

CENTRE
D'Action **BÉNÉVOLE**
VALLÉE DE LA MATAPÉDIA

42ième Rapport d'Activités

2023-2024



Mot de la Présidente

Bonjour et merci d'être là pour nous manifester votre appui et partager avec nous la fierté de contribuer au développement du bénévolat dans notre communauté matapédienne.

C'est avec fierté que je vous présente, au nom du Conseil d'Administration, cette revue des principales réalisations de notre organisme pour l'année financière 2023. Cependant, je laisse à Pascale, notre commandante de bord le soin de vous relater les événements qui ont marqués la présente traversée. Puisque c'est sous sa gouvernance que nous avons atteint le port sans dommage, il lui revient de vous décrire notre parcours de la présente année.

Je préfère me remémorer toutes les rencontres enrichissantes, toutes les discussions constructives, tous les projets réalisés ou en devenir que j'ai eu la chance de vivre avec les différentes équipes de travail au Conseil d'Administration, à la direction et avec le personnel dévoué et compétant de nos équipes au bureau et sur la route. J'ai beaucoup appris sur le plan humain et je ressors grandie de cette traversée qui aura duré 7 ans.

Oui, je quitte le navire, pas vraiment par choix mais pour respecter les règles de gouvernance de notre organisme puisque j'en suis à mon 3^e mandat dont 2 à la présidence. La traversée fut parfois houleuse j'en conviens mais les décisions difficiles ont été prise dans le respect des personnes impliquées et le souci de leur assurer un avenir sans brouillard. Je laisse à d'autres et ce sans aucune inquiétude le soin de poursuivre la traversée vers d'autres ports.

Je remercie de tout cœur mes collègues du Conseil d'Administration pour la confiance et surtout le soutien qu'ils m'ont accordé. Je ne peux passer sous silence le dévouement, l'empathie et le professionnalisme de nos travailleurs/travailleuses du bureau et sur le terrain. Évidemment, une équipe de cette qualité mérite un capitaine hors du commun et nous avons la chance de l'avoir déniché. Depuis l'arrivée de Pascale, le CAB est un organisme que l'on voit, qui se développe et qui travaille en synergie avec les autres intervenants du milieu; je pense à Moisson Vallée, aux Éclaireurs, aux Services scolaires, à la MRC et j'en passe et non des moindres. Félicitations Pascale, sous ta gouverne, le CAB est devenu une figure de proue dans la Vallée et même à l'extérieur.

Cependant, les matelots nécessaires à cette traversée ce sont nos généreux bénévoles. Aucun navire ne peut appareiller sans cette cohorte de travailleurs souvent invisibles mais toutefois indispensables. Sachez que votre apport est considérable et très apprécié. Merci au nom de tous ceux que vous supportez lorsque la mer se fait houleuse dans leur vie.

Non, je ne quitte pas le navire, je continue le voyage à titre de matelot. Souhaitons une prochaine traversée avec de bons vents qui nous poussent en avant mais pas trop de turbulences.

Patricia Charest, présidente du Conseil d'Administration

Mot de la Directrice

Toute une année, nous avons eu le vent dans les voiles : l'avancement du projet des P'tits givrés, l'arrivée de l'ITMAV, le projet Québec Ami Des Aînés, l'optimisation de l'accès physique à nos services, sans oublier tous les chantiers mis en place les années précédentes et qui se poursuivent avec succès.

Les membres d'équipage du bureau sont bien soutenus par tous les bénévoles qui répondent toujours présents aux demandes de renfort.

Nous voguons à vive allure, de nombreux dossiers ont occupé l'équipage : l'implication de différents membres de l'équipe sur la table Vieillir en santé, la représentation au projet Bien Vieillir chez soi, la concertation régionale pour contrer la maltraitance envers les personnes âgées, pour ne nommer que ceux-ci.

L'équipe volante a repris les commandes pour le répit des proches aidants. Un membre de l'équipe nous a quitté et deux nouvelles matelots forment l'équipage.

Le Centre de jour a augmenté les jours en mer, ils sont rendus à trois jours/semaine et vont dans trois ports différents, soit Causapscal, Amqui et St-Moïse.

Au final, il faut retenir que nous allons toujours de l'avant, sans ralentir. Maintenir la même vitesse de croisière demande toutefois des ajustements, des façons de faire différentes, beaucoup d'énergie et surtout de la passion.

Je crois que c'est ce mot qui définit bien notre dernière année : passion. Je suis entourée de personnes qui ont à cœur leur travail, leur implication. Il est facile d'aimer ce que l'on fait dans un tel contexte.

Voilà notre rapport d'activités, bonne lecture.

Pascale, directrice

Portrait du CAB



Notre mission

Le Centre d'Action Bénévole Vallée de la Matapédia est un organisme communautaire sans but lucratif. Il a pour mandat de promouvoir l'action bénévole dans les différents secteurs de l'activité humaine et de susciter une réponse à des besoins du milieu. Le CAB de la Vallée de la Matapédia a été fondé en février 1982. Il compte plusieurs années de loyaux services à la communauté. L'organisme est enregistré sous la Partie III de la loi sur les compagnies (L.R.Q., Chap. C-38).

Nous sommes ouverts tout au long de l'année. Une petite pause de deux semaines est prise durant le temps des fêtes. Nos heures d'ouverture sont de 8 h à 16 h 30 du lundi au jeudi, et de 8 h à 12 h 30 le vendredi. Cela nous donne la couverture nécessaire pour bien répondre aux besoins de la population.

Développement de l'action bénévole et communautaire

Soutien à la communauté

Gouvernance et vie associative



Territoire

Le Centre offre ses services sur le territoire de la MRC de la Vallée de la Matapédia qui comprend dix-huit (18) municipalités, pour une population de 17 790 habitants. Source: <https://www.mamh.gouv.qc.ca/repertoire-des-municipalites/fiche/mrc/070/>

[Répertoire des municipalités](https://www.mamh.gouv.qc.ca/repertoire-des-municipalites/fiche/mrc/070/) | [Gouvernement du Québec \(quebec.ca\)](https://www.gouvernement.qc.ca/)

Ressources humaines

Le Centre se compose de 9 employés : 6 temps pleins, 1 temps partiel, 2 pour projet Équipe volante répit aux proches aidants, soit 1 temps plein et 1 temps partiel. Durant l'été 2023, nous avons accueilli 2 emplois étudiants pour une durée de 8 semaines chacun. Pour compléter l'équipe, il y a 7 administrateurs du CA et une centaine de bénévoles inscrits.





Nos Bénévoles

Nouveaux bénévoles:	19
Bénévoles réguliers:	42
Occasionnels:	123
Total:	165



Les membres du Conseil d'Administration

Présidente: Patricia Charest

Vice présidente: Céline Raymond

Trésorière: Josée Roussel

Secrétaire: Céline Lévesque

Administrateur: Marie Élément

Administrateur: Éric Langlois

Administrateur: Jean-Guy Lévesque



Développement de l'Action Bénévole et Communautaire



C'est bien à l'unisson que nous avons souligné la semaine de l'action bénévole. Plusieurs activités ont eu lieu dans diverses municipalités de notre MRC. La Ville d'Amqui a tenu un dîner le 22 avril à la Salle communautaire. De notre côté le Centre d'Action Bénévole a invité ses bénévoles pour un brunch dans une érablière de la Vallée. L'activité s'est déroulée à St-Damase, pour le grand plaisir de nos bénévoles. À cette occasion nous avons fait le trajet en autobus à partir d'Amqui. Nous avons eu le privilège que ça soit un bénévole de Sayabec qui nous a conduits. Son employeur transport JMF Lapierre et Fils Inc. lui a permis ce privilège pour le CAB. La directrice a offert deux entrevues à la Télévision communautaire pour parler de l'importance de reconnaître les bénévoles et d'inviter les gens à s'inscrire aux activités.



Invitation aux Municipalités

Durant l'année, la directrice du Centre s'est déplacée à une réunion du Conseil des Maires pour les sensibiliser à l'importance de reconnaître leurs bénévoles. Le Comité PIB (Partenaire Impliqué en Bénévolat) communique avec les 18 municipalités de la MRC de La Matapédia pour les inviter à remercier leurs bénévoles. Il y a quatre activités de reconnaissance parmi lesquelles ils peuvent collaborer :

Le Prix Bénévolat Québec;

La Fête des Moissons

La journée des bénévoles, le 5 décembre;

La Semaine de l'Action Bénévole en avril.



Soutien aux bénévoles

Tout au long de l'année nous accompagnons les bénévoles dans leurs activités. Nous sommes toujours disponibles pour leur donner de l'information.

- En mai 2023, 3 bénévoles de notre organisation ont suivi la formation RCR
- Le 12 septembre a eu lieu dans nos locaux une formation «Éclaireurs». Le but de la formation était d'outiller les bénévoles pour savoir repérer des gens en situation de vulnérabilité. Au total 16 personnes ont pu assister à cette formation.
- Le 8 septembre dernier se déroulait notre activité de la Rentrée, les bénévoles ont pu participer à un 5 à 7 à la salle de quille d'Amqui, suivi d'un souper buffet.
- Le 5 décembre pour les remercier de leur implication et souligner La Journée Internationale du Bénévolat, nous avons offert un souper de Noël aux bénévoles qui ont œuvré au courant de la dernière année.
- Le 8 mars 2024, 7 bénévoles ont suivi la formation pour contrer la maltraitance donnée par le CISSS du Bas-St-Laurent.

Page Facebook

Nous avons été très actifs sur la plateforme Facebook. 204 publications ont été réalisées au courant de la dernière année. Nous dénombrons maintenant plus de 800 followers.



Promotion dans les médias

Pascale, notre directrice, s'est rendue à plusieurs reprises à la TVC pour des entrevues, autant pour promouvoir le bénévolat que les différents services offerts par le Centre. Durant ces entrevues il a été question de: La Semaine de l'Action Bénévole, la semaine de La Popote Roulante qui s'est déroulée en mars, la recherche de bénévoles, la Journée des Bénévoles du 5 décembre, le réseau des Éclaireurs avec David Caissy. Pour le Bye bye de la TVC nous avons réalisé des capsules qui seront présentées au Cinéma Figaro comme publicité avant les films. La Radio Rouge FM a parlé de la Semaine de l'Action Bénévole et a accordé une entrevue pour le journée du 5 décembre.



Appui du Milieu

Le Centre d'Action Bénévole Vallée de la Matapédia a besoin de nombreux collaborateurs pour réaliser sa mission et tous participent au succès des activités du Centre. Nous tenons à les remercier personnellement pour leur appui qui nous permet d'être présents dans notre milieu.

Partenaires

PSOC
L'Appui
Centraide
FCABQ
Regroupement CAB BSL
RABQ
Regroupement Popotes Roulantes
Moisson Vallée
La Caravelle
Table Concertation des Aînés BSL
CDC
MRC de La Matapédia
Tremplin Travail
Maison des Familles
Table vieillir en Santé
Alliance pour la solidarité et inclusion sociale
COSMOSS de La Matapédia
Ville d'Amqui
Héma Québec
Autisme BSL
Fondation Mirella et Lina Saputo
CISSS BSL
Service Québec
Curateur Public

Dons

Pascal Bérubé, Député
Citoyens anonymes



merci



Collaboration au développement de l'Action Bénévole



Concertation sur le développement de l'action bénévole		Nombre de rencontre
Le regroupement des CAB du Bas-St-Laurent		8
Projet Éclaireurs		9
Fédération Centre D'Action Bénévole Québec (FCABQ)		23
Table Regroupement Organisme Communautaire (TROC)		2
Corporation Développement Communautaire Vallée Matapédia(CDC)		3
Centre Intégré de Santé Services Sociaux Bas-St-Laurent(CISSS) Centre de Jour		9
Moisson Vallée (Entente de partenariat)		3
Centraide Bas-St-Laurent		6
Nouveaux Horizons		5
PSOC (Programme soutien organisme communautaire)		1
Appui National, Équipe Volante		3
TCABSL (Table de concertation des personnes âgées)		2

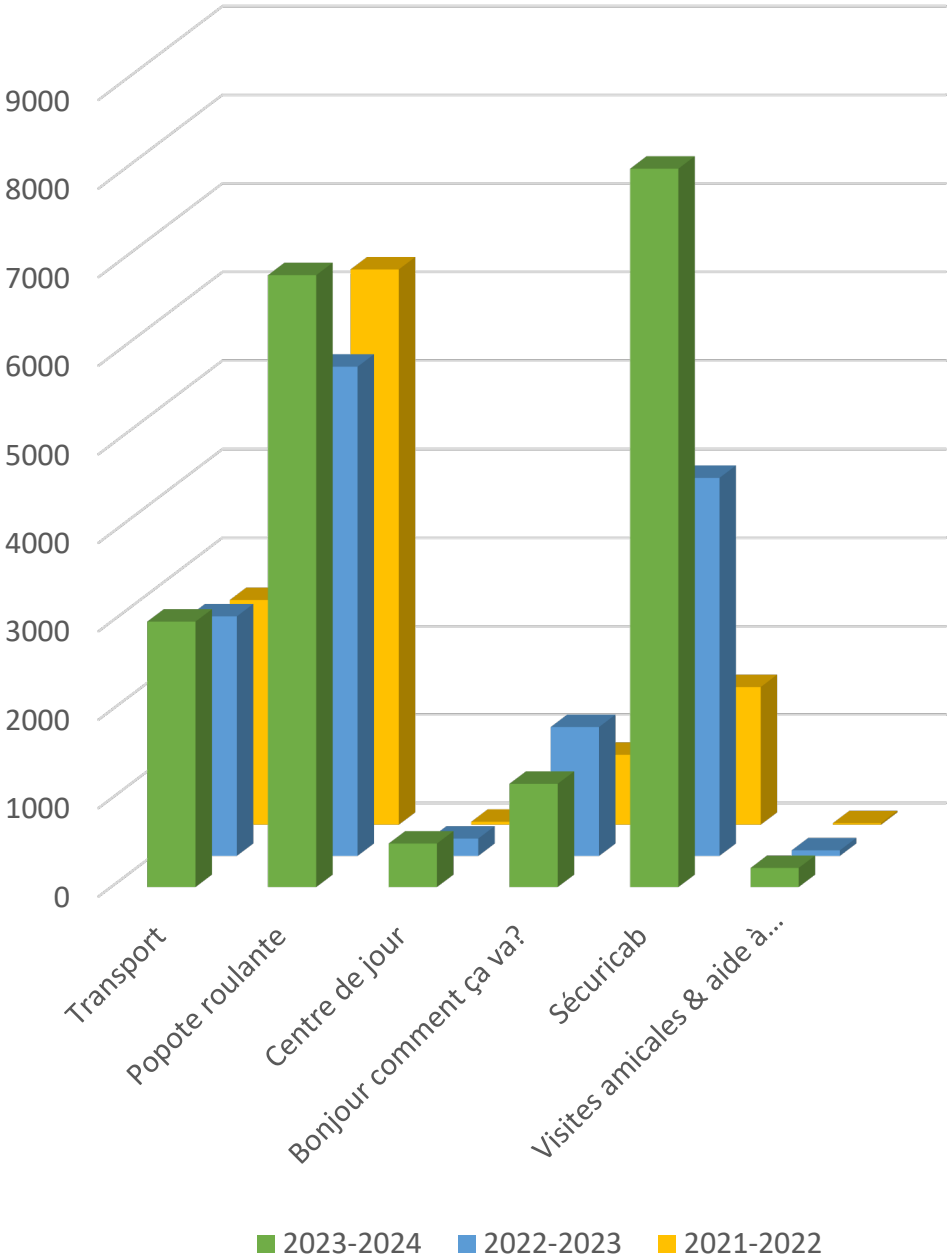
Suite ...

Concertation sur le développement de l'action bénévole	Nombre de rencontre
Comité Vieillir en santé	2
ITMAV	3
Comité Partenaires Impliqués en Bénévolat	8
SécuriCAB	3
Fête des Moissons / MRC	7
Autisme BSL	5
Méritas écoles secondaire de La Matapédia (3) et Tremplin Travail	3
Service Canada (Servir tous les Canadiens)	1
Mesure 38	6
Concertation régionale pour contrer la maltraitance envers les personnes âgées du Bas-St-Laurent	3
Alliance pour la solidarité du BSL (chantier Transport, chantier Épanouissement, chantier Bien Manger pour tous)	8
Bien vieillir chez soi	7



Soutien à la communauté

Services aux individus



Nombre de services offerts dans la Vallée de La Matapédia au cours de la dernière année

Services	Nb effectués	KM parcourus	Nb heures	Nb bénévoles	Nb bénéficiaires
Transport	3003	321434	13680	35	339
Popote roulante	6915	23990	1125	21	131
Bonjour comment ca va?	1168		292	7	24
Visites amicales & aide à la marche	216	308		7	19
Centre de jour	492		345		35

Soutien aux organismes

Prêt de locaux	Nombre d'activités
CAB	48
Société Alzheimer	2
Soins de pieds	18

Référence de bénévoles	Nombre d'activités	Nombre de bénévoles	Heures de bénévolat
TVC	1	2	15
Héma Québec	1	19	76
Centraide ACTIVITÉ VESTIAIRE Club motoneige	1	2	8

Accompagnement transport de la clientèle des organismes

Organismes	2023-2024	2022-2023
Caisse Desjardins	29	22
Centre de Femme de la Vallée		1
Moisson Vallée	104	35
Centre de jour	218	135
Centre Jeunesse BSL	125	187
Les Grands Amis	9	4
La Caravelle	155	112
Services Québec	609	658
CISSS BSL (THPH, L'Entrain)	510	425
CRDI		11
Curateur Public	81	99
FCABQ (vaccin covid)		5
Programme transport soins de santé	119	97
La Maison des Familles	2	15
Bibliothèque Madeleine Gagnon	2	4
Domaine Lac-au-Saumon	5	
A.P.H.V. BSL	8	
Autres	1027	900
Total	3003	2710

Clientèle visée



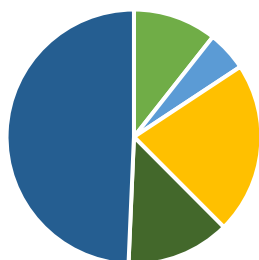
Personnes âgées	Ainés vulnérables	CISSS
Santé mentale	Familles défavorisées	Organismes
Personnes en convalescence	Enfants CJ et CLSC	Adultes avec besoins particuliers

Services offerts

Accompagnement transport médical	Équipe volante répit aux proches aidants	Clinique d'impôt
Référencement aux organismes	Information à la population	Accompagnement transport commissions et social
Aide à la marche	Bonjour comment ca va?	Visites amicales
Popote roulante	SécuriCAB	Centre de jour

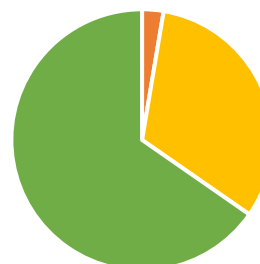
Le Centre d'Action Bénévole Vallée de la Matapédia réalise la majorité de ces interventions pour le maintien à domicile des personnes âgées. Nous offrons de l'information de façon ponctuelle aux familles et individus qui en font la demande ou qui sont référés par le CISSS.

Lieux de rendez-vous



- Commissions
- Rencontres
- Activités
- Cliniques
- Centres hospitaliers

Tranches d'âges



- 0-17 ans
- 18-64 ans
- 65 ans +

Agente de promotion

Une mise à jour des dossiers bénévoles, pour accompagnement transport :

Certificat immatriculation-certificat assurance et antécédents judiciaires sont maintenant à jour.

Un sondage de la popote roulante : distribution de 70 sondages, aux clients qui utilisent la popote secteur Causapscal- secteur Villa- Secteur Bocage - Sayabec, et le centre de jour (Causapscal-Amqui-St-Moise).

53/70 ont répondu au sondage

1.nourriture chaude : **47 oui**

2.menu varié : **48 oui**

3.menu bien détaillé : **48 oui**

4.portion suffisante : **48 oui**

5.nourriture belle apparence : **42 oui**

6.3ième choix (spaghetti) : **32 oui**

7.10- Connaissez-vous les P'tits Givrés : **21 oui**

8.11- Les avez-vous déjà utilisés : **9 oui**

Nous avons débuté une rencontre avec le Club 50 et + de St-Damase, la rencontre a eu lieu le : 20 mars 2024, il y avait 25 personnes présente. Nous avons fait la présentation, pendant la pause-café. Les gens ont été réceptifs, à notre rencontre, et heureux de connaître les services du CAB, la plupart ne connaissaient pas les services.

Projet QADA Québec Ami Des Aînés

Présentation Réseau Voisinage, pendant une rencontre pour le secteur ouest de la Vallée : St-Moise, Sayabec, St-Cléophas, St-Noël, la plupart des gens présents étaient des maires et directrices des municipalités mentionnées ci-haut. Les gens ne semblaient pas être réceptifs, pas trop de question.



Mesure 38

Une visite a été effectuée à chacun des proches aidants qui bénéficie déjà du répit de l'équipe volante, valider leurs besoins en répit et les informer des services qui existent. Leurs besoins c'est le manque de répit pour les proches aidants. Nous avons augmenté les heures de répits à certains d'entre eux.

Nous avons organisé deux cafés-rencontres pour les proches-aidants avec une notaire pour parler des mandats en cas d'inaptitude, testament, etc.

Une collaboration avec la Société Alzheimer est née, prêts de locaux et référencements.

Nous avons fait la promotion du site de l'Appui. Nous avons fait de la publicité sur notre page Facebook, au Cinéma Figaro, dans les journaux locaux et une entrevue à la télévision communautaire pour faire connaître les services de l'équipe volante et la mesure 38.

Pour notre implication au comité pour la journée de la maltraitance du 15 juin 2024, avec Frédéric Lépine-Pauzé, nous avons eu 2 rencontres afin de trouver des idées pour souligner cette journée. Nous sensibilisons les proches aidants à la détresse psychologique, l'importance de demander de l'aide.

Centre de jour

Rencontre de la clientèle pour le centre de jour de Causapscal et Amqui, pour connaître la clientèle et me présenter, expliquer mon rôle. Parmi la rencontre du centre de jour Amqui, j'ai approché une aidante, pour lui offrir du répit pour proche aidant, 2 heures /semaine.



Au niveau des services ITMAV c'est-à-dire les Initiatives de Travail de Milieu auprès des Aînés Vulnérables de plus de 50 ans. 1467 personnes ont été rejointes, 18 municipalités rencontrées Directeurs Généraux et Maires, ainsi que plusieurs organismes communautaire: Rayon de Partage, Office Municipale d'Habitation, Centre de Femme, etc. C'est un total de 98 accompagnements de personnes différentes qui ont été réalisés au cours de la dernière année (juin 2023). De ce nombre, on compte 43 hommes et 55 femmes.

- 50-60 ans : 17
- 61-70 ans : 36
- 71-80 ans : 26
- 81 à 90 ans : 14
- 91 ans et plus : 4
- Inconnu : 1

Au niveau des actions de repérage :

Personnes repérées directement du domicile : 23

Personnes repérées dans un lieu public : 7

Personnes repérées sur les lieux d'un organisme communautaire et/ou lors d'activités réalisées par un organisme communautaire : 15

Personnes référées par un tiers (un proche, un intervenant du réseau communautaire ou public ou une personne de la communauté) : 23

Personnes ayant demandé de l'aide de façon autonome : 29



Problématiques principales vécues par la personne aidée :

Lorsqu'on s'attarde aux statistiques, nous pouvons constater comme problématiques principales :

- 20 % des personnes accompagnées mentionnent vivre des événements fragilisant (deuils d'un conjoint et/ou de leur capacités physiques et/ou mentales).
- 19 % vivent des difficultés au niveau de leur autonomie fonctionnelle;
- 13 % des personnes accompagnées vivent une problématique de « type santé mentale et/ou psychologique »;
- 10 % des personnes mentionnent ne pas connaître ou connaître peu les ressources offertes par la communauté;
- 9 % mentionnent avoir besoin de parler, de se confier;
- 5 % vivent une problématique de type « santé physique »;
- 4 % mentionnent vivre de l'isolement au point d'en souffrir;
- 3 % indiquent que leurs difficultés premières sont en lien avec leur faible niveau de revenu (pauvreté);
- 2 % mentionnent vivre avec une dépendance (drogues, alcool, jeux);
- 2 % également des personnes accompagnées mentionne ouvertement vivre de l'abus et/ou de la maltraitance;
- 2 % des personnes rencontrées vivaient dans la rue et/ou ne trouvaient pas de logement suite à la reprise de leur loyer/maison.

Contacts directs/indirects et référencement :

Au niveau des contacts téléphoniques, ce sont 387 contacts qui ont été réalisés à ce jour.

À cela s'ajoutent 422 rencontres effectuées à domicile ou dans d'autres lieux sur l'ensemble des 18 municipalités qui composent le territoire de la MRC de la Matapédia.

Au total, on compte 296 référencement effectués par l'ITMAV que ce soit par son entremise ou celle de la personne supportée par l'ITMAV.



Centre de jour

Le nouveau concept du centre de jour a débuté le 31 Octobre. La clientèle est composée d'hommes et de femmes, principalement référés par le CISSS. La moyenne d'âge est de 70 ans. Nous comptons 80% de femmes pour 20% d'hommes. Les rencontres ont lieu à trois endroits différents, Causapscal le mardi, Amqui le mercredi et St-Moïse le jeudi, pour une durée de cinq heures, de 10h00 à 3h00. Nous commençons la rencontre avec une collation causerie, par la suite nous faisons des activités cognitives écrites, d'abord individuellement ensuite nous faisons un retour sur l'activité en groupe suivi d'activités orales ou manuelles, le dîner sera servi vers midi, après avoir bien mangé nous devons bouger donc ce sera les exercices physiques. Nous travaillons ensuite les activités de motricités fines (bricolage), jeux de société et nous terminons la journée avec différents jeux : jeux de poches, jeux de cerceaux, pétanque atout etc. Nous avons accueilli aussi des invités, ainsi qu'une stagiaire Lydia Carrier.



CENTRE
d'Action BÉNÉVOLE
VALLÉE DE LA MATAPÉDIA

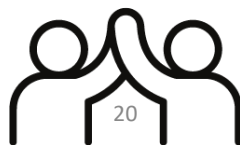


- **Halloween:** les gens pouvaient se déguiser, nous avons décoré des citrouilles. Nous avons récupéré les citrouilles pour faire des activités culinaires. Chacun a décoré un livre de recettes pour ensuite mettre les recettes que nous ferons au cours de l'année.
- **Semaine des loisirs:** nous avons pris la collation au salon de thé, fait un biathlon, jouer au baseball et nous avons dîner avec un Food Truck. À Noël le Centre d'Action Bénévole a offert le repas aux usagers. Pierrette Rioux est venue chanter. Nous avons aussi fait un bingo cadeau.
- **Période des Fêtes:** Le Père-Noël est aussi venu nous voir. Deux lutins étaient aussi de la fête.
- **Carnaval:** petite collation autour du feu avec chocolat chaud et guimauves, ensuite nous sommes entrés dans le château de glace, fabrication de sculpture de glace ainsi que le couronnement de notre duc et duchesse. Et pour terminer la journée nous avons joué au curling. M. Serge Thibault est aussi venu nous faire un bel après-midi de musique.
- **Pâques:** Le lapin de Pâques sera de la fête. Nous tenons à remercier nos précieux bénévoles qui sont venu nous aider à la préparation du Food Truck, du château de glace et bien d'autres choses.

L'équipe volante

Nous offrons du répit, du soutien psychosocial et de l'information aux proches aidants tout au long de l'année pour un total de **1685 heures**.

L'équipe volante est vraiment appréciée par les clients ainsi que par les intervenants du CISSS, avec qui nous avons une belle collaboration. La clientèle est en grande partie référée par le CISSS. à la suite d'un sondage téléphonique nous avons reçu une réponse et un taux de **satisfaction de 100%**. Les employés effectuent un travail remarquable. Ils s'adaptent aux besoins de la clientèle et à l'évolution de la maladie. Dans la dernière année l'équipe a donné du répit à **42 proches aidants**, dont 22 hommes et 20 femmes. L'accompagnement s'est donné avec une clientèle touchée par la maladie d'Alzheimer ou maladies apparentées, ainsi que par des maladies engendrant des incapacités.



Clinique d'impôt

Période d'impôt du 01 mars au 30 avril 2024 pour notre première année, nous avons aidé plusieurs personnes à faible revenu sur le territoire de la MRC de La Matapédia. En date du 30 avril 2024, un total de 46 rapports d'impôt a été traité pour un grand total de 35 heures de bénévolat. Nous avons seulement 2 bénévoles à notre actif!!

Collaboration avec d'autres organismes

GARDEZ
 VOTRE
 CŒUR
 CŒUR
 CŒUR

AINÉ-AVISÉ

MALTRAITANCE
 FRAUDE
 INTIMITÉ



TABE DE CONCENTRATION
TCABSL
DES AÎNÉS DU
BAS-SAINT-LAURENT

DANS LE CADRE DE LA JOURNÉE INTERNATIONALE DES AÎNÉS

TOURNÉE « PRÉVENTION POIVRE ET SEL »
CONFÉRENCES AVEC FRANÇOIS CHARRON

CONFÉRENCE >>

FRAUDE WEB:
À UN CLIC DE LA CATASTROPHE



2 OCTOBRE 2023 - 10H - AMQUI
SALLE CLUB DES 50 ET + D'AMQUI
91, RUE DU COLLÈGE
AMQUI (QC) G5J 2Y9

PLACES LIMITÉES - RÉSERVEZ TÔT
REZERVEZ VOUS SUR LE SITE DE L'ÉVÉNEMENT POUR VOUS
INSCRIRE À L'ÉVÉNEMENT DE VOTRE CHOIX

Inscrivez-vous par courriel: info@tcabsl.org
Inscrivez-vous par téléphone 418-722-0666 poste 125

POUR PLUS DE DÉTAILS
CONSULTEZ NOTRE PAGE FACEBOOK
TABLE DE CONCENTRATION
DES AÎNÉS DU BAS-SAINT-LAURENT



**Service
Canada**

**Période de
renouvellement
du Supplément de
revenu garanti**

**Avez-vous produit
votre déclaration de revenus?**

Chaque année, un grand nombre de prestataires qui reçoivent le Supplément de revenu garanti (SRG) voient leurs prestations interrompues en juillet parce qu'ils n'ont pas produit leur déclaration de revenus. Afin de réduire au minimum ces interruptions, nous invitons les clients à produire leur déclaration de revenus par voie électronique auprès de l'Agence du revenu du Canada, **avant le 30 avril**, ou à remplir un **formulaire** de renouvellement du SRG (**ISP3026**) disponible sur le site Internet de Service Canada.

Avez-vous droit au SRG?	Voulez-vous recevoir pas le SRG?
Oui : - vous avez 65 ans ou plus, - vous vivez au Canada, - vous recevez la pension de la Sécurité de la vieillesse (SV); votre revenu est inférieur à 21 832 \$ et vous êtes célibataire, veuf ou divorcé. le montant de votre revenu et de celui de votre conjoint ou conjoint de fait est inférieure à : 21 522 \$ si votre épouse ou conjoint de fait reçoit la pension complète de la SV, 38 992 \$ si votre épouse ou conjoint de fait reçoit l'acompte; 49 920 \$ si votre épouse ou conjoint de fait ne reçoit ni la pension de la SV ni l'acompte.	Non : Vous comment vous pouvez l'obtenir : - En soumettant une demande en ligne via le portail du Mon Dossier Service Canada (MDS). - En remplissant un formulaire de demande pour le dispositif de renvoi garanti (RG2622) disponible sur le site Internet de Service Canada et en l'envoyant au bureau ou au bureau de Service Canada le plus près.

Pour obtenir de l'information ou de l'aide, les clients et les membres de leur famille peuvent nous contacter de la façon suivante :

-  En ligne, sur le **site Internet** de **Service Canada**;
-  Par téléphone, au numéro sans frais **1-800-277-9915**;
-  **En personne**, dans un Centre Service Canada (CSC) près de chez vous. En raison de la Covid-19, les clients doivent cependant **rendez-vous** sur **eServiceCanada** avant de se présenter dans un CSC;
- **Par la poste**, en envoyant une lettre au **bureau de Service Canada** le plus près.

Il est important que les clients communiquent avec nous dès que leur situation est modifiée, par exemple en cas de changement de revenus, d'état civil ou d'adresse.

Qu'est-ce que le SRG?

Le Supplément de revenu garanti (SRG) est une prestation mensuelle non imposable dont le calcul est basé sur le revenu. Elle est versée aux résidents du Canada qui reçoivent la Sécurité de la vieillesse (SV) et qui ont un faible revenu. Les prestations du SRG sont renouvelées automatiquement chaque année, en juillet, à condition que le client remplisse une déclaration de revenus au plus tard le 30 avril.



7 Mars 2024

de 10:00 à 12:00

Conférence

Nathalie Beaulieu

SERVICE CANADA

SPECIALISTE DE SERVICES AUX CITOYENS

CENTRE

d'Action BÉNÉVOLE

VALLEE DE LA MATAPÉDIA

Contactez nous pour vous inscrire

418-629-4456

40, Avenue du Parc

Amqui, Qc

Autre programme:

- Sécurité de la vieillesse
- Nouveau régime canadien pour les soins dentaires
- Clinique d'adhésion au régime (avoir en main le code d'accès que vous avez reçu par la poste)

COLLECTE DE SANG

Organisée par
le Service des incendies MRC de La Matapédia
et le Centre d'action bénévole
MRC Vallée de la Matapédia

Mercredi 27 mars

SALLE COMMUNAUTAIRE
55, rue du Carrefour-sportif

SUR RENDEZ-VOUS
→ hema-quebec.gc.ca
→ 1 800 343-7264



Obtenez un service simple et gratuit !

Le programme Éconologis vous permet :

- d'obtenir de judicieux conseils en économie d'énergie ;
- de bénéficier de matériaux écoénergétiques gratuitement ;
(serpillères DEL, pomme de douche à débit réduit, isolation des portes et fenêtres, etc.)
- d'augmenter votre confort à la maison !

Pour vous inscrire
1 844 303-7333
 expertbatiment.ca/econologis



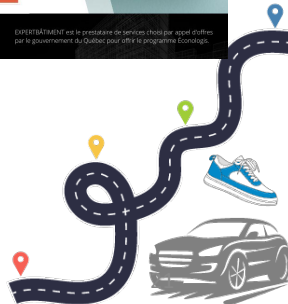


ÉCONOLOGIS

ÉCONOLOGIS est le prestataire de services, choisi par appel d'offres par le gouvernement du Québec pour offrir le programme Écologas.



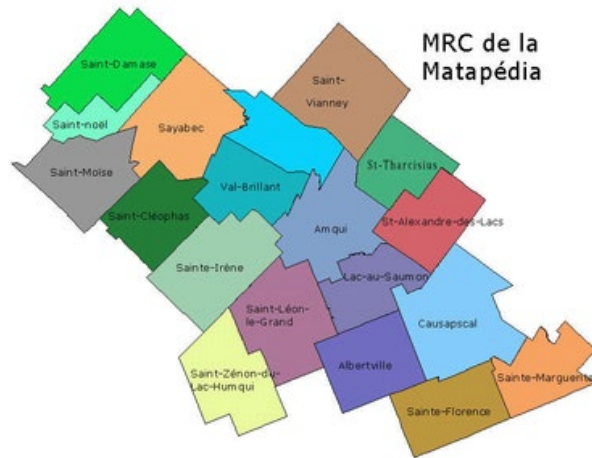
CENTRE
D'Action **BÉNÉVOLE**
VALLÉE DE LA MATAPÉDIA



SécuriCAB



Il s'agit d'un service téléphonique surveillance de présence ainsi pour le rappel de la prise de médicaments.



Programme transport soins de santé

De retour cette année, en collaboration avec l'Alliance pour la solidarité (PAGIEPS), un budget de 18 700\$ a été alloué pour permettre au CAB d'offrir des transports médicaux aux gens de la Vallée dans le besoin. Ce projet est venu d'une demande de la consultation auprès des citoyens et professionnels de la santé, qui nommaient bien que les gens refusaient des traitements faute de moyen de transport. Depuis le début du programme cela a permis à 54 personnes réparties dans toutes les municipalités, de bénéficier de soins de santé nécessaires et a rejoint indirectement 30 autres personnes.

Semaine québécoise des Popotes Roulantes

Elle s'est tenue du 19 au 25 mars, avec Catherine Paquin comme porte-parole. Durant cette période, la promotion a été réalisée sur la plateforme Facebook. La directrice du Centre a réalisé une entrevue à la TVC.



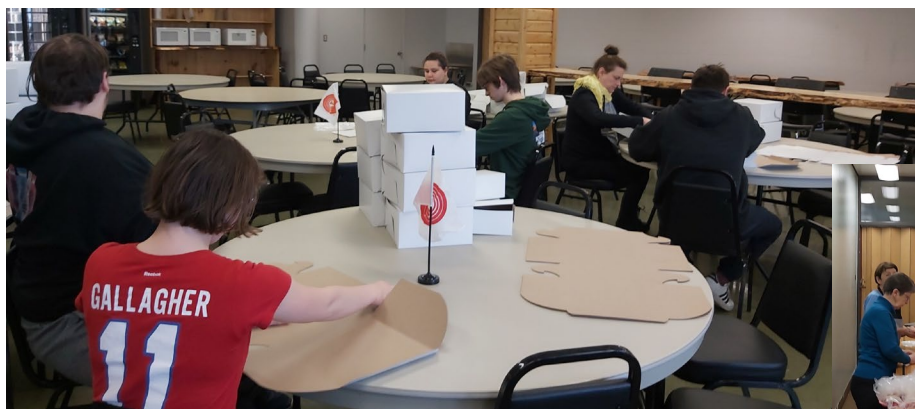
Campagne de financement La Galette Centraide

Pour une 23e année consécutive, le CAB organise la vente de la galette pour soutenir la mission de Centraide Bas-St-Laurent. L'équipe du CAB en collaboration avec Rayon de Partage en santé mentale et Les Grands Amis de la Vallée a fait des appels téléphoniques auprès des entreprises de La Matapédia pour effectuer la prévente de la Galette. La vente nous a permis de remettre 3125,00\$ à Centraide Bas-St-Laurent. Le Réseau d'Éclaireurs a participé en offrant à divers organismes des Galettes, pour redonner le sourire à quelqu'un!



	2023-2024	2022-2023
Bénévoles préparation, téléphones, comptabiliser et commander les galettes	6	5
Bénévoles pour livraison de galette	12	14
Bénévoles pour assembler les boîtes et emballer les galettes	36	35
Bénévoles pour cuire et glacer les galettes	19	10
Nombre heures de bénévolat	175hrs	156hrs

Les élèves du Comité l'Envol et du groupe de FPT de l'école secondaire Armand St-Onge ont contribué. Certains enseignants et des membres du personnel de l'école ont aussi prêté main forte. Ils se sont affairés pour l'emballage, l'étiquetage et la mise en boîte des galettes.



Regroupement des CAB BSL

Il y a eu 8 rencontres au total parfois en présentiel et parfois en virtuelle.

Nous avons travaillé:

- Le site internet <https://www.actionbenevolebsl.org/cab-la-matapedia>
- Intranet avec Géant du web
- Pôle régional pour SécuriCab
- Formation pour notre personnel
- Publicité régionale pour promouvoir les services des Centres d'Action Bénévole
- ITMAV



Les Éclaireurs

Le comité Éclaireurs est composé d'organismes communautaires et de partenaires institutionnels. Soutenus par des intervenants du CISSS du Bas-Saint-Laurent, les Éclaireurs sur le terrain assurent un rôle de vigie. Ils contribuent à favoriser la santé mentale positive et le mieux-être de leur communauté. L'objectif de ce comité est d'augmenter la capacité d'adaptation et la résilience des communautés. Cela se traduit par l'organisation d'activités, d'événements et de formations pour la population de tout le territoire de la MRC Matapédia.

Le CAB a présenté quelques projets :

- Offrir une galette pour voir naître un sourire et un lien
- Des chanteurs de passage
- Sortons nos aînés

Le CAB est le fiduciaire de ce projet.



La directrice siège sur le Conseil d'Administration Fédération Centre d'Action Bénévole du Québec depuis 2022. Cette année nous avons eu 8 rencontres. Nous avons travaillé au courant de la dernière année :

- Projet ITMAV
- Accompagnement transport
- Intranet
- Vérification antécédents judiciaires (VAJ)
- SécuriCAB
- Etc.



Bien vieillir chez soi

La directrice siège sur le comité directeur de **Bien vieillir chez soi**. C'est une démarche de recherche-action qui vise à permettre aux personnes âgées du Bas-Saint-Laurent de vivre le plus longtemps à domicile et dans leur communauté en innovant et en adaptant l'offre de services. Cette recherche action a débuté en 2021 et va se terminer en 2026.

8 Projets de recherche-action sont en développement

- [Offre de services en accompagnement-transport des personnes âgées de La Matanie](#)
- [Adaptons les domiciles des personnes âgées vivant dans le Bas-Saint-Laurent](#)
- [Des menus travaux pour bien vieillir chez soi](#)
- [Para médecine communautaire](#)
- [Plateforme Web de répit pour les personnes proches aidantes](#)
- [Résidence innovante pour personnes âgées à Sayabec \(RIA\)](#)
- [Une communauté tissée serrée pour du répit flexible au Bas-Saint-Laurent](#)
- [VESTA – Véhicule Équipé pour les Soins inTensifiés À domicile](#)

Nous avons eu 7 rencontres et une journée des partenaires à Rivière-du-Loup à l'automne.



Comité vieillir en santé

À cette table nous siégeons avec différents acteurs matapédiens qui ont à cœur le bien être des personnes âgées. Le CAB délègue l'intervenante de milieu (l'ITMAV), l'agente de promotion à l'action bénévole et la directrice.

Il y a eu deux rencontres, et nous avons formé un comité pour la journée du 15 juin, Journée mondiale de lutte contre la maltraitance des personnes âgées.

Les sujets abordés :

- Proche aide Mesure 38
- Travailleur de milieu (ITMAV)
- Plan d'action MADA
- Etc.



Vieillir en santé

Concertation régionale pour contrer la maltraitance envers les personnes âgées du Bas-St-Laurent

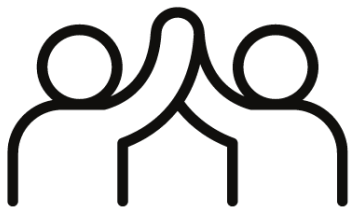
Dans ces rencontres la directrice représente les CAB du Bas St-Laurent. (8)

Il y a eu 2 rencontres

Les sujets abordés :

- Forum des partenaires 14 et 15 novembre 2023
- Capsule sur la lutte contre la maltraitance
- Mois de Mars. Prévention de la fraude, conférence avec Desjardins et SQ
- Etc.





Rencontres et formation



Durant la dernière année la direction et le personnel ont pu participer à diverses formations, rencontres et réunions dans le but de mieux répondre aux besoins de notre clientèle:

Colloque de la Fédération des Centre d'Action Bénévole du Québec

Formation RCR (1 employés)

Transition numérique 1h

Loi 25 / FCABQ 3h

Formation Éclaireurs 3h

Formation OBNL 6h

Formation UQAR 12h

MRC Conseil des Maires 2h

Planification stratégique

Autisme BSL / L'Appui 3h

CA FCABQ 13h

Inter S4

Bienveillance au téléphone 9h

UQAR TROC Ressources humaines 12h

Espace OBNL tabous financiers

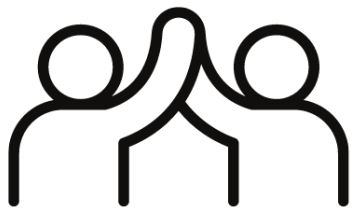
TROC Politique Salariale 14h

Site internet 4h

Plaisir au travail / INFRA

Formation URLS Règlements généraux 3h





Gouvernance et vie associative



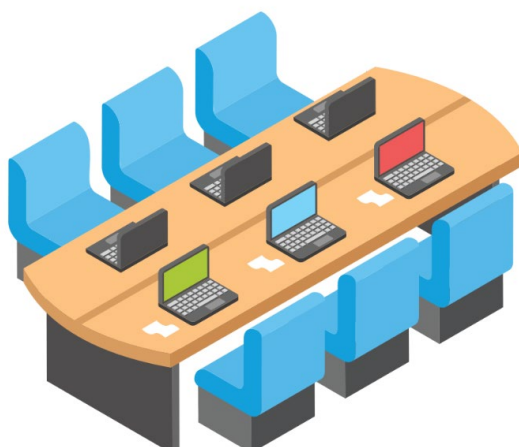
Le Centre d'Action Bénévole Vallée de la Matapédia doit être un modèle de comportement éthique pour son milieu et doit contribuer au soutien des organismes. Il doit aussi avoir une gestion démocratique issue des meilleures pratiques qui démontre le dynamisme et la vitalité de sa vie associative. De plus, il doit favoriser la bonne gestion de ses bénévoles internes.

À ce titre, le CAB procède à une Assemblée Générale Annuelle des membres, une fois par année, avec une participation moyenne de 20 personnes.

Réunions du Conseil d'Administration et Comités

Conseil d'Administration (7 membres)

6 rencontres au cours de la dernière année



Gestion administrative

- Entrevues, sélection, supervision et gestion du personnel et bénévoles;
- Demande de subvention : CISSS du BSL, Centraide, l'Appui ,Projet étudiant Canada et FTQ;
- Préparation et contrôle du budget, tenue de livres;
- Élaboration de politique et suivi;
- Réunions du Conseil d'Administration (préparation, participation et suivi);
- Compilation des statistiques :
- Préparation du rapport annuel et de l'Assemblée Générale Annuelle
- Facturation pour le service d'accompagnement bénévole et de la popote roulante;
- Évaluation des bénévoles et bénéficiaires;
- Gestion des Ressources humaines;
- Projet PAAQ
- Nouveaux Horizons

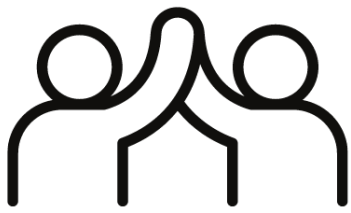
Gestion des plaintes

Au cours de l'année, le comité de gestion des plaintes n'a reçu aucune plainte formelle. Certains commentaires ont toutefois été recueillis et des suivis ont été effectués.

Activités administratives

Comptabilité, compilation des statistiques, entretien de l'immeuble, planification et orientation des services.





Objectifs 2024-2025



Pour l'année à venir plusieurs projets sont au programme.

Poursuivre la planification stratégique: nous concentrons nos efforts pour mettre en place les objectifs déterminés.

Revoir les règlements généraux de l'organisation.

Grâce à un nouvel intranet la gestion des bénéficiaires, des bénévoles et des services sera plus efficace.

Continuer d'offrir des services de qualité en répondant aux besoins de notre communauté.

Participer aux différentes Tables de concertation et aux rencontres des comités de développement.

Étendre les services ITMAV, initiatives de travail de milieu auprès des aînés vulnérables.

Promouvoir les services de l'Équipe Volante et soutenir les proches aidants.

Poursuivre le projet de Voisins Solidaires dans notre MRC: Projet Québec Amis des Aînés.



Merci à nos partenaires

**Santé
et Services sociaux**

Québec



Appui
proches aidants



Centraide
Bas-Saint-Laurent

Nous tous, ici

