciation des participants :

Très intéressant et très aidant pour mes recherches. Merci. Permet les échanges entre participants ce qui favorise la dynamique. Excellente activité.

Rapport préparé par Nicole Bourgeois le 30 avril 2024

Signature :



Association des sports, loisirs et culture de Lac-des-Plages

Rapport d'activité - Mouvements en douceur

Activité :

Description : Des ateliers d'exercices physiques adaptés aux personnes âgées tout en douceur ont permis aux participants et participantes d'améliorer leur conscience à travers le mouvement, assurer une bonne lubrification des articulations et de bons déplacements dans leur vie quotidienne. Gratuit aux participants.

Date : du 22 janvier au 29 avril Journée : lundis

Durée : Nombre d'heures 1 h 30 X 12 = 18 h

Récurrance :

Activité régulière : oui

Fréquence : Hebdomadaire

Clientèle :

Enfants: Adolescents : Adultes : **X** 3ème âge : **X** Autre :

Présence : Nombre de participants : **11** Excluant les exposants, présentateurs...

Engagement communautaire :

Bénévoles : Nombre de personnes : 0 Nombre d'heures : 0h

Organisateurs : Nombre : 1 Nombre d'heures : 30 h

(Conception, organisation, gestion et coordination 30 h)

Total d'engagement communautaire = 30 h



Association des sports, loisirs et culture de Lac-des-Plages

(Rapport d'activité suite)

Coût :

Consommable : 201.78 \$

Non consommable : 0 \$

Total : 201.78 \$

Impact sur la communauté : Ex : Briser l'isolement, renforcer les liens...

Briser l'isolement, renforcer les liens communautaires, améliorer les habiletés physiques et cognitives.

Appréciations des participants :

Très appropriés pour les aînés. Gros merci. Les exercices proposées s'appliquent au mouvements quotidiens. Fameux.

Rapport préparé par Nicole Bourgeois le 30 avril 2024

Signature :



Association des sports, loisirs et culture de Lac-des-Plages

Rapport d'activité - Les nuanciers de Noëlla

Activité :

Description : Des cours d'aquarelle furent offerts à raison d'une fois par semaine où les participants ont fait l'apprentissage des notions de base et la pratique de ce médium. Le cours et les articles nécessaires au cours étaient gratuits pour les participants.

Date : du 7 mars au 25 avril inclusivement Journée : Jeudis

Durée : Nombre d'heures - 2 h X 7 semaines = 14 h

Récurrence :

Activité régulière : oui

Fréquence : Hebdomadaire

Clientèle :

Enfants: Adolescents : Adultes : **X** 3ème âge : **X** Autre :

Présence : Nombre de participants : **10** Excluant les exposants, présentateurs...

Engagement communautaire :

Bénévoles : Nombre de personnes : 3 Nombre d'heures : 25 h

Organisateurs : Nombre : 1 Nombre d'heures : 126 h

(déplacements 24 h, conception, organisation, gestion et coordination 102 h)

Total d'engagement communautaire = 151 h



Association des sports, loisirs et culture de Lac-des-Plages

(Rapport d'activité suite)

Coût :

Consommable : 2802.25 \$

Non consommable : \$

Total : 2802.25 \$

Impact sur la communauté : Ex : Briser l'isolement, renforcer les liens...

Briser l'isolement, renforcer les liens communautaires, apprendre de nouvelles notions et développer sa créativité.

Appréciations des participants :

On en veut plus et toute l'année. Formidable. Bravo! Très bon prof. Merci à Noëlla. Plus de temps. Très intéressant.

Rapport préparé par Nicole Bourgeois le 30 avril 2024

Signature :



Association des sports, loisirs et culture de Lac-des-Plages

Rapport d'activité - Une maille à la fois

Activité :

Description : Tant les débutants que les personnes expérimentées en tricot y ont trouvé leur compte puisque l'enseignante a su adapter les notions enseignées. Le cours et le matériel nécessaire à la production d'un vêtement étaient gratuits pour les participants.

Date : Du 8 janvier au 29 avril Journée : lundis

Durée : Nombre d'heures 2 h par jour X 15 jours = 30 h

Récurrence :

Activité régulière : oui

Fréquence : Hebdomadaire

Clientèle :

Enfants: Adolescents : Adultes : **X** 3ème âge : **X** Autre :

Présence : Nombre de participants : **10** Excluant les exposants, présentateurs...

Engagement communautaire :

Bénévoles : Nombre de personnes : 1 Nombre d'heures : 15 h

Organisateurs : Nombre : 1 Nombre d'heures : 101 h

(déplacements 3 h, conception, organisation, gestion et coordination 98 h)

Total d'engagement communautaire = 116 h



Association des sports, loisirs et culture de Lac-des-Plages

(Rapport d'activité suite)

Coût :

Consommable : 2960.27 \$

Non consommable : \$

Total : 2960.27 \$

Impact sur la communauté :

Briser l'isolement, renforcer les liens communautaires, activer la mémoire et la dextérité.

Appréciation des participants :

J'apprends du nouveau, même étant avancée. Rencontres tellement agréables. Merci.
Peut-être deux groupes (avancé et débutant). Peut-être en avant-midi.

Rapport préparé par Nicole Bourgeois le 30 avril 2024

Signature :



Association des sports, loisirs et culture de Lac-des-Plages

Rapport d'activité - Aperto libro

Activité :

Description : À chaque mois, de janvier à avril inclusivement, les participants ont été invités à lire une ou deux œuvres différentes pour ensuite se rencontrer pour échanger Aperto libro (à livre ouvert) soit de ces œuvres, soit de leurs lectures en général. Gratuit aux participants.

Date : 24 janvier, 28 février, 27 mars et 24 avril Journée : Mercredis

Durée : Nombre d'heures 2 h X 4 rencontres = 8 h

Récurrance :

Activité régulière : oui

Fréquence : Mensuelle

Clientèle :

Enfants: Adolescents : Adultes : **X** 3ème âge : **X** Autre :

Présence : Nombre de participants : **14** Excluant les exposants, présentateurs...

Engagement communautaire :

Bénévoles : Nombre de personnes : **1** Nombre d'heures : **4 h**

Organisateurs : Nombre : **1** Nombre d'heures : **98 h**

(déplacements 3 h, conception, organisation, gestion et coordination 95 h)

Total d'engagement communautaire = 102 h



Association des sports, loisirs et culture de Lac-des-Plages

(Rapport d'activité suite)

Coût :

Consommable : 1086.17 \$

Non consommable : \$

Total : 1086.17 \$

Impact sur la communauté : Ex : Briser l'isolement, renforcer les liens...

Briser l'isolement, renforcer les liens communautaires, parfaire ses connaissances, exercer la mémoire et enrichir son vocabulaire.

Appréciations des participants :

Merci. Toujours parfait! Merci beaucoup. Cela m'a permis de découvrir et savourer de nouveaux auteurs. En septembre?! Très agréables les différents types de livres.

Rapport préparé par Nicole Bourgeois le 30 avril 2024

Signature :



Association des sports, loisirs et culture de Lac-des-Plages

Rapport d'activité - Initiation au tai-chi à Namur

Activité :

Description : Lors des trois séances d'initiation au tai-chi, les participants se sont familiarisés avec le style Yang (doux) dans la détente et la bonne humeur. Cours gratuits.

Date : Les 3, 10 et 17 avril (mercredis) et les 2, 9 et 16 avril (mardis)

Durée : Nombre d'heures 1 h 30 X 6 = 9 h

Récurrence :

Activité régulière : oui

Fréquence : Hebdomadaire

Clientèle :

Enfants: Adolescents : Adultes : **X** 3ème âge : **X** Autre :

Présence : Nombre de participants : **17** Excluant les exposants, présentateurs...

Engagement communautaire :

Bénévoles : Nombre de personnes : 1 Nombre d'heures : 3

Organisateurs : Nombre : 1 Nombre d'heures : 31 h

(déplacements 6 h, conception, organisation, gestion et coordination 25 h)

Total d'engagement communautaire - 34 h



Association des sports, loisirs et culture de Lac-des-Plages

(Rapport d'activité suite)

Coût :

Consommable : 348 \$

Non consommable : 0 \$

Total : 348 \$

Impact sur la communauté : Ex : Briser l'isolement, renforcer les liens...

Briser l'isolement, renforcer les liens communautaires, exercer sa concentration, améliorer sa flexibilité et améliorer sa condition physique.

Appréciations des participants :

Très apprécié. Fantastique. Merci.

Rapport préparé par Nicole Bourgeois le 30 avril 2024

Signature :



Association des sports, loisirs et culture de Lac-des-Plages

Rapport d'activité - La réalisation d'une fresque généalogique

Activité :

Description : Conférence où l'animatrice partage ses démarches pour la réalisation de fresques généalogiques. Les méthodes de cueillette des informations, de traitement des documents photographiques et d'autres outils de mise en page ont été présentés. Conférence gratuite.

Date : le 16 janvier 2024 Journée : mardi de 13 h à 15 h

Durée : 2 heures

Récurrance :

Activité régulière : oui

Fréquence : une présentation

Clientèle :

Enfants: Adolescents : Adultes : X 3ème âge : X Autre :

Présence : Nombre de participants : 12 Excluant les exposants, présentateurs...

Engagement communautaire :

Bénévoles : Nombre de personnes : 2 Nombre d'heures : 6 h

Organisateurs : Nombre : 1 Nombre d'heures : 29 h

(conception, organisation, gestion et coordination = 29 h)

Total d'engagement communautaire = 35 h



Association des sports, loisirs et culture de Lac-des-Plages

(Rapport d'activité suite)

Coût :

Consommable : 463 \$

Non consommable : \$

Total : 463 \$

Impact sur la communauté :

Briser l'isolement, renforcer les liens familiaux et communautaires, partager les échanges portant sur les connaissances en informatique.

Appréciation des participants :

Super intéressant. Merci. Aimé la participation des autres qui ont enrichi les discussions. Bel après-midi instructif. Curiosité aiguisée.

Rapport réparé par Nicole Bourgeois le 30 avril 2024

Signature :



Association des sports, loisirs et culture de Lac-des-Plages

Rapport d'activité - Conférence - La fraude, comment se protéger offerte à Namur

Activité :

Description : En partenariat avec la FADOQ Outaouais, la SQ et le CIUSSS de Montréal, une conférence riche en renseignements et adaptée aux divers besoins des aînés portait sur la fraude, la maltraitance et l'intimidation. Conférence gratuite et prix de présence offerts aux participants d'une valeur d'au-delà de 300 \$.

Date : Le 19 mars Journée : Mardi

Durée : Nombre d'heures 1 h 30

Récurrence :

Activité régulière : oui

Fréquence : 1 fois

Clientèle :

Enfants: Adolescents : Adultes : 3ème âge : Autre :

Présence : Nombre de participants : 21 Excluant les exposants, présentateurs...

Engagement communautaire :

Bénévoles : Nombre de personnes : 1 Nombre d'heures : 2 h

Organisateurs : Nombre : 1 Nombre d'heures : 68 h

(déplacements 8 h, conception, organisation, gestion et coordination 60 h)

Total d'engagement communautaire = 70 h



Association des sports, loisirs et culture de Lac-des-Plages

(Rapport d'activité suite)

Coût :

Consommable : \$

Non consommable : \$

Total : 0 \$

Impact sur la communauté : Ex : Briser l'isolement, renforcer les liens...

Briser l'isolement, renforcer les liens communautaires, parfaire ses connaissances au niveau de la fraude, de la maltraitance et de l'intimidation.

Appréciations des participants :

A+. Bons trucs. Parfait. Merci. Très intéressant.

Rapport préparé par Nicole Bourgeois le 30 avril 2024

Signature :



Association des sports, loisirs et culture de Lac-des-Plages

Rapport d'activité - Conférence - Comment favoriser le sommeil

Activité :

Description : La conférencière a offert à Namur une conférence sur ce qu'il faut faire et ne pas faire pour bénéficier d'un sommeil réparateur. Elle a parlé de détente, d'alimentation, de calmer le mental et de ce qu'on peut mettre en place pour un réveil frais et dispo. Elle a également proposé un petit exercice de relaxation et abordé quelques plantes médicinales utiles. Conférence gratuite.

Date : Le 28 mars Journée : Jeudi

Durée : Nombre d'heures 1 h 30

Réurrence :

Activité régulière : oui

Fréquence : 1 fois

Clientèle :

Enfants: Adolescents : Adultes : **X** 3ème âge : **X** Autre :

Présence : Nombre de participants : 21 Excluant les exposants, présentateurs...

Engagement communautaire :

Bénévoles : Nombre de personnes : 1 Nombre d'heures : 2 h

Organisateurs : Nombre : 1 Nombre d'heures : 36 h

(déplacements 2 h, conception, organisation, gestion et coordination 34 h)

Total d'engagement communautaire = 38 h



Association des sports, loisirs et culture de Lac-des-Plages

(Rapport d'activité suite)

Coût :

Consommable : 388.62 \$

Non consommable : \$

Total : 388.62 \$

Impact sur la communauté : Ex : Briser l'isolement, renforcer les liens...

Briser l'isolement, renforcer les liens communautaires, améliorer sa santé mentale et physique grâce à un sommeil réparateur, améliorer sa qualité de vie.

Appréciations des participants :

Mine d'infos pertinentes. Merci. Super intéressant. Très bien, bravo ! Conférence intéressante. Merci à l'ASLCLDP. Excellent. D'autres conférences s.-v.-p. ?

Rapport préparé par Nicole Bourgeois le 30 avril 2024

Signature :



Association des sports, loisirs et culture de Lac-des-Plages

Rapport d'activité - Conférence - Défi zéro gaspillage, votre pouvoir d'agir (à Namur)

Activité :

Description : La conférencière a présenté ses meilleures astuces pour évaluer notre consommation, organiser nos zones de conservation et cuisiner des repas économiques et goûteux, en mode vide-frigo. Conférence gratuite.

Date : Le 2 avril Journée : Mardi

Durée : Nombre d'heures 1 h 30

Récurrence :

Activité régulière : oui

Fréquence : 1 fois

Clientèle :

Enfants: Adolescents : Adultes : **X** 3ème âge : **X** Autre :

Présence : Nombre de participants : **19** Excluant les exposants, présentateurs...

Engagement communautaire :

Bénévoles : Nombre de personnes : 1 Nombre d'heures : 2 h

Organisateurs : Nombre : 1 Nombre d'heures : 39 h

(déplacements 2 h, conception, organisation, gestion et coordination 37 h)

Total d'engagement communautaire = 41 h



Association des sports, loisirs et culture de Lac-des-Plages

(Rapport d'activité suite)

Coût :

Consommable : 1559.68 \$

Non consommable :

Total : 1559.68 \$

Impact sur la communauté :

Briser l'isolement, renforcer les liens communautaires, maximiser son pouvoir d'achat, éviter le gaspillage alimentaire.

Appréciations des participants :

Plein de bons conseils. Bien délivré. Très connaisseur. Excellent. Merci pour les choix de conférences. Bien aimé.

Rapport préparé par Nicole Bourgeois le 30 avril 2024

Signature :



Association des sports, loisirs et culture de Lac-des-Plages

Rapport d'activité - Reconnaissance des bénévoles

Activité :

Description : Afin de souligner notre appréciation pour tout le travail bénévole accompli, nous avons offert un souper à tous nos bénévoles qui ont mis l'épaule à la roue pour réaliser nos programmations hiver et printemps 2024.

Date : 30 avril Journée : Mardi

Durée : Nombre d'heures 3 h

Récurrence :

Activité régulière : oui

Fréquence : 1 fois

Clientèle :

Enfants: Adolescents : Adultes : **X** 3ème âge : **X** Autre :

Présence : Nombre de participants : 12 Excluant les exposants, présentateurs...

Engagement communautaire :

Bénévoles : Nombre de personnes : 2 Nombre d'heures : 4 h

Organisateurs : Nombre : 1 Nombre d'heures : 32 h

(déplacements 2 h, conception, organisation, gestion et coordination 30 h)

Total d'engagement communautaire = 36 h



Association des sports, loisirs et culture de Lac-des-Plages

(Rapport d'activité suite)

Coût :

Consommable : 279.09 \$

Non consommable : 0 \$

Total : 279.09 \$

Impact sur la communauté :

Souligner et célébrer l'importance du bénévolat au sein de notre communauté.

Appréciations des bénévoles :

Très apprécié.

Rapport préparé par Nicole Bourgeois le 30 avril 2024

Signature :

