Rapport annuel

2020-2021

Maison des aînés
de La Prairie

500, rue St-Laurent
La Prairie (QC)
J5R 5X2
(450) 444.6736

admin@maisondesaineslaprairie.org

Ouvert du lundi au jeudi de 09h00 à 12h00 et de 13h00 à 16h00
Ouvert le vendredi de 09h00 à 12h00

Table des matières

Mission ... 3
Clientèle ... 3
Territoire ... 3
Communications ... 3
Collaborations ... 4
Mot de la Présidente ... 5
Mot de la Directrice générale ... 10
Mot de la Directrice générale par intérim ... 10
Les objectifs de l'organisme ... 11
Membres du Conseil d'administration ... 12
Membres du personnel ... 13
Contributions spécifiques ... 13
Partenaires financiers ... 14
Autres partenaires et collaborateurs ... 15
Services & activités ... 16
Les services à la communauté ... 18
- Service de transport ... 18
- Service de soutien et de référence ... 18

Les activités communautaires ... 19
- Les repas de Noël ... 19
- Les Téléphones et cartes du bonheur ... 19
- La P'tite visite ... 20
- Projet intergénérationnel avec le collège Jean-de-la-Mennais ... 21
- Activités spéciales ... 21

Les activités artistiques ... 22
- Aquarelle, dessin, ateliers de peinture ... 22
- Théâtre ... 23
- Viens chanter ... 24
- Musique et mouvements ... 24
- Journée hebdomadaire de la Créativité ... 24

Adaptation à un environnement virtuel ... 25
- L'adaptation ... 25
- Formation aux technologies ... 26

Services offerts pour le bien-être physique et moral de la personne ... 27
- VieActive ... 27
- Bougeons ensemble ... 27
- Les échanges de casse-têtes ... 28
- Planification d'activités de vélo ... 29
- Planification d'activités de PickleBall ... 29
- Club de marche ... 29
- Anniversaires de naissance ... 30
- Mes Mémoires ... 30

Activités d'autofinancement ... 31
- Marché de Noël de « La Créativé » ... 31
- Atelier théâtre de la Maison des aînés ... 31

Statistiques des membres ... 32
- Profil des membres en fonction du genre et de l'année ... 32
- Participants par âge ... 32
- Nombre de participants par activité ... 33

Remerciements à nos ex-collègues du C.A. ... 35
Témoignages ... 35
In Memoriam ... 37
Priorités pour 2021-2022 ... 37
Annexe ... 38
- Heures de bénévolat en 2020-2021 ... 38
- Rencontres du CA et des comités en 2020-21 ... 38

Mission

- Procurer un lieu d'appartenance, d'échanges et de ressourcement pour les aînés.
- Favoriser l'autonomie physique, intellectuelle et sociale afin de briser l'isolement des personnes âgées et les maintenir le plus longtemps possible dans leur milieu de vie naturel.
- Promouvoir la place des aînés au sein de notre communauté.

Clientèle

La Maison des aînés de La Prairie accueille les personnes âgées de 50 ans et plus. A ce jour, nous comptons 391 membres actifs.

Territoire

Ville de La Prairie et ses environs.

Communications

- Calendrier mensuel des activités en format papier ou en version électronique incluant le site web.
  https://gestion.maisondesaineslaprairie.org/calendrier-mensuel/smstr-inscr
- Courrier électronique afin de transférer aux membres tout autre renseignement pertinent au sujet de la Maison des aînés de La Prairie.
- Programmation saisonnière des cours et ateliers en version électronique ainsi que le site web.
- Les journaux locaux (Le Reflet, Communic-action).
- Dépliant qui fait la promotion de nos activités et de notre mission.
- Site internet https://maisondesaineslaprairie.org/
- Info lettre quasi quotidienne aux membres pendant le confinement.

Collaborations

La Maison des aînés de La Prairie est membre de:

- L'Association Québécoise des Centres Communautaires pour Aînés **(AQCCA)**.
- L'Institut universitaire de gériatrie de Montréal du CIUSS du Centre-sud-de-l'île-de-Montréal.
- La Table de concertation des Aînés Kateri (**TAK)**.
- La Corporation de développement communautaire Roussillon (**CDC)**.
- Le Comité de la politique familiale de la ville de La Prairie.
- Le Comité de la table culturelle de la ville de La Prairie.

Mot de la Présidente

L'Assemblée générale marquera la fin des deux ans de mon mandat comme présidente du Conseil d'administration de la Maison de aînés de La Prairie. Ces années ont été fertiles en événements inattendus et perturbateurs engendrés par la Covid-19. Ultimement, elles se sont avérées très riches en apprentissages, en adaptation et en résilience.

Après un hiver 2020 difficile où toutes nos activités ont été chamboulées en raison la situation sanitaire, nous terminions notre année sans directrice et, à la demande de la Ville, nos bureaux ont dû fermer. Comme vous tous, la Covid-19 nous a pris par surprise avec ses fermetures et ses contraintes sanitaires et nos repères n'existaient plus.

Contre vents et marées la Maison des aînés a gardé le cap pendant plusieurs mois grâce au travail conjugué de tous les membres du CA. André Gallant était aux commandes de notre bureau virtuel. Il s'assurait de l'envoi presque quotidien des communiqués aux membres.

Des téléphones aux membres sans courriel ont été organisés par les autres membres du CA pour ainsi maintenir le contact avec nos personnes isolées et poursuivre ainsi la Mission de la Maison des aînés.

Marguerite Arseneault, notre Directrice générale est en congé longue durée. La Maison des aînés était dans une situation ou la Prestation canadienne d'urgence (PCU) enlevait à certaines personnes la motivation pour rechercher du travail. Comment trouver une Directrice générale par intérim qui convienne vraiment aux nouveaux besoins de notre organisme?

Marguerite Arseneault, même en congé de maladie, a pu nous assister. Laisse-moi contacter quelqu'un et je te reviens m'a-t-elle dit. En peu de temps, nous avions une référence qui par bonheur était intéressée au poste. Le reste est de l'histoire.

Avec l'arrivée à la barre de Suzanne Dumouchel au poste de Directrice générale par intérim, le 17 août dernier, le vaisseau se trouvait désormais entre les mains d'une administratrice d'expérience. Marguerite Arseneault, nous avait vanté ses compétences et son dynamisme; nous étions donc confiants que Suzanne serait à la hauteur de nos attentes. Je confirme que la Maison des aînés a trouvé sa perle rare.

Au niveau administratif, Suzanne est assistée par Ghislaine Bergeron, secrétaire-comptable d'expérience et dévouée. Nous la remercions sincèrement pour son excellent travail.

Tout était à bâtir dans ce contexte changeant. En utilisant la nouvelle base de données, trois journées d'inscriptions au Centre multifonctionnel Guy-Dupré ont rapidement été organisées en septembre 2020, et ce, dans le respect scrupuleux des règles sanitaires. Près de trois cents personnes se sont présentées. C'était un premier défi pour notre DGI. Journées d'une organisation exceptionnelle selon les dires de plusieurs de nos membres.

C'est ainsi que notre DGI avec la collaboration d'André Gallant et de nombreux bénévoles et organismes de soutien, des formations ont été organisées pour nos membres afin de les initier à l'utilisation des outils informatiques et de la plate-forme ZOOM afin qu'ils puissent participer à nos activités virtuelles.

Actuellement, nous comptons près de 400 membres qui nous ont suivi dans notre folie et ont accepté de s'adapter à cette nouvelle réalité virtuelle au niveau des cours ou des activités.

Nous sommes particulièrement heureux des réalisations suivantes :

- *Tenue de l'Assemblée générale annuelle en décembre dernier en mode virtuel.*
- *Participation à la distribution de repas de Noël à 105 personnes seules membres de la Maison des aînés de La Prairie.*
- *Création des Téléphones et des cartes du bonheur pour les personnes seules sans adresses de courriel.*
- *Cours d'aquarelle, de dessin et de peinture en ligne.*
- *Exercices de mise en forme en groupe en ligne.*
- *14 causeries et conférences sur des sujets très divers.*
- *Préparation d'une pièce de théâtre en ligne.*
- *Démarrage d'un groupe de cyclistes.*

Depuis quelques années nos statistiques démontrent un écart important dans le nombre de membres actifs d'hommes et de femmes au sein de notre organisme. C'est dans cette optique qu'au début de la dernière année, le CA a décidé d'en faire une priorité. Malgré les contraintes, notre programmation continuera de refléter cet objectif, en ajoutant des activités susceptibles d'intéresser davantage la gent masculine. Je suis très heureuse et fière d'annoncer que nos efforts commencent à donner des résultats encourageants. Nos statistiques démontrent que de 15,7% en 2014-2015 nous sommes rendus à 18,2% en

2020-2021. Il reste encore du chemin à parcourir pour atteindre la parité mais je constate aussi que nos efforts sont récompensés.

Mes principaux objectifs de mandat sont maintenant réalisés:

- *La mise à niveau, le développement et l'intégration d'une nouvelle base de données facilite maintenant le travail administratif. Dossier piloté par André Gallant et l'analyste-programmeur bénévole Daniel Pelletier. Sincères mercis à vous deux. Notre système de gestion des membres et des activités est passé à l'ère moderne. Pour finaliser la transition, nous envisageons dans un avenir prochain les inscriptions et le paiement en ligne.*
- *Merci à Jocelyne Péladeau, notre trésorière, pour son travail de moine, ses initiatives, son dévouement et sa vision pour une amélioration de la gestion comptable.*

- *Un autre dossier me tenait à cœur, celui de la révision des Procédures et Politiques salariales. Le Comité sous la responsabilité de Norma Couillard, formé de Jocelyne Péladeau, moi-même ainsi que pendant un certain temps d'André Gallant a revu les contrats des employées ainsi que les descriptions de tâche de chacun des postes. Merci à vous tous pour votre très grande générosité de temps.*

Merci spécial à tous les membres du CA qui m'ont toujours supportée. Leur dévouement, leur vigilance et le travail d'équipe dont tous ont fait montre, a permis d'atteindre les objectifs que je m'étais fixés en début de mandat.

Merci particulier à Norma Couillard pour ses nombreuses initiatives telles que l'organisation des téléphones aux membres sans courriel, le recrutement des bénévoles pour les journées d'inscriptions et son apport dans le Comité des politiques salariales. C'est notre spécialiste en ressources humaines.

Merci sincère à ma vice-présidente, Ginette Gélinas pour l'organisation et le suivi des Téléphones du bonheur et des cartes postales à nos membres sans adresse de courriel. Ginette a aussi piloté le Comité des projets intergénérationnels et a participé aux Comités sur le transport ainsi qu'à celui de la publicité et de l'aide financière.

En décembre dernier, deux administrateurs d'expérience se sont ajoutés au CA de la Maison des aînés. Ce sont Madame Gemma Lapointe et Monsieur Gilbert Parent qui a accepté l'intérim au poste de secrétaire du CA. En ajout à leur fonction principale, Gemma et Gilbert ont accepté de prendre en charge le Comité de Reconnaissance.

Gemma s'est aussi intégrée rapidement dans le Comité intergénérationnel et celui des téléphones et cartes du bonheur.

Gilbert cumule plusieurs responsabilités. Il est aussi responsable, de l'activité « Affaires de gars » qu'il anime depuis quelques années et il a offert ses services pour superviser notre nouvelle activité de Pickleball. À nos deux administrateurs engagés, je dis, merci.

Je me permets de souligner l'initiative, l'engagement et le dévouement exceptionnel de Madame Danièle Rouillier, une des responsables de l'activité Créativité qui a toujours gardé le contact avec son groupe durant la pandémie. Elle proposait divers projets à réaliser qu'elle supervisait…de loin. Merci Danièle pour ta générosité.

Merci à madame Micheline Arbic, responsable de La P'tite visite qui a bénévolement maintenu un contact téléphonique en plus de visites en distanciation et de petites attentions aux résidents des différents centres d'accueil privés de La Prairie.

Je désire aussi remercier Johanne Bourdeau-Cyr, une autre bénévole de l'ombre, qui fait l'envoi des cyber-cartes anniversaire à tous nos membres dans le but de leur rappeler qu'ils ne sont pas oubliés. Un geste attentionné qui fait la différence et égaie leur journée.

Dans le cadre du concours de la Fête de la lecture et du livre jeunesse, je tiens à souligner la participation de deux de nos membres, Jacinthe Beaulieu et Magda Farès au projet « J'INVENTE UNE COMPTINE ».

Félicitation à Magda qui a reçu le deuxième prix pour sa comptine « Cinq boum pour faire battre ton cœur ». Merci à nos deux participantes.

Notre reconnaissance s'adresse à tous nos membres collaborateurs qui ont meublé les communiqués par leur poésie, leurs textes bien choisis ou leurs suggestions diversifiées. Vous avez contribué à briser l'isolement et à poursuivre la Mission de la Maison des aînés. Des témoignages affirment que vous étiez attendus impatiemment.

En terminant, je remercie du fond du cœur notre brigade de bénévoles dont le dévouement et la générosité apporte une aide et un support incomparable à la Maison des aînés. Ce sont les anges sur qui nous pouvons toujours compter.

Pour le soutien financier et les manifestations de reconnaissance, je remercie notre député provincial Christian Dubé et toute son équipe du bureau de comté qui ont été d'une générosité et d'une collaboration exceptionnelle.

Merci aussi à notre député fédéral Alain Therrien pour son implication financière.

Nous remercions chaleureusement notre maire M. Donat Serres et ses conseillers pour le support financier substantiel accordé à notre organisme. Je tiens aussi à souligner la collaboration exceptionnelle de tout le personnel du Service des Loisirs de La Prairie. La Maison des aînés les remercie sincèrement.

La Maison des aînés peut aussi compter sur la générosité et le soutien de précieux collaborateurs dont : la Caisse Populaire de La Prairie et sa Directrice Madame Suzanne Voyer, du Conseil d'administration de la Caisse Desjardins et de son président M. Michel Descoteaux, du Marché IGA Lambert et de la pharmacie Uniprix pour leurs généreuses commandites.

En terminant, j'adresse des remerciements sincères à tous les membres qui ont crû en la Maison des aînés et qui sont restés fidèles et résilients malgré toutes les contraintes engendrées par la Covid-19. La Maison des aînés c'est vous et existe pour vous.

Les membres du Conseil d'administration et du bureau de Direction vous disent encore merci et espèrent vous revoir bientôt en personne.

Madeleine Bouchard, présidente

Mot de la Directrice générale

L'année 2020-2021 se vit encore sous le signe de la COVID-19. Pour continuer à être présent dans vos vies, la Maison des aînés de La Prairie a mis sur pied des activités virtuelles. C'est tout à l'honneur du Conseil d'administration. Un jour, pas si lointain, j'ose espérer que des activités en présentiel reprendront.

Comme je suis toujours en congé forcé, il fallait engager une personne qui pouvait répondre au défi technologique que la COVID nous imposait. Il fallait trouver quelqu'un qui aime les aînés, qui connaît le milieu communautaire, qui est généreuse, débrouillarde et qui aime les défis de taille. J'ai alors pensé à Suzanne Dumouchel qui travaillait à la Résidence La Belle Époque. Pour l'avoir côtoyée dans le cadre d'un projet commun, j'aimais sa délicatesse, son efficacité, sa disponibilité et sa gentillesse. Vous connaissez la suite. Je laisse le clavier à la nouvelle Directrice générale par intérim.

Marguerite Arseneault, directrice générale

Mot de la Directrice générale par intérim

Il y a quelques années, lors d'une activité qui impliquait la résidence La Belle époque et la Maison des aînés, j'avais échangé avec la directrice de la MDA et qui m'avait dit tout de go « c'est toi qui, un jour, me remplaceras ». J'étais loin de me douter que ce serait le cas jusqu'au jour de juin 2020 où j'ai reçu un appel de Marguerite Arseneault me demandant où j'étais rendu dans ma carrière.

Au moment de l'embauche, le jury de sélection avait mis la barre plutôt haute en me montrant les défis d'un tel emploi dans une situation de pandémie ou confinement rime avec isolement. On m'a demandé si j'avais bien compris la mission de notre organisme et comment je pourrais y contribuer. Tout en étant poli et amicaux, certains m'avaient même poussé dans les câbles pour voir jusqu'à quel point je pouvais avoir du ressort…

Que de chemin parcouru en moins d'un an où déjà je sens que je suis à ma place, que le travail que j'accompli est apprécié tant par le Conseil d'administration que par les membres.

Mais ce n'est qu'un début. Et avec l'avancement de la vaccination nous pouvons espérer que le retour à la normale avec des activités en présence pourra se faire soit à l'automne qui vient ou en début 2022. Et vous pouvez être certains que la programmation sera à la hauteur de vos attentes.

Je vous remercie pour votre accueil et votre support chaleureux.

***Suzanne Dumouchel**, Directrice générale par intérim*

Les objectifs de l'organisme

Membres du Conseil d'administration

Madeleine Bouchard
Présidente

Ginette Gélinas
Vice-présidente

Jocelyne Péladeau
Trésorière

Gilbert Parent
Secrétaire

Gemma Lapointe
Administratrice

Norma Couillard
Administratrice

André Gallant
Administrateur

Membres du personnel

Marguerite Arseneault
Directrice

Suzanne Dumouchel
Directrice par intérim

Ghislaine Bergeron
Secrétaire comptable

Micheline Arbic
Animatrice dans les centres d'accueil privé

Contributions spécifiques

- Prêt de locaux par la ville de La Prairie.
- Service de photocopies offert par la ville de La Prairie.
- Activités et photos publiées par le journal de la ville de La Prairie, Communic-action.
- Accessibilité au babillard électronique de la ville de La Prairie.

Nous pouvons aussi compter sur l'aide ponctuelle de près de 100 bénévoles.

Partenaires financiers

« Je suis là pour vous! »

CHRISTIAN DUBÉ
Député de La Prairie
Ministre responsable de l'Administration gouvernementale,
Président du Conseil du trésor, Ministre responsable
de la région de la Montérégie

Téléphone : 450 619-7313
Télécopieur : 450 619-7315
christian.dube.LAFR@assnat.qc.ca

ALAIN THERRIEN

SURVOL

Affiliation politique:
Bloc Québécois

Circonscription:
La Prairie

Province / Territoire:
Québec

Langue préférée:
Français

Gouvernement provincial :

Agence de la santé et des services sociaux de la Montérégie : Programme de soutien aux organismes communautaires

Ville de La Prairie

Fleuriste La Prairie

IGA EXTRA LES MARCHÉS LAMBERT ET FRÈRES

975. boul. Taschereau
J5R 1W7, La Prairie, Québec

(450) 659-3341

Studio Anne Bourbeau
Photographe-Portraitiste
450-619-0444 514-830-0527
-Famille, Enfant, Maternité, Mariage
-Gens d'affaire, Peinture Numérique
-Escapades Photos
info@studioannebourbeau.com
www.studioannebourbeau.com

Anne Bourbeau, photographe

Autres partenaires et collaborateurs

Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées
Centre de bénévolat Rive-Sud - Point de service Candiac
Table des Aînés Kateri
Centre de santé et de services sociaux Jardins-Roussillon – CLSC Kateri
Centre local de développement Roussillon
Maison des jeunes L'Adrénaline de La Prairie
La Corporation de développement communautaire Roussillon
Société d'histoire de La Prairie-de-la-Magdeleine
Table régionale des organismes communautaires et bénévoles de la Montérégie (TROC-M)
Association québécoise des centres communautaires pour aînés (AQCCA)
Collège Jean-de-la-Mennais
Formatio Brossard
Club informatique Mont-Bruno

Services & activités

Activités liées à l'entraide et au maintien dans la communauté

- Service de transport (non offert cette année)
- Service de soutien et de référence
- Journée hebdomadaire de ‘’La Créativité’’
- Service de coiffure (non offert cette année)

Activités liées au bien-être de la personne

- Musique & mouvement (non offert cette année)
- Taï-Chi (non offert cette année)
- Bougeons ensemble
- Atelier d’écriture créative (non offert cette année)
- Affaires de filles (non offert cette année)
- Affaires de gars
- Club de marche (non offert cette année)
- Croissance personnelle

Cours et activités éducatives et sociales

- Ateliers en art (peinture, aquarelle, dessin, photo)
- Ateliers « Viens chanter »
- Cours de conversation anglaise
- Cours de conversation espagnole (non offert cette année)
- Scrabble (non offert cette année)
- Atelier Théâtre
- Quatorze causeries et conférences qui ont rejoint 297 personnes.

Initiation aux outils de communication informatique

- ZOOM
- TEAMS

Sensibilisation à la fraude téléphonique et informatique

- Divers exemples et explications pour s’en prémunir
- Diverses rencontres et causeries

Liste des causeries et conférences

Date	Titre	Animateur - conférencier
21-04-30	Causerie - Arnaques amoureuses	
21-04-21	Causerie – Mieux comprendre l'infonuagique	En collaboration avec Formatio Brossard Maxime Jacottin 32 personnes
21-04-20	Conférence - LE FAMEUX POUCE VERT : L'HORTICULTURE DÉMYSTIFIÉE	Marthe Laverdière Horticultrice, autrice et blogueuse 42 personnes
21-04-16	Causerie - La maltraitance et l'intimidation	En collaboration avec la FADOQ (Éric St-Onge) et la police du Roussillon (Karine Bergeron) 25 personnes
21-04-09	Causerie – Au volant de ma santé	En collaboration avec la SAAQ Julie Gagnon 16 personnes
21-04-07	Causerie – Sécurité dans les transactions électroniques	En collaboration avec le Club informatique Mont-Bruno Michel Gagné 59 personnes
21-04-01	Causerie – Les bienfaits de la photo	Anne Bourbeau Photographe professionnelle 16 personnes
21-03-24	Conférence - LE BONHEUR D'ÊTRE UN PARENT IMPARFAIT	En collaboration avec la bibliothèque de La Prairie Stéphanie Deslauriers 8 personnes
21-03-19	Causerie - La fraude (Internet et téléphonique)	En collaboration avec la FADOQ (Robert Dufresne) et la police du Roussillon (Karine Bergeron) 25 personnes
21-03-05	Causerie – Voyage à l'île de Madère et Portugal	Darquise Bergevin Membre de la Maison des aînés 21 personnes
21-02-19	Causerie – Voyage au Costa Rica	Darquise Bergevin Membre de la Maison des aînés

		17 personnes
21-02-18	Conférence – TEAMS	En collaboration avec la bibliothèque de La Prairie Laurence Denis Formatrice au MOB du CEGEP de Trois-Rivières 12 personnes
21-02-11	Conférence - ZOOM	En collaboration avec la bibliothèque de La Prairie Laurence Denis Formatrice au MOB du CEGEP de Trois-Rivières 12 personnes
21-01-29	Causerie – Safaris en Afrique du sud	Darquise Bergevin Membre de la Maison des aînés 12 personnes

Les services à la communauté

Service de transport

La Maison des aînés offre normalement un service de transport pour ceux et celles qui ne possèdent pas de voiture.

Ce service lorsqu'il était offert impliquait la générosité de neuf bénévoles qui agissaient à titre de conducteurs.

Un protocole sanitaire avait été mis en place et approuvé par la ville de La Prairie afin de redémarrer le service en septembre 2020; ce fut malheureusement annulé.

Service de soutien et de référence

Les employées de la Maison des aînés de La Prairie offrent soutien et référence à des membres vivant des situations particulières tels qu'abus et négligences faites aux aînés. Que ce soit par de l'aide aux formulaires, des références à d'autres organismes communautaires ou au CISSS de la Montérégie-ouest, de la

recherche d'informations, nous tentons au mieux de nos connaissances d'aider les aînés dans le besoin et de faire le suivi nécessaire avec eux.

Les activités communautaires

Voici une description plus détaillée des activités et services offerts en 2020 - 2021. Il est à noter que les activités ont été établies en fonction des besoins et des demandes des membres et ce, tout au long de l'année.

Les repas de Noël

Dans un contexte particulier où beaucoup de personnes sont seules et sans possibilité de recevoir où d'être reçues en raison des consignes sanitaires strictes, M. Marc Jubinville, un généreux résident, a offert gratuitement des repas chauds de dinde pour ces personnes.

Avec une équipe de bénévoles, la MDA a été impliquée en lançant une recherche pour identifier les personnes seules et ainsi 105 repas ont pu être livrés à nos membres résidents de La Prairie lundi le 28 décembre 2020.

Les Téléphones et cartes du bonheur

En janvier dernier, une nouvelle activité appelée « les Téléphones du bonheur » a été mise sur pied grâce au sens de l'organisation de Ginette Gélinas.

Le but de cette nouveauté est d'entrer en contact par téléphone avec certains de nos 80 membres qui n'ont pas d'adresse courriel, afin de prendre de leurs nouvelles, de les informer des activités au programme de la MDA.

Suite à notre demande, une trentaine de généreux bénévoles ont donné leur nom comme téléphoniste. Lors du premier appel, ils (elles) s'informaient de leur santé, de leurs besoins et vérifiaient s'ils (elles) désiraient recevoir un appel, si oui à quelle fréquence?

Certaines personnes ont mentionné être bien entourées par leur famille, ami(e)s, elles n'en avaient pas besoin. D'autres ont été très touchées et apprécient grandement ce geste de notre part. L'activité se poursuivra jusqu'à la fin de juin.

Les Téléphones du bonheur ont été suivies de Cartes de souhaits du bonheur en utilisant les cartes postales prépayées de Poste Canada. Suzanne, notre

directrice par intérim a demandé à Poste Canada de nous en fournir une centaine. Voici une photo échantillon des Cartes du bonheur.

La P'tite visite

Ce service n'a pu être offert cette année; cependant Micheline Arbic a continué à communiquer par téléphone et par des visites en distanciation à communiquer avec quelques-unes de ces personnes âgées dans ces résidences.

Voici les résidences où nous faisions hebdomadairement des petites visites aux aînés.

Maison Adisson

Résidence d'Estelle

Résidence La Belle Époque

Projet intergénérationnel avec le collège Jean-de-la-Mennais

Une première rencontre en vidéoconférence avec Mme Carole Marcel animatrice communautaire à JDLM a eu lieu le 15 mars 2021 concernant un projet de triage de dons : vêtements, chaussures, sacs à dos, livres qui seront envoyés à l'école Respire en Haïti. Les aînés et les élèves participeront à cette activité à la fin de l'année scolaire.

Une 2e rencontre avec Mme Godin, la mère d'une enseignante de JDLM qui s'implique depuis plusieurs années dans des projets similaires a eu lieu le 29 mars afin de discuter de la façon d'organiser le triage et l'envoi de tout ce matériel. En raison du risque de propagation de la contagion du COVID-19, le projet est reporté à l'an prochain.

Des projets avec d'autres organismes pourraient voir le jour au cours des prochaines années.

Activités spéciales

Cette année encore, nous n'avons pu offrir les activités suivantes qui étaient notre marque de commerce dans la communauté :

- Les déjeuners du mois
- Le pique-nique de la rentrée
- Le dîner de Noël
- Les sorties et voyages
- Ni de fête des bénévoles
- Et nous n'avons pu non plus souligner notre 15ème anniversaire de fondation.

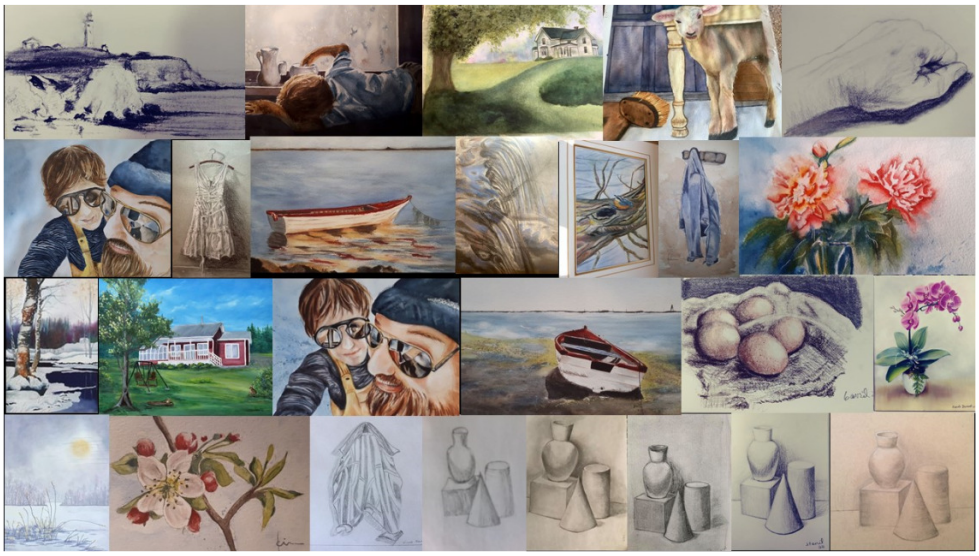
Les activités artistiques

Aquarelle, dessin, ateliers de peinture

Pas nécessairement évident de faire des ateliers d'arts picturaux lorsqu'on doit le faire à distance et en virtuel. C'est le défi que Louise Guertin a relevé avec brio et nous l'en félicitons de l'avoir osé.

En voyant la mine ravie de ces participantes dont certaines sont devant leur chevalet et leurs toiles nous ne pouvons que lever notre chapeau devant tant de détermination et de talent.

Nos artistes durant une session d'atelier de peinture et leurs œuvres.



Théâtre

En cette 13e saison, les férus de l'atelier théâtre se sont rencontrés… virtuellement.

Ils se sont dit : « Même si on ne peut monter sur scène, il y a moyen de mettre de la gaieté, de rire ensemble toutes les semaines et de créer un projet. » Ainsi est né « Troupenligne »

Dynamisme et créativité se sont conjugués pour vous offrir la pièce **Bingo C-19**.

Cette présentation se veut une démonstration de l'adaptation et de la volonté d'un groupe de comédiennes et comédiens qui désiraient s'amuser tout en développant leurs jeux de scène.

C'est ce que Ruth LaBrute, Mémé, Phil PHILO, Lorena Pirus et Mme Latrouille ont voulu vivre en explorant des jeux théâtraux où chaque participant se construisait un personnage et montait un sketch. Ce nouvel apprentissage dans une atmosphère de gaieté et de fous-rires leur a apporté beaucoup de plaisir et remonté le moral.

Positivement, le théâtre stimule la mémoire et active le cerveau. Il brosse les synapses, ce qui permet aux neurones de pouvoir conserver leur connectivité plus longtemps.

Cette année la pièce «BINGO C-19 » sera présentée gratuitement via la plateforme Zoom. L'équipe est formée de (6) comédiens dirigés par la metteure en scène Anne Tremblay (voir la distribution ci-dessous de gauche à droite).

Jocelyn Vincent, Ghislaine De Montigny, Michel Poirier, Mireille Potvin, Lise Lefebvre, Anne Tremblay, Thérèse Caron

Viens chanter

Viens chanter est une activité de chant à partir d'une sélection de chansons francophones visant le simple plaisir de chanter. Comme Magda Farès, la responsable de cette activité est pianiste, elle en profite pour accompagner au piano les participants.

Musique et mouvements

L'activité « Musique et mouvements » était très populaire à tel point que nous avions 3 groupes : intermédiaire, avancé et libre. Mais cette année nous n'avons pu l'offrir.

Journée hebdomadaire de la Créativité

Durant la pandémie, grâce à l'initiative de Danièle Rouillier, le *modus* operandi de cette activité a été modifiée et l'activité a pu se poursuivre au cours de l'année.

Chaque semaine, sous la direction de Huguette Roy, Danièle Rouillier, Micheline Arbic, Anita Joly et les participantes de l'activité « Créativité » se réunissent dans un esprit de bonne humeur et d'entraide. Elles travaillent à des projets divers tels tricot, crochet, broderie, projets communs, etc.

De la recherche était faite afin de trouver de nouveaux projets à réaliser. Les articles ainsi fabriqués seront mis en vente à notre boutique-maison « Boutique Anita » ou lors du Marché de Noël organisé par la Ville de La Prairie. À cette occasion, toute la communauté sera invitée à venir faire l'achat de ces trésors.

Danièle Rouillier et Anita Joly 93 ans ; la boutique Anita porte son nom en son honneur

Huguette Roy, Jacynthe Beaulieu et Anita Joly

Adaptation à un environnement virtuel

L'adaptation

En septembre 2020 nous étions tout fébrile. En respectant les normes émises par la Santé publique et notre fonctionnement approuvé par la ville de La Prairie nous allions procéder aux inscriptions pour la nouvelle saison.

Avec une trentaine de bénévoles, nous avions organisé trois journées d'inscription. Huit ordinateurs et quelques imprimantes avaient été utilisés pour ces inscriptions et nous utilisions notre nouvelle base de données programmée par Daniel Pelletier, un généreux bénévole.

Nous pouvions imprimer les reçus sur place ou les envoyer aux membres par courriel si le membre avait une adresse de courriel. Le reçu informatisé indiquait le détail du paiement, cotisation annuelle et inscriptions aux activités, qu'elles soient gratuites ou payantes.

Avec cette nouvelle programmation d'activités et le retour aux activités en présence, nous étions gonflés par l'espoir de vivre une reprise quasi normale de nos rencontres. Mais il en fut autrement le vendredi précédent le début des activités. Et ce fut le retour à un bureau virtuel et à se demander comment nous pourrions respecter notre mission.

De plus l'Assemblée générale annuelle devait se tenir en décembre en mode virtuel. Avec un quorum de 40 personnes il fallait s'assurer de former plusieurs personnes à des outils comme ZOOM. Ceci signifie surmonter les peurs et résistances reliées aux changements.

La formation et la coordination ont été orchestrées par André Gallant. Nous avons organisé plusieurs sessions de formation sur ZOOM en envoyant des explications par courriel et en complétant par des sessions de groupes via ZOOM. Le tout a été complété par des rencontres individuelles. Plusieurs types d'appareils ont été impliqués dont voici une idée :

- Ordinateurs avec diverses versions de Windows.
- Ordinateurs MAC d'Apple.
- Ordinateurs Linux.
- Ordinateurs Google Chrome Book.
- Tablettes et téléphones iPad et iPhone.
- Tablettes et téléphones Android.

Heureusement nous avions des bénévoles généreux et bien informés. De plus, par la suite nous avons pu accélérer la formation en utilisant les services de Formatio Brossard.

Notre Assemblée générale annuelle virtuelle pour l'année 2019-2020 s'est tenue le 8 décembre 2020 avec 49 personnes présentes soit neuf de plus que le quorum.

Nous avons pu préparer notre programmation virtuelle adaptée pour les sessions d'hiver et de printemps avec de nombreux participants.

Formation aux technologies

La Maison des aînés encourage l'apprentissage et l'usage régulier des nouvelles technologies informatiques et principalement celles des communications. Elles sont tellement utiles pour combattre l'isolement pendant ces périodes de confinement et de morosité.

Cette année encore, en collaboration avec des bénévoles et l'organisme Formatio Brossard, diverses formations ont eu lieu soit sur :

- L'utilisation de l'ordinateur avec le système d'exploitation Windows;
- L'utilisation des courriels et la façon d'éviter les hameçonnages;
- Comprendre et utiliser ZOOM;
- Apprendre des rudiments de Word et Excel.

Des formations sur les tablettes et téléphones intelligents (Apple et Android) avaient été planifiés et ont dû être annulées.

Services offerts pour le bien-être physique et moral de la personne

VieActive

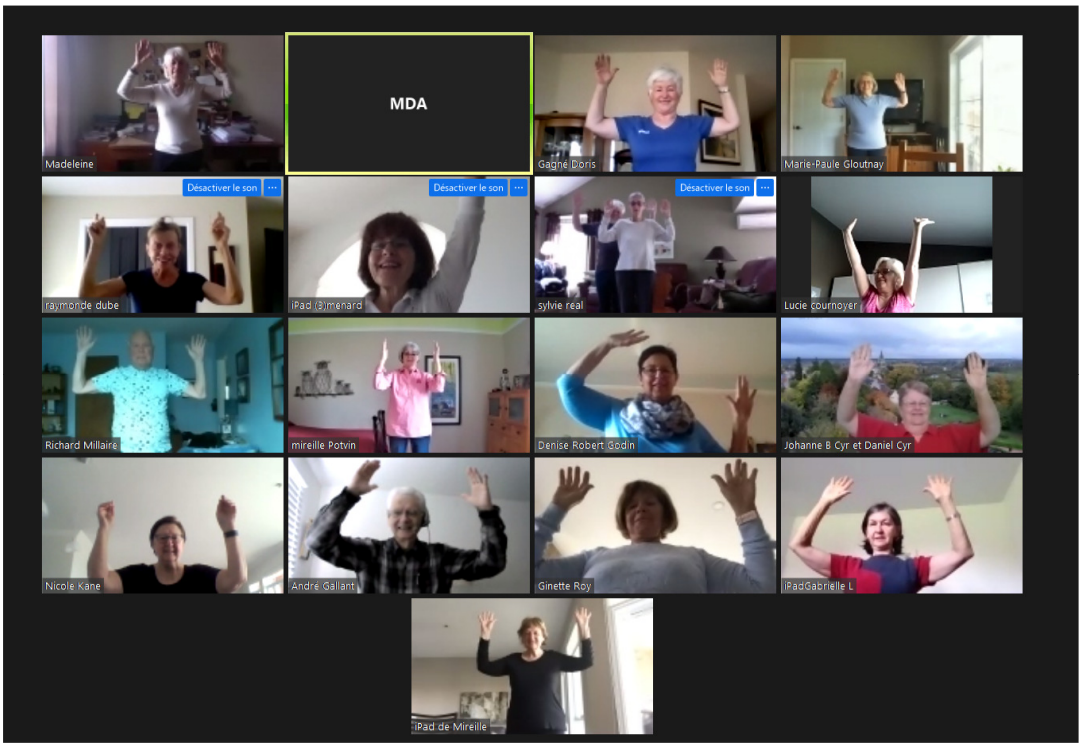
L'activité de mise en forme VieActive n'a pu être offerte cette année. Elle a été remplacée par l'activité virtuelle **Bougeons ensemble** – voir ci-après.

Bougeons ensemble

Nous avons offert un programme d'exercices animé par Doris Gagné à l'aide de capsules vidéo d'entraînement spécialement conçues par des spécialistes et des kinésiologues à l'aide de la plateforme « Move50+ ».

Et même si ces activités ont lieu via ZOOM nous avons une participation de près de 16 personnes par rencontre les mardis matin et de près de 18 les jeudis matin.

Pour les personnes qui pensent que lever le bras puis lever la jambe est une affaire bien simple, il s'agit de participer une seule fois et de réaliser au bout de 45 minutes que plusieurs muscles viennent de se réveiller.



Les échanges de casse-têtes

Avec le confinement vient souvent la solitude et ses corollaires, le désœuvrement et l'ennui. Le besoin de s'occuper devient grand et quoi de plus intéressant pour certaines personnes que de se changer les idées en faisant des casse-têtes.

Le projet a été mené de main de maître par Darquise Bergevin qui a regroupé 11 participants pour les échanges.

Provenant de 5 membres, la banque de casse-têtes en comprend 60 dont le nombre de pièces varie entre 500 et 3,000 morceaux.

Le nombre d'emprunts fut de 27 démontrant un intérêt certain.

Pour participer, le membre n'est pas obligé d'en fournir.

Planification d'activités de vélo

Les autorités sanitaires permettent maintenant des activités extérieures avec des règles strictes à suivre. La MDA proposera dès le début de mai 2021 des sorties de vélo par groupes de huit plus l'encadreur.

Des explications sur les signaux à donner lorsqu'on roule en groupe seront donnés sous forme de vidéo. Ces signaux permettent de :

- Identifier les risques de la route et des pistes cyclables (piétons et enfants, trous, graviers, dos d'âne, rétrécissements, voies ferrées, etc).
- Aviser le groupe en cas de chutes, de pertes de gourdes d'eau, d'attendre les plus lents ou le cycliste qui a eu une crevaison.

Le site web RideWithGPS sera mis à contribution pour planifier des sorties entre 20 et 50 km tout en tenant compte que :

- Des membres sont moins rapides;
- Que d'autres ont des vélos à assistance électrique.

Planification d'activités de PickleBall

La MDA a réservé auprès de la ville de La Prairie des plages horaires pour pratiquer ce sport de raquettes de plus en plus populaire. Des terrains nous seront disponibles de la mi-mai à la fin de septembre.

C'est un sport de plaisir dont les mouvements rappellent le tennis et la vitesse des échanges. Il favorise l'équilibre et la souplesse. Lorsqu'on se concentre sur la balle qui se dirige rapidement vers nous on oublie nos soucis. Quoi de mieux pour conserver son corps et son esprit alerte!

Club de marche

Nous espérons grandement offrir à nouveau à l'automne cette activité où de marche en marche, chacun-e avance à son rythme dans la joie et la bonne humeur.

On rencontre des amis-es tout en améliorant sa capacité physique et aérobique.

Le bien-être ressenti, devient un antidote à la dépression et à l'anxiété. Le moral s'améliore.

En groupe, pas à pas on se rend compte qu'on finit par aller plus loin.

Anniversaires de naissance

Afin d'entretenir des relations personnelles et de favoriser la communication bilatérale avec nos aînés, nous envoyons par courriel des cartes d'anniversaires personnalisées qui suscitent à la fois étonnement et vive appréciation.

À l'automne, pour ceux et celles qui n'ont pas de courriel, une équipe de bénévoles communiquera avec eux par téléphone. Ce geste sera certainement très apprécié car pour certains ce sera le seul appel qu'ils recevront pour souligner leur anniversaire.

Mes Mémoires

Cette activité n'a pu avoir lieu cette année mais la description en vaut la peine.

Écrire ses mémoires! Qui serait intéressé à lire mes mémoires? Qu'est-ce que j'ai de spécial à raconter? Voilà les questions que généralement les personnes se posent. Et pourtant, quel merveilleux projet. Laisser en héritage à ses enfants, petits-enfants et proches son histoire. Livrer des côtés de soi possiblement méconnus de tous.

Prendre plaisir à revisiter sa vie…Y découvrir les cadeaux fantastiques qu'elle nous a légué tout au long de notre existence parfois même dans les moments les plus sombres. Toute vie est une histoire unique et extraordinaire qui mérite d'être racontée.

Depuis plusieurs années, Nicole Trépanier Gagné a eu l'immense privilège d'accompagner des personnes dans la rédaction de leurs mémoires. En petits groupes de 4 personnes, c'est ensemble qu'elles cheminent dans cet extraordinaire processus de composition.

Activités d'autofinancement

Marché de Noël de « La Créativé »

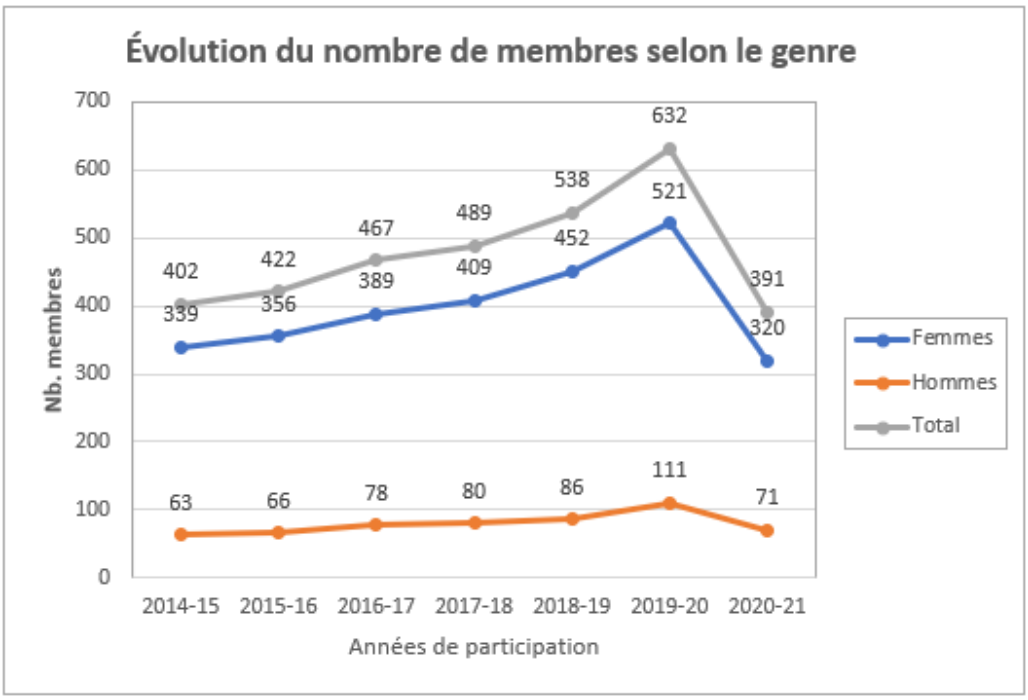
Pour cette 4e année, la ville de La Prairie a dû annuler son Marché de Noël et La Maison des aînés qui en profitait pour des activités d'auto-financement a dû s'en passer.

Atelier théâtre de la Maison des aînés

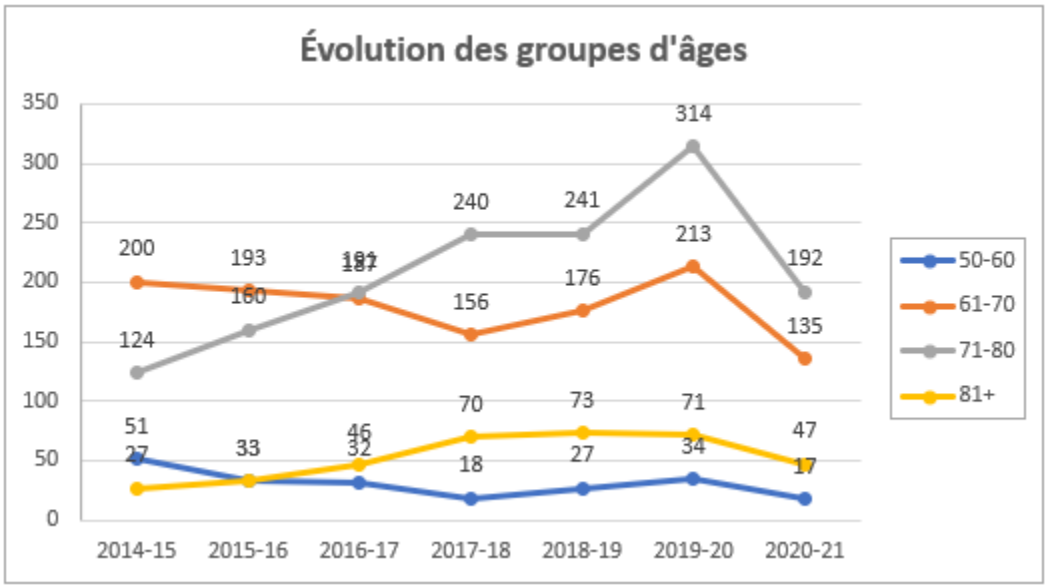
Une fois de plus cette année La Maison des aînés a perdu sa plus grande source d'autofinancement en raison de l'impossibilité de monter une pièce de théâtre.

Statistiques des membres

Profil des membres en fonction du genre et de l'année



Participants par âge



Nombre de participants par activité

Activités	Nombre de rencontres	Nombre moyen de participants par rencontre (voir note sous le tableau)	Nombre total de participations	Nombre d'heures par atelier
Service de références	En continu			
Affaires de filles	1	5	5	1
Affaires de gars	13	6	72	2
Anglais débutant	7	6	45	2
Anglais intermédiaire	9	7	66	2
Aquarelle Atelier de peinture	10 11	12 11	121 121	2 2
Ateliers informatiques	9	23	208	2
Bougeons ensemble	26	18	457	1
Capsule du bonheur	4	13	53	2
Causerie - Safaris en Afrique du Sud	1	12	12	1
Causerie - Voyage à l'Île de Madère et au Portugal	1	21	21	2
Causerie - Voyage au Costa Rica	1	17	17	2
Conférence - Arnaques amoureuses	1	16	16	2
Conférence - Au volant de ma santé	1	16	16	2
Conférence - La fraude (Internet et téléphonique)	1	25	25	2
Conférence - La maltraitance et l'intimidation	1	18	18	2
Conférence - LE BONHEUR D'ÊTRE UN PARENT IMPARFAIT	1	7	7	2
Conférence - LE FAMEUX POUCE VERT : L'HORTICULTURE DÉMYSTIFIÉE	1	36	36	2
Conférence - TEAMS	1	12	12	2
Conférence - ZOOM	1	12	12	2
CONFÉRENCE GRATUITE SUR LES BIENFAITS DE LA PHOTO	1	16	16	2
CONFÉRENCE: Sécurité dans les transactions électroniques	1	59	59	2
Dessin	11	12	130	2
Échanges avec Stéphanie Blais	1	11	11	1

Activités	***Nombre de*** **rencontres**	***Nombre moyen de participants par rencontre*** *(voir note sous le tableau)*	***Nombre total de participations***	***Nombre d'heures par atelier***
Espagnol Intermédiaire	*1*	*1*	*1*	*2*
Formation sur ZOOM	*1*	*42*	*42*	*2*
GEEKS (technologie)	*1*	*5*	*5*	*2*
Les téléphones du bonheur	*1*	*26*	*26*	*1*
On jase avec Stéphanie Blais	*3*	*7*	*21*	*2*
On jase technologie	*2*	*6*	*12*	*1*
Rencontre cours d'anglais - Intermédiaire	*1*	*9*	*9*	*1*
Rencontre d'échange artistique - Aquarelle	*1*	*8*	*8*	*1*
Rencontre d'échange artistique - Dessin	*1*	*8*	*8*	*1*
Rencontre d'échange artistique - Peinture	*1*	*7*	*7*	*1*
Rencontre d'échange - vélo	*1*	*24*	*24*	*2*
Théâtre	*11*	*7*	*72*	*2*
Viens chanter	*3*	*12*	*36*	*1*
TOTAL DE L'ANNÉE	**143**		**1827**	

Note : Le nombre moyen de participants par rencontre : Le nombre moyen de participants pas rencontre a été arrondi. C'est le nombre total de participants divisé par le nombre de rencontres.

Compte tenu que les activités virtuelles ont eu lieu à partir de janvier 2021, nous avons eu 143 rencontres pour un total de 1827 participations.

Remerciements à nos ex-collègues du C.A.

C'est avec beaucoup de gratitude que nous soulignons l'implication d'Élaine Brosseau Leclerc comme administratrice au sein du CA de la Maison des aînés, pendant six ans. Aussi, pendant plusieurs année, Élaine a donné bénévolement des cours de peinture sur soie à nos membres. Sincères mercis Élaine pour ta grande générosité et ton dévouement.

Lise Lefebvre a agi à titre de secrétaire du CA pendant cinq ans et demi. Pendant cette période elle a aussi siégé sur le Comité d'étude pour l'implantation du site Web pour notre organisme. Son intérêt pour l'informatique a été un atout précieux. Pour toutes ces années de généreux bénévolat et pour sa rigueur, accepte, chère Lise, nos plus sincères remerciements.

Michel Barbeau est un collaborateur généreux que nous tenons à remercier sincèrement. Par les années passées, il a été membre du CA de la MDA. Lors de la dernière Assemblée générale, Michel a accepté le poste de secrétaire au CA, en remplacement de Lise Lefebvre. Malheureusement pour des raisons personnelles il a dû démissionner avant terme. Durant la première année de la pandémie, il a aussi été un collaborateur précieux pour la Maison des aînés en produisant des textes historiques pour le grand bonheur de nos membres. Ce ténor, féru d'histoire, a aussi animé pendant plusieurs années l'activité Viens chanter. Michel est un artiste aux multiples talents. Avec son épouse, Ghislaine Cournoyer, il a été l'instigateur de l'atelier théâtre de la MDA. Il a écrit et scénarisé de nombreuses comédies qu'il faisait interpréter par ses « jeunes » comédiens-nes. Michel, pour toutes ces années de généreux bénévolat, accepte nos plus sincères remerciements.

***Madeleine Bouchard**, Présidente*

Témoignages

Bonjour à toute l'équipe,

Je veux vous remercier pour l'excellent travail fait pendant cette période si difficile.

Le matin, mon premier réflexe était d'ouvrir mon portable et de vous lire. C'était comme aller à la rencontre d'une amie et vouloir avoir de ses nouvelles.

Que de bien vous m'avez fait. Que de bon et de beau vous avez mis dans mes journées.

Quand la journée était plus difficile pour moi, vous avez été mes petits rayons de soleil. Vous avez été mes ami(e)s et me donniez du courage.

Vous ne le savez peut-être pas, mais vous avez sauvé des gens avec vos communiqués.

Francine Surprenant

Chaque jour j'avais hâte de vous lire et je me disais à quel point je suis chanceuse d'avoir des gens comme vous pour m'informer, me divertir et souvent me raire rie. Je vous en suis reconnaissance.

Un immense merci.

Monique Berthiaume

Merci à toi Madeleine ainsi qu'à toute l'équipe qui s'est impliquée afin de nous accompagner au cours des derniers mois. Merci pour votre précieuse implication pour maintenir les contacts et continuer le travail nécessaire pour garder la Maison des aînés à flot.

Ghyslaine de Montigny

Je suis fière d'être membre et même si comme vous dites, nous n'avons pas les mêmes services que nous avions par le passé, je trouve que vous m'apporter plus que le coût de ma cotisation annuelle.

J'en profite pour vous faire mes souhaits pour 2021 et surtout ne changez pas car pour moi vous et vos services sont parfaits.

Suzanne Tropper

Merci à vous et à toute votre équipe, car sans vous, il n'y aurait pas de bénévoles! C'est vraiment inouï tout le travail que vous faites. Car, pour nous, ce n'est pas que de recevoir un courriel de la MDA, mais c'est l'ampleur des efforts à concocter toutes les activités, les réunions de toutes sortes, les diverses recherches de contenu, la répartition du travail colossal sous les projecteurs de l'Internet, mais aussi dans l'ombre, les mesures sanitaires à constamment respecter, l'écoute attentive que vous portez à des membres qui peuvent en avoir plus besoin que d'autres, votre présence sous toutes ses formes, dénicher de la nouveauté pour sans cesse surprendre vos membres, les défis de toutes sortes à relever, la fatigue somme toute présente et persistante, etc.

Donc, ces remerciements s'adressent tout autant à vous tous qui, sans aucun l'ombre d'un doute, dépassez largement en temps et ce, sur une base quotidienne, le mandat qui vous est confié, et que vous relevez avec brio!

Ne lâchez pas; plusieurs comptent sur vous!

Marie Boulianne

In Memoriam

Nous tenons à souligner le départ de 3 de nos membres.

Sachez que vous avez toujours une place dans nos pensées.

Paquette, Raymond	78 ans	1er février 2021
Dagenais, Cécile	99 ans	1er décembre 2020
Doyon, Gisèle	80 ans	22 août 2020

Priorités pour 2021-2022

En fonction des restrictions reliées à la pandémie nous aimerions bien poursuivre les objectifs suivants et nous y mettrons tous les efforts pour minimiser les effets négatifs :

- Maintenir, promouvoir et augmenter l'offre de service de transport pour les emplettes.
- Poursuivre l'organisation de sorties culturelles et voyages.
- Ajouter de nouvelles activités à la programmation.
- Participer à la prochaine édition du Marché de Noël.
- Provoquer le plus de rencontres possibles entre les aînés pour favoriser l'entraide entre eux.
- Continuer nos collaborations intergénérationnelles et communautaires avec les différents organismes comme la bibliothèque, la Société d'histoire de La Prairie, l'Âge d'or, le Collège Jean-de-la-Mennais, l'école Saint-Joseph, etc.
- Augmenter la participation masculine.

Annexe

Heures de bénévolat en 2020-2021

Le tableau suivant présente les heures de bénévolats par regroupements de membres. Elles témoignent de la générosité et de l'engagement de nos membres.

Groupe de membres	**Heures**
Conseil d'administration	298
Comités spéciaux	198
Participation à des rencontres organismes communautaires	11
Atelier théâtre, création des textes	168
Soutien informatique (conceptualisation, programmation de la BDWEB, formation et soutien aux membres)	1160
Responsables d'activités	153
Comité de décoration	0
Messages quasi quotidiens durant le confinement	275
Chauffeurs	7
Accompagnement Petites visites	26
Téléphones du Bonheur	205
Appels aux membres pour événements (AGA, inscriptions, Noël, etc.)	74
Total	**2575**

Rencontres du CA et des comités en 2020-21

Dates des réunions du CA	
2020-04-03	2020-10-21
2020-04-30	2020-11-26
2020-05-20	2021-01-26
2020-06-17	2021-02-23
2020-08-26	2021-03-17
2020-09-30	

Réunions spéciales du CA	
Postes par intérim	2020-05-05 2020-07-07
Nb de réunions des comités	28
Comité procédures et politiques salariales	6
Comité activités intergénérationnelles et communautaires	3
Comité reconnaissance	2
Comité demande d'aide financière et balises pour la publicité	28