

Organisme communautaire
en proche aideance

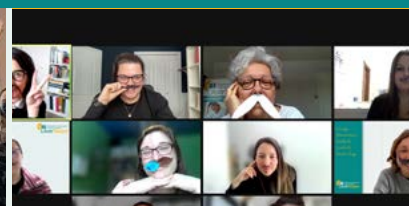
L'Antr'Aidant

est là, avec vous !



Rapport d'activités 2021-2022

Courage • Bienveillance • Solidarité • Créativité • Pouvoir d'agir



ADN de L'Antr'Aidant

Notre mission

“ Contribuer à l'amélioration des conditions de vie des personnes proches aidantes d'adultes malades, vulnérables et/ou d'ainés vivant avec une perte d'autonomie physique et/ou cognitive. ”

Cette mission de nature régionale s'articule par diverses activités :

- d'accompagnement psychosocial individuel, de groupe et collectif ;
- d'information et de sensibilisation ;
- de coaching et de formations.

Notre histoire

L'Antr'Aidant a été fondé en 2009 par un groupe d'une quinzaine de proches aidants engagés dans leur communauté de la MRC des Pays-d'en-Haut. Ceux-ci avaient déjà mis sur pieds quelques années auparavant une coopérative de solidarité sociale : la coop Sore, cette dernière offrant des services de répit aux proches aidants. Considérant le manque de ressources ainsi que la multiplicité et l'intensité des besoins des personnes proches aidantes d'adultes et d'ainés des Laurentides, ils se sont solidarisés pour fonder un organisme communautaire autonome ayant comme mission de contribuer à l'amélioration des conditions de vie des proches aidants par des activités et services d'accompagnement psychosocial. Depuis, l'organisme à portée régionale, déploie ses activités régulières principalement dans les MRC de Thérèse-de-Blainville, de la Rivière-du-Nord, des Pays-d'en-Haut et des Laurentides; en plus de proposer une offre d'activités accessibles aux proches aidants de tous les territoires de MRC de la région des Laurentides.

Nos principes directeurs

L'approche de L'Antr'Aidant s'appuie sur ses valeurs organisationnelles et sur **4 principes directeurs** :

1. Les personnes proches aidantes sont les **EXPERTES** de leur réalité et doivent être considérées en conséquence;
2. Prendre soin de la population proche aidante est une responsabilité qui appartient à **l'ENSEMBLE** de la communauté;
3. Le vieillissement et la proche aidance sont des réalités à aborder avec et par toutes les **GÉNÉRATIONS**;
4. À L'Antr'Aidant, la vulgarisation, la démocratisation et l'accessibilité des informations et des contenus à partager avec la population proche aidante sont de précieux paramètres pour actualiser en continu nos activités.

Nos valeurs

Courage

Interpellé par la réalité et les enjeux du vécu des personnes proches aidantes, L'Antr'Aidant alimente sa culture de courage en osant risquer, dire et faire ce qui se doit pour améliorer les conditions de vie des proches aidants, et ce, sans déni des exigences et des défis que ceci peut représenter.

Bienveillance

Porté par le désir de viser en tout temps le mieux-être des personnes proches aidantes, L'Antr'Aidant fait preuve de respect et de compassion. C'est pourquoi, dans ses rapports et son approche, il pratique une écoute attentive, ouverte et porte une attention particulière aux vulnérabilités et aux défis liés à la réalité unique des personnes.

Solidarité

L'Antr'Aidant reconnaît l'importance de cette responsabilité sociale. Il choisit de faire cause commune avec les partenaires publics, privés, les organismes communautaires et autres regroupements de citoyens. Il participe aux actions qui visent à faire reconnaître le caractère essentiel du rôle des personnes proches aidantes dans la communauté.

Creativité

La culture créative de l'organisme réfère à sa manière de voir les possibilités là où il ne semble pas y en avoir et à son choix de poser un regard neuf et ouvert sur chacune des situations rencontrées. C'est une attitude d'ouverture alimentée par notre désir de contribuer aux changements qui améliorent la qualité de vie des proches aidants et de porter un regard large et inclusif face aux enjeux de la réalité proche aidante. À L'Antr'Aidant, il ne s'agit pas de créer ou d'innover en continu pour faire différent ou autrement, mais bien pour faire mieux.

Pouvoir d'agir

À L'Antr'Aidant, le pouvoir d'agir s'articule par le soutien constant de l'autonomie des personnes dans leur liberté à cultiver leurs idées, par la stimulation de leurs capacités et de leurs compétences, ainsi que par la valorisation de leur prise de pouvoir sur l'ensemble de leurs actions, et ce, à leur rythme.

Tables des matières

ADN de L'Antr'Aidant	2
Mots de la présidente et de la directrice générale	4
Équipe et gouvernance	6
Notre année en bref	10
Vie associative et démocratique	12
Nos activités POUR, PAR et AVEC les proches aidants	18
Nos actions de transformation sociale	27
Revue de presse et réseaux sociaux	31
Pratiques citoyennes et enracinement dans la communauté	33
Gestion des ressources humaines	37
Gestion financière	40
Priorités et perspectives 2022-2023	42

La rédaction de ce rapport d'activités a été effectuée par l'ensemble de l'équipe permanente, dans la synergie d'une co-construction.

Le graphisme de ce rapport a été effectué par Flavie Lepage, membre de l'équipe de L'Antr'Aidant.

Ligne du temps de l'organisme



Mot de la présidente



Jessica Dupuis,
présidente du conseil d'administration

La dernière année a été sans précédent. 2021 nous a poussées à relever des défis, à nous adapter à de nouvelles réalités étant elles-mêmes en déséquilibre constant et à ne jamais abandonner. Plus important encore, elle nous a rendus fiers de ce que nous pouvons accomplir à L'Antr'Aidant quand nous nous mobilisons durant une crise majeure.

Depuis 2019, les pertes vécues individuellement représentent le caractère commun et collectif qui nous unit comme société. Nous avons tous à différent degré connu des pertes...perte de normalité, de contrôle, de certitude, d'espoir pour certains et d'être chers pour d'autres. Nous aurions pu facilement nous diviser devant cette adversité persistante. Certes, 2021 nous a prouvé que malgré les pertes immenses auxquelles nous avons été confrontés, nous avons su rester unis et déterminés à accomplir notre mission, qui est de contribuer à l'amélioration des conditions de vie des personnes proches aidantes en s'accrochant fermement à nos valeurs organisationnelles.

Le conseil d'administration est profondément reconnaissant de la résilience des employées, de l'équipe de gestion et de la direction générale pendant les durs mois de la pandémie. Cette grande équipe a su s'adapter en continu pour tenter de répondre au mieux aux besoins exacerbés et criants des personnes proches aidantes. L'Antr'Aidant a déployé des énergies phénoménales afin de maintenir l'ensemble de ses activités, tout en investissant de nouveaux territoires des Laurentides et en développant une communauté de pratique pour les professionnels du milieu travaillant en contexte de proche aidance.

Dans la dernière année, L'Antr'Aidant a accueilli, accompagné, guidé et soutenu un nombre incroyable de nouvelles personnes proches aidantes dans leur trajectoire d'aidance. Une réalité encourageante d'un point de vue de la reconnaissance du rôle de proche aidant, mais préoccupant du point de vue des ressources financières et humaines qui doivent soutenir les demandes en constante croissance. L'Antr'Aidant a su faire des miracles, tout comme ses nombreux partenaires du milieu communautaire a tenté de tisser de nouveaux maillons au filet social percer de trous

de l'état. La pandémie a définitivement prouvé le caractère essentiel et vital du communautaire pour notre société... ainsi, malgré tout au lieu de pouvoir remplir notre mission librement nous devons nous livrer à une quête sans fin d'une reconnaissance financière à la hauteur des services que nous rendons aux personnes proches aidantes des Laurentides. Malgré les défis passés et ceux qui croiseront notre chemin dans les années à venir, nous gardons la détermination de faire une réelle différence dans la vie de ceux et celles qui sont l'essence même du pourquoi nous existons

Merci à l'ensemble des proches aidants qui ont fait confiance à L'Antr'Aidant;
Merci d'être quotidiennement notre source d'inspiration et de motivation;
Merci de nous partager avec tant de générosité votre créativité, nous poussant continuellement vers la proactivité;
Merci de nous permettre de créer et d'innover en continu pour que nous puissions vous offrir ce qu'il y a de mieux...
Merci!

Mot de la directrice



Julie Gravel, directrice générale de L'Antr'Aidant

*« Être, c'est être là. Vivre, c'est profiter d'être là ! »
Jean Cocteau*

Chers membres,

13 ans déjà.

13 ans que nous sommes là... Avec vous.

À partir de cette définition de la vie qui nous propose que vivre c'est profiter d'être LÀ, il m'est possible aujourd'hui d'affirmer spontanément qu'au cours de l'année 2021-2022, L'Antr'Aidant est et a été plus vivant que jamais !

Être là : en toute proximité et avec intensité !

Encore une fois cette année, en cohérence avec son approche qui nous propose d'agir en proximité avec les proches aidants dans plusieurs sphères de leur réalité, l'organisme a rencontré un nombre record d'aidants. On parle de 1300 personnes proches aidantes qui ont été accompagnées à des rythmes et intensités variables, toujours en respect de leurs besoins uniques et singuliers. Nous avons ainsi pu constater à quel point les visages de la proche aide se modulent. En effet, près de 40% des proches aidants accompagnés ont maintenant moins de 65 ans.

Être là : où nous n'étions pas et où les besoins sont grands !

Alors que les conséquences de plus de 2 ans de crise sociosanitaire se faisaient ressentir de façon marquée cette année, L'Antr'Aidant a amorcé différents axes de développements visant à rejoindre les personnes proches aidantes. C'est ainsi que nous avons ouvert un 3ième point de service point de services dans la MRC de Thérèse-De Blainville et développé des groupes de soutien hebdomadaires à Blainville, Sainte-Agathe-des-Monts et Saint-Faustin-Lac-Carré (Mont-blanc). L'Antr'Aidant a également offert de la formation dédiée spécifiquement aux proches aidants sur tous les territoires de MRC des Laurentides.

Être là : en toute solidarité et complémentarité !

Que de belles rencontres cette année ! En intégrant et en s'engageant au sein de plus de 10 tables et comités de concertation du territoire des Laurentides en 2021-2022, en s'alliant avec de nouveaux acteurs tels que le programme de déficience et réadaptation, en optimisant ses relations avec les comités d'usagers et de résidents, L'Antr'Aidant souhaitait s'arrimer avec différentes ressources de l'écosystème des proches aidants pour qu'ensemble nous puissions offrir un tissu social plus soutenant aux plus grands porteurs de bienveillance de notre société : les proches aidants!

Être là : avec courage pour défricher même lorsque c'est ardu !

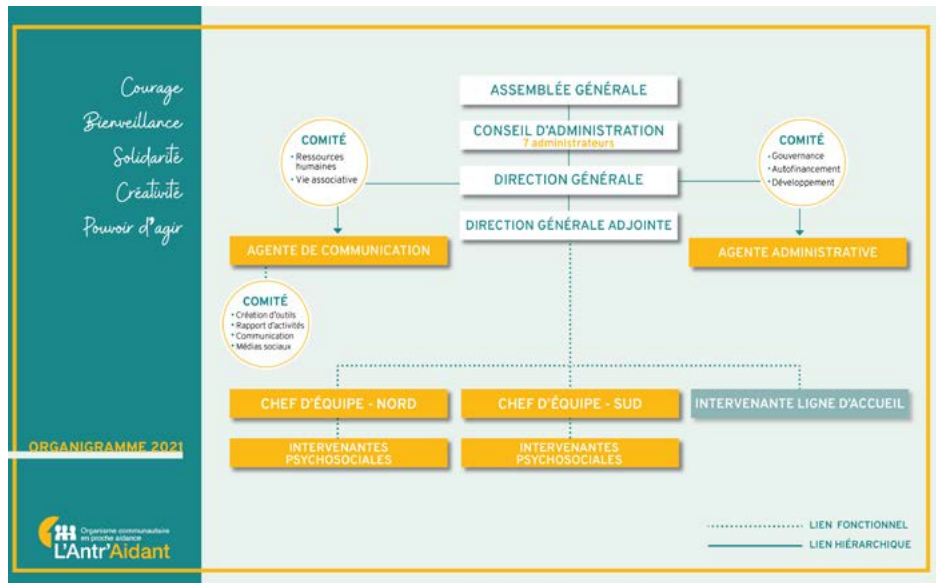
Bien que L'Antr'Aidant porte toujours le profond désir d'améliorer, d'optimiser ses activités et services auprès des personnes proches aidantes en écoutant leurs besoins qui évoluent et en les utilisant comme levier pour bonifier notre accompagnement, je ne peux passer sous silence les grands défis liés au financement des activités directement liées à la mission de l'organisme. Encore une fois cette année, nous avons défendu auprès de différents acteurs du milieu et bailleurs de fonds à quel point il est nécessaire de bonifier nos ressources financières récurrentes qui actuellement sont insuffisantes et ne permettent pas de planifier nos actions dans la communauté et de s'engager encore mieux auprès des 25% de la population des Laurentides qui vit une réalité proche aidante, souvent dans l'ombre d'un système qui ne les reconnaît que très peu.

Être là : ensemble, avec résilience, bienveillance et créativité !

Toute cette articulation vive et sentie de la mission propre de L'Antr'Aidant repose évidemment en grande partie sur l'équipe de la permanence et de bénévoles qui renouvellent quotidiennement leur engagement auprès des personnes proches aidantes. Je souhaite remercier chaleureusement cette équipe, qui a doublé en nombre depuis 2020! Tous les jours, elle s'est solidarisée, adaptée et engagée à porter haut et fort les valeurs de l'organisme en nageant souvent à contre-courant ... Portée par leur cœur et leur désir de transformation sociale ! Merci précieuse équipe !

Merci également à vous membres et proches aidants d'être là, aussi vivant.es qu'inspirant.es!
Solidairement vôtre !

Équipe et gouvernance



Notre conseil d'administration

4 femmes et 3 hommes qui s'engagent encore et encore.
Merci pour votre dévouement indéfectible !



Jessica Dupuis – Présidente

Citoyenne des Laurentides, intervenante psychosociale, conférencière et ancienne membre de l'équipe d'intervention de L'Antr'Aidant. Elle possède donc une vision large de l'actualisation de la mission de l'organisme.

Poste 2 au C.A



Norman MacPhee- Vice-président

Proche aidant- Citoyen des Laurentides engagé dans sa communauté depuis plusieurs années, retraité du milieu de l'administration, service à la clientèle et coordination de projet.

Poste 5 au C.A



Jacques Jolicoeur – Trésorier

Citoyen attaché à la région des Laurentides où il possède une résidence secondaire. Jacques est issu du milieu coopératif où il est reconnu pour son leadership mobilisateur et son engagement concret.

Poste 1 au C.A



Raymonde d'Anjou – Secrétaire

Proche aidante - Citoyenne des Laurentides retraitée inspirante et **membre fondatrice** de L'Antr'Aidant. Elle respire l'ADN de L'Antr'Aidant!

Poste 4 au C.A



Grégory Ardiét – Administrateur

Citoyen des Laurentides, travailleur social et professeur au département de travail social de l'UQAT, campus de Mont-Laurier. Grégory est un passionné de gérontologie et gravite au cœur de la réalité aidant-aidé par passion depuis de nombreuses années.

Poste 7 au C.A



Diane Nobert – Administratrice

Citoyenne des Laurentides engagée et retraitée du domaine des ressources humaines. Diane est une force vive du conseil d'administration depuis quelques années déjà.

Poste 6 au C.A



Sylvie Voyer – Administratrice

Proche aidante, citoyenne des Laurentides et nouvellement retraitée du domaine de la gestion des ressources humaines. Sylvie souhaitait s'engager socialement auprès d'un organisme dont la mission la touchait tout particulièrement.

Poste 3 au C.A

Gouvernance démocratique

Cette année, nos administrateurs et administratrices ont participé à :

- L'assemblée générale exceptionnelle – 16 juin 2021
- L'assemblée générale annuelle – 16 juin 2021
- **8** rencontres régulières du conseil d'administration
- **3** conseils d'administration spéciaux
- **1** rencontre de co-développement entre pairs
- **5** formations différentes qui représentent plus de 70 heures de formation
- **3** rencontres de représentations
- Plus de **15** rencontres de comités

Merci!

Ensemble, ils comptabilisent cette année plus de **900 heures de bénévolat!**

Notre équipe permanente

Connaissez-vous notre équipe ?

L'équipe permanente

Notre équipe permanente est composée de femmes passionnées au profil diversifié si riche. Au total, l'organisme compte maintenant plus de 10 employées qui occupent 6 types de postes différents.

Afin de vous faire entrer un peu plus dans notre dynamique d'équipe où la convivialité, la simplicité et l'accueil sont mis de l'avant, nous vous présentons ici notre équipe en ajoutant à côté de leur nom et du poste qu'elles occupent, leur **TOTEM annuel**.

Nous avons choisi d'intégrer un Totem à notre équipe. C'est un jeu qui permet d'avoir du plaisir en équipe tout en découvrant nos forces. Recevoir son Totem, c'est entendre et découvrir le meilleur de soi à travers le regard des gens qui nous entourent.



Julie Gravel

Directrice générale

L'humaine derrière la femme-orchestre... Elle est celle qui trouve sa motivation dans le partage et le rayonnement de la mission de L'Antr'Aidant. Elle est celle qui malgré les défis, forme, écoute, reconforte et encadre une ressource humaine qui se complexifie au fil du temps. Elle est celle qui fait preuve quotidiennement d'astuce, de débrouillardise et de polyvalence afin de faire front à une réalité aux ressources limitées. Elle est celle qui grâce à son leadership bienveillant a su mener L'Antr'Aidant ou il est aujourd'hui tout en gardant comme valeurs primaires l'intégrité et l'humilité. Elle est la directrice générale de L'Antr'Aidant, elle est Julie Gravel.

Jessica Dupuis
Administratrice

Manon Desjardins

Agente administrative

Manon est une personne discrète, consciencieuse et efficace. Travailler avec elle, même à distance depuis deux ans, fut un plaisir. Toujours joignable par courriel elle donne suite à une demande dans un court délai. Avec Manon le suivi de la comptabilité de notre organisme ainsi que les autres tâches qui lui sont confiées sont entre bonnes mains.

Raymonde d'Anjou
Administratrice et proche aidante



Brigitte Bolduc

Directrice générale adjointe

Elle arrive, toujours souriante, posée et enthousiaste. Elle prend de mes nouvelles, se rappelle mon histoire, mon chemin parcouru lors de nos dernières rencontres. Compatissante et sécurisante, elle a toujours le bon mot pour m'encourager, me confirmer et valoriser ma démarche. Je me sens comprise, guidée, et soutenue. Une accompagnatrice perspicace et profondément humaine.

Cinette Thibodeau
Proche aidante

Cheval loyal

Flavie Lepage

Agente de communication

L'Antr'Aidant a frappé un coup de circuit la journée où Flavie a choisi de faire équipe avec nous. Une simple recherche dans les médias sociaux permet de voir le parcours de cette spécialiste en communications, relations publiques et marketing. Une feuille de route impressionnante d'études supérieures et d'acquis professionnels qu'elle partage avec nous. Si vous voulez la preuve, consultez le Rapport d'Activité de L'Antr'Aidant pour 2020-2021, un vrai chef-d'œuvre. Son talent indéniable pour le graphisme, la mise en page et la présentation a permis à l'organisme de se faire connaître, de véhiculer la mission, les valeurs, les activités et de rayonner sur tout le territoire des Laurentides.

Norman MacPhee
Administrateur

Raton laveur coopératif



Cygne charismatique





Monarque persévérant

Samuèle Campeau

Chef d'équipe et intervenante psychosociale

Avec cette intervenante, je me sens à l'aise, c'est facile de communiquer, elle a toujours les mots pour rassurer. Je peux compter sur elle et sur sa confidentialité. Elle est toujours à l'écoute et je sais que je peux parler en sécurité. Je me sens appuyée et je sais que quand j'en ai besoin, je serai accueillie.

Denyse Boisvert

Proche aidante



Épaulard positif

Méloé Prince-Ferron

Intervenante psychosociale

Méloé, regard bienveillant et sourire accueillant, d'instinct elle sait comment gagner la confiance d'une personne déstabilisée par la maladie d'un proche. Son approche et son parcours sont remplis d'expériences et de ressources pertinentes pour nous aider à naviguer dans les méandres des défis rencontrés. Son sens de l'écoute est exceptionnel; la pertinence des pistes de réflexion et des conseils le sont tout autant.

Nathalie Leblanc

Proche aidante



Chèvre sereine

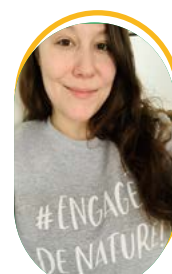
Yaël Beaulieu

Intervenante psychosociale

Intervenante psychosociale, Yaël est appréciée sur le plan individuel et collectif. En animation de groupes de soutien elle est attentive, souriante et patiente. Elle est toujours prête à fournir des outils (films, lectures etc.) pour aider. Elle a su m'accompagner dans une démarche personnelle de proche aidance qui me fut très bénéfique.

Raymonde d'Anjou

Administratrice et proche aidante



Dauphin brave

Vivianne Lajoie

Intervenante psychosociale

Je me souviens de ma première rencontre avec L'Antr'Aidant. Dès mon arrivée, j'ai rencontré Viviane qui m'a mis immédiatement très à l'aise. Elle est une personne joviale, très sympathique et dégage une grande empathie. Son approche est d'une grande douceur et d'un respect profond. J'ai beaucoup apprécié sa présence et j'avoue que j'ai eu un petit pincement de cœur lorsque j'ai appris son départ. Merci Viviane, ces rencontres ont directement contribué à m'aider à passer au travers de mon épreuve.

Guy L'Heureux

Proche aidant

Les collègues – chargées de projet

L'organisme peut aussi compter sur deux chargées de projet qui travaillent sur des dossiers particuliers et/ ou des axes de développement.

Nous avons eu le plaisir de travailler cette année avec :



Anne Bazinet

Chargée de projet pour L'Amalgamé-communauté de pratique des intervenantEs en proche aidance.



Amélie Girard

Chargée de projet – Développement du Carrefour de gériatrie sociale des Laurentides

(en collaboration avec  Maison Aloïs)

Merci de compléter notre équipe avec autant de générosité!

Marie-Josée Parent

Chef d'équipe et intervenante psychosociale

Avec son écoute extraordinaire et son grand soutien, elle a su me rassurer tout en m'aidant à mettre mes priorités en ordre, ce qui m'a permis de prendre les meilleures décisions. Sa grande expérience, son empathie ont été primordiales dans ce cheminement de vie. Je me suis vraiment sentie accompagnée, soutenue et éclairée par des informations pertinentes. Je suis très reconnaissante à la vie d'avoir mis cette personne extraordinaire sur ma route. Merci à L'Antr'Aidant, merci à Marie-Josée Parent !

Rachel Cadieux

Proche aidante



Luciole perceptive

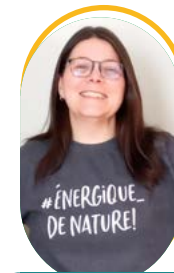
Jennyfer Savard

Intervenante psychosociale

Jennyfer est une personne dont l'intelligence se sert du cœur pour interagir auprès des personnes qu'elle rencontre. Peu importe les circonstances, elle saura créer une approche valorisante et attentive envers la personne qui la côtoie. Comme proche aidante j'ai appris à m'intéresser à moi-même au contact de Jennyfer et de son travail à L'Antr'Aidant. Un gros merci

Jeanne d'arc Mondou

Proche aidante



Léopard authentique

Stéphanie Aubin

Intervenante psychosociale ligne d'accueil

Le soutien téléphonique de l'intervenante psychosociale de L'Antr'Aidant m'a permis de partager mes fardeaux et mes soucis face à mon rôle de proche aidant.

Stéphanie a une grande capacité d'écoute active et comprend bien ce que les gens vivent. Elle fait preuve de maturité, compassion, empathie et elle sait toujours trouver des paroles d'encouragement tout en nous dirigeant vers des ressources ou des pistes de solutions pour alléger nos fardeaux.

François Charron

Proche aidant



Béliér spontané

Les collègues qui nous ont quittés

3 intervenantes psychosociales ont quitté notre équipe dans la dernière année afin d'aller explorer de nouveaux défis professionnels et faire profiter de leurs forces indéniables dans d'autres milieux. **MERCI** :



Chantal Bourassa

Merci Chantal

d'avoir partagé avec nous avec autant de chaleur, l'ensemble de des inombrables ressources!



Sylvie Desrochers

Bonne retraite Sylvie! Comme nous avons été choyées de pouvoir compter sur tes expériences multiples et ton engagement indéfectible!



Gisèle Brett

Intervenante psychosociale bénévole.
1000 fois MERCI Gisèle pour autant de générosité durant de si nombreuses années où tu as partagé tes savoirs avec l'ensemble de notre équipe et la population proche aidante!

Nos stagiaires



Mathieu Bérubé

Technique de travail social, Cégep de Saint-Jérôme



Catherine Dubé

Étudiante au baccalauréat en travail social à l'UQO (3^{ème} année)



Abigaël Larivière Arsenault

Technique en travail social, 2^e année, Stage communautaire



Pascale St-Hilaire

Technique en travail social, 2^e année, Stage communautaire

Nos comités de travail

Les comités de travail font partie intégrante de la structure de gouvernance démocratique de l'organisme. Les comités sont formés de membres du C.A., d'employés, de bénévoles et de membres de L'Antr'Aidant. Cette année les comités de travail ont investi plus de **140 heures** de travail collaboratif.

Comités	Nombre de rencontres	Principaux dossiers
Ressources humaines	5	<ul style="list-style-type: none"> Révision et mise à jour de l'organigramme Révision des profils de postes Travaux sur l'amélioration des conditions de travail Avancée des travaux sur la politique de conciliation travail-vie personnelle Révision des échelles salariales Mise à jour du plan de formation annuel
Gouvernance	3	<ul style="list-style-type: none"> Travaux sur les règlements généraux en amont de l'AGA 2021 Révision du plan d'action Suivi de la planification stratégique 2021-2024
Vie associative et autofinancement	2	<ul style="list-style-type: none"> Préparation de l'AGA 2021 Co-gestion et démarchage pour la mise en marché du cœur de la proche aidance Rédaction de remerciements pour les donateurs Idéation pour les activités de vie associatives
Comité directeur – Carrefour de gériatrie sociale (Bipartite avec la MAAL)	3	<ul style="list-style-type: none"> Orientation du projet avec les directions générales Suivi du dossier et mise à jour auprès du conseil d'administration
Comité développement d'activités	4	<ul style="list-style-type: none"> Recueil d'outils #SolidairementProcheAidant Développement d'activités en collaboration avec le programme DITSADP Idéation pour les travaux sur le nouveau site internet de l'organisme



Notre année en bref

En 2021-2022, L'Antr'Aidant c'est :



Une équipe formée de **12** employés permanentes, **2** contractuelles et plus de **20** bénévoles engagés.

7/7

Un **accompagnement** des personnes proches aidantes **7 jours / 7**.

3 axes d'accompagnement des personnes proches aidantes :



Information



Formation



Soutien psychosocial



Un groupe de soutien dédié spécifiquement aux **proches aidants de personnes hébergées**.



5 groupes de soutien en présence par semaine sur **4** territoires de MRC différents.
Blainville • Saint-Jérôme • Sainte-Adèle • Sainte-Agathe • Saint-Faustin-Lac-Carré



Des activités de sensibilisation à la proche aidance proposées aux enfants, adolescents et aux milieux d'enseignement collégial.



Plus de **12 groupes virtuels chaque mois** - ClicAdant, incluant un groupe en soirée et un groupe pour les proches aidants d'expression anglaise.

En collaboration avec 4korners

Plusieurs municipalités qui nous prêtent leurs locaux :



Nos principaux partenaires financiers



Un grand partenaire de la Campagne d'autofinancement du Cœur de la Proche Aidance.



5 valeurs

organisationnelles qui guident nos actions.

Courage Bienveillance Solidarité
Créativité Pouvoir d'agir



Des activités sur **7 territoires** de MRC des Laurentides.



La création et la diffusion de **12** nouveaux outils et capsules **#SolidairementProcheAidant**.

Plus de **10 activités** de stimulation de notre vie associative.



Les personnes proches aidantes accompagnées par L'Antr'Aidant cette année



Plus de **559** personnes proches aidantes accompagnées individuellement ou en groupe.

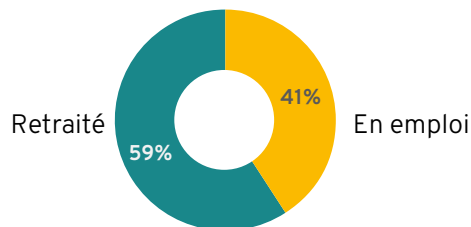
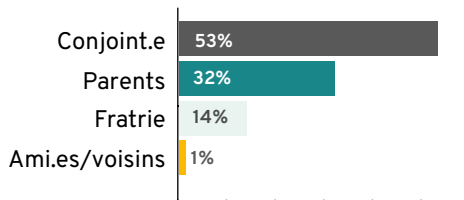
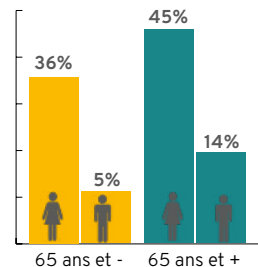
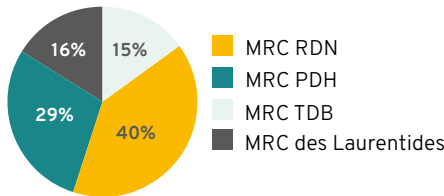
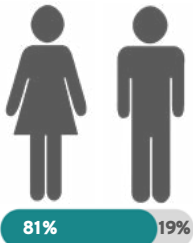
73% sont des nouvelles personnes proches aidantes, soit **406**.



Plus de **773** proches aidants ayant participé à des formations ou des conférences proposées par l'organisme.

L'Antr'Aidant a touché **1332** personnes proches aidantes en 2021 - 2022

Portraits du total des personnes aidantes accompagnées



Des alliances avec des comités de résidents et d'usagers pour rejoindre différents proches aidants.



Une participation à **13** différentes tables de concertations ou comités de partenaires du territoire des Laurentides.



Création d'une toute nouvelle formation qui abordera **l'intimité et la sexualité** au cœur de la réalité proche aidante.

Des actions solidaires et structurantes avec notre grand partenaire La Maison Aloïs Alzheimer des Laurentides



Développement de nouvelles collaborations pour accompagner les personnes proches aidantes d'un adulte vivant avec une déficience physique, intellectuelle ou un spectre de l'autisme.



Vie associative et démocratique

Nos membres

Être membres de L'Antr'Aidant, c'est :

- Participer à nourrir la vie associative de l'organisme en ayant droit de vote en assemblée générale annuelle;
- Partager, si vous le désirez, votre expertise et votre expérience;
- Alimenter les réflexions et l'analyse large de la réalité proche aidante (sondage, études et autres lieux de prise de pouvoir);
- Recevoir des informations en temps réel sur les activités et services de l'organisme et participer à leur amélioration en continu;
- Contribuer concrètement à améliorer les conditions de vie de l'ensemble des personnes proches aidantes!



En 2021-2022 c'est **147** personnes qui sont devenues membres de L'Antr'Aidant.

Assemblée générale exceptionnelle 2021

Le 16 juin 2021, en amont de l'AGA, nous avons tenu une assemblée générale extraordinaire où a pu être présentée et adoptée la dernière version des règlements généraux de L'Antr'Aidant.

- 23 membres réguliers
- 13 membres associés
- 5 invités



Assemblée générale annuelle 2021



Le 16 juin 2021, dans une formule virtuelle plus adaptée au contexte sociosanitaire, l'assemblée générale annuelle de L'Antr'Aidant a réuni 41 personnes.



- 23 membres réguliers
- 13 membres associés
- 5 invités



Cette assemblée s'est terminée par le lancement officiel de la mise en marché du *Cœur de la proche aidance*!

Nos activités avec nos membres

Consultation participative d'outils #SolidairementProcheAidant

Mai 2021



Dans le cadre de la sortie du Recueil d'outils #SolidairementProcheAidant, nous avons invité des personnes proches aidantes à une consultation participative pendant laquelle leur voix s'unira à la nôtre afin de faire le choix des outils qui se retrouveraient dans le recueil.

Fête de l'été

Juin 2021



Chaque année en juin, les participants aux groupes de soutien se réunissent afin de célébrer ensemble l'arrivée de l'été! Cette année, tous les territoires se sont rassemblés ensemble.

Nous avons célébré solidairement l'arrivée de l'été. Quel plaisir d'être **ENSEMBLE**. Les partages des uns et des autres ont été grandement enrichissants.

Charte de reconnaissance de l'expertise des personnes proches aidantes

Octobre 2021



L'Antr'Aidant a participé à l'élaboration et la présentation de la Charte de reconnaissance de l'expertise des personnes proches aidantes, réalisée par le comité des Sages (proches aidants) de la Table des aînés d'Antoine-Labelle, de la région des Hautes-Laurentides dans le cadre de la semaine nationale des personnes proches aidantes 2021.

Carte postale – Semaine nationale des personnes proches aidantes

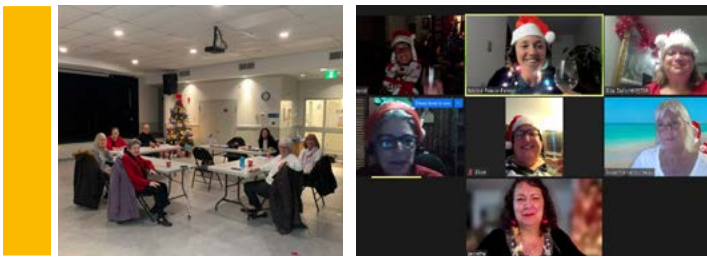
Octobre 2021



L'Antr'Aidant a souligné la semaine nationale des personnes proches aidantes en envoyant une carte postale à tous ses membres et partenaires. Plus de 200 cartes postales ont été envoyées.

Fêtes de Noël

Décembre 2021



Avec joie et enthousiasme, les participants des groupes de soutien ont souligné l'arrivée du temps des fêtes. De beaux rassemblements qui ont permis d'échanger, de fêter et de créer des liens.

Courriel de bienveillance

Janvier 2021



Les courriels de bienveillance ont vu le jour au retour des fêtes. Dans cette période forte en émotions et exigeante, nous désirions apporter un peu de lumière aux personnes proches aidantes, tout en demeurant près d'eux et à leur écoute. Chaque semaine, le courriel de bienveillance avait un sujet différent, par exemple : des suggestions de lecture, de musique, des techniques de méditation, etc. Les personnes proches aidantes sont très reconnaissantes de ce courriel. Ils les aident à briser leur solitude.

Questionnaire Engagez-vous

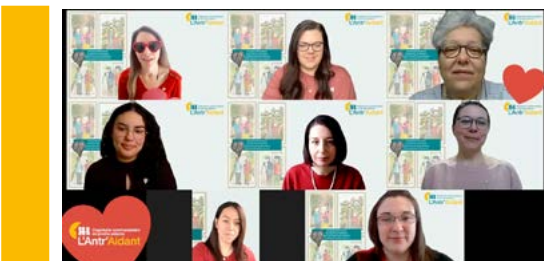
Février 2022



Dans le cadre de la campagne Engagez-vous pour le communautaire « Carton rouge pour la CAQ, Legault au banc des pénalités, L'Antr'Aidant et la Maison Aloïs Alzheimer des Laurentides ont unis leurs forces pour faire valoir et entendre la voix des proches aidants aux gens de la communauté. Un sondage a été envoyé à tous nos membres et partenaires afin de pouvoir les entendre et ainsi de porter leur voix auprès des instances décisionnelles. Le sondage a été envoyé par le biais d'une infolettre et diffusé sur nos réseaux sociaux. Nous avons reçu 95 réponses.

Vidéo St-Valentin

Février 2022



L'équipe de L'Antr'Aidant a partagé quelques mots remplis de douceur via un vidéo, afin de souligner l'importance des liens du cœur. Une publication a été faite sur nos réseaux sociaux afin de souhaiter joyeuse Saint-Valentin à tous nos membres, proches aidants et partenaires.

Sollicitation pour participer à des sondages sur la réalité proche aidante



Un nombre record d'organisations ont fait appel cette année aux membres de L'Antr'Aidant pour entendre les personnes proches aidantes sur les différentes réalités, les enjeux et les défis rencontrés. Le dénominateur commun de ces partenaires d'établissements d'enseignements, d'organismes communautaires en défenses de droits et de représentation des personnes proches aidantes, est leur reconnaissance de l'expertise des aidants et leur motivation profonde de contribuer à l'amélioration des conditions de vie des personnes proches aidantes.

CARTOGRAPHIE

Courage • Bienveillance • Solidarité



Ligne d'accueil psychosocial et d'information

7 jours/7

Accompagnement

Information / inscription

Référencement



Accompagnement psychosocial individuel
de proximité et personnalisé



Groupes de soutien hebdomadaires
(permaments et ouverts)



Groupes de soutien virtuels Clic.Aidant



Coaching Proche aidant



Formations



Conférences et activités de sensibilisation



Outils et capsules [#SolidairementProcheAidant](#)



L'Amalgame - communauté de pratique des intervenantEs en proche aideance



Siège social



Point de services de la MRC Rivière-du-Nord - (Dans les locaux de la Maison Alois Alzheimer des Lauves)
Point de services de la MRC Thérèse-de Blainville



MRC Thérèse-
de Blainville



MRC Deux-Montagnes /
Sud de Mirabel



MRC Rivière-du-
Nord / Nord de Mirabel

DES ACTIVITÉS

Carité • Créativité • Pouvoir d'agir

Mission

Contribuer à l'amélioration des conditions de vie des personnes proches aidantes d'adultes malades, vulnérables et/ou d'ainés vivant avec une perte d'autonomie physique et/ou cognitive.



Laurentides)

MRC d'Argenteuil

MRC des Pays-d'en-Haut

MRC des Laurentides

MRC Antoine-Labelle

Nos activités POUR, PAR et AVEC les proches aidants

Ligne d'accueil psychosocial et d'information 7 jours/7

Soutenu financièrement par :



Ligne d'accueil 7 jours / 7 de 8 h 30 à 16 h 30

- Accompagnement
- Informations et inscriptions aux activités
- Référencement

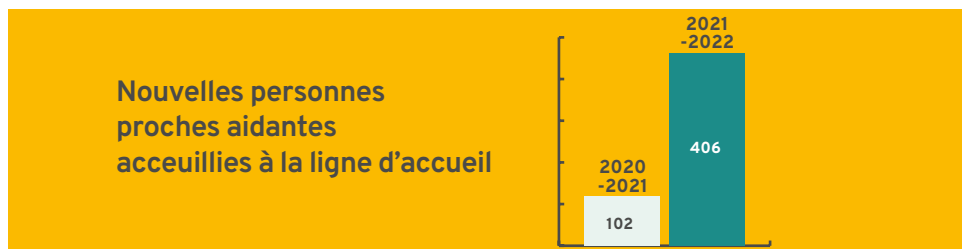
Cette année, nous comptons une augmentation de **300%** de nouvelles personnes proches aidantes accueillies à la ligne d'accueil.

Pour répondre à la croissance des appels à la ligne d'accueil, L'Antr'Aidant a développé un **nouveau poste d'intervenante psychosociale responsable de la ligne d'accueil**, pour assurer une réponse immédiate auprès des personnes proches aidantes. La ligne d'accueil est aussi une courroie de transmission pour l'ensemble des activités de L'Antr'Aidant. Cet accueil personnalisé et de proximité, permet aux personnes proches aidantes de recevoir une écoute attentive, de l'information et des références auprès de nos partenaires au besoin. Dans un délai de 24 heures 7 jours / 7, le proche aidant connaît l'ensemble des possibilités pour l'accompagner dans sa réalité et son parcours de proche aidance.



Parole de proche aidant

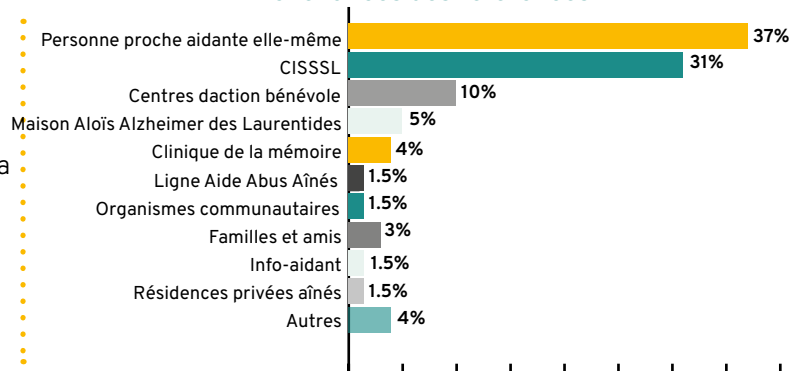
« Stéphanie, je tiens à vous remercier sincèrement pour le soutien que vous m'avez proposé lors de notre discussion téléphonique de cet après-midi : conseils et pistes d'intervention auprès de ma mère, formations, groupe de soutien et références. Votre gentillesse et votre grande écoute m'ont fait un très grand bien. Déjà je me sens moins seule et mieux outillée pour accompagner ma mère. »



Les 7 besoins les plus souvent exprimés sont :

1. Comment naviguer dans le système de santé
2. Difficultés relatives à mon engagement de proche aidance
3. Être accueillies sans jugement dans le vécu de la proche aidance
4. Défis relationnels et de communication
5. Soutien dans l'organisation du quotidien
6. Soutien à la relocalisation de la personne aidé
7. Accompagnement au niveau légal/fiscal

Provenances des références



Accompagnement psychosocial individuel de proximité et personnalisé

Soutenu financièrement par :



et autofinancement

L'accompagnement psychosocial individuel proposé par L'Antr'Aidant est personnalisé et s'adapte en continu aux besoins des personnes proches aidantes (intervention de proximité).

Cette activité vise à répondre aux besoins :

- d'être écouté sans jugement ;
- d'être guidé, outillé, aiguillé face à la réalité de personne proche aidante ;
- d'être reconnu dans ses compétences et son expertise ;
- d'être soutenu dans ses choix et respecté dans leur rythme ;
- d'être informé et guidé vers les ressources adéquates au besoin ;
- autres (tout autre besoin énoncé par la personne proche aidante).

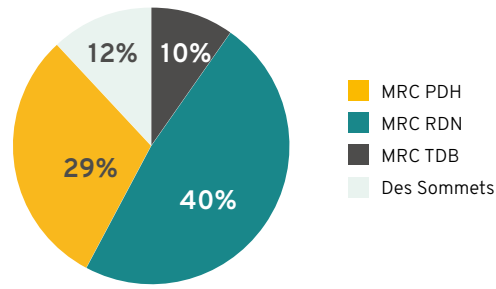
Parole de proche aidant

« Une chance que vous étiez là, j'étais vraiment en détresse...Les choses dont on a discuté me font ressentir que je peux voler seule maintenant...»

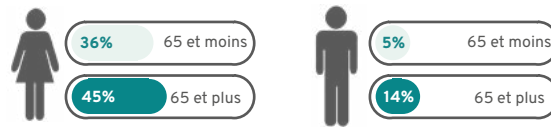
La pandémie a apporté son lot d'enjeux qui a mené à une augmentation de l'accompagnement psychosocial, tels que :

- L'accès aux milieux d'hébergement est refusé aux personnes proches aidantes.
- Les mesures d'accès sont très changeantes et appliquées de façon aléatoire.
- Délestage de l'ensemble des programmes du CISSSL.
- Majorité des rendez-vous médicaux sont annulés ou reportés.
- Processus de diagnostic du trouble cognitif et autres maladies dégénératives sont mis sur pause.
- Isolement des personnes proches aidantes, aucun contact avec leur famille et leur réseau.
- La personne proche aidante n'est pas reconnue comme un soignant, aucune reconnaissance de leur rôle par les milieux de soins et d'hébergement.

Provenance des accompagnements pour chaque territoire



Âge des proches aidants et accompagnement selon les sexes

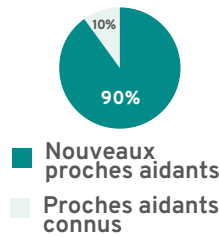
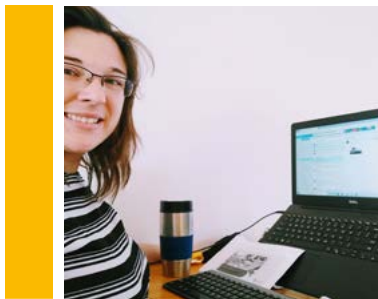


Nombre d'heures d'intervention individuelle

3 143 heures

Total de proches aidants uniques

450 proches aidants



Groupes de soutien hebdomadaires (permanents et ouverts)

Soutenu financièrement par : **Appuï** (proches aidants) et **Opérateur communautaire en soins infirmiers de l'Antr'Aidant** (Québec).

Les groupes sont offerts dans les villes de : Blainville, Saint-Jérôme, Sainte-Adèle, Val-David et Saint-Faustin-Lac-Carré.

En 2020-2021 : **2 groupes**
En 2022-2023 : **5 groupes**

Parole de proche aidant

« Ça fait du bien de se retrouver, de sentir qu'on n'est pas seul à vivre ça. Les thèmes que vous abordez nous font réfléchir à des sujets qu'on n'a pas été élevé à parler dans notre temps. C'est juste ici que je peux parler de ces affaires-là »

L'accompagnement psychosocial de groupe se définit par :

- Le caractère ouvert de notre processus d'accueil qui nous permet de recevoir des nouveaux proches aidants tout au long de l'année ;
- La fréquence hebdomadaire de nos rencontres qui entretient le soutien de proximité ;
- Une programmation trimestrielle thématiques créée **POUR, PAR et AVEC** les personnes proches aidantes ;
- L'opportunité de développer un filet social sécurisant et soutenant auprès de pairs vivant une réalité similaire.



Nombre de personnes proches aidantes uniques accompagnées :

98 proches aidants

Nombre de groupes de soutien :

128 groupes

Nombre d'heures d'intervention de groupe :

512 heures



Merci pour les prêts des salles



Merci à nos collaborateurs



Un grand *merci* à Josephine Piazza de Yoga Tout Laurentides pour les séances de yoga sur chaise offertes aux participants des groupes de soutien réguliers. Un soulagement du chagrin, de la douleur émotive et de l'accompagnement aux deuils, un ressourcement qui fait le plus grand bien! Les participants en redemandent encore!



Groupe de soutien à l'hébergement

Soutenu financièrement par : **autofinancement**

2e année d'existence de ce groupe!

Les personnes proches aidantes vivant l'hébergement éprouvent des besoins d'information, de formation et d'adaptation spécifiques qui nécessitent des échanges propres au niveau de la perte d'autonomie de leurs personnes aidés en contexte d'hébergement. Les personnes proches aidantes peuvent bénéficier de cet accompagnement avec une programmation bi-mensuel adaptée à leur réalité.



Les intervenantes



21

personnes proches aidantes uniques

93

participations

20

groupes

Thèmes abordés

- Apprivoiser la solitude
- Les bienfaits de la musique
- Quand le temps des au revoirs est arrivé
- Comprendre ma culpabilité
- Osez rêver avoir des projets
- Laisse-moi te raconter
- L'épuisement
- Ma relation avec mon proche est transformée m'adapter à mon nouveau rôle
- Mes moments de visite auprès de mon proche
- Fiscalité atelier de sensibilisation
- Osons l'amour à la St-Valentin
- Prévention des Fraudes
- Comment faire face aux réactions de notre entourage
- Comment maintenir le lien avec son proche à travers les stades de la maladie

L'Antr'Aidant a remarqué une notable augmentation de la demande de soutien psychosocial individuel et une stagnation des participations aux groupes de soutien en présence sur tout le territoire des Laurentides. Cette année, qui se définit toujours de particulière, nous révèle trois constats importants soit :

- Nous avons dû restreindre le nombre de participants aux groupes de soutien car la capacité d'accueil dans les locaux sur le territoire était limitée par les mesures sanitaires;
- Nous avons constaté une anxiété sociale augmentée par la période pandémique. Cette dernière a réduit le taux de participation aux groupes;
- Nous notons une augmentation considérable de personnes proches aidantes en emploi qui ne peuvent participer aux groupes de soutien en journée.

Les groupes de soutien dans la communauté

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Des Sommets - Sainte-Agathe 13 h 30 à 15 h 30	MRC Rivière-du-Nord / Nord de Mirabel 13 h 30 à 15 h 30 Secteur Sud 13 h 30 à 15 h 30	MRC des Pays-d'en-Haut 13 h 30 à 15 h 30 Des Sommets - Tremblant / Labelle 13 h 30 à 15 h 30 Secteur Centre 13 h 30 à 15 h 30 Secteur Antoine-Labelle 13 h 30 à 15 h 30	Secteur Nord 13 h 30 à 15 h 30 MRC Thérèse-de Blainville 13 h 30 à 15 h 30 Groupe hébergement 13 h 30 à 15 h 30 Groupe soirée 18 h 00 à 20 h 00	À venir

- Groupe de soutien réguliers
- Groupe de soutien Clic.Aidant

Groupes de soutien virtuels - Clic.Aidant

Soutenu financièrement par :



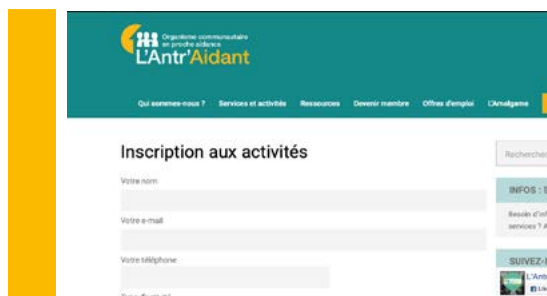
Parole de proche aidant

C'est une rencontre à laquelle j'ai hâte à chaque semaine, pour être capable de parler de ce que je ressens. Je me rends compte que je ne suis pas seule, à vivre ce que je vis. On ne peut pas parler de notre réalité à tout le monde. Dans le groupe, il y a des gens qui peuvent me comprendre et soulager ma douleur.

Clic.Aidant est une offre d'activité virtuelle qui permet un espace d'accueil et d'expression pour les personnes proches aidantes d'adultes et d'ânés vulnérables, en perte d'autonomie physique et/ou cognitive, offerte sur tout le territoire des Laurentides.

ClicAidant permet aux personnes proches aidantes :

- d'être écoutées sans jugement ;
- d'être accompagnées et guidées en abordant les différentes réalités inhérentes à la proche aidance ;
- de partager leur vécu et leur expertise avec des proches aidants qui vivent une expérience similaire ;
- de rehausser et partager leurs connaissances et leurs compétences ;
- d'être outillées concrètement pour s'adapter aux différents défis du parcours d'aidance ;
- d'avoir accès à une programmation de formation intégrée au groupe chaque année.



Nombre de participants proches aidantes uniques :

144 participants

Nombre de groupes de soutien :

207 groupes

Nombre d'heures d'intervention de groupe :

680 heures

Nombre de suivis individuels :

173 suivis

Nombre d'heures de suivis individuels :

284 heures

Soutenu financièrement par :



Encore cette année, L'Antr'Aidant était soucieux de maintenir un accompagnement et un soutien en continu aux personnes proches aidantes d'expression anglaise sur territoire des Laurentides dans un esprit de collaboration au sein du réseau d'aide communautaire dans lequel nous œuvrons.

13 participants proches aidants uniques

62 heures d'intervention de groupe

37 heures de suivis individuels

22 suivis individuels

Soucieux de fournir aux personnes proches aidantes d'expression anglaise de l'information pertinente et certains outils d'accompagnement susceptibles de faciliter leur rôle et responsabilités, nous avons fait la traduction et la distribution de nombreux de documents.

Plus de **100** heures consacrées à cette tâche



Documents traduits :

- Activities cartography
- Taxation and caregiving
- Formation Workshop Compassion Fatigue
- Face the diagnostic
- 7 tools #CaregiverInSolidarity



Merci à 4korners pour la collaboration!

Coaching proche aidant

Soutenu financièrement par :



L'activité « coaching proche aidant » est offerte aux personnes proches aidantes d'adultes et d'ainés vivant certaines difficultés avec leur proche malade ou en perte d'autonomie physique et/ou cognitive.

La personne proche aidante qui souhaite participer aux activités de coaching peut vivre :

- de l'incompréhension devant des comportements déroutants (ex. : agitation lors des repas, de l'habillage, l'inversion du cycle du sommeil, etc.) ;
- des difficultés à communiquer ;
- des inconforts dans l'accompagnement des activités de la vie quotidienne (ex. : résistance à embarquer dans la voiture lors des rendez-vous médicaux, agitation physique, les persévérations et de l'anxiété lors des sorties extérieures, etc.) ;
- des défis liés à l'accessibilité des services et à la navigation dans le système de santé et des services sociaux.

Thèmes les plus abordés :

- Comportements déroutants (SCPD)
- Support/coaching pour compléter la grille d'observation des comportements déroutants
- Défis de communication entre la PPA et la personne aidée
- Défis de communication avec les professionnels de la santé
- Comprendre les éléments de la cognition
- Information sur la maladie et/ou les TNC
- Comprendre le processus d'hébergement
- Information sur le système de la santé (SAPA, etc.)
- Processus d'homologation du mandat de protection
- Comprendre les mesures fiscales (crédits d'impôt, etc.)
- Démystifier les mesures légales (procuration bancaire et générale, mandat de protection)
- Coaching sur l'affirmation de soi, mettre ses limites, la culpabilité (utilisation des outils ou autres)
- Préparation d'un conseil de famille ou support lors de conflits familiaux
- Remplir des formulaires

Parole de proche aidant

Merci pour cette belle rencontre. Cela m'a permis d'avoir un bel échange enrichissant. J'en suis ressortie plus outillée. Merci pour cet accompagnement,



349 séances de coaching

118 proches aidants ayant reçu du coaching

450 heures d'intervention de coaching

L'Antr'Aidant a créé 4 formations, elles sont offertes en présence et en virtuel. Ces formations vulgarisées s'adressent aux personnes proches aidantes, aux intervenants.es et aux bénévoles.

En raison des restrictions sanitaires, les places étaient limitées en présence, ce qui a fait en sorte que nous n'avons pas eu la chance d'accueillir autant de personnes proches aidantes que nous aurions souhaités.

Parole de proche aidant

« Une chance que quelqu'un comme vous nous enseigne ces choses-là... »

Accompagner une personne vivant avec un trouble neurocognitif 1

(Auparavant Approche prothétique élargie 1)

- comprendre les différentes composantes de la cognition et de la mémoire ;
- utiliser différentes techniques de communication adaptées.

9

formations données

33

participants proches aidants

54

heures de formation



Accompagner une personne vivant avec un trouble neurocognitif 2

(Auparavant Approche prothétique élargie 2)

- réaliser des interventions auprès de la personne vivant avec un trouble neurocognitif dans le but de préserver son identité, prendre soin de votre alliance et capitaliser sur ses habiletés préservées.
- consolider les acquis de la formation accompagner une personne vivant avec un trouble neurocognitif 1.

6

formations données

21

participants proches aidants

36

heures de formation



Démystifier l'usure de compassion

- identifier les caractéristiques et symptômes de l'usure de compassion et décrire les facteurs de risques ;
- développer des stratégies qui minimisent l'impact de l'implication du proche aidant sur sa santé mentale, physique et sociale.

9

formations données

66

participants proches aidants

54

heures de formation



Proche aidance et fiscalité

- démystifier la terminologie fiscale ;
- découvrir les mesures fiscales fédérales et provinciales disponibles.



Au total :



À venir

En primeur! Après de nombreuses heures consacrées au développement, une nouvelle formation verra le jour en 2022-2023, «*Sexualité et proche aidant : se donner le droit et l'espace pour en parler*».

Conférences et ateliers de sensibilisation

Soutenu financièrement par : **Appui proches aidants** et autofinancement

L'intervention collective est un moyen qui vise la transformation sociale et s'adresse à divers acteurs de la communauté. Elle permet de sensibiliser des milieux diversifiés par le biais d'ateliers ou d'activités interactives de diverses formes.

Parole de proche aidant

Bravo pour la conférence d'hier! Le déroulement et le contenu ont été au-delà de mes attentes. Merci pour la belle conversation et de toutes vos explications.

Conférences en milieux d'hébergements

Comité des usagers CHLSD Saint-Jérôme



- Communiquer avec mon proche hébergé (canevas d'appel)
- M'adapter aux différents deuils
- Valse en trois temps
- Où se situe mon épousomètre
- Communiquer avec mon proche vivant avec un trouble neurocognitif
- Demander de l'aide - comment y arriver
- Comprendre le lien entre mes besoins et mes émotions
- Le sort de l'aideux

8 conférences 16 heures de conférences 72 participants



Conférences en CHSLD

Comité des résidents du CHSLD des Hautes Ste-Adèle

- Communiquer avec mon proche hébergé (canevas d'appel)
- M'adapter aux différents deuils
- Valse en trois temps
- Où se situe mon épousomètre
- Communiquer avec mon proche vivant avec un trouble neurocognitif
- Comprendre le lien entre mes besoins et mes émotions
- Demander de l'aide - comment y arriver

8 conférences 16 heures de conférences 56 participants



Nouvelle collaboration

Conférence en résidences

Sunrise de Fontainebleau, Blainville



- M'adapter aux différents deuils



1 conférence

3 heures de conférences

25 participants

Nouvelle collaboration

Le Centre Action génération des aînés de la Vallée-de-la-Lièvre



- Transformer l'usure de compassion **47 participants**
- Proche aidant, oser tendre la main **59 participants**
- Cognition et communication **51 participants**

3 conférences

9 heures de conférences

157 participants

Au total :

44
heures de conférences

310
participants
majoritairement des personnes proches aidantes

Atelier formatif aux étudiant.es de l'école

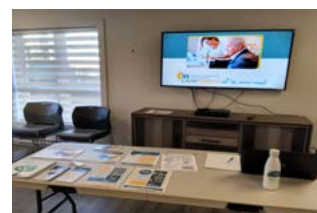
Classe de francisation - Cégep de Saint-Jérôme

2 heures d'atelier

20 étudiants

Kiosque d'information/sensibilisation dans la communauté

- Résidence 4 Saisons, Ste-Agathe **3 heures** **20 participants**
- Manoir de La Vallée **4 heures** **30 participants**
- Manoir La Falaise **4 heures** **20 participants**
- Résidence Le Boréa **4 heures** **20 participants**
- AGA du Comité des usagers Lac-des-Deux-Montagnes, Sud de Mirabel **4 heures** **30 participants**
- L'Entre-Gens, Ste-Adèle **3 heures** **5 participants**



Total : **22** heures **125** participants, en majorité des personnes proches aidantes

Innovation

L'Antr'Aidant fait partie du Coursus scolaire en technique de travail social



Atelier de formation et de sensibilisation aux étudiants.es finissants.es en technique de travail social.


Sujet : L'intervention en proche aideance : Mythe et réalité – les besoins et les enjeux des personnes proches aidantes – l'intervention en proche aideance, trucs et astuces d'intervention

L'Antr'Aidant désire remercier particulièrement Madame Lyne Souchereau, professeure à la technique de travail social pour sa sensibilité et son engagement face à la réalité proche aideance et au souci qu'elle porte à outiller les futurs.es intervenants.es à l'accompagnement auprès des personnes proches aidantes.

6 heures d'ateliers

45 étudiants



Soutenu financièrement par :  Centraide
Laurentides

#SolidairementProcheAidant, une série de capsules et d'outils d'informations, de trucs et d'astuces concrets et vulgarisés qui permettent :

- d'accompagner et de guider les personnes proches aidantes en abordant les différents axes de la réalité proche aidante ;
- d'informer et de sensibiliser la communauté sur les différents défis que vivent les personnes proches aidantes.

“ Parole de proche aidant
« Je les imprime, je les annote, je fais des petits griboillis dessus, ça m'aide à me rappeler les bonnes choses à faire... » ”

Nos activités POUR, PAR et AVEC les proches aidants

Rapport d'activités 2021-2022

26

L'Antr'Aidant

#01 - Désert de soins

#02 - Usure de compassion

#03 - La proche aide au masculin

#04 - Le refus de soins

#05 - Lâcher-prise

#06 - Pourquoi parler de sexualité en proche aide?

#07 - La proche aide à travers son histoire au Québec

#08 - Vieillir en dignité

#09 - Les pictogrammes

#10 - Réminiscence au service de la relation

#11 - Mea culpa - La culpabilité

#12 - Proche aide à distance



Également, 12 infolettres ont été envoyées, une à chaque mois, afin de partager les outils et les capsules.

1625 personnes touchées par les infolettres.

860 clics ont été effectués sur les liens.

À venir bientôt!

L'équipe de L'Antr'Aidant travaille à la création et au développement d'un recueil d'outils #SolidairementProcheAidant. Le lancement est prévu le 15 juin 2022, à l'assemblée générale annuelle! Nous travaillons également à un microsite, qui regroupera des outils et capsules.

Nos actions de transformation sociale

Créé à l'initiative de sa communauté, L'Antr'Aidant a cœur d'être partie prenante de la consolidation du filet social des personnes proches aidantes. De ce fait, nous nous engageons à agir au quotidien sur les causes des défis vécus par les proches aidants d'adultes et d'aînés et non seulement sur les effets de ces défis.

Cette année encore, nous avons déployé nombre d'actions visant une *transformation sociale* pour l'ensemble des personnes proches aidantes des Laurentides.

Semaine nationale des personnes proches aidantes

Du 7 au 14 novembre 2021 a eu lieu la Semaine nationale des personnes proches aidantes. Pour l'occasion, L'Antr'Aidant a organisé et a été présent à de nombreux ateliers.

- Cours sur la proche aidance, offert aux étudiants de la technique de travail social du Cégep de Saint-Jérôme afin d'informer et sensibiliser.
- Activité de reconnaissance pour les personnes proches aidantes à Thérèse-De Blainville.
- Échange et partage de nos pratiques entre Prévoyance envers les aînés des Laurentides et L'Antr'Aidant.



- Animation d'un « Focus group » initié par proche aidance Québec et animé par notre collègue Brigitte Bolduc auprès de proches aidants, suite à l'écoute d'extraits du film « Dehors Serge dehors ».
- Conférence « Comment maintenir le lien avec son proche à travers les stades de la maladie » par notre administrateur Grégory Ardiét, travailleur social et professeur à l'UQAT.
- Atelier « L'usure de compassion » dans la MRC d'Antoine-Labelle par Samuèle Campeau, chef d'équipe secteur Nord et intervenante psychosociale à L'Antr'Aidant.



- Participation au cahier spécial consacré à la réalité proche aidante dans le journal L'Accès et le journal Le Nord, en collaboration avec la



Organisme communautaire en proche aidance
L'Antr'Aidant est là, avec vous!

En cette semaine nationale, les personnes proches aidantes aussi méritent notre reconnaissance... et notre soutien.

Faire équipe avec vous dans ce parcours qu'est la proche aidance est un privilège.

- Ligne d'accueil 7 jours / 7
- Soutien individuel et de groupe
- Formations / ateliers / conférences
- Coaching proche aidant

Et plus!

Pour nous contacter : 579 888-0211

information@antraidant.com | L'Antr'Aidant | www.antraidant.com

Charte de reconnaissance de l'expertise des personnes proches aidantes



Le comité des SAGES issu de la Table des aînés.es de la MRC D'Antoine-Labelle située dans les Hautes-Laurentides constituées d'organismes communautaires, de gestionnaires et d'intervenantes du réseau public, de bénévoles, d'enseignants et de personnes proches aidantes dont Samuèle Campeau, chef d'équipe secteur Nord et intervenante psychosociale à L'Antr'Aidant et Grégory Ardiét, administrateur au Conseil d'administration à L'Antr'Aidant, ont présenté une démarche visant à reconnaître l'expertise des personnes proches aidantes.

Considérant les nombreux défis quotidiens auxquels sont confrontées les personnes proches aidantes ainsi que la Politique Nationale pour les personnes proches aidantes du gouvernement du Québec déposées au printemps 2021 par la ministre des Aînés et des proches aidants.es, Madame Marguerite Blais, le comité s'est concerté afin d'initier une action citoyenne d'envergure favorisant la reconnaissance de leur expertise.





À partir d'un « Focus group » composé de professionnels de la santé, de l'éducation, de membres d'organismes communautaires, de bénévoles et des personnes proches aidantes, une Charte a été rédigée pour reconnaître l'expertise que détiennent les personnes proches aidantes.

L'Antr'Aidant est fier et honoré de s'associer à cette mobilisation citoyenne de reconnaissance envers les personnes proches aidantes et remercie le comité pour cette initiative innovante et solidaire de la réalité proche aidante.

Sensibilisation intergénérationnelle

Innovation

École secondaire Collège Laurentien 



À l'automne 2021, nous avons accueilli deux étudiantes de la technique de travail social au Cégep de St-Jérôme. Dans le cadre de leur stage d'action communautaire, Abigaël et Pascale ont travaillé sur un projet de sensibilisation à la réalité de la proche aide auprès des élèves du deuxième cycle du secondaire. Durant les trois mois de stage, elles ont développé du matériel de sensibilisation en partenariat avec l'implication de deux personnes proches aidantes. Pour couronner la fin de leur stage, elles ont animé deux ateliers dans les classes de secondaire cinq du collège Laurentien à Val-Morin.

Ce projet innovant a permis à L'Antr'Aidant de se rapprocher d'un milieu encore peu ciblé par les services pour les proches aidants, et ce malgré les besoins présents. D'ailleurs Abigaël et Pascale ont constaté qu'environ un étudiant sur deux était touché de près ou de loin par cette réalité.

Innovation

L'Antre-Jeunes 



L'Antr'Aidant a présenté un atelier de sensibilisation en collaboration avec L'Antre-Jeunes, organisme communautaire à Saint-Jérôme qui aide des jeunes de 10 à 17 ans désireux de changer certains comportements, certaines attitudes qui les gênent dans la vie de tous les jours. Nous avons abordé les thèmes de la communication, le vieillissement et la réalité proche aidante. Pendant cet atelier, des jeunes de 13 à 15 ans offrant leurs services en entretien ménager pendant la période estivale, ont été sensibilisés à l'âgisme, ont développé des habiletés à reconnaître les besoins des personnes âgées et se sont découverts des points communs avec les aînés afin de faciliter les échanges lors de leur passage à domicile. Un bel après-midi en compagnie de jeunes impliqués et bienveillants!

Simulations d'entrevues - technique de travail social



Chaque année, L'Antr'Aidant accueille des étudiants.es en technique en travail social du Cégep St-Jérôme afin de leur offrir un milieu d'apprentissage et de soutien pour les intervenants.es à venir.

Depuis trois ans, nous réalisons, en collaboration avec les enseignants.es en technique de travail social, des simulations d'entrevues qui leur permettent de vivre une expérience auprès d'un employeur dans le domaine de l'intervention psychosociale. Cet échange avec ces quatre étudiantes, leur a donné l'opportunité de mettre en lumière leurs savoir-être, leur savoir-faire et identifier les éléments à retenir lors d'entrevues d'embauche. Encore cette année, se fût une expérience enrichissante. Merci à Madame Lyne Souchereau, enseignante à la technique de travail social pour cette collaboration porteuse de sens!

L'Amalgame, Communauté de pratique des intervenantEs en proche aide des Laurentides initiée et soutenue financièrement par L'Antr'Aidant.

Un réseau de soutien avant tout !

L'Amalgame a officiellement entamé sa deuxième année d'activités en avril 2021. Grâce à ses membres actives et engagées, c'est plus de 10 rencontres qui se sont tenues en mode virtuel. Les rencontres se tiennent sur une base mensuelle en alternance les mardis et les jeudis afin de s'adapter à l'horaire des intervenantEs. De plus, la Communauté de pratique a réalisé ses premières activités de formation cet automne. Puis, souhaite se doter de stratégies de communication entre elle et la communauté en proche aideance !

L'Amalgame est avant tout un filet de sécurité et d'entraide pour ces professionnelles issues du milieu de la proche aideance. Les membres de L'Amalgame se disent heureuses et rassurées d'avoir un espace où elles peuvent partager leur vécu avec d'autres intervenantes au sujet des défis rencontrés dans le cadre de leur vie professionnelle et personnelle. Le codéveloppement entre intervenantEs est une stratégie efficace et assure une transmission des meilleures pratiques. Certinement, la situation pandémique amène son lot de complexité dans le domaine de l'intervention. Il est donc nécessaire de mettre en avant-plan de bien-être des intervenantEs.

Activités de formation

À l'automne 2021, c'est plus de 15 membres qui ont participé à la première activité de formation élaborée et organisée sur mesure selon les besoins manifestés par ses membres. L'atelier traitait des impacts sur leurs pratiques en ce contexte hors-normes. Animée par Diane Chayer, conférencière et chargée de formation, cette formation a offert aux intervenantEs un espace pour déposer, partager et échanger sur les effets du contexte pandémique. Cette formation a eu un effet positif et a encouragé l'organisation d'une deuxième phase axée sur une « perspective éthique de la gestion du transfert expérientiel : frontières à établir, les glissements à éviter et les solutions gagnantes » à proposer qui aura lieu en mai 2022.

La communauté de pratique s'est engagée à réaliser des actions structurantes afin de s'assurer de conserver la mémoire collective des rencontres de la communauté de pratique. Un projet d'infolettre devrait voir le jour au printemps 2022. On y retrouvera le contenu pertinent traité en rencontre de la Communauté de pratique tel que : des outils, des stratégies et des techniques d'intervention spécifiques à la thématique de la proche aideance. Les membres auront l'opportunité de présenter des textes au comité de rédaction pour nourrir cet espace de partages d'expertise. Cette action s'insère, directement dans la philosophie de la communauté de pratique visant à mettre en lumière l'expertise spécifique de l'intervention en proche aideance.

À ceci s'ajoute, la page Facebook : L'Amalgame, communauté de pratique et un groupe privé Facebook qui offre un espace supplémentaire aux membres pour échanger. Tous les intervenantEs qui adhèrent à la communauté de pratique sont accueillis sur le groupe privé. À chaque année, les membres sont sondés à partir de leurs intérêts et leurs besoins de formation qui seront offerts à la communauté de pratique afin d'établir un plan de formation continue.

Finalement, il est peu dire que L'Amalgame est un puissant outil de développement individuel, organisationnel et collectif !



Revue de presse

Articles de journaux

Juillet 2021



Journal L'Info du Nord

«Les résidences du Manoir soutiennent la campagne du Coeur de la Proche Aidance avec l'achat de 500 coeurs pour engagement de 5000\$»

Septembre 2021



Journal L'Accès
Cahier génération B

Novembre 2021



Journal L'Info du Nord
Journal L'Accès

Cahier proches aidants

Novembre 2021



Journal L'Info du Nord
Journal L'Accès

Cahier spécial pour le 15ième anniversaire de Pallia-vie



Journal L'info du Nord
Journal L'Accès

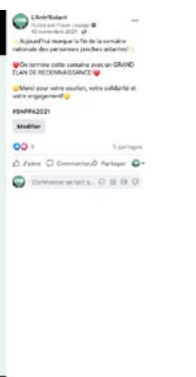
Cahier spécial à la sensibilisation à la maladie d'Alzheimer

Réseaux sociaux

Nous avons le désir et le souci de rester connectés avec notre communauté, nous avons donc été encore très présents sur Facebook cette année afin de créer un lien de proximité.

Plus de 200 publications divisées en 5 objectifs de communication :

- Relayer des informations et des éléments d'actualité liés à la proche aidance.
- Assurer la publicité de nos services et activités et celles de nos partenaires.
- Diffuser des outils d'intervention sous diverses formes : capsules, encarts, etc.
- Poser un regard personnel sur nos pratiques et croquer sur le vif les moments partagés avec les proches aidants dans notre quotidien.
- Favoriser le partage des informations traitant d'action communautaire et de vie associative.



Pratiques citoyennes et enracinement dans la communauté

Nourrir nos pratiques citoyennes et s'enraciner dans notre communauté c'est :

- **Représenter** les personnes proches aidantes auprès de diverses instances;
- **S'engager** en concertation pour **faire équipe** avec les acteurs du milieu afin participer activement au développement d'un tissu social fort pour les personnes proches aidantes;
- **Consolider, développer et optimiser** des partenariats et collaborations visant le mieux-être des proches aidants;
- **Unir** nos voix à celle des personnes proches aidantes et être en écoute constante de leurs besoins;
- **Développer** en continu notre vision large de la proche aide en partageant avec divers acteurs du milieu;
- **Nourrir** l'engagement bénévole au sein de l'organisme.

Nos regroupements

Parce que la bienveillance des personnes proches aidantes passe aussi et surtout par le faire **ENSEMBLE**, être **ENSEMBLE**, L'Antr'Aidant choisit année après année d'adhérer et de s'impliquer auprès de deux regroupements qui nous sont précieux !



Proche Aideance Québec

(Auparavant le Regroupement des aidants naturels du Québec)

- Participation à l'AGA virtuelle 2021
- Participation à 4 webinaires et 2 sondages sur la réalité proche aidante
- Participation à différents ateliers d'appropriation de la politique nationale pour les personnes proches aidantes et son plan d'action
- Promotion et diffusion des outils produits par Proche Aideance Québec

Nouveau cette année!

Après consultation des membres de Proche aideance Québec de la région des Laurentides, Julie, la directrice générale de L'Antr'Aidant a intégré le conseil d'administration de Proche aideance Québec dans le siège qui représente la région des Laurentides.

Cette implication majeure nous permet de :

- Collaborer avec différents acteurs en provenance de toutes les régions du Québec
- Réfléchir ensemble et optimiser notre vision large de la proche aideance
- Partager avec la région des Laurentides, les préoccupations et/ou enjeux de nature provinciale.

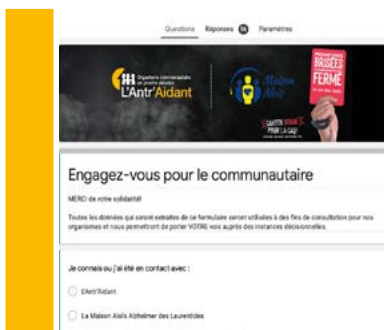
Bravo Proche aideance Québec, vous êtes si près des besoins de vos membres !



Regroupement des organismes communautaires des Laurentides

- Participation à l'AGA virtuelle 2021
- Participation à la tournée des régions
- Implication lors de la semaine nationale de l'action communautaires autonome
- Participation à 7 formations proposées par le ROCL (5 pour la permanence et 2 pour les membres du C.A)





- Participation active au tournage du docu-web « Vortex pandémie »

- Participation à la **CAMPAGNE ENGAGEZ-VOUS**

Un sondage créé dans le cadre de la campagne Engagez-vous :

- **95** répondants
- **99%** des répondants appuient la campagne Engagez-vous qui vise à rehausser le financement des organismes communautaires, faire valoir le respect de l'autonomie des organismes communautaires
- **54%** des répondants sont une personne proche aidante ou l'ont déjà été.
- « Si ces ressources n'existaient plus, des centaines de personnes fragilisées seraient abandonnées sur le bord de la rue. Les services de cette nature n'existent pratiquement pas dans le système de santé de l'État. De plus cet ÉTAT tend à laisser glisser beaucoup de ses services au privé, des portes se ferment laissant les gens dans la solitude et le désespoir.....»



Encore et toujours, le ROCL est un phare pour s'ancrer solidement dans les valeurs du milieu communautaire !

Notre présence en concertation

MRC Thérèse De-Blainville : 24 h

Table du 3ième âge
Comité proche aidant de la Table du 3ième âge

MRC de Deux-Montagnes, Sud de Mirabel : 12 h

Comité proche aidant LDDM

MRC Rivière-du-Nord : 24 h

Table de réflexion et d'action des retraités et aînés de la Rivière-du-Nord (TRARA)

Comité proche aidant de la TRARA

MRC des Pays-d'en-Haut : 24 h

Table des aînés des Pays-d'en-Haut
Comité proche aidant des Pays-d'en-Haut

MRC des Laurentides : 24 h

CASA
Comité proche aidant de la CASA

MRC Antoine-Labelle : 24 h

Table des aînés d'Antoine-Labelle
Comité des Sages (comité proche aidant)

Tous les territoires des Laurentides : 24h

Comité des partenaires avec le comité des usagers DITSADP
Table anglophone LESAN



Au total
144 heures investies en concertation

Appui Laurentides

Cette année, nous avons participé aux événements qui ont souligné l'apport de L'Appui Laurentides dans la région depuis plus de 10 ans. L'Antr'Aidant était présent à la célébration de reconnaissance ainsi qu'à l'assemblée de dissolution de l'Appui Laurentides !

MERCI SINCÈRE pour le soutien financier offert à L'Antr'Aidant depuis 2010 !

Partenariats et collaborations



Un grand partenariat avec la Maison Aloïs Alzheimer des Laurentides encore cette année. Ils ont été un complice extraordinaire. Leur dévouement, solidarité, flexibilité et mobilisation à maintenir l'accompagnement de la dyade aidant-aidé a été pour nous d'un grand soutien. Nous sommes comblés de partager notre quotidien avec une équipe si admirable.

La dernière année a été riche d'expériences diverses permettant le développement et l'optimisation du filet social des personnes proches aidantes. Nous avons travaillé avec nos partenaires et collaborateurs pour :

- Du référencement et collaboration d'intervention ;
- De l'aide et de l'entraide pour certains défis du quotidien;
- De l'accessibilité à leurs services, des réductions des coûts et commandites;
- De l'accompagnement technique, logistique et l'accès à des locaux
- Un partage d'expertises, de conseils et d'expériences;
- Des observations et d'accompagnement de stagiaires;
- Un support financier.

Partenaires de proximité



Comité des résidents du CHSLD de St-Jérôme

Comité des résidents du CHSLD des Hauteurs

Collaborateurs

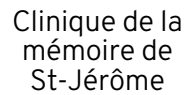


Rencontre avec l'équipe de Prévoyance envers les Aînés

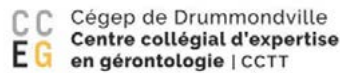
Collaborateurs



Publics



Milieux d'enseignements



Médias



Privés et autres



Georges Reti
Ingénieur informatique

Gestion des ressources humaines

La gestion des ressources humaines de l'organisme est portée par cette phrase toute simple mais qui résume bien notre posture :

Nous souhaitons courageusement prendre soin de celles qui prennent soin et accompagnent ceux qui prennent soins des adultes et aînés vulnérables.



.....
Membre de l'équipe - Personne proche aidante - Personne aidée
.....

Participation à un atelier (offert en 3 volets de 3 heures) portant sur les défis et les enjeux interpersonnels en santé mentale.



Solidairement et pour optimiser notre filet social d'équipe, nous avons partagé la participation à ces ateliers avec les collègues de la MAAL.



Lac-à-l'épaule

En juillet 2021, toute l'équipe s'est réunie dans une formule lac-à-l'épaule pour se recentrer sur ses valeurs et reconnaître tout le précieux de notre complémentarité!



L'amélioration des conditions de travail est aussi un axe de bienveillance envers l'équipe de L'Antr'Aidant. Cette année, nous avons travaillé au développement :

- De nouvelles échelles salariales
- Du fond santé et bien-être
- De bonification à la politique de remboursement des frais de déplacement
- D'une politique de conciliation travail-vie personnelle



Fond santé et bien-être des employés
Etat de l'annuaire de l'équipe de la permanence

1. Mise en contexte

L'Antr'Aidant est un organisme communautaire autonome qui souhaite articuler ses valeurs organisationnelles de courage, de bienveillance, de créativité, de solidarité et de pouvoir d'agir, par le biais de mesures et de politiques de gestion des ressources humaines cohérentes avec ces dernières. Le Fond santé et bien-être des employés est une de ces mesures bienveillantes à l'égard des avantages sociaux de l'équipe de la permanence, avantages qui visent le maintien de leur santé globale.

2. Description

Le Fond santé et bien-être est un montant offert à toutes les employées permanentes de L'Antr'Aidant sur présentation de factures. Pour l'année 2021-2022, du 1^{er} avril 2021 au 31 mars 2022, les bénéficiaires sont :

Formations de l'équipe

Dans le cadre du programme de formation continue à L'Antr'Aidant, l'équipe d'intervention a participé à **29 formations** cette année. Que ce soit en présence ou en mode virtuel, ces **393 heures de formation** ont contribué à consolider l'expertise de chacune des intervenantes et favoriser le co-développement au sein de notre équipe

Voici quelques thèmes de formation :

Les discours intérieurs en saisir les enjeux

Formation culpabilité

Alzheimer et maladies neuroévolutives



Appui
proches aidants



Aide médicale à mourir



Pour que vieillir soit gai



Intervention auprès des couples âgés en contexte de proche-aidance



Comment rester utile et en santé tout en côtoyant la souffrance



Le deuil : Mieux comprendre pour mieux accompagner

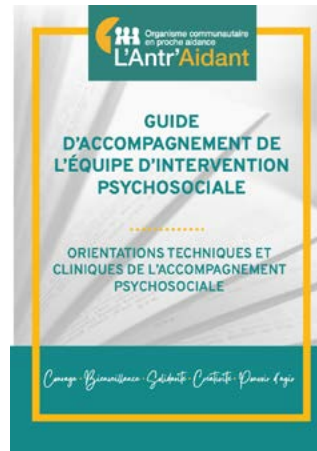


Tout savoir sur l'évolution de la protection des personnes en situation de vulnérabilité



Guide d'accompagnement de l'équipe d'intervention psychosociale

Cette année, L'Antr'Aidant a mis en œuvre des actions concrètes pour contribuer à l'amélioration des conditions de vie des personnes proches aidantes. Nous étions rendus au carrefour de la réflexion, du positionnement, de la consolidation de l'accompagnement psychosocial pour les prochaines années. L'équipe d'intervention a échangé, émis ses opinions, confronté ses visions et son expertise, dans le respect et la transparence que nous nous reconnaissons. Nous avons co-construit l'essence de ce que doit être l'accompagnement psychosocial à L'Antr'Aidant. Aujourd'hui, nous sommes fiers de vous présenter le « Guide d'accompagnement de l'équipe d'intervention psychosociale. ». Le fruit de notre labeur qui teintera nos accompagnements psychosociaux et nous guidera dans notre approche auprès des personnes proches aidantes, la communauté et nos partenaires du réseau public, privés et communautaires.

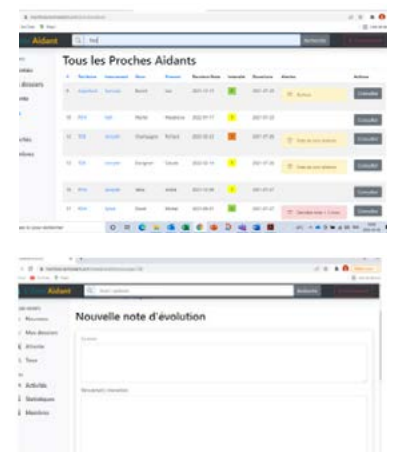


Base de données

Toujours soucieux d'améliorer les conditions de travail de l'équipe d'intervention et notre approche auprès des proches aidants, nous avons cette année fait un virage vers une plateforme numérique pour la tenue des dossiers des personnes proches aidantes qui participent à l'ensemble des activités que nous offrons.

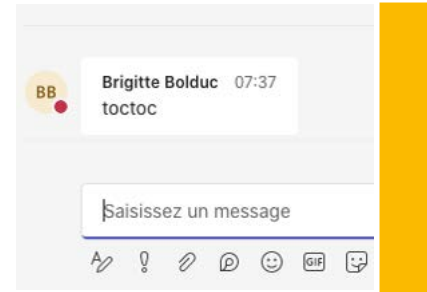
Une base de données conçue et adaptée à nos besoins d'intervention offrant ainsi un accès rapide pour connaître le parcours de la personne proche aidante en toute confidentialité. Cet outil, facilitant le travail de l'équipe d'intervention, permet également d'optimiser l'accompagnement psychosocial auprès des personnes proches aidantes.

Grand merci à Georges Reti, ingénieur informatique pour sa précieuse collaboration et son ouverture à créer un outil spécifiquement basé sur nos besoins organisationnels.



Télétravail – adaptation des pratiques

Dotées d'équipement informatique performant et efficace, certaines activités ont été réalisées en formule virtuelle et d'autres en présence, toujours dans le respect des consignes sanitaires en vigueur. L'équipe d'intervention a adopté un mode de travail hybride afin d'élargir l'offre de l'accompagnement psychosocial auprès des proches aidants. La crise socio-sanitaire nous a donc maintenus dans un courant de réflexion pour adapter nos pratiques, conserver les liens entre nous, se partager en continu des informations pour ajuster nos interventions auprès des personnes proches aidantes et nos actions auprès de la communauté et de nos partenaires.



Une autre façon simple de consolider nos relations et préserver nos alliances passe tout d'abord par savoir si l'autre personne est disponible !

Engagement bénévole

Cette année encore c'est plus de **25 bénévoles** qui ont permis à la mission de L'Antr'Aidant de s'actualiser. Ensemble, ils ont généreusement offert plus de **2000 heures** de bénévolat de différents types!

Un merci tout spécial!

À toutes les **personnes proches aidantes** qui ont commenté des outils, répondu à des demandes d'entrevues, de tournages ou de sondages. Pour, par et AVEC vous : toujours!

Aux 7 membres du conseil d'administration

À madame **Raymonde d'Anjou**, secrétaire et membre fondatrice de L'Antr'Aidant qui encore une fois cette année a rédigé tous les procès-verbaux des assemblées générales, des conseils d'administration réguliers et spéciaux.

À madame **Gisèle Brett**, intervenante psychosociale bénévole qui, en plus d'accompagner directement les personnes proches aidantes de langue anglaise, est venue supporter à plusieurs égards l'équipe d'intervention, l'élaboration de guide d'orientation de l'intervention. Tu es chère Gisèle, source d'inspiration!

À monsieur **Stephan Landry** qui assure bénévolement depuis près de 10 ans le soutien technique et informatique de l'équipe de L'Antr'Aidant. Une valeur inestimable et une disponibilité sans pareil!

À Monsieur **Arthur Abbey**, proche aidant de langue anglaise qui a participé à un tournage vidéo visant à sensibiliser des milieux de travail à la proche aidance (en collaboration avec Centraide Laurentides)

Un formidable groupe de bénévoles !

Encore cette année, L'Antr'Aidant a eu la chance de poursuivre sa collaboration avec Madame Alicia Flores, enseignante à la formation « Français lié au travail » du Cégep de Saint-Jérôme. Cette formation offre aux immigrants.es qui ont choisi comme terre d'accueil la Ville de Saint-Jérôme, la possibilité d'apprendre le français pour faciliter leur intégration au travail. Grâce à cette enseignante engagée et impliquée, une stagiaire a participé à l'ensemble de nos activités pendant une semaine et une douzaine d'étudiants.es bénévoles ont assisté aux groupes de soutien et prêté mains fortes aux intervenantes dans l'application et le respect des consignes sanitaires. À la session d'automne 2021, nous avons créé une activité d'échange avec l'ensemble des étudiants.es pour démystifier ce qu'est la proche aidance au Québec, les rôles, les responsabilités et les différents enjeux vécus dans leur parcours. Ce moment de partage a été savoureux, rempli d'espoir et de sensibilité face à la réalité proche aidante.

Un merci spécial aux bénévoles de la formation
« Français lié au travail » du Cégep de Saint-Jérôme :

- Leina Macias Castillo
- Luminosa Lucquiao
- Freshta Sultana
- Carol Rodriguez
- Nancy Villarroel
- Yulimar Rodriguez
- Jiajia Chen
- Martha Zanchez
- Barbara Duran
- Patricia Safi
- Nadia Rodriguez



Gestion financière

Encore une fois cette année, L'Antr'Aidant a su optimiser divers leviers financiers afin de bonifier son offre d'activités et de services

Bien que le budget d'opération annuel de l'organisme ait été multiplié par 10 depuis sa fondation en 2009, il n'en demeure pas moins que nous demeurons précarisés par le manque de ressources financières récurrentes versées directement afin d'articuler notre mission et répondre aux besoins toujours plus nombreux et diversifiés de l'ensemble des personnes proches aidantes d'adultes et d'aînés des Laurentides.

Bailleurs de fonds et partenaires financiers 2021-2022

Appui
proches aidants

L'Appui Laurentides pour les proches aidants d'aînés

	Montant
MRC des Pays d'en-Haut	57 664.36 \$
MRC des Pays d'en-Haut (semaine des proches aidants)	1 957.89 \$
MRC de la Rivière-du-Nord	63 626.07 \$
MRC de Thérèse-De Blainville	67 169.81 \$
	190 418.13 \$

Centre intégré
de santé
et de services sociaux
des Laurentides
Québec

Le ministère de la santé et des services sociaux des Laurentides via le CISSS des Laurentides

	Montant
Programme de soutien aux organismes communautaires – soutien à la mission globale (PSOC)	145 955.00 \$
PSOC ponctuel	5 000.00 \$
Entente de services – Groupe de soutien permanent et ouvert dans la MRC des Pays-d'en-Haut	16 921.64 \$
Entente de services – Groupe de soutien permanent et ouvert dans la MRC des Sommets	7 784.02 \$
Entente de services – Projet virtuel Clic Aidant	89 138.20 \$
Entente de services programme réadaptation et déficience	20 000,00 \$
FRASLA	5 307.00 \$
	290 105.86 \$

 **Centraide**
Laurentides

Centraide

	Montant
Centraide	25 000.00 \$

Emploi
Québec

Emploi Québec

	Montant
Emploi Québec	2 916.25 \$



Revenu L'Amalgame - Budgets discrétionnaires de députés

	Montant
Madame Agnès Grondin	5 000.00 \$
Madame Sylvie D'Amours	250.00 \$
Madame Chantale Jeannotte	500.00 \$
Madame Marguerite Blais	500.00 \$
Monsieur Youri Chassin	1 000.00 \$
	7 250.00 \$

MRC Des Pays-d'en-Haut	Montant
MRC Des Pays-d'en-Haut	14 500.00\$

Cégep de Saint-Jérôme	Montant
Cégep de Saint-Jérôme	603.52\$

Madame Marguerite Blais, Ministre des Aînés et des proches aidants	Montant
Madame Marguerite Blais	16 000.00\$

Monsieur Yuri Chassin, Député de Saint-Jérôme	Montant
Monsieur Yuri Chassin	5 000.00\$

Autofinancement

Conférence, ateliers, formation	1 380.00\$
Ventes d'épinglettes du Cœur de la Proche Aidance	6 154.38\$

Dons	Montant
Dons In memoriam et dons individuels	4 279.06\$

Budget d'opération lié aux activités régulières :

568 809,20\$

Financement lié à la relocalisation de L'Antr'Aidant et au développement du Carrefour de gériatrie sociale des Laurentides

Financement lié à la relocalisation de L'Antr'Aidant et au développement du Carrefour de gériatrie sociale des Laurentides

Ministère des Affaires municipales et de l'Habitation (MAMH)	Montant
Fond région et ruralité - volet 1	50 000\$ (50% L'Antr'Aidant et 50% Maison Aloïs Alzheimer des Laurentides) /40 000\$ reçus en 2021-2022
Fond région et ruralité - volet 2	32 000\$ (20 000\$ reçus en 2021-2022)

Priorités et perspectives 2022-2023

À l'assemblée générale annuelle 2021, L'Antr'Aidant a présenté à ses membres sa planification stratégique triennale 2021-2024 qui avait été travaillée collectivement durant plusieurs mois dans l'année précédente. Un an plus tard, nous prenons conscience que nos orientations stratégiques ont été de forts bons guides pour traverser la dernière année et demeurerons un ancrage puissant pour 2 ans encore.



Enracinement

De concert avec les collaborateurs et partenaires, consolider et déployer la présence de l'organisme, son approche et ses activités sur l'ensemble du territoire des Laurentides.



Innovation

Optimiser le pouvoir de transformation sociale de l'organisme en misant sur ses capacités à innover, s'adapter et vulgariser.



Reconnaissance

L'organisme est reconnu pour sa contribution essentielle à la communauté Laurentienne et de ce fait, est financé à la hauteur de ses besoins.

Retour sur les orientations stratégiques 2021-2022






Enracinement

Objectifs prévus	Niveau d'atteinte	Éléments d'atteinte dans la dernière année
De concert avec les collaborateurs et partenaires, consolider et déployer la présence de l'organisme, son approche et ses activités sur l'ensemble du territoire des Laurentides.	Excellent	<ul style="list-style-type: none"> • ClicAidant disponible sur les territoires de MRC des Laurentides • L'Amalgame regroupe des intervenants de l'ensemble de la région laurentienne. • Présence de l'organisme dans 14 concertations différentes couvrant toutes les MRC du territoire des Laurentides et différentes natures d'aide (aîné, déficience physique et intellectuelle, anglophone). • 5 groupes de soutien en présence chaque semaine dans 5 MRC et 5 villes différentes • Groupes virtuels réunissant des proches aidants des 7 territoires de MRC des Laurentides
Consolider une équipe permanente	En continu	<ul style="list-style-type: none"> • Amélioration des conditions de travail en continu (révision des échelles salariales, fond santé et bien-être, etc.) • Budget de formation du personnel bonifié; • Développement d'une politique de conciliation de travail / vie personnelle • Révision de l'organigramme et ajout de postes de directrice générale adjointe, de chef d'équipe et d'une intervenante responsable de la ligne d'accueil • Développement du Guide d'accompagnement clinique et technique de l'équipe
Développer et structurer une équipe d'accompagnement bénévole qui traduit la mission et les valeurs de l'organisme.	En voie d'atteinte	<ul style="list-style-type: none"> • Diversification du type de bénévole/bénévolat au sein de l'organisme (alliance avec des classes de francisation pour l'accompagnement aux groupes de soutien/application des mesures sanitaires, aide technique, etc.).

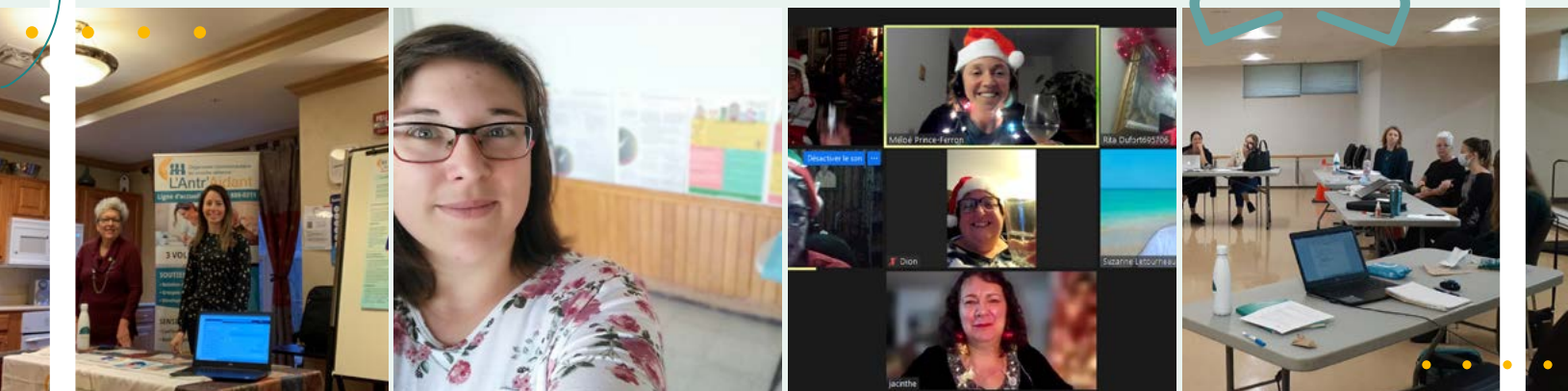
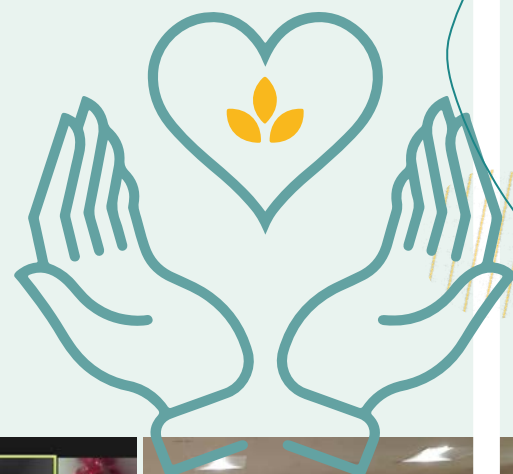
Objectifs prévus	Niveau d'atteinte	Éléments d'atteinte dans la dernière année
Soutenir par des actions concrètes les initiatives des personnes proches aidantes visant les développements de leur filet social.	Excellent. Cet objectif sera revu chaque année pour maximiser la réponse aux besoins des PPA. Évolutif et adaptatif au profil citoyen	<ul style="list-style-type: none"> • Animation et multiplication de diverses activités de vie associative permettant de faire ressortir les besoins communauté de nos membres et de la communauté proche aidante. • Activité de yoga /proche aidant offerte par une citoyenne à la demande des PPA • À la demande des membres proches aidants, travaux en cours pour créer une formation traitant d'intimité et de sexualité des personnes proches aidantes • Idéation et révision des programmation des groupes de soutien par les membres de chacun des groupes
Diversifier, intensifier et consolider les activités, les services et les partenariats de l'organisme.	Plusieurs objectifs atteints	<ul style="list-style-type: none"> • Développement de contenu pour sensibiliser à la proche aidance dans le milieu scolaire / secondaire • Création d'un mini-atelier de sensibilisation d'une heure pour les jeunes de 12 à 15 ans • Création d'un contenu de cours (3 h) pour les finissant de TTS du Cégep de Saint-Jérôme : « Accompagner les personnes proches aidantes ». • Développement de nos liens pour le micro-site pour D.I./TSA/D.P. • Travaux sur la réalisation d'un colloque reconnaissant l'expertise des aidants. Colloque qui réunira plus de 25 organismes. • Financement pour le développement de l'activité post-aidance

Objectifs prévus	Niveau d'atteinte	Éléments d'atteinte dans la dernière année
Augmenter le financement récurrent de l'organisme <i>**Nous devons définir plus clairement la notion de « récurrent » pour cet objectif</i>	En voie de réalisation/ certains résultats ont été atteints	<ul style="list-style-type: none"> • Mise en marché du cœur de la proche aidance • Développement de l'offre de service en lien avec les formations données par L'A'A

Priorités et perspectives 2022-2023

 Enracinement	<ul style="list-style-type: none"> -Poursuivre nos actions dans le but de relocaliser le siège social. -Participer activement au déploiement du Carrefour de gériatrie sociale des Laurentides -Revoir nos lettres patentes pour les ajuster aux besoins réels de l'organisme et de la population proche aidante.
 Innovation	<ul style="list-style-type: none"> -Poursuivre la diversification, l'intensification et la consolidation des activités, des services et des partenariats de l'organisme en incluant des rapports de proximité avec : <ul style="list-style-type: none"> • Les personnes proches aidantes qui accompagnent un adulte vulnérable de moins de 65 ans • Les milieux d'enseignement et les jeunes afin de les sensibiliser à la réalité proche aidante • Les proches aidants de personnes hébergées
 Reconnaissance	<ul style="list-style-type: none"> -Consolider des stratégies de financement qui optimiseront la récurrence de nos ressources financières -Capitaliser sur la reclassification de l'organisme au PSOC


Courage • Bienveillance • Solidarité • Créativité • Pouvoir d'agir



205 rue Principale Saint-Sauveur, QC J0R 1R0
(Siège social)

655 5ième rue , Saint-Jérôme, (Québec) J7Z 2W8
(dans les locaux de la Maison Aloïs Alzheimer / point de services de la
MRC Rivière-du-Nord)

65, boul. de la Seigneurie Est, Suite 101, Blainville, (Québec) J7C 4M9
(Point de service Thérèse-De Blainville)

 579-888-0211

 www.lantraidant.com

 ligne.daccueil@lantraidant.com

 L'Antr'Aidant

