

Rapport annuel d'activités

"Chaque geste posé est une chance de faire la différence dans sa communauté".



Du 1er avril 2023 au 31 mars 2024

Organisme communautaire et de bénévolat au service des personnes de 50 ans et plus, un milieu de vie et d'entraide

Sommaire

Mot de bienvenue (1)

L'organisme (2)

La planification stratégique (3-4)

Les grandes orientations (5)

Stratégies d'action transversales (6)

Communication (7)

Transformation numérique (8)

Conseil d'administration (9)

Vie associative (10)

L'équipe (11-12)

Aspects financiers (14)

Toit communautaire dédié aux aînés, au cœur du quartier (15)

La Tarification solidaire (16)

Soutien communautaire et services d'entraide (17)

-Soutien communautaire dans les HLM (18)

-Initiative en travail de milieu auprès des aînés en situation de vulnérabilité (19)

Cours, ateliers et activités culturelles et communautaires (20)

Statistiques (21)

Services de maintien dans la communauté (22)

Services alimentaires / Café des aînés (23)

Statistiques (24)

Bénévolat (25)

Statistiques (26)

Développement social (27-28-29)

Approche territoriale (30)

“ — **DIANE CÔTÉ, membre depuis 7 ans**
J'ai quitter Rouyn-Noranda à ma retraite pour me rapprocher de ma fille, le CVML m'a permis de me faire de nouveaux amis.es, de participer à des activités pour faciliter mon intégration. Je suis extrêmement reconnaissante envers tout le personnel accueillant. On se sent chez soi au CVML! — ”



Mot de bienvenue

L'année 2023-2024, nous a permis d'attacher des fils ensemble, de stimuler l'intelligence collective et de se projeter dans l'avenir. Le CVML est un milieu fertile qui n'a pas souvent de ralentissement et qui s'adapte continuellement aux nouvelles réalités du milieu. Avec l'exercice de la planification stratégique, l'équipe souhaitait mieux définir les grandes orientations et rendre le plan d'action annuel moins chargé et plus ciblé. Ce but sera atteint pour l'année 2024-2025.

Il y a quelques autres faits marquants comme le projet de la tarification solidaire qui a été bien mené par la chargée de projet tout au long de l'année. Les prochaines étapes à finaliser sont l'implantation graduelle, les perspectives financières et le plan de communication.

Nous avons travaillé à l'élaboration d'un Plan d'affaires qui nous a permis de démontrer les besoins du CVML en termes d'espace et d'autonomie. Le développement de l'organisme demeure un projet prioritaire et chemine conjointement avec des partenaires de la communauté.

Enfin, nous avons reçu une reconnaissance de notre financement annuel par deux principaux partenaires financiers. Cette bonification nous permet de consolider des postes et des programmes.

Nous sommes toujours en croissance importante des demandes et des problématiques en intervention de milieu ainsi qu'une grande affluence dans l'ensemble de nos programmes. Le recrutement de personnel demeure un enjeu. Au moment d'écrire ces lignes, il y a deux nouvelles cuisinières au Café des aînés qui sont en période d'apprentissage. Nous prévoyons accueillir une 4e personne ressource en intervention, une agente de bureau et remplacer notre coordonnatrice en développement social dans les meilleurs délais.

Dans ce rapport, vous pourrez constater à quel point la grande famille du CVML fait réellement la différence dans la communauté et comment son filet social est fort auprès des personnes en situation de vulnérabilité.

Il y eu un travail colossal réalisé dans chacun des secteurs d'activités et services. Les actions ont été bien ficelées afin d'atteindre collectivement les buts visés de l'année.

Reconnaissance

Samedi le 18 novembre 2023, la Mairesse Nancy Blanchet et les Élus de l'arrondissement LaSalle ont remis à Hélène Lapierre, notre directrice générale, un Moulin d'or honorifique pour son engagement au sein du C.V.M.L. et dans la communauté.



L'organisme

Mission

Améliorer la qualité de vie et prolonger l'autonomie des personnes de 50 ans et plus.

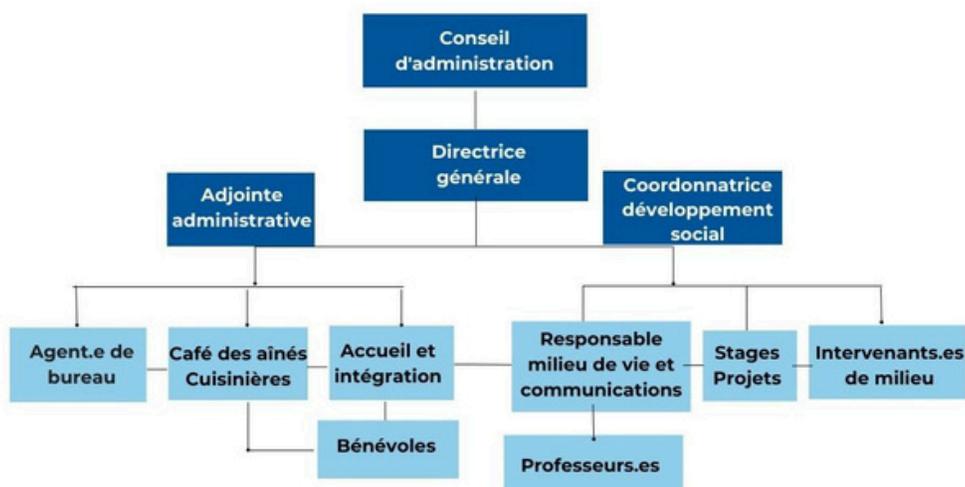
Objectifs

Améliorer les conditions associées au vieillissement telles que ; la solitude, l'autonomie, l'isolement, la vulnérabilité et la pauvreté. Maintenir leur mobilité et leur condition physique et mentale, en établissant, en exploitant et en maintenant un centre communautaire et de bénévolat pour personnes âgées visant à leur offrir des services d'entraide et d'accompagnement, des groupes de soutien, des ateliers, des activités sociales et culturelles et autres programmes dans une approche inclusive.

Les 4 grandes Valeurs

- Liberté
- Respect
- Intégrité
- Engagement

Structure organisationnelle



Nous sommes dans un bâtiment appartenant et géré par l'arrondissement LaSalle.

- Il y a eu deux rencontres du Comité des usagers
- Relances des besoins d'amélioration pour l'entretien
- Rénovation mineure des toilettes du 2e étage
- Amélioration de l'éclairage dans le local 208

Horaire d'ouverture

Du lundi au vendredi
Administration de 8h30 à 16h30
Café des aînés de 7h à 15h

La planification stratégique

L'équipe a souhaité s'engager dans une démarche de planification stratégique impliquant la participation des employé.es, du conseil d'administration, des membres, bénévoles et partenaires de la communauté. Par le biais d'une approche créative et dynamique, nous voulions rédiger un énoncé de vision pour l'organisation, définir des grandes orientations et identifier des actions à mettre en oeuvre pour continuer à se développer en lien avec les besoins du milieu.

Pour mener à bien le processus de planification stratégique, le CVML a fait appel à l'équipe conseil de Dynamo, qui a proposé une démarche faisant une large place à la co-idéation et l'intelligence collective. Pour réaliser ce mandat, Dynamo s'est inspirée de l'approche appréciative qui nous a permis de bien identifier les forces et les réalisations du CVML. L'équipe nous a guidée dans l'élaboration d'une vision d'avenir partagée et des changements souhaités permettant d'avancer ensemble dans la même direction. Cette approche favorisait l'émergence de stratégies d'actions porteuses prenant en considération la réalité de l'organisation.

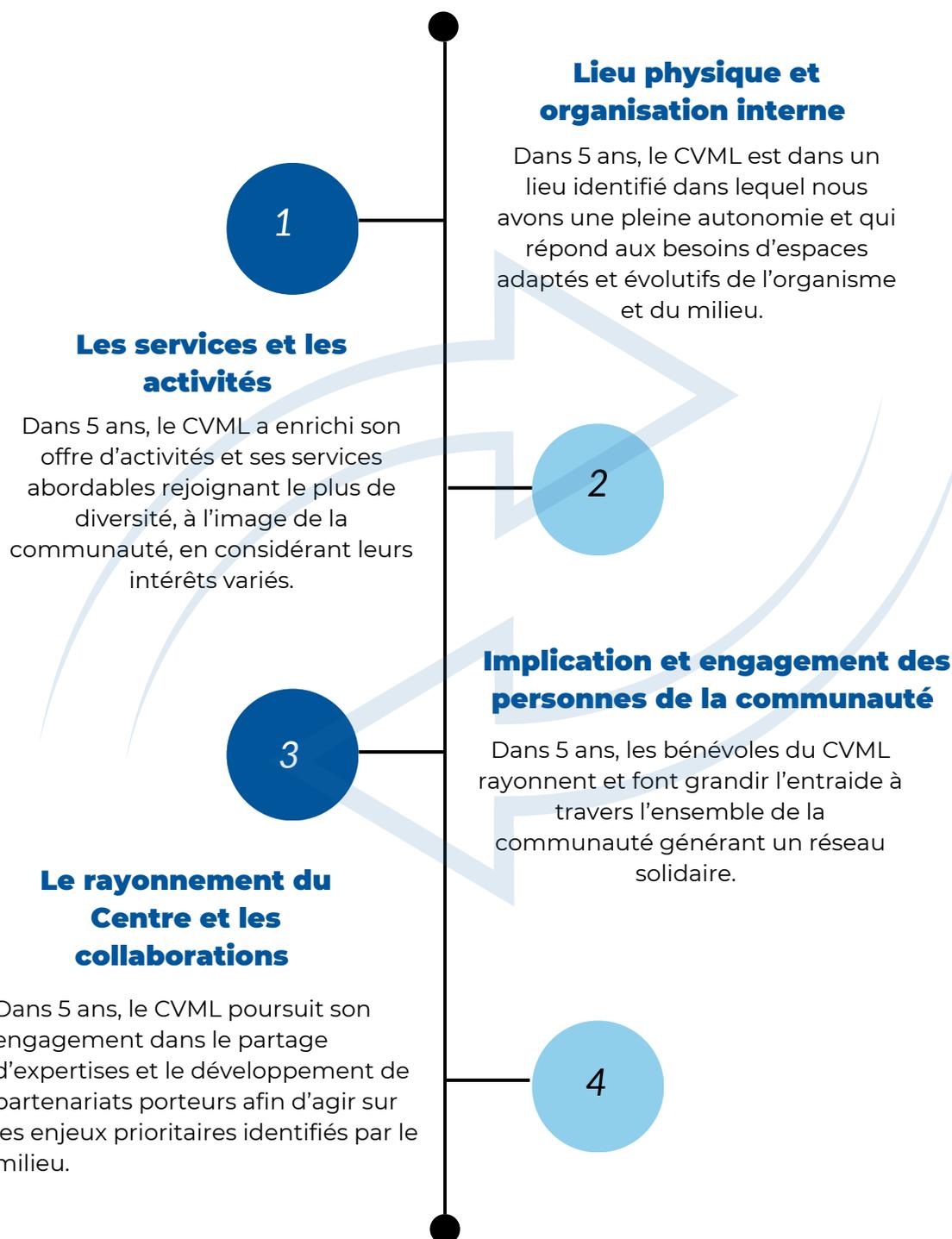
Un comité de la planification stratégique a été mis en place dès le lancement de la démarche. Son mandat était de suivre l'ensemble du processus et plus spécifiquement :

- Réaliser les entrevues appréciatives auprès des membres, bénévoles et partenaires.
- Participer au co-design des grands rendez-vous réunissant aînés.es, membres, bénévoles et partenaires
- Participer au traitement des récoltes d'idées générées par les GRV.





4 grandes orientations



Stratégies d'action transversale

Développement social

Favoriser l'engagement individuel et collectif au sein de la société. La participation sociale peut prendre plusieurs formes dans les différents programmes au CVML.

Intergénérationnel

Créer des rapprochements entre les générations afin de favoriser des relations positives dans le but d'améliorer la solidarité et renforcer le tissu social

Tarification solidaire

Préconiser le droit à la dignité, l'équité, l'identité et à une qualité de vie appréciable. Une tarification solidaire sera implantée au Centre afin de lutter contre la pauvreté et permettre à la collectivité d'avoir un juste accès à nos services.

L'action communautaire

Stimuler l'action des citoyens et des citoyennes d'une communauté qui, face à une problématique sociale, décident de s'associer, de s'organiser et d'agir sur leur milieu.

Équité, diversité, inclusion

Implanter une philosophie de la diversité. Promouvoir la richesse des diversités. Cela permet d'ouvrir la réflexion sur les enjeux d'inclusion et d'équité en agissant en complémentarité avec le milieu et la mission de l'organisme.

Transition socio-écologique

Adopter de nouveaux comportements afin de transformer la société en repensant nos façons de consommer, de produire, de travailler pour répondre aux enjeux environnementaux, mais aussi sociaux afin de continuer de lutter contre la pauvreté

Approche territoriale

Se concerter sur les problématiques sociales des collectivités. Travailler sur les particularités locales, avec le plus de partenaires possible avec l'objectif d'obtenir des gains significatifs.

Mutualisation

Participer à l'action de mutualiser: soit la mise en commun et répartition solidaire. Favoriser la mutualisation des ressources au sein du territoire.

Communication

La diversité des outils de communication demeure essentielle pour nous permettre de rejoindre tous les aînés du territoire. Avec l'arrivée d'une ressource en communication, la signature visuelle de l'organisme se peaufine et s'harmonise davantage. Nous en avons profité pour se doter d'une trajectoire claire afin d'assurer une constance dans la promotion des activités et services. L'objectif est de maximiser l'utilisation de nos outils promotionnels. L'actualisation du site Internet permet de le mettre au goût du jour et de faciliter l'accès à l'information recherchée.



L'info membre

- 2,034 abonnés en 2023
- 2,256 abonnés en 2024



Le site Internet

- 60,345.00 visiteurs
- 354,442.00 fréquentations
- La fréquentation est faite à 21,6% par des hommes et 78,4% par des femmes
- La moyenne la plus élevée qui fréquente le site, les personnes 65 et plus



Réseaux sociaux

- 867 abonnés Facebook
- 28 abonnés LinkedIn



Moyens de communication Internes

- Site Internet
- Info-membre /courriel
- Journal l'Express
- Appels téléphoniques
- Dépliants et affiches promotionnels
- Agents propagateurs
- Textos
- Lettrages sur les véhicules
- Aimants travail de milieu
- Bottins des ressources
- Sondages divers
- Télévision dans le Café des aînés
- 3 babillards et affichages sur l'étage

Moyens de communication Externes

- Réseaux sociaux
- L'Accent de LaSalle
- Repérage local
- Événements locaux
- Kiosques mobiles
- Panneaux numériques
- Radio communautaire
- 2 articles dans le journal Web Nouvelles d'ici
- Présentations diverses

Transformation numérique

Cette année, le CVML a pris la décision de faire un virage technologique afin d'optimiser les outils informatiques, diminuer le nombre d'actions liées à une tâche et développer une meilleure autonomie.



Analyse des outils technologiques

- Subvention obtenue du programme DATAIDE de Centraide du grand Montréal



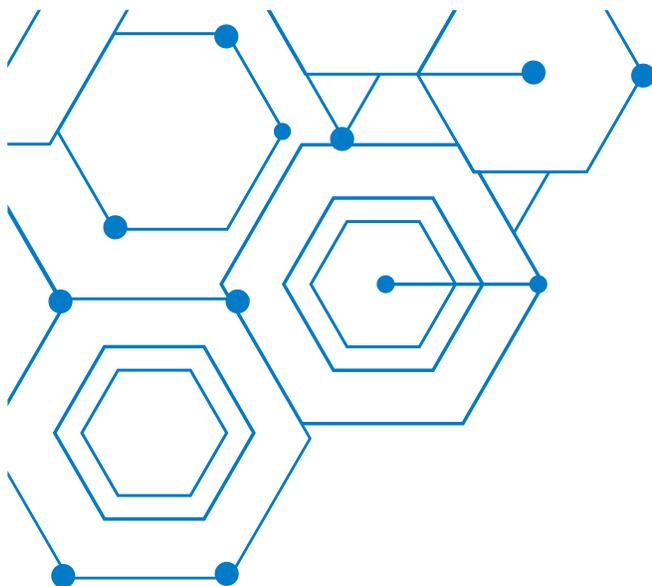
Téléphonie

- Implantation des lignes téléphoniques IP (fait février 2024)



Informatique

- L'Intégration à la suite OFFICE 365 et reconnaissance OBNL -Gratuité des logiciels pour 10 employés (fait janvier 2024)

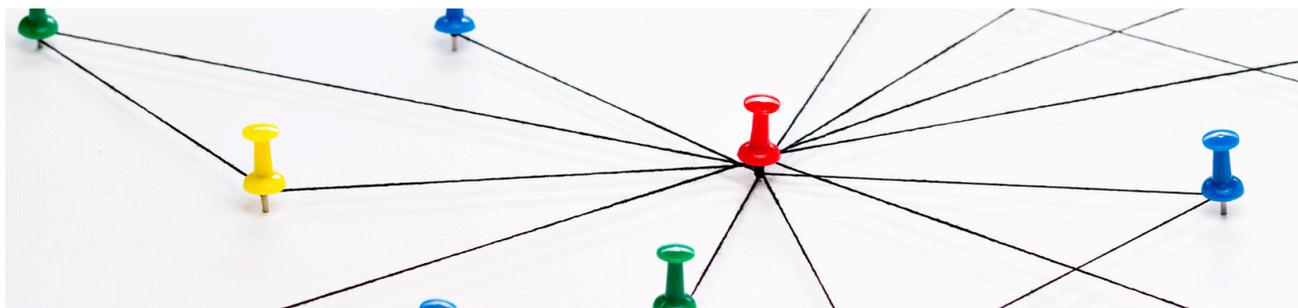


Base de données

Mise à niveau de la base de données et sécurité des données en ligne.

- Suite à l'entrée en vigueur de la loi 25, notre fournisseur actuel de base de données a modifié l'entente de service en exigeant des frais onéreux pour mettre à niveau la sécurité de la plateforme. Ce montant substantiel a remis en question l'efficacité et l'utilisation de notre base de données. Avec les nouvelles avancées, il est maintenant possible d'avoir une base de données plus performante à un prix similaire et bien sécurisé.
- L'objectif visé est d'avoir une nouvelle base de données fonctionnelle en 2024-2025.

Le Conseil d'administration



7 rencontres du CA 15 rencontres des Comités de travail

Les (7) membres du Conseil d'administration sont des aînés de la communauté, des bénévoles ou des utilisateurs de services ou d'activités. La force de ce conseil d'administration réside dans leur dévouement pour la mission, leur bagage professionnel et leur participation active dans les comités de travail en collaboration avec l'équipe.

Comité de la Planification stratégique

- Réaliser les entrevues appréciatives
- Participer au co-design des grands rendez-vous
- Participer au traitement des récoltes générées par l'intelligence collective
- Valider le Rapport stratégique et le premier plan d'action 2024-2025

Comité Équité, diversité, inclusion (EDI)

- Prioriser les actions de l'année en lien avec le plan
- Revoir le nom du comité et sa mission
- Définir les différents groupes à inclure (minorité visible, ethniques, genre, personne à mobilité réduite, etc.)
- Débuter les réflexions sur un guide de prise de décision axé sur l'inclusion, l'équité et la diversité
- Réflexion sur l'inclusion dans nos services actuels.

Comité Régie interne

- Travaux de la Loi 25 sur la confidentialité
- Adoption et diffusion d'un communiqué sur le consentement
- Politique abrégée sur la protection des renseignements personnels

Comité Ressources humaines

- Adoption d'une politique de santé et sécurité au travail et d'un plan d'action
- Maintien de l'Équité salariale avec la firme Pro-Gestion

Membres du Conseil d'administration 2023-2024

Christiane Lefebvre, présidente
Raquel Rivera, vice-présidente
Johanne Boucher, trésorière
Diane Caron, secrétaire
Marc Lamarre, administrateur
Marc Paquin, administrateur

- Mohamed Ramdani a remis sa démission à mi mandat pour des raisons de santé.
- Louise Morin, bénévole en soutien au CA et à la directrice générale

Vie associative

1014 membres de l'organisme
57 membres présents à l'AGA

Présentation des états financiers

Monsieur Mahdee A. Malek, CPA auditeur, directeur de certification, de la firme APSV comptables professionnels agréés Inc. fait la présentation des états financiers au 31 mars 2023, en l'absence de madame Caroline Pombert auditrice, associée. Il explique que son mandat est de vérifier la gestion comptable faite par le Centre du Vieux Moulin de LaSalle et de faire par la suite des recommandations. Son rapport a été adopté à l'unanimité par les membres du Conseil d'administration le 16 mai 2023. La Directrice générale précise que l'on considère que c'est une année d'équilibre budgétaire.

Présentation du Rapport d'activités

La Directrice générale présente les sections relatives au Conseil d'administration ainsi que l'équipe d'employés. Elle énumère les principaux dossiers en cours. Elle profite de l'occasion pour remercier et remettre un cadeau à madame Claudette Dionne qui œuvre au Centre depuis 45 ans. Elle souligne également la contribution de monsieur Alain Bissonnette pour son mandat de 2 ans à titre de Vice-Président au Conseil d'administration. Elle reconnaît les 10 ans au Conseil d'administration de madame Louise Morin, et la remercie de rester à titre de ressource- bénévole au CA, et lui remet un présent.

L'intervenant de milieu présente les services offerts en intervention de milieu. La coordonnatrice en développement social mentionne les principales réalisations dans les divers programmes. La Directrice générale ajoute certaines informations sur la ligne Info-fournisseurs et le volet bénévolat

Madame Micheline Girard félicite la Directrice générale pour la réalisation de ce rapport annuel avec une belle présentation visuelle.

Présentation du Plan d'action 2023-2024

La Coordinatrice du développement social présente les grandes lignes du Plan d'action 2023-2024. Plusieurs projets peuvent déjà compter sur du soutien financier pour assurer leur réalisation. Madame Gisèle Baril soulève que le Centre a balayé la pandémie pour réactiver la reprise des activités. Madame Christiane Lefebvre, présidente du CA souligne que madame Hélène Lapierre aura le 6 juillet 2023, 25 ans de service à titre de Directrice générale du Centre. Madame Karine Mathieu, présidente d'assemblée, indique que les trois (3) formulaires de mise en candidature sont conformes aux règlements généraux de l'organisme. Les noms sont : monsieur Marc Paquin, nouvelle candidature et mesdames Johanne Boucher, et Diane Caron, renouvellement.



L'Équipe accueille de nouvelles ressources

Nous avons accueilli 7 nouvelles ressources au sein de l'équipe dans différents secteurs. Il y a un élan de changement qui fait du bien. Néanmoins, l'accueil et l'intégration de nouvelles ressources a amené une charge de travail supplémentaire à l'équipe en place.

Il y a eu la Création d'un nouveau poste de Responsable du milieu de vie et des communications. La personne s'occupe de la programmation de cours et d'ateliers et des activités sociales. Elle assume la promotion de tous les programmes et services en maximisant l'utilisation des divers moyens de communication. Elle accueille les demandes de bénévolat et s'assure de suivre la trajectoire pour l'intégration de ces bénévoles au sein de l'organisme.

Activités de socialisation et de ressourcement

- Atelier Rendez-vous aux intersections pour l'équipe et le CA
- Présentation d'une vidéo sur l'application de la loi 25 confidentialité
- Journée extérieure d'échanges et de jeux pour l'équipe et le CA
- Souper partage et activités des fêtes
- Évaluation de l'environnement organisationnel



L'équipe

- Hélène Lapierre, directrice générale
- Caroline Lussier, adjointe-administrative
- Émilie Laplante, coordonnatrice au développement social
- Zineb Haddaji, responsable du milieu de vie et des communications
- Chantal Arseneault, responsable de l'accueil et l'intégration
- France De repentigny, remplaçante à l'accueil
- Sylvie Chiasson, cuisinière
- Pélagie Uwingabire, cuisinière
- Patricia Olguin Chavez, cuisinière
- Alejandra Heredia, Intervenante de milieu
- Sabrina Fontaine, Intervenante de milieu
- Jeremy Varvaris, intervenant de milieu
- Aziza Mayaka, agente de liaison ligne Info-fournisseurs
- Richard Beaudry, chauffeur Moulin Bus
- Pierre Michaud, chauffeur Moulin Bus
- Carol-Ann Doddridge, projet de la tarification solidaire

Stagiaires

- Alexa Pelletier, stage de 18 semaines en travail social
- Claudine Ndikumana, stage d'un mois en secrétariat



Formation continue

L'organisme croit fortement au renforcement des compétences . La formation continue permet de parfaire les savoir être et savoir faire de l'équipe

- Préparation de l'opération 'visiter une personne aînée isolée'
- Rencontre de planification renouvellement de bail OMHM
- Formation Maison Grise Troubles d'Accumulation compulsive
- Formation de la Coalition pour le Maintien dans la Communauté sur Le Consentement dans les situations à hauts risques : ouvrir le dialogue avec une personne aînée vulnérable
- Communauté pratique Âgisme avec Inter génération QC
- Rencontre projet de recherche (quartier inclusif pour des personnes aînées d'ici et d'ailleurs)
- Atelier crédit et gestion financière par l'ACEF
- Reprendre sa santé en main CIUSS
- Comment puis-je aider une personne aînée à mieux gérer son humeur dépressive ?
- Le consentement à haut risque
- Visâge détresse émotionnelle
- Forum ouvert sur la pénurie de main-d'œuvre dans le milieu communautaire
- Comprendre le concept de stratégie de marque
- Élaborer une stratégie de marque cohérente et forte
- Évaluer la stratégie de marque actuelle de votre entreprise
- Atelier sur la fraude avec les policiers socio communautaire
- Sensibilisation au deuil Université de Montréal
- Atelier soutien clinique LIAM
- Rencontre sur la couverture dentaire Canadienne

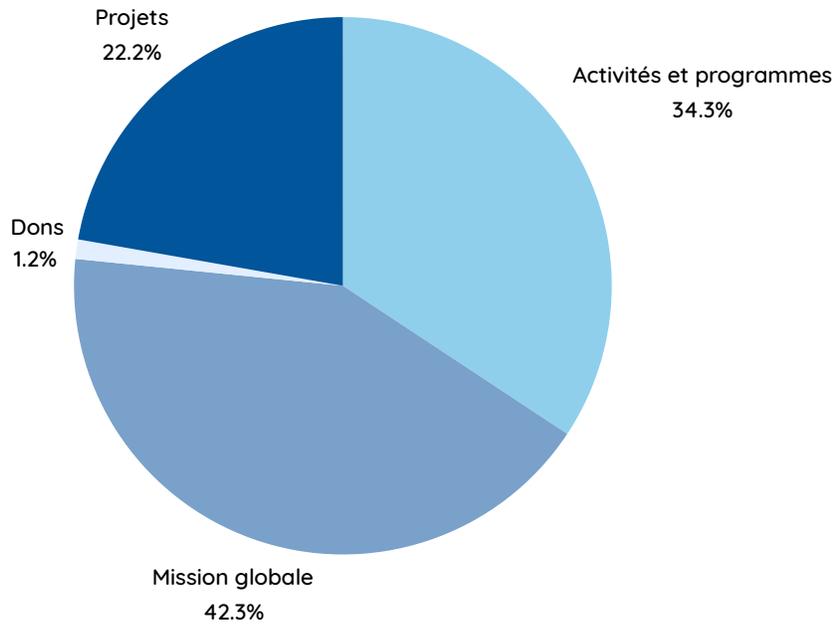
Une année de reconnaissance

Il y a eu plusieurs reconnaissances pour des années de services continus au sein de l'équipe. Nous avons célébré les 10 ans d'Émilie Laplante, la coordonnatrice du développement social et communautaire ainsi que les 5 ans de l'une de nos intervenantes de Milieu Alejandra Heredia. Le 25 ans de la directrice générale. Au niveau des professeurs, nous avons souligner les 45 ans d'engagement et de dévouement de Claudette Dionne et les 5 ans d'Éliane Berdat notre professeur d'art.

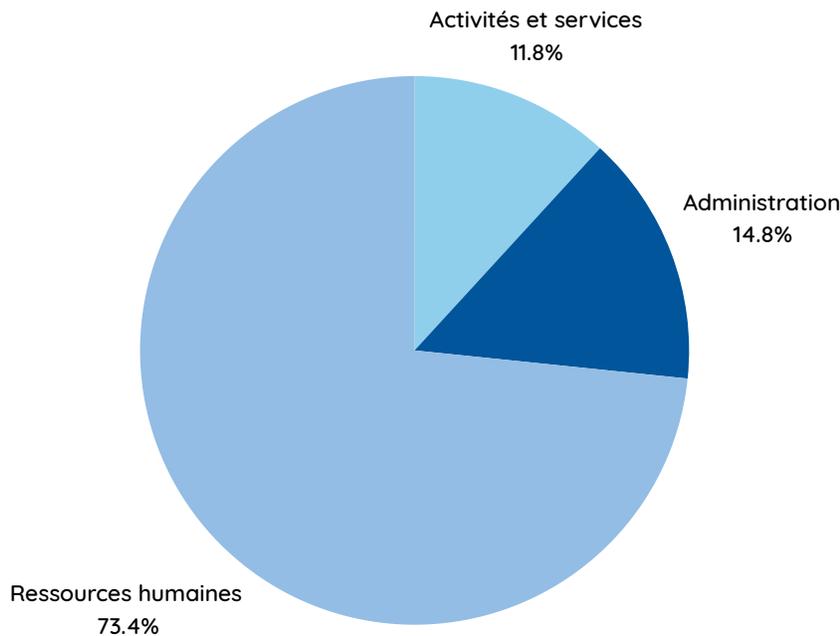


Aspects financiers

Revenus



Dépenses



✓ Mission globale

- Bonification récurrente pour la popote roulante de \$62,643 du PSOC
- Bonification récurrente de \$50,000 Centraide du grand Montréal

✓ Projets

- Fonds de relance communautaire \$84,495. pour la Tarification solidaire
- Don \$5,000 du Groupe Maurice
- DATAIDE \$5,000

✓ Moisson Montréal

- Notre accréditation à Moisson Montréal soutient la popote roulante et le Carrefour alimentaire de LaSalle.

✓ Café des aînés

- Revenus \$ 43,471.17 du Café
- Revenus \$42,122.90 repas et autres produits congelés

Merci !

Partenaires financiers

Mission globale

- Programme de soutien aux organismes communautaires , Santé et services sociaux du Québec PSOC
- Centraide du grand Montréal

Projets

- Famille Québec
- Travail, emploi et solidarité sociale Québec
- LaSalle Montréal
- Député de Marguerite-Bourgeoys
- Action Aînés du Québec
- Institut national de la Santé publique
- Programme Nouveaux horizons pour aînés - Emploi et Développement Social Canada
- Moisson Montréal
- IGA Beck
- Caisse Desjardins - LaSalle
- CIUSSS ODIM (PIED)
- Groupe Maurice
- Saint-Gobain construction chemicals, GCP Applied Technologies
- Dons personnels et d'entreprise

Orientation 1

Le CVML est dans un lieu identifié dans lequel nous avons une pleine autonomie et qui répond aux besoins d'espaces adaptés et évolutifs de l'organisme et du milieu.

Toit communautaire dédié aux aînés, au coeur du quartier



“ —
LOUISE DERAIL, membre depuis 1 an. C'est une priorité de soutenir le vieillissement de la population au coeur de notre quartier. — ”

La **réalisation d'un plan d'affaires** avait pour but de définir les besoins d'espace et d'autonomie du Centre du Vieux Moulin de LaSalle en cohérence avec la vision pour les 5 prochaines années. Le CVML considère que le manque d'espaces adéquats ne permet pas d'offrir ou de donner accès à tous les services et activités dont la population aînée aurait besoin. Le CVML est convaincu que les besoins des personnes aînées s'accroîtront encore avec le vieillissement de la population et qu'il est important d'être en mesure d'y répondre le mieux possible.

La population aînée a des besoins différents qui doivent être considérés dans un développement futur d'infrastructure. Citons en exemple que le CVML n'est pas visible de l'extérieur du bâtiment actuel et même dans l'entrée intérieure. Malgré les efforts d'accessibilité universelle, il y a encore des enjeux préoccupants pour cette clientèle au sein du bâtiment actuel.

Le CVML rêve de préserver ses racines dans le secteur du Bronx pour un développement futur. Une offre de services par des pôles satellites n'est pas souhaitable. Plusieurs services de l'organisme se déploient sur le terrain aux domiciles des aînés.

Pour le CVML, la création d'un milieu de vie communautaire accessible est centrale pour soutenir sa mission et encourager la participation citoyenne des personnes aînées de la communauté.

L'équipe est très présente et engagée dans le territoire. L'organisme donne du temps, et partage son expertise. Le CVML travaille étroitement avec des acteurs du milieu et attache de l'importance à l'intelligence collective, l'approche collaborative et les projets en partenariat.

Dans ce contexte, il est essentiel de miser sur la collaboration comme levier au développement futur de notre organisation et de la collectivité.

“ —
FRANCE DE REPENTIGNY, Membre depuis 6 ans
Parce qu'il s'agit d'un lieu rassembleur et nécessaire à la vitalité d'un quartier ouvert à la diversité et intéressé par le bien-être des aînés. Parce que les membres font partie d'une grande famille sociale et bienveillante envers les autres. Avoir un lieu dédié permettrait au CVML, une plus grande portée et une meilleure autonomie. — ”

Orientation 2

Le CVML a enrichi son offre d'activités et ses services abordables rejoignant le plus de diversité, à l'image de la communauté, en considérant leurs intérêts variés.

Tarification solidaire

Au Centre du Vieux Moulin de LaSalle, nous constatons que certaines personnes vivent de l'instabilité financière et n'ont malheureusement pas les moyens de s'offrir les services et activités du CVML même s'ils sont essentiels à leur santé et leur bien-être.

En réponse à cette constatation et conformément à notre code d'éthique du Centre du Vieux Moulin de LaSalle qui préconise le droit à la dignité, l'équité, l'identité et à une qualité de vie appréciable, une tarification solidaire sera implantée au Centre en 2024-2025 afin de lutter contre la pauvreté et permettre à la collectivité d'avoir un juste accès à nos services. L'objectif de la démarche est de s'assurer que les services et activités soient accessibles financièrement pour toutes les personnes âgées de la communauté, tout en assurant la viabilité de l'organisme. La nouvelle tarification sera constituée de gammes de prix équitables. Elle permettra à tous et toutes de contribuer à la hauteur de leurs moyens afin de donner la chance à un plus grand nombre de personnes âgées de la communauté de LaSalle d'avoir accès aux services et aux loisirs du centre. Grâce à ce nouveau projet, nous maintiendrons notre engagement envers les membres, les aînés.es et les bénéficiaires : la tarification solidaire réduira l'isolement social et soutiendra la pleine autonomie de TOUS, sans discrimination socio-économique.

Il y a eu plusieurs étapes qui ont été réalisées cette année.

- Recherches et articles sur le sujet et sondages.
- Focus groupe ainsi que diverses rencontres et présentations.
- Depuis mars 2024, avec le soutien de l'équipe de consultants, il y a eu des travaux au niveau du futur plan des communications et des perspectives financières.
- L'année 2024-2025 vise la mise de l'avant progressive de la tarification solidaire.



Soutien communautaire et services d'entraide

Impacts

Les groupes de soutien et de socialisation ainsi que les services d'entraide permettent aux personnes de se sentir moins isolées, de partager leur vécu, de trouver de nouvelles stratégies d'adaptation et de développer un sentiment d'appartenance à un groupe. Ces effets ont des conséquences positives sur la santé physique et mentale de participant.e.s. 95 personnes différentes rejointes par les différents groupes.

Groupes de soutien et de socialisation

L'équipe d'intervention offre différents groupes de soutien et de socialisation. Cette année nous avons un soutien financier dans le cadre de Plan action aînés Québec qui a permis d'offrir des groupes supplémentaires.

Voici les groupes offerts:

- 2 groupes de socialisation pour femmes - Les joyeuses troubadours
- 1 groupe de socialisation pour hommes - La ligue de vieux Poêle
- 2 groupes sur la gestion du stress - Balayez vos inquiétudes
- 2 groupes d'entraide pour personnes endeuillées
- 1 groupe Apprivoiser sa solitude et développer son réseau en collaboration avec l'Association canadienne en santé mentale
- 2 groupes pour informer et stimuler la vitalité cognitive - Muscler vos méninges
- 1 Atelier sur la recherche de logement

“
Je n'y croyais pas trop
au début mais, j'ai
vraiment apprécié le
groupe. On sort plus fort
et cela nous apprend à
mieux se connaître et le
partage est très
apprécié.
”

Clinique d'impôts

Nous avons maintenu notre service de déclaration d'impôts pour les personnes à faible revenu. Nous avons souligné le 30e anniversaire de service essentiel. C'est plus de **379 personnes qui ont fait leurs impôts grâce à l'implication de 10 bénévoles**. La clinique d'impôts offre un soutien aux personnes et qui n'ont pas les moyens de recourir à des services professionnels pour remplir leurs déclarations de revenus.



Soutien communautaire en logement social

Impacts

Le soutien communautaire en logement social permet, pour les locataires, de réduire l'isolement, de diminuer les conflits, d'améliorer l'accès aux services communautaires et au réseau de la santé. La présence des intervenant.e.s de milieu permet d'améliorer la vie collective et de créer un réseau de soutien. 132 locataires ont été rencontrés en individuel pour 689 suivis.

Les intervenant.e.s de milieu ont poursuivi leur mandat de soutien communautaire en logement social en offrant de l'accompagnement individuel et collectif aux résidents de 5 HLM (Seigneurie des rapides, Domaine des rapides, Shevchenko, des Oblats IV et des Oblats V) pour aînés du territoire de LaSalle.

Activités collectives

- Café rencontre pour savoir qui appeler lors des plaintes pour bruit, flânage, violence, etc. En collaboration avec l'organisateur communautaire de l'OMHM et le SPVM PDQ 13
- Café rencontre avec la Société d'Alzheimer
- Atelier sur la précarité financière, trucs et astuces pour un budget équilibré en collaboration avec l'ACEF du Sud-Ouest.
- Distribution de repas chauds de Noël en collaboration avec la Résidence Le Cavalier.
- Atelier Ma santé j'y tiens - Co-construit avec le CIUSSS ODIM qui vise à aborder les saines habitudes de vie et la respiration (gestion de la douleur, amélioration du sommeil et pleine conscience)
- Un bail, un café - projet pilote en collaboration avec l'OMHM afin de faciliter le renouvellement des baux pour les locataires.
- Participation aux assemblées générales des associations de locataires.

Porte à porte

- Gestion des déchets, recyclage et compost en collaboration avec l'Éco-quartier

- Vie associative et comité de locataires en collaboration avec l'organisateur communautaire
- Accueil des nouveaux locataires: présentation des TM et présentation des ressources du quartier

Rencontres individuelles et présence de type corridor

Voici les thèmes les plus en demande en intervention individuelle:

- l'autonomie fonctionnelle, droits et recours, habitation, santé mentale et sociale, méconnaissance des ressources et besoin de parler/se confier.

“
Je remercie l'intervenante pour son support dans plusieurs démarches concernant le logement, mais aussi pour son support moral à travers les moments difficiles que j'ai vécu durant ces dernières années.
”



Intervention de milieu auprès des aînés en situation de vulnérabilité (ITMAV)

Impacts

Notre ITMAV, la communauté d'entraide permet d'agir en prévention et de diminuer la détérioration de l'état de santé mentale et physique. Les ITMAV permettent une reconnexion des personnes aînées avec la communauté en les accompagnant vers les bonnes ressources et services .

L'équipe d'intervention de milieu a pour mandat de repérer, dépister, référer et accompagner les personnes aînées de la communauté en situation de vulnérabilité.

Collaboration, partenariats et événements

- Repérage et présence dans le lieu public : Plus de 320 contacts avec des personnes pour aborder les ressources et services.
- Présentation à l'intention de l'équipe de sécurité du Carrefour Angrignon pour les sensibiliser aux bonnes pratiques d'intervention auprès des aînés, ainsi qu'aux enjeux liés au vieillissement tels que les limitations physiques et les pertes cognitives.
- Journée des partenaires en collaboration avec le CIUSSS sur la Santé et bien-être des hommes
- Présentation de l'organisme Projet suivi communautaire aux partenaires
- Opération porte-à-porte Visiter une personne aînée 2024 en collaboration avec le SPVM
- Tournée des commerces pour sensibiliser les personnes aux repérages des personnes en situation de vulnérabilité
- Conférence dans le cadre de la journée mondiale de lutte contre la maltraitance en collaboration avec la FADOQ
- Ateliers sur la recherche de logement

“ Je me sens tellement privilégiée et reconnaissante de ce que l'intervenante a accompli pour moi, que ce soit pour des multiples démarches C'est un être exceptionnel ! Un ange qui ma aidé quand j'étais dans le noir ! Des millions de merci ”

Rencontres individuelles

L'équipe a rencontré **524 personnes différentes et effectué 2726 suivis**. Les problématiques les plus fréquemment rencontrées sont les suivantes : Méconnaissance des ressources, habitations, aide aux formulaires, événement fragilisant tels que le deuil, accompagnement d'un proche, et l'isolement. L'équipe a réalisé plus de **915 références** vers les ressources du milieu (organismes, réseau de la santé, Ligne AAA, EÉSAD, services juridiques). Les intervenants.es ont aussi participé à deux Plans d'intervention interdisciplinaire réunissant divers acteurs, afin d'accompagner efficacement des personnes aînées dans leur démarches.. La durée des interventions est de 45 minutes à 1h.



Cours, ateliers et activités

Impacts

Le volet cours et ateliers agit en prévention du déconditionnement en permettant aux personnes âgées de rester actives et de continuer à développer leur plein potentiel. Ce volet permet de se bâtir un réseau social et de connaître les autres services pour les personnes de 50 ans et plus.

Activités sociales

- Journée porte-ouverte

Ateliers ponctuels

- Ateliers spéciaux des fêtes
- Vente de matériel d'art

Nouveautés

- Équilibr'Aîné
- Atelier d'essai gratuit arts et nature
- Ameublement et accessoires amovibles pour faciliter l'usage par les aînés lors des activités

Rencontres d'information

- Le crédit et ses pièges
- Le Testament & Mandat d'inaptitude
- Ne m'oubliez pas : La maladie d'Alzheimer et les ressources disponibles
- Ostéoporose Canada- La santé des os 101
- La fraude
- Viens jaser d'environnement et de vie de quartier
- Deux étudiantes en pharmacologie de l'université de Montréal ont offert un kiosque d'information sur la prévention des chutes.
- Comité consultatif- budget participatif de l'arrondissement
- Alimentation saine et vieillissement
- Les bienfaits de l'exercice

Conférences

- Dehors âgisme, bienvenue vieillesse par Guy Vermette
- L'exploitation financière avec Me Ann Soden Ad.E. et Me Pascale Vigneau, ainsi qu'une agente de police du SPVM

- Ateliers d'arts
- Cours liés au bien-être
- Activités sociales
- Rencontres d'information
- Conférences

“
ALAIN GINDRAS, membre depuis 2 ans
Pour cultiver la curiosité, favoriser les apprentissages, multiplier les rencontres et briser l'isolement
”



Personnes rejointes



Intervention en HLM

- Accompagnements individuels (132)
- Porte à porte (431)
- Cafés-rencontres (113)
- Présence type corridor (150)



Développement social

- Cours et ateliers (654)
- Activités sociales (54)
- Rencontres d'information (144)
- Journée porte ouverte (205)
- Projets spéciaux (320)
- Planification stratégique (100)

Services de soutien communautaire et d'entraide

- Groupes de soutien et socialisation (50)
- Clinique d'impôts (379)



Travail de milieu ITMAV

- Accompagnements individuels (524)
- Porte à porte avec le SPVM (340)
- Repérage (1568)



Services de maintien dans la communauté

Impacts

Les services de maintien à domicile permettent d'améliorer le quotidien des personnes en perte d'autonomie et des personnes proches aidantes. Les bénéficiaires peuvent profiter plus longtemps du confort de leur domicile.

Les repas de la **popote roulante** se préparent par l'équipe de la cuisine et des bénévoles très impliqués au quotidien. Le CVML préconise des repas généreux, faits sur place, santé et réconfortants.

Au niveau du **programme PAIR**, nous avons décidé de ne plus offrir des rappels de médicaments et préserver uniquement les appels de sécurité. Cette décision est basée sur le fait que le CVML ne peut pas vraiment garantir que les personnes prennent bien leurs médicaments et que c'est du ressort du système de santé. Considérant que l'Ouest de l'île de Montréal est un trop grand territoire pour le programme PAIR, nous avons établi que LaSalle, Verdun, Dorval et Lachine seraient dorénavant les territoires desservis.

La nouveauté de l'année pour la **ligne Info-fournisseurs** touche la promotion et le développement d'une équipe de bénévoles solidaires pour les appels et visites d'amitiés ainsi que pour les menus travaux. Il y a eu aussi l'arrivée et l'accréditation de nouveaux fournisseurs en lien avec les besoins.

- Popote roulante
- PAIR
- Ligne Info-fournisseurs
- Moulin Bus
- Transport-accompagnement

Les demandes de **transports accompagnements médicaux** ont augmenté d'environ 15% et ont été répondues positivement à 90%.

Le **Moulin Bus** poursuit son mandat de sortir les aînés de l'isolement et de leur permettre aussi d'aller faire eux-mêmes leur épicerie. De plus, le Moulin Bus est au service de la communauté et offre du transport ponctuel pour des partenaires travaillant auprès des aînés de la communauté.

“ **ANDRÉ DOUCET, membre depuis 27 ans. Favoriser le maintien dans la communauté met en lumière et a profit les habilités, connaissances, intérêts, forces et curiosités des aînés** ”



Services alimentaires / Café des aînés

Impacts

Le Café des aînés contribue à maintenir ou améliorer la sécurité alimentaire des personnes âgées en offrant des repas cuisinés maison à coûts abordables. C'est aussi un lieu de socialisation, rassembleur pour partager un repas sain.

Quelle année mouvementé au Café des aînés avec seulement une cuisinière en poste et une affluence assez importante tous les jours! Par chance nous avons des bénévoles actifs au quotidien pour soutenir la préparation de la nourriture. Malgré la situation, nous avons été en mesure de maintenir l'offre de services alimentaires.

La **livraison des repas congelés** s'est maintenue tout au long de l'année. La vente sur place est toujours aussi populaire. L'enjeu était de fournir à la demande avec un manque de personnel. La situation s'est rétablie depuis le mois de février 2024.

La cuisinière en poste depuis 9 ans quitte l'organisation parce qu'elle déménage en Région éloignée. Nous avons redoublé d'efforts et embauché deux nouvelles cuisinières. Actuellement, elles sont en transfert de connaissances pour une période de 6 mois.

Nous avons aussi développé **un beau partenariat avec le Nutri-centre de LaSalle** qui prépare des soupes repas que nous vendons sur place avec nos autres items congelés.

- Repas sur place
- Collations
- Dîners communautaires
- Repas et produits divers congelés

Au **niveau du virage vert**, nous avons été capables de garder le cap sur certaines de nos bonnes nouvelles pratiques. Les sacs de récupération et les plats ou contenants pour emporter. L'utilisation des bouteilles d'eau personnelles réutilisables. Nous avons de jolies tasses isothermes et des sacs réutilisables à l'image de l'organisme.

Nous avons trouvé une solution pour éliminer le plus possible l'utilisation du plastique. Au niveau des menus végétariens, c'était plus difficile à maintenir quotidiennement dans le contexte. Par contre, il y avait des propositions de manière occasionnelle. Nous prévoyons relancer et peaufiner les bonnes pratiques socio écologiques à l'automne 2024.



Personnes rejointes



Services de maintien dans la communauté

- Popote roulante (174)
- Transport/Accompagnement (144)
- Moulin Bus (135)
- Ligne Info-fournisseurs (271)
(incluant appels et visites d'amitié)
- Programme PAIR (39)



Café des aînés

- Diners communautaires (246)
- Fréquentations (9 558)



Popote roulante
11,818
repas livrés

Orientation 3

Les bénévoles du CVML rayonnent et font grandir l'entraide à travers l'ensemble de la communauté générant un réseau solidaire.

Le bénévolat

Impacts

L'action bénévole au CVML améliore et contribue au maintien de la santé physique et mentale des personnes impliquées. De plus, le bénévolat favorise le développement de notre communauté en stimulant l'implication citoyenne et en répondant à des besoins essentiels.

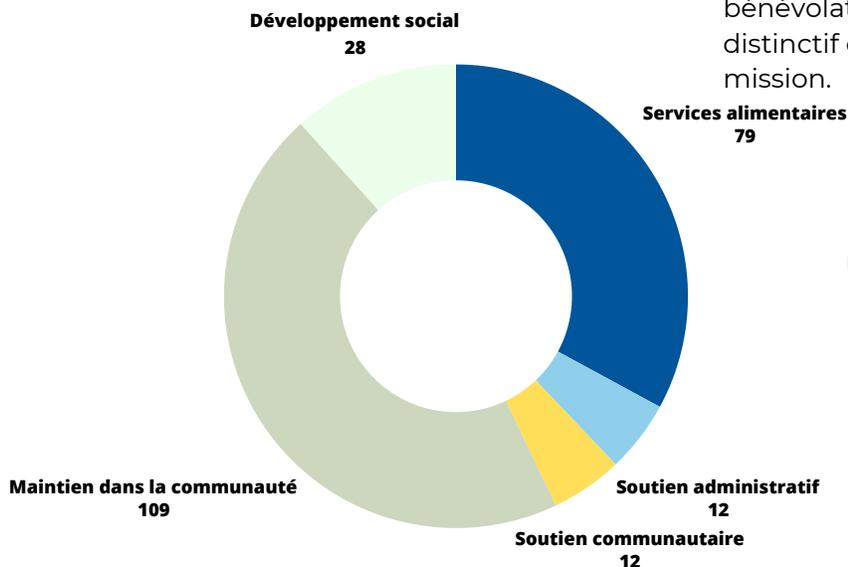
Nous sommes privilégiés de pouvoir compter sur des bénévoles fiables et dévoués au quotidien.

Nous avons remarqué qu'une bonne partie des nouvelles demandes de bénévolat s'orientent vers les services alimentaires, surtout en cuisine. Ce qui comporte quelques enjeux, car nous avons des limites au niveau de notre capacité d'accueil et d'espace de travail. Ceci nous a amené à évaluer nos réels besoins en bénévolat et voir comment nous pouvons mieux s'arrimer avec les demandes.

“ —
DOMINIQUE LÉGER, membre depuis 3 ans
Le sentiment d'appartenance, la solidarité et sortir de l'isolement, c'est important. — ”

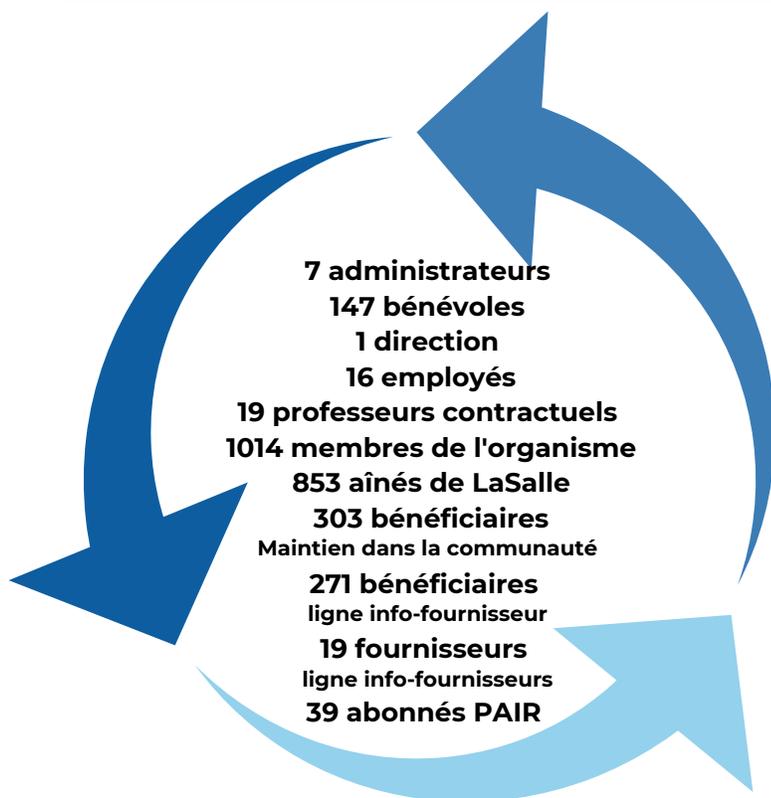
Au courant de l'année, nous avons été en mesure de revoir les demandes de bénévolat, et faire une mise à jour. Une nouvelle méthode de travail s'est mise en place pour améliorer les rencontres avec de nouveaux bénévoles. Une revue complète des descriptions de tâches des bénévoles par secteur a été également réalisée. Nous avons développé une trajectoire claire des étapes à suivre pour l'intégration de la ressource bénévole. Un guide du bénévole a été réalisé. L'organisme souhaite offrir un milieu de bénévolat plaisant, respectueux, unique, distinctif et à l'image des services et de la mission.

Voici le nombre de bénévoles impliqués par secteur



9,950.50 heures de bénévolat

Statistiques



✓ Nombre de choix différents offerts au programme

- 24 Ateliers divers
- 41 Cours liés au bien-être
- 3 Projets spéciaux ou initiatives
- 5 Activités sociales
- 1 Événement annuel
- 10 Rencontres d'information
- 2 Conférences
- 2 Groupes de soutien
- 4 Groupes de socialisation ou d'échange

Portrait de la clientèle

Aînés de la communauté

- 72 ans, moyenne d'âge
- 32 % hommes 68 % femmes
- 91 % LaSalle 9 % extérieur
- 57 % français 26 % anglais
17 % allophone

Membres

- 73 ans, moyenne d'âge
- 19 % hommes 81 % femmes
- 75 % LaSalle 25 % extérieur
- 83 % français 7 % anglais
10 % allophone

Bénévoles

- 68 ans, moyenne d'âge
- 30 % hommes 70 % femmes
- 82 % LaSalle 12 % extérieur
- 90% français 3 % anglais
7 % allophone

Bénéficiaires

- 79 ans, moyenne d'âge
- 32 % hommes 68 % femmes
- 98 % LaSalle 2% extérieur
- 63 % français 25 % anglais
12 % allophone

La diversité

% des personnes rejointes issues des communautés interculturelles

- 36 % Aînés de LaSalle
- 14 % Membres
- 18 % Bénévoles
- 25 % Bénéficiaires
- 32 % équipe du CVML
- 15 % au CA

Orientation 4

Le CVML poursuit son engagement dans le partage d'expertises et le développement de partenariats porteurs afin d'agir sur les enjeux prioritaires identifiés par le milieu.

Le développement social

Impacts

Par l'approche en développement social, l'organisme assure l'implication des citoyen-nes dans la réduction des inégalités sociales et dans l'amélioration de leurs conditions de vie.

Initiatives visant l'équité, diversité, inclusion

Plusieurs actions porteuses ont été mises en place pour offrir un environnement respectueux et faciliter l'intégration de tous et toutes.

- Formation de l'équipe : **Ateliers Rendez-vous aux intersections** avec l'Institut F afin de réfléchir à son positionnement dans la société et prendre conscience des obstacles que peuvent rencontrer les personnes racisées et/ou immigrantes.
- Participer activement dans un **projet de recherche de l'Université de Montréal**, « Vieillir et prendre sa place dans la diversité de son quartier. Mieux comprendre et intervenir sur les dynamiques d'exclusion des quartiers pour leurs aînés d'ici et d'ailleurs. Grâce à notre implication et celle des partenaires, le territoire de LaSalle bénéficiera d'une cartographie des lieux rassembleurs ainsi que des pistes de solutions porteuses pour améliorer l'inclusion dans nos quartiers.
- Participation active aux **Déjeuners-Causerie sur l'inclusion et la diversité culturelle** de l'arrondissement LaSalle. La coordonnatrice était sur le panel d'invités afin de présenter ce que l'organisme a mis en place afin de faire de LaSalle un milieu davantage inclusif. Lors d'un autre Déjeuneur-causerie, les membres du CVML ont été mobilisés afin de faire une activité de 'livre vivant' des aînés de LaSalle pour partager leur expérience de vie.
- Participation au **webinaire Centraide sur l'équité, diversité et inclusion**; des pistes pour le soutien et le renforcement des capacités et des compétences
- **Comité interne ÉDI**: vise à mettre en place des **pratiques visant à faciliter l'intégration de divers groupes**
- Soupe avec Nutri-Centre: **Vente de soupes** de divers pays du monde afin de répondre à diverses habitudes alimentaires culturelles et sociales



Projets porteurs et collectifs

L'organisme a contribué à divers projets collectifs et collaboratifs

- Quand la création rassemble: Méditation culturelle en collaboration avec Culture LaSalle : Accompagnées par l'artiste Mathieu Bourret, les femmes ont eu l'occasion de s'exprimer à travers le non-jugement, et dans l'acceptation. Elles ont créé **une oeuvre collective** qui a été présentée devant public.
- La trousse Face à face avec l'intimidation lancée en février 2023 a été largement **diffusée dans divers milieux aînés** par notre partenaire régional FADOQ - Île de Montréal et présentée lors de leur rassemblement provincial
- Présentation du CVML de la **démarche d'évaluation** du Carrefour alimentaire LaSalle dans le cadre du projet d'impact collectif de Centraide.



Projets Intergénérationnels

- Témoignage sur l'histoire du Québec des années 1960-1970 : invitation d'un stagiaire en enseignement de l'École Cavalier de LaSalle, l'organisme a mobilisé un groupe de 6 personnes aînées dans la cadre d'un cours d'histoire secondaire 4. **Les personnes aînées ont témoigné de leur vécu au Québec** dans les années 1960-1970.
- Participation au colloque Intergénération Québec : **Regards croisés entre générations & cultures**
- Accueil de stagiaires: Ce contact entre les générations permet de créer des liens et de **favoriser une compréhension mutuelle** entre les futurs employés et la population aînée. Cette année nous avons des stagiaires en soins infirmiers de McGill, en Ergothérapie de l'UDM, en travail social du Cégep du Vieux Montréal



“

Je tiens à vous exprimer, une dernière fois, ma sincère gratitude pour votre participation à ce projet dans le cadre de mon stage en enseignement de l'histoire au secondaire. Vos témoignages ont permis à nos élèves de saisir l'importance des événements de notre histoire au Québec à travers vos expériences personnelles. Cette rencontre intergénérationnelle a été d'une valeur inestimable, je pense, pour tous. Je vous remercie chaleureusement pour votre temps, votre générosité et votre engagement envers votre communauté . Daniel côté, stagiaire en enseignement

”

Projets spéciaux

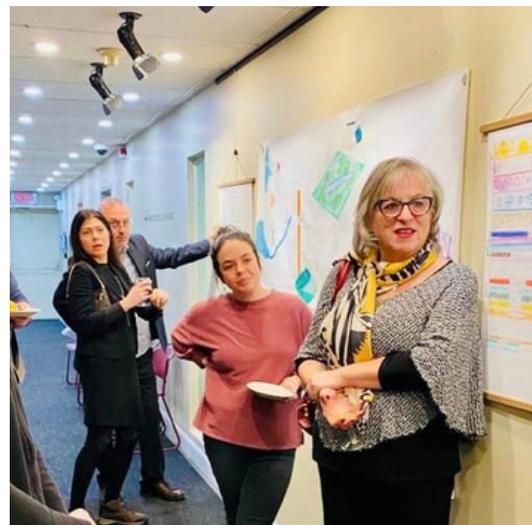
- Mur de brique : dans le cadre de la semaine des centres communautaires pour aîné.e.s, nous avons demandé aux membres **pourquoi est-ce important d'avoir un toit communautaire pour aîné.e.s** dans leur communauté. Plus de 200 personnes ont contribué à créer ce mur de brique.
- Ma santé j'y tiens: Co-construction avec le CIUSSS ODIM d'un atelier visant la **promotion des saines habitudes et des effets de la respiration sur la santé globale**
- Collaboration avec Communautique : Atelier offert gratuitement aux personnes qui souhaitent **développer des habiletés et compétences en informatique**.
- Collaboration avec le **Barreau de Montréal** : Conférence sur l'exploitation financière des personnes aînées.



Transition socioécologique

La transition socioécologique vise l'action collective et communautaire afin de revoir les modes de développement de nos communautés, de promouvoir la santé et créer des environnements sains, justes et équitables. Comme les conséquences des changements climatiques toucheront plus rapidement et davantage les groupes de personnes en situation de vulnérabilité, nous trouvons essentiel que l'organisme contribue activement à la transition socioécologique.

- Dialogue de quartier pour la transition en collaboration avec le Centre d'écologie urbaine de Montréal
- Atelier du budget participatif de l'arrondissement avec le Centre d'écologie urbaine de Montréal
- Visite de Transition en commun : Présentation de l'organisme lors de la visite de la TEC à LaSalle



Approche territoriale

Impacts

Le travail collectif et collaboratif est essentiel au développement et à la consolidation de l'organisme. Notre présence accrue aux diverses instances de participation et concertation permet au CVML d'agir sur des enjeux complexes telle que la pauvreté et l'exclusion sociale en tirant profit des expertises des divers acteurs locaux.

✓ CA

- Table de concertation des aînés de LaSalle
- Table de développement social de LaSalle
- Radio LaSalle -CKVL
- Comité d'aide locative Jardins LaSalle

✓ Tables

- Table d'action et de concertation en sécurité urbaine de LaSalle
- Table régionale de liaison sur la maltraitance

✓ Services de proximité

- Société Alzheimer
- L'Association canadienne en santé mentale
- Carrefour alimentaire LaSalle
- CIUSSS ODIM (PIED)

✓ Impacts collectifs

- Carrefour alimentaire LaSalle
- Ligne info-fournisseurs (comité de suivi, pilotage etc)

✓ Comités

- Réseau éclaireur CIUSSS
- Sélection des prêts d'entraide du sud-ouest (PESO)
- Bienveillance et Revitalisation urbaine intégrée (TDS)
- Comité national de sensibilisation pour contrer la maltraitance envers les personnes âgées des communautés culturelles ou d'expression anglaise
- Allions-nous
- Usagers et arrondissement LaSalle

✓ Adhésions

- AQCCA
- Comaco
- PRASAB
- Intergénération Québec
- Groupe des Aidants du Sud-Ouest
- Moisson Montréal
- Centre d'action bénévole de Montréal

✓ Mutualisation

- Prêt de la camionnette au Carrefour alimentaire de LaSalle
- Prêt de matériel et mobilier à d'autres organismes
- Prêt d'espaces pour les services de proximité
- Prêt du Moulin Bus à des partenaires de la communauté

✓ Participation

- Organisation, animation et kiosque Salon des aînés
- Kiosque au Salon du bénévolat
- Kiosque à la Fête de quartier Bronx
- Quille thon de la Maison de soins palliatifs Saut-Saint-Louis
- Lancement du mois de l'histoire des noirs
- Festival d'ici et d'ailleurs, vernissage du projet de recherche
- Concertation annuelle santé publique sur la santé mentale
- AGA des partenaires : Moisson Montréal, TDS LaSalle, CKVL, D&D



“

JOSÉE BRAIS, Membre depuis 20 ans

Je considère qu'il est essentiel de garder les aînés actifs et ce dans tous les domaines. Alors, pourquoi pas aider le CVML à continuer de remplir sa si belle mission

BERNARD LEGAULT Membre depuis 14 ans

Le CVML est nécessaire pour la socialisation, le partage et avec le bénévolat, on se sent utile.

ANDRÉE GROULX Membre depuis 12 ans

Avoir un réseau social, rester active physiquement et mentalement

MONIQUE HURTUBISE Membre depuis 1 an

Un lieu à nous est indispensable pour la qualité du vieillissement des aînés et le maintien de leur autonomie.

DENISE STE-MARIE Membre depuis 14 ans

Avoir plus d'espace pour les activités en soutien à la communauté

JACQUES FLEURY, Membre depuis 2 ans

Ça me permet de briser mon isolement, d'avoir un groupe d'appartenance, me sentir utile en tant qu'aîné, plus actif au sein de la société. Avoir des services et du soutien, c'est essentiel.

GINETTE ROBERT Membre depuis 10 ans

Avoir des espaces adaptés aux activités et services qui permettent aux aînés de "vivre" leur santé physique, mentale et socialiser plus librement.

”



Rédaction et mise en page: Hélène Lapierre
Rédaction: Émilie Laplante et Sabrina Fontaine
Révision et validation statistiques: Caroline Lussier
Correction de texte: Marc Paquin

7644 rue Édouard, LaSalle, H8P 1T3 (514.364-1541)