



Centre communautaire
des aînés de Soulanges

Rapport d'activités 2018-2019



Table des matières

Présentation de l'organisme.....	Page 3
Un centre communautaire pour aînés	Page 4
Mot du président	Page 5
Mot de la directrice	Page 6
Les administrateurs	Page 7
Les comités du CCAS	Page 8
Vie associative.....	Page 9
L'équipe des employés	Page 9
Nos Services, La popote roulante	Page 10
Vente repas surgelés sur place	Page 12
Les journées d'activités	Page 12
Musclez vos méninges	Page 13
Publication d'un journal	Page 13
Les repas partagés	Page 14
Activités intergénérationnelles	Page 15
Vie active	Page 15
Contribution de la communauté	Page 16
Engagement de l'organisme dans le milieu	Page 19
Réponses apportées aux besoins du milieu	Page 20
Autofinancement	Page 22
Nos statistiques	Page 23

Présentation de l'organisme

Le Centre communautaire des aînés de Soulanges est un organisme communautaire qui offre divers services aux aînés de la région de Vaudreuil-Soulanges en complémentarité avec les autres organismes et les institutions de la région. Il favorise l'action bénévole et contribue au maintien à domicile des aînés.

La mission

Venir en aide aux aînés en améliorant leur qualité de vie, en contribuant à leur sécurité et en favorisant leur maintien à domicile.

Les objectifs

- Venir en aide aux personnes âgées les plus démunies de la région de Soulanges.
- Offrir un soutien matériel et moral à ces personnes et /ou familles.
- Former des travailleurs(euses) bénévoles qui désirent consacrer leur temps et leurs talents afin d'œuvrer au sein de notre organisme.
- Recevoir des dons, legs et autres contributions de même nature en argent ou en valeurs immobilières et administrer de tels dons, legs et contributions. Organiser des campagnes de souscription dans le but de recueillir des fonds pour des fins charitables.
- La corporation poursuivra ses activités sans aucune fin de gains pécuniaires pour ses membres et tous profits ou autres gains de semblable nature que pourrait faire la corporation seront utilisés uniquement pour la poursuite de ses objets.

Les objets de la corporation ne lui permettent pas de se livrer sur le territoire du Québec, à des activités qui tombent dans le champ d'exercice exclusif d'une profession en vertu d'une loi sur les services de santé et les services sociaux.

Un centre communautaire pour aînés

Un centre communautaire pour aînés s'adresse aux personnes de cinquante (50) ans et plus qui veulent demeurer socialement actives et/ou qui ont besoin de services favorisant leur maintien dans la communauté. C'est un milieu de vie social, éducatif et communautaire où les aînés se regroupent et se donnent ensemble des moyens pour conserver ou reconquérir leur autonomie. Le Centre communautaire des aînés de Soulanges (CCAS) valorise l'appropriation du pouvoir d'agir (empowerment) des aînés.

Le point d'ancrage du Centre est le bénévolat réalisé par les personnes aînées. Celles-ci s'engagent dans la vie de l'organisme en participant au processus décisionnel et en s'impliquant dans la conception, la mise en œuvre et la livraison d'activités et de services. Cette structure fait appel au savoir et au savoir-faire des aînés qui contribuent ainsi à l'amélioration de leur qualité de vie. Par leur implication, les aînés participent à l'enrichissement de leur collectivité et à la consolidation du tissu social qui la compose.

Les objectifs des centres communautaires sont de :

- Promouvoir une image positive des aînés;
- Favoriser la participation sociale et les interactions avec la communauté environnante;
- Aider à maintenir l'autonomie physique et intellectuelle;
- Voir à l'organisation d'activités correspondants aux besoins et aux intérêts des aînés;
- Stimuler l'entraide sous diverses formes;
- Favoriser l'émergence du leadership;
- Faciliter la prise en charge et la participation de l'aîné à l'amélioration de sa qualité de vie;
- Susciter le développement de projets novateurs.

Par nos différents services, le CCAS vise à développer l'autonomie des aînés, à améliorer leur qualité de vie, à favoriser leur participation au processus décisionnel et à favoriser leur maintien à domicile.

Mot du président



Bonjour à toutes et tous.

L'année 2018-2019 a été des plus active dans plusieurs de nos activités. Nous desservons maintenant 14 municipalités au service de popote roulante avec l'ajout de la Ville de l'Île-Perrot. Ce service a connu une augmentation de 10% par rapport à l'an passé. Pour répondre à l'augmentation de la demande, nous avons embauché une secrétaire-réceptionniste, et réorganisé le travail de la cuisine.

Le conseil d'administration, aiguillonné par Josée Champagne, notre dynamique directrice générale, a adopté différentes mesures qui rendront son opération encore plus professionnelle et efficace dans la poursuite du mandat de notre organisme. Par exemple, on a adopté un profil de poste et un code de déontologie pour les administrateurs, une politique contre le harcèlement de toutes sortes et un plan d'action officiel pour l'année 2019-2020. Les membres du conseil ont également reçu une formation sur la planification stratégique.

Nous avons enfin fait construire une nouvelle rampe pour handicapés qui est maintenant conforme aux normes gouvernementales et qui permet aux visiteurs d'assister plus facilement aux diverses activités offertes par le Centre.

Des projets sont dans nos cartons pour un agrandissement de la cuisine, dès que nous aurons obtenu le financement nécessaire. D'autres projets sont en cours grâce, au dévouement des membres des différents comités du conseil, et en particulier celui du souper spaghetti dont le succès ne se dément pas et qui est notre principale activité de financement.

Au nom du conseil, un grand merci à Josée Champagne et à son équipe ainsi qu'aux bénévoles qui travaillent dans l'ombre et sans qui nous ne pourrions opérer.

Maurice Marchand, président

Mot de la directrice



Bonjour chers membres,

Une autre année chargée vient de s'écouler pour le Centre communautaire des aînés. Une année où beaucoup de boulot fut abattu, et ce, avec qualité, rigueur et professionnalisme.

L'équipe a su s'investir dans tous ses services, et ce, malgré la charge de travail accrue demandée. La lecture de ce rapport annuel, vous donnera un beau portrait de ce qui fut accompli tout au long de l'année.

J'en profite pour remercier tous les bénévoles de leurs implications et investissements, tout au long de l'année, afin que nos aînés puissent améliorer leur qualité de vie et demeurer chez eux le plus longtemps possible. Merci de pour votre grand coeur et votre assiduité. Sans vous, rien de tout cela ne serait possible.

L'implication des employés est également essentielle. Ils sont des acteurs incontournables dans le bon fonctionnement de l'organisme. De belles choses se passent et de belles nouvelles s'accumulent augmentant ainsi continuellement la crédibilité de notre organisme. Je suis fière de votre apport et des défis que vous avez relevés. Bravo à une équipe formidable!

Nous avons la chance et le bonheur d'avoir un Conseil d'administration de qualité, une équipe à rendre jaloux d'autres organisations et qui ne comptent pas ses heures. Je tiens à remercier tous les membres du Conseil pour leur implication, leur assiduité et leur ouverture, pour permettre que le Centre continue d'être un acteur régional incontournable en matière de services aux aînés.

Le Centre communautaire des aînés est riche de ses membres et a la volonté de continuer à s'enrichir.

Bonne lecture! Bon été!

Josée Champagne, directrice générale

Les administrateurs

Notre conseil d'administration est composé de 9 membres, il est donc complet. Les membres se sont réunis 12 fois au cours de l'année.



Maurice Marchand, président
Bénévole livreur
Les Coteaux

Georgette Sauvé, vice-présidente
Membre de la communauté
North Lancaster



Gérard Léger, trésorier
Membre de la communauté
Saint-Polycarpe

Nicole Cuerrier, secrétaire
Membre de la communauté
Saint-Polycarpe



Yvon Gareau, administrateur
Bénévole livreur
Saint-Polycarpe

Francine Séguin, administratrice
Membre de la communauté
Les Coteaux



Luc Fortin, administrateur
Bénévole livreur
St-Polycarpe



Claire Filiatrault, administratrice
Utilisatrice de services
Saint-Polycarpe

Lyne Papillon, administratrice
Bénévole livreuse
St-Zotique



Les comités du CCAS

Les membres du conseil d'administration forment trois comités pour assister la directrice générale dans sa gestion, soit :

Comité des ressources humaines

Ce comité est composé de quatre administrateurs, Maurice Marchand, Georgette Sauvé et Nicole Cuerrier, Luc Fortin et la directrice générale. Nous nous sommes réunis deux fois et avons rencontré deux personnes en entrevues pour le poste de secrétaire-réceptionniste.

Comité entretien de la bâtisse

Ce comité est composé des administrateurs Yvon Gareau et Gérard Léger et Luc Fortin. Ils effectuent divers travaux d'entretien à la bâtisse et sur le terrain;

Comité autofinancement

Ce comité est composé des administrateurs Gérard Léger, Georgette Sauvé, Nicole Cuerrier et Lyne Papillon. Également, tous les employés (5 personnes) font partie du comité. Nous nous sommes réunis quatre fois cette année pour préparer nos activités de financement.

Le CCAS est membre de :



La table de concertation
en sécurité alimentaire de
Vaudreuil-Soulanges



Table Régionale des Organismes Communautaires
et Bénévoles de la Montérégie

Vie associative

L'organisme comptait 88 membres cette année. Vingt membres étaient présents à l'assemblée générale de juin 2018, totalisant une participation de 23%.

L'équipe d'employés

Le Centre communautaire des aînés peut compter sur une formidable équipe d'employés dévoués qui ont à cœur le bien-être des aînés et l'avancement de l'organisme. Tous mettent une grande énergie pour accomplir la mission d'aider les aînés de la région.

Sur la photo: Denis Bélanger, chef cuisinier, Chantal Quesnel, agente de bureau, Linda Lambert, secrétaire réceptionniste, Danielle Lefebvre, aide-cuisinière et Josée Champagne, directrice générale.



Formations suivies par le c.a.

Les membres du conseil d'administration ont suivi une formation cette année :

- Initiation à la planification stratégique.

Nos services

La popote roulante de Vaudreuil-Soulanges

La popote roulante, c'est la livraison à domicile d'un repas chaud et/ou de repas surgelés à des aînés ou à des personnes en perte d'autonomie ou ayant des limitations temporaires ou permanentes. Notre menu de repas chauds est cyclique sur 11 semaines, et comprend une soupe, un mets principal et un dessert à un prix de 6,50\$. Il n'y a pas de taxe ni de pourboire. La livraison s'effectue par des bénévoles souriants. Les repas sont préparés par notre chef cuisinier accompagné d'une aide-cuisinière et de bénévoles. Les repas sont savoureux, santé, ne contiennent pas d'agent de conservation et contiennent le moins possible de produits préparés. Les contenants sont biodégradables et recyclables. Nous livrons environ 325 repas par semaine, distribués en 7 trajets de livraisons sur le grand territoire de la région.



Une nouvelle ville de livraison dans le secteur Vaudreuil

Suite à la conclusion d'une entente avec la Ville de L'Île-Perrot, nous avons débuté en novembre 2018, les livraisons dans cette localité, où nous avons 13 clients. La route de L'Île-Perrot s'ajoute à celle du secteur de Vaudreuil-Dorion et Pincourt, et les repas s'arrêtent donc au point de chute au Parrainage civique de V-S. C'est le point de rencontre entre les livreurs bénévoles de

Soulanges et ceux de Vaudreuil. Également, nos sacs isothermes et cartables de livraisons (notre équipement) sont entreposés dans leurs locaux jusqu'à la prochaine journée de service où ils sont alors récupérés par nos bénévoles de Soulanges.

Le fonctionnement est le suivant : nos bénévoles de Soulanges partent de St-Polycarpe avec l'équipement et les repas chauds et roulent jusqu'au Parrainage civique de V-S (28 km), où ils rencontrent les équipes de bénévoles de Vaudreuil, Pincourt et l'Île-Perrot, et leur expliquent la route et les particularités, s'il y a lieu. Les bénévoles de Soulanges récupèrent l'équipement vide de la journée de livraison précédente et le rapporte à nos locaux à St-Polycarpe, et ainsi de suite à chaque semaine.



Pendant ce temps, les bénévoles de Vaudreuil, Pincourt et L'Île Perrot partent faire les livraisons dans les rues des villes. À la fin, les bénévoles de Vaudreuil et Pincourt et L'Île-Perrot rapportent les équipements vides au Parrainage Civique. C'est notre point de chute à Vaudreuil-Dorion.

Tableau des repas livrés par municipalité

Municipalités	Nombre de repas
Coteau-du-Lac	1 138
Ville de l'Île-Perrot	501
Les Cèdres	719
Les Coteaux	887
Pincourt	1 693
Rigaud	1 674
Rivière-Beaudette	649
Saint-Clet	88
Saint-Lazare	211
St-Polycarpe	521
St-Télesphore	108
St-Zotique	1 862
Vaudreuil-Dorion	3 244
Total :	13 295 repas livrés

Service de vente de repas surgelés sur place

Le Centre communautaire des aînés de Soulanges confectionne et vend des repas surgelés au prix de 5,00\$. Ce service s'adresse aux personnes qui ne veulent pas recevoir de livraison chez eux et qui sont encore capables de se déplacer au Centre pour venir chercher des repas, ou pour les gens des municipalités qui ne sont pas desservies par la popote roulante.

La procédure est simple. Le client téléphone pour faire préparer sa commande et il peut passer la chercher quand elle est prête. Si le client ne peut venir, nous chercherons un bénévole pour la lui livrer. Évidemment, si le client est inscrit au service de la popote roulante, il peut commander des surgelés qui lui seront livrés en même temps que les repas chauds.

Les repas sont préparés par notre cuisinier, accompagné d'une aide-cuisinière et de bénévoles. Ils sont savoureux, santé, ne contiennent pas d'agent de conservation et le moins possible de produits préparés. Les contenants sont biodégradables et recyclables.

En 2018-2019, nous tenions un inventaire de 23 mets différents et aussi quelques petits « à côté » comme la sauce à spaghetti, de la soupe maison et quelques desserts.

Ce service contribue grandement au maintien à domicile des aînés ou des personnes en perte d'autonomie, puisque lorsqu'une personne est seule, fatiguée ou malade, elle peut faire chauffer un repas santé en quelques minutes.

Les journées d'activités animées



Il est possible de venir se divertir au Centre en bonne compagnie lors des journées d'activités qui ont lieu deux fois par mois. Ce sont des journées dirigées par une animatrice, où divers jeux sont à l'horaire. Ces journées sont très stimulantes, et les participants bénéficient d'un bon repas chaud sur place. Le coût de la journée incluant le repas est de 8,00\$.

Nous avons maintenu la participation cette année à une moyenne de 17 personnes par journée. La capacité maximale de notre salle est de 20 à 22 personnes.

Tout au long de l'année, les journées d'activités se déroulent sous différents thèmes : la rentrée, l'Halloween, Noël, des objets en « R », la cabane à sucre, etc.

Durant l'été, la journée d'activités sort de nos locaux. En effet, les participants se rencontrent dans des restaurants de la région. Durant l'été 2018, il y a eu 2 rencontres de 12 personnes.



Programme *Musclez vos méninges*



L'altération de la mémoire et les changements intellectuels liés au vieillissement normal est un sujet qui préoccupe un grand nombre d'aînés. *Musclez vos méninges!* est un atelier qui vise à promouvoir la vitalité intellectuelle chez les gens de ce groupe d'âge.

L'atelier *Musclez vos méninges!* consiste en une série de 10 rencontres de 2 heures chacune. Au cours de ces rencontres, les participants se familiarisent avec le processus normal du vieillissement tout en découvrant des trucs concrets et des astuces pour améliorer leurs facultés cognitives. Chaque rencontre est ponctuée d'activités ludiques où les participants sont invités à réfléchir et à se formuler des objectifs en lien avec le sujet du jour. Ils sont encouragés à faire des liens avec leurs expériences de vie, à participer activement aux divers exercices et à connaître les différentes ressources du milieu. Après chaque rencontre, l'apprentissage se poursuit à la maison, car les participants sont appelés à expérimenter les jeux intellectuels qui leur sont proposés dans le cahier d'activités qui leur est remis.

Musclez vos méninges!, c'est intégrer le concept de santé globale : c'est favoriser une attitude positive face au vieillissement, lutter contre l'âgisme, renforcer la confiance en ses propres capacités et amorcer une réflexion sur leurs habitudes de vie dans le but de stimuler la mémoire. C'est aussi dédramatiser les petits oublis tout en évitant de banaliser des symptômes qui s'avéreraient plus inquiétants.

Enfin, *Musclez vos méninges!*, c'est un bel échange d'expériences personnelles et de compétences individuelles qui se vit à l'intérieur du groupe. Des amitiés se tissent, des anecdotes sont relatées, des encouragements sont apportés et de beaux témoignages sont accueillis dans le respect et la bonne humeur.

Diane Ladouceur, animatrice

Publication d'un journal

Trois fois par année, nous publions le journal « Entre-nous ». Ce document gratuit contient de l'information sur nos services, des informations nutritionnelles, des nouveautés pour les aînés, l'annonce des activités et des articles sur divers sujets susceptibles d'intéresser ou de sensibiliser les aînés.

Il est imprimé à 600 exemplaires par parution et est distribué gratuitement à tous nos clients et à toutes les personnes qui se présentent au Centre pour participer à une activité ou pour prendre de l'information. Le journal est aussi disponible en version électronique pour toute personne qui en fait la demande et est envoyé à tous les organismes membres des tables de concertations des aînés et en sécurité alimentaire.

Les repas partagés

Un repas partagé, c'est un repas en groupe, organisé entièrement par un comité de bénévoles. C'est un bon moment à passer entre amis, brisant ainsi l'isolement et contribuant au maintien à domicile des aînés.

Il existe plusieurs comités de repas partagés dans les diverses municipalités de la région. Le Centre communautaire des aînés en chapeaute sept. Notre appui est le suivant :

- Déclaration et couverture des bénévoles à la Commission des normes et santé, sécurité du travail (CNESST);
- Assurance responsabilité civile pour les bénévoles des comités;
- Cartes d'anniversaire gratuites pour les bénévoles et participants;
- Notre journal Entre-nous à chaque parutions;
- Aide ou support ponctuel, au besoin (photocopies, affichettes, etc.);
- Invitation à l'assemblée générale annuelle de l'organisme.

Les repas partagés ont lieu mensuellement et à des dates différentes dans les diverses municipalités. Cela permet aux aînés de participer à plusieurs repas dans le mois. Ces rencontres constituent aussi pour nous une porte d'entrée afin rejoindre les aînés pour diffuser de l'information, faire connaître des services ou promouvoir des événements de la région.



Les comités de repas partagés affiliés à notre organisme sont situés dans les municipalités suivantes : Coteau-du-Lac, Les Coteaux, Rivière-Beaudette, Ste-Justine-de-Newton, St-Polycarpe, St-Télesphore et St-Clet.



Le 30^e anniversaire du comité des repas partagés de St-Polycarpe
Les bénévoles de ces 30 années!

Activités intergénérationnelles

- Quelques fois durant l'année scolaire, des élèves de la Polyvalente Soulanges, accompagnés de leur animateur à la vie étudiante, monsieur Simon Pierre, viennent faire des activités avec les aînés dans le cadre de nos « Journées d'activités animées ». Cette activité intergénérationnelle est très appréciée par nos aînés et par les plus jeunes aussi. Cette année, une quarantaine d'élèves sont venus à huit reprises partager un après-midi avec nos aînés.



réponse pour les aînés qui désiraient répondre aux enfants. Quelques aînés l'ont fait et certains échanges sont touchants! Recevoir ce cadeau leur a fait chaud au cœur.

Cette belle collaboration s'est également répétée à Pâques, pour la plus grande joie des aînés et des plus jeunes!

- À Noël dernier et à la St-Valentin, les enfants du service de garde de l'école Harwood de Vaudreuil-Dorion ont confectionné de magnifiques cartes qui ont été distribuées aux aînés qui reçoivent de la popote roulante.

C'est grâce aux éducatrices en service de garde, que ce projet peut exister. Elles nous ont donné plus de 150 cartes et y avaient glissé à l'intérieur une carte-



Les exercices Vie Active

Le programme Vie Active s'adresse aux personnes de 50 ans et plus. Il a été créé par Kino-Québec en 1988. Il est composé de séances d'exercices exécutées au son d'une musique entraînante, ce programme permet de faire bouger les aînés en groupe de façon sécuritaire. Les séances Vie Active sont animées par une joyeuse animatrice de l'organisme le Parrainage civique de Vaudreuil-Soulanges. Les séances ont lieu à tous les mardi après-midi et sont très appréciées des participants.

Contribution de la communauté

Le CCAS peut compter sur sa communauté pour la réalisation de ses activités et de sa mission. Voici les quelques contributions dont a pu bénéficier l'organisme durant l'année 2018-19.

Contribution d'une ressource humaine :

- Le Parrainage civique de Vaudreuil-Soulanges partage avec nous une ressource humaine depuis le mois de septembre 2017. Leur animatrice du programme Vie Active vient animer, dans nos locaux, une séance hebdomadaire d'exercices adaptés pour les aînés.

Contribution de ressources matérielles :

- Nous maintenons depuis 2016 un partenariat avec le Parrainage civique de V-S dans notre service de popote roulante. Leurs locaux, situés à Vaudreuil-Dorion, constituent un point de chute où les bénévoles du secteur Soulanges donnent le relais aux bénévoles du secteur de Vaudreuil pour la livraison de repas aux aînés. Également, nos équipements (sacs isothermes et porte-documents) sont entreposés dans leurs bureaux jusqu'au prochain jour de livraison où ils seront rapportés à St-Polycarpe.
- Encore cette année, la Municipalité de St-Polycarpe nous a fourni gratuitement la grande salle du Centre Sportif Soulange (à l'aréna) pour y tenir notre super spaghetti annuel en octobre. La valeur de cette contribution est d'environ 300\$.
- Nous avons une belle collaboration du Centre d'action bénévole Soulanges qui effectue pour nous nos demandes de recherche d'antécédents judiciaires pour les nouveaux bénévoles. Puisque nous devons maintenant payer pour ces recherches, nous bénéficions d'un prix plus bas en nous jumelant à cet organisme à cause du volume de demandes.
- L'été dernier, nous avons conclu un partenariat pour le conditionnement de fruits et légumes avec Moissons Sud-Ouest. Ce partenariat fonctionne comme suit : Moissons Sud-Ouest passe en camionnette chez les producteurs maraichers de la région pour ramasser leurs dons. Ils nous les apportent et les employés, aidés des bénévoles, les nettoient, les taillent et les emballent en paquets sous vide. Moissons Sud-Ouest revient ramasser 75% de ce que nous avons conditionné pour les banques alimentaires et nous en gardons 25% pour nos services.

Contributions de ressources financières :

- Moisson Sud-Ouest nous fournit des denrées alimentaires hebdomadairement. Ces aliments servent à confectionner les repas livrés aux aînés. Nous avons économisé environ 3 700\$ cette année.
- Étant implantés dans une région rurale en partie, nous avons la chance de bénéficier de dons de surplus de récoltes de la part de particuliers qui font de grands jardins ou d'entreprises ou de fermes agricoles.
- Lors de notre souper spaghetti annuel nous bénéficions de plusieurs dons, en argent ou en divers cadeaux, de la part d'entreprises de la région. Cette année nous avons eu 2 300\$ de dons en argent et les cadeaux vendus à l'encan silencieux nous ont rapporté 2 165\$. Également, pour préparer le repas, nous avons des commanditaires pour les assiettes à spaghetti, le pain et les ustensiles.
- Notre journal contient un coupon à découper pour des dons de particuliers. Cette année, nous en avons reçu 25 pour un total de 2 011\$.
- Étant donné les grandes distances à parcourir dans notre région pour la livraison des repas, certaines municipalités plus éloignées nous aident financièrement en subventionnant le coût du kilométrage que nous remboursons aux bénévoles qui utilisent leur voiture. Cette aide financière représente 6 287\$ cette année.

Contribution sous forme de publicité gratuite :

- Toutes les municipalités de la région ont un journal ou un bulletin municipal. Nous y publions nos services et nos activités gratuitement.
- Plusieurs organismes de la région distribuent nos dépliants informatifs..

Contribution par l'entremise d'un réseau de distribution :

- Notre réseau de distribution de dépliants est bien en place. Nous les fournissons aux travailleurs du Service de maintien à domicile du CISSMO, à la Corporation de développement communautaire, aux intervenants de milieu du Grand Rassemblement des Aînés de Vaudreuil et Soulanges, aux Centre d'action bénévole de Soulanges et l'Actuel, dans les bureaux municipaux, etc.

Référencement :

- Cette année, nous avons commencé à noter les références pour nos clients de la popote roulante. 38 clients ont été référés par le CISSS et 8 par d'autres organismes.

Les bénévoles :

♥ Le Centre communautaire des aînés de Soulanges peut compter sur l'apport de bénévoles dévoués pour mener à bien sa mission.



♥ Nous avons évidemment notre conseil d'administration qui s'investie, mais nous avons aussi des bénévoles au service de la popote roulante, soit des livreurs, des baladeurs, des aides dans la cuisine, deux personnes qui font les entrevues des nouveaux clients de la popote roulante et une personne qui nous aide avec le secrétariat. Également, lors de notre souper spaghetti bénéfice, nous avons besoin d'une vingtaine de bénévoles pour la journée.



♥ Lors de notre campagne de financement de Noël (vente de tourtières etc.), nous avons pu compter sur l'aide de nos généreuses bénévoles pour plusieurs journées entières de confection des items à vendre.

♥ Également, chaque comité de repas partagés est composé de membres bénévoles qui organisent des repas et des activités. Sans bénévole, ces activités n'existeraient pas.

♥ En août 2018, en collaboration avec le CAB Soulanges nous avons remercié nos bénévoles lors d'une fête d'été commune.

♥ Noël est également l'occasion de dire merci à nos bénévoles. Nous avons organisé un souper le 13 décembre où les bénévoles ont pu échanger entre eux dans le plaisir et partager un bon repas très animé.



Engagement de l'organisme dans le milieu

Table de concertation des aînés de Vaudreuil-Soulanges

- La directrice participe à la Table de concertation des aînés de Vaudreuil-Soulanges qui compte vingt-deux membres en plus d'une organisatrice communautaire. Cette année, elle a assisté à huit rencontres de la Table, deux rencontres du comité événements de cette Table et deux autres du comité vision et stratégie.
- La directrice est également membre du comité consultatif de la Table des aînés de V-S, qui compte quatre membres et qui s'est réuni une fois.

Table de concertation en sécurité alimentaire de Vaudreuil-Soulanges

- La directrice participe à la Table de concertation en sécurité alimentaire de Vaudreuil-Soulanges qui compte quinze membres en plus d'une organisatrice communautaire. Cette année, elle a assisté à quatre rencontres.
- La directrice est également membre du comité d'analyse des demandes de subvention de la Direction de santé publique de la Table en sécurité alimentaire de V-S, qui compte quatre membres et qui s'est réuni deux fois.
- La directrice est aussi membre d'un comité qui travaille sur un projet en équité alimentaire dans la région qui compte quatre membres et qui s'est réuni trois fois.

Démarche Municipalité amie des aînés (MADA) de Saint-Polycarpe

La directrice est membre du comité de pilotage qui appuie la municipalité de Saint-Polycarpe dans sa démarche pour devenir amie des aînés. La directrice a participé à cinq réunions en 2018-2019 et deux rencontres de consultation publique. C'est une démarche qui s'échelonne sur deux ans.

Stagiaire

Cette année, nous avons accueilli une stagiaire, étudiante au baccalauréat en nursing de l'université de Montréal durant 7 semaines. Elle a beaucoup appris sur les services communautaires.

Réponse apportée aux besoins du milieu

- Le CCAS est ouvert 5 jours par semaine, du lundi au vendredi, de 9h à 16h. Nous sommes fermés deux semaines durant le temps de Noël et 2 semaines durant l'été. Nous couvrons le territoire de la MRC de Vaudreuil-Soulanges.

- Nous avons des outils d'information pour nos services tels que des dépliants et un encart spécifique pour le service de popote roulante. Également, notre journal Entre-Nous est distribué gratuitement partout où les gens le veulent.

- Cette année nous avons investi dans un site web. Il est actuellement en construction et sera disponible à l'automne 2019.



- Pour l'ouverture du service de popote roulante à la Ville de la Ville de L'Île-Perrot, nous avons rencontré les Clubs de l'âge d'or francophone et anglophone et les participants au repas partagé de ce secteur, totalisant environ 50 personnes. Nous en avons profité pour parler de tous nos services et distribuer nos dépliants, nos encarts et notre journal Entre-nous.
- Pour faire la promotion de nos services et activités, la directrice générale visite les comités de repas partagés au moins une fois durant l'année. À cette occasion, elle prend la parole pour s'adresser aux participants, rejoignant ainsi plus de 400 personnes.
- Pour présenter nos services, la directrice générale a participé à une journée Mission Santé à Saint-Lazare en avril 2018. Elle a rejoint une centaine de personnes.

- Nous continuons d'inscrire nos différentes activités sur notre page Facebook. On peut nous suivre en cherchant au nom suivant: Centre communautaire des aînés de Soulanges.



- Nous avons tenu, durant une soirée, un kiosque au Salon des Sages branchés de St-Lazare, le 15 octobre 2018. Environ 150 personnes ont visité ce Salon.

- Plusieurs fois par année, nous faisons paraître de la publicité gratuite dans les divers bulletins ou journaux distribués gratuitement par les municipalités de la région, ainsi que dans les bulletins paroissiaux. Les aînés lisent beaucoup ces parutions de leur municipalité.

- Pour stimuler les facultés cognitives des aînés, nous offrons maintenant les ateliers Musclez vos méninges deux fois par année (une session à l'automne et une au printemps) depuis.

- Même chose pour les séances d'exercices « Vie active ». Il n'y a pas de centre municipal offrant des activités sportives pour les aînés dans la région. Le partenariat avec le Parrainage civique de V-S pour offrir les séances d'exercice dans notre organisme est une réponse à un besoin.



- L'automne dernier, nous avons rénové notre rampe pour personnes à mobilité réduite. Elle est maintenant conforme pour le bien-être et la sécurité de nos membres et clients.

Autofinancement

Souper spaghetti

Nous avons fait pour la quatrième fois un souper spaghetti bénéfice le 13 octobre 2018 à la salle du Centre sportif Soulanges à St-Polycarpe. Ce fut encore un grand succès. Nous avons vendu plus de 200 billets, la salle était à pleine capacité. Notre cuisinier Denis Bélanger a préparé le spaghetti lui-même, ce qui diminue beaucoup notre coût de revient. Nous avons demandé beaucoup de commandites pour les assiettes, les ustensiles etc., et aussi pour de nombreux prix de présence. Cette activité demande beaucoup de préparation et de travail au comité et aux employés, mais est très profitable pour l'organisme à cause de la visibilité et puisque nous avons dégagé un profit de 7 561\$!

Campagne de Noël

Notre campagne de financement annuelle de Noël annuelle se déroule du 1er novembre jusqu'à Noël. Nous confectionnons et vendons des tourtières, des pâtés au poulet, du ragoût de boulettes et des tartes au sucre. Nous avons ajouté cette année, le ketchup aux fruits et les betteraves maison. Tout est fait par notre chef cuisinier accompagné de notre aide-cuisinière et de nombreux bénévoles. Encore une fois, ce fut un succès. Nous avons vendu 619 tourtières, 420 pâtés au poulet, 219 ragoûts de boulettes et 173 tartes au sucre, 126 pots de ketchup et 160 pots de betteraves, pour un profit de 6 555\$!

Vente de repas surgelés à toute la population

Nous continuons de vendre nos mets surgelés à toute la population à titre d'autofinancement et cela a engendré un total de vente de 2 623\$.

Vente de buffets

Une autre activité de financement est la préparation et la vente de buffets froids et de boîtes à lunch. C'est un service offert aux organismes partenaires de la région seulement (pour réunions, rencontres, etc.). Ce service ne doit jamais nuire à notre offre de service de base et doit entrer dans notre horaire, ce qui veut dire que nous devons parfois en refuser. Cette année nous avons servi deux buffets pour un total de vente de 2 305\$ cette année.

Nos statistiques

La popote roulante de Vaudreuil-Soulanges

Tableau comparatif des repas livrés à domicile

2015-2016	2016-2017	2017-2018	2018-2019
5069 repas livrés	9072 repas livrés	11 021 repas livrés	13 304 repas livrés

Nombre de clients : **261 (140 femmes, 121 hommes)**

Nombre de municipalités desservies : **13**

Nombre de repas confectionné et livrés (chauds et surgelés) : **13 304**

Nombre de bénévoles en cuisine : **21**

Heures de bénévolat en cuisine : **1 006 heures**

Nombre de bénévoles-livreurs et baladeurs : **34**

Heures de bénévolat pour les livraisons : **1 675 heures**

Kilomètres parcourus pour les livraisons: **24 844 km**

Nombre de bénévoles aux entrevues des nouveaux clients : **2**

Heures de bénévolat pour les entrevues : **100 heures**

Kilomètres parcourus pour les entrevues : **1 606 km**

Pour tout le service de la popote roulante

Nombre d'heures de bénévolat: 2 781 heures

Nombre de kilomètres parcourus: 26 450 km

Le service de vente de repas surgelés non livrés (que les aînés ou leurs enfants viennent chercher au Centre)

Nombre de clients : **98 (55 femmes, 43hommes)**

Nombre de repas : **1 496**

En combinant le service de popote roulante et celui des repas surgelés non-livrés, nous avons fourni une moyenne de **325** repas par semaine ou **1346** par mois, soit **14 800** repas en **2018-2019**.

Les journées d'activités

Nombre de participants : **23 (18 femmes, 5 hommes)**

Nombre de journées d'activités durant l'année : **18**

Nombre de participations pour l'année : **297 (en moyenne 16 participants)**

Participations des élèves de l'École secondaire Soulanges : **40 élèves, 8 fois**

Les repas partagés (7 comités)

Nombre de participants : **408**

Nombre d'activités : **57**

Nombre de participations (repas servis) : **3 278**

Nombre de bénévoles : **65**

Total d'heures de bénévolat : **2 559**

Musclez vos méninges

Nombre de participants : **30**

Nombre d'activités : **17**

Nombre de participations : **196**

Nombre de bénévoles : **1**

Total d'heures de bénévolat préparation et animation : **87**

Exercices Vie Active

Nombre de participants : **20**

Nombre d'activités : **32**

Nombre de participations : **242**

Publication d'un journal

Nombre de journaux distribués : 3 parutions, pour un total de **1 800**

Formations & conférences

Aucune conférence cette année.

Autres bénévolats

Secrétariat: **1 bénévole, 98 heures**

Entretien du bâtiment: **3 bénévoles, 10 heures**

Conseil d'administration et comités: **9 bénévoles, 456 heures**

Souper spaghetti: **14 bénévoles, 135 heures**

Représentation pour l'organisme : **3 bénévoles, 71 heures**

Statistiques globales

Nombre de personnes ayant reçu un service du Centre (avec les repas partagés) : **840**

Nombre de bénévoles : **135**

Nombre total d'heures de bénévolat : **6 197 heures de bénévolat**



**LES BÉNÉVOLES,
DES GENS ESSENTIELS
DANS L'ARBRE DE
LA SOCIÉTÉ!**

Centre communautaire des aînés de Soulanges
12, rue Curé-Cholet
St-Polycarpe (Québec) J0P 1X0
Tél. : 450.265.3548
Sans frais : 1.855.510.3548
Télécopieur : 450.265.1144
mdasoulanges@outlook.com