



**L'APPU** POUR LES  
PROCHES AIDANTS  
D'AÎNÉS  
CÔTE-NORD

**RAPPORT D'ACTIVITÉS**  
**2015-2016**

## MESSAGE DE LA PRÉSIDENTE ET DE LA DIRECTRICE GÉNÉRALE



Après quatre (4) années d'existence de l'Appui Côte-Nord, nous sommes fières de vous présenter le rapport d'activités 2015-2016 qui rend compte du travail accompli et illustre l'engagement qui habite l'équipe que nous formons (direction générale et membres du conseil d'administration).

Des jalons importants du plan stratégique et du plan d'action annuel ont été franchis. Le positionnement de notre organisation comme contributeur au soutien aux proches aidants d'aînés sur la Côte-Nord se confirme et a atteint pratiquement son plein potentiel. À titre d'exemple : les plans (stratégique et d'action annuel) réalisés presque en totalité et les projets subventionnés qui démontrent d'une progression annuelle qui ne dément pas. L'écart entre les **types d'incapacités des aidés** (75% *Alzheimer* et 25% *Autres*) est passé de : 2013-2014 – 46,6% *Alzheimer* à 2014-2015 – 54,6% *Alzheimer* à 2015-2016 – 74,3% *Alzheimer*. La cible du 75% est sur le point d'être atteinte. Les **proches aidants rejoints** en 2013-2014 : 262 proches aidants ; 2014-2015 : 601 proches aidants ; 2015-2016 : 472 proches aidants. Le nombre de proches aidants rejoints a diminué en 2015-2016 puisque l'Appui Côte-Nord a subventionné moins de projets de formation comparativement à 2014-2015. Les programmes de formation rejoignent plus de proches aidants que les projets de répit c'est pourquoi la cible de proches aidants à rejoindre était de 314 comparativement à 536 en 2014-2015. Le total des **heures dispensées** a presque doublé pour moins de proches aidants desservis soit en 2013-2014 : 673 heures ; 2014-2015 : 3 638,5 heures et 2015-2016 : 6 319,25 heures. Le **budget décaissé** pour la réalisation de projets est, pour sa part, passé de : 2013-2014 – 100 000\$ à 2014-2015 – 285 173\$ et 2015-2016 - 372 973\$. L'Appui Côte-Nord a ainsi pu injecter 758 146\$ sur trois ans.

L'Appui Côte-Nord est aussi impliqué dans le grand mouvement de concertation pour améliorer la qualité de vie des aînés du territoire initié par la *Table régionale de concertation des aînés de la Côte-Nord*. Ce projet se concrétisera en décembre 2016 avec la signature d'une *Alliance* à laquelle l'Appui Côte-Nord inscrira trois (3) nouvelles initiatives qui seront éventuellement ajoutées à son plan d'action 2017-2018. Cette implication a nécessité et nécessitera un investissement en temps assez important, mais le choix d'y participer à cette hauteur est un bon choix puisqu'il contribue au défi de concertation et de mobilisation auquel l'Appui Côte-Nord doit répondre dans le cadre de son mandat ainsi qu'à sa vision qui est : **des aidants avec une meilleure qualité de vie.**

En 2015-2016 le réseau des Appuis a entrepris une réflexion quant au modèle de gouvernance utilisé durant sa période de déploiement. Cette réflexion, à laquelle s'est inscrit l'Appui Côte-Nord, permettra entre autres de mettre à jour les règles d'éthique et de saine gouvernance, d'améliorer le fonctionnement des Appuis et de contribuer à leur pérennité. La révision de la gouvernance des Appuis fait en sorte que nous perdrons neuf (9) administrateurs de longue date que nous remercions pour leur apport grandement apprécié au bon déploiement de l'Appui Côte-Nord.

Au nom du conseil d'administration, merci à tous les artisans de cette autre année couronnée de succès et de l'appui indéfectible apporté à la direction générale! Plus que jamais, l'Appui Côte-Nord prend les moyens de réaliser sa vision et d'exceller au service des proches aidants d'aînés.



*Micheline Anctil, présidente*



*Diane Hamel, directrice générale*

### ORIENTATIONS FONDAMENTALES

#### NOTRE MISSION

Contribuer au soutien des proches aidants qui fournissent, sans rémunération, des soins et du soutien régulier à domicile à des personnes âgées ayant une incapacité significative ou persistante, susceptible de compromettre leur maintien à domicile.

#### NOTRE VISION

Des aidants avec une meilleure qualité de vie.

#### NOS VALEURS

**Équité** à l'échelle régionale

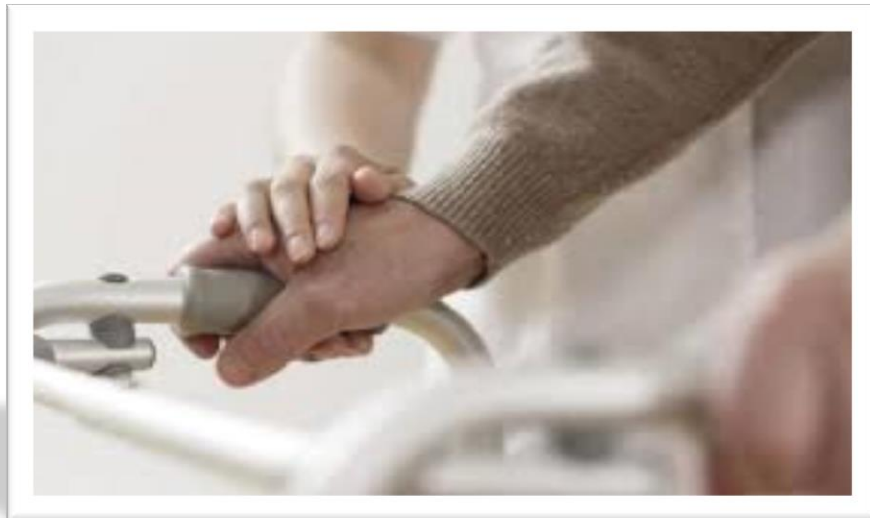
**Accessibilité** des services

**Continuité** des services

**Durabilité** (empowerment)

**Écoute et empathie**

**Dévouement** envers les destinataires



## CONSEIL D'ADMINISTRATION ET ÉQUIPE

Les officiers	Les administrateurs	Les observateurs	L'équipe
<i>Micheline Ancil,</i> Présidente TRCACN	<i>Carole Sirois,</i> Association des aidants naturels de la Côte-Nord	<i>Jude Brousseau,</i> CRÉ Côte-Nord	<i>Diane Hamel,</i> Directrice générale
<i>Ghislaine Nadeau- Monger,</i> Vice-présidente TLCA du Golfe-du-Saint- Laurent	<i>Rachel Maltais,</i> Proche aidante – Secteur Ouest	<i>Chantal Desjardins,</i> L'Appui national	
<i>Michel Boudreau,</i> Trésorier ASSS Côte-Nord <b>jusqu'au 1<sup>er</sup> février 2016</b>	<i>Claudette Roussel,</i> TLCA de la Haute-Côte- Nord		
<i>Hélène Brochu,</i> Secrétaire Regroupement des CABS	<i>Pascal-Simon Audet,</i> Coopérative de solidarité d'aide à domicile		
	<i>Jacinthe Thériault,</i> TLCA Manicouagan		
	<i>Maurice Gagné,</i> TLCA des Sept Rivières		
	<i>Lynda Gendron</i> Société Alzheimer		
	<i>Léona Boudreau,</i> TLCA de la Minganie		

### Activités du conseil d'administration

Le conseil d'administration s'est rencontré à huit (8) reprises selon le calendrier suivant :

- Lundi 25 mai 2015
- Lundi 29 juin 2015 – conseil d'administration
- Lundi 29 juin 2015 – élection des dirigeants
- Mercredi 1<sup>er</sup> juillet 2015 – planification stratégique 2016-2019
- Lundi 28 septembre 2015
- Lundi 30 novembre 2015
- Lundi 25 janvier 2016
- Mardi 29 mars 2016

### Assemblée générale annuelle

L'Assemblée générale annuelle de l'Appui Côte-Nord a eu lieu le lundi 29 juin 2015 à l'Hôtel *Le Manoir*, 8 avenue Cabot, salle Comeau, à Baie-Comeau. Les membres présents étaient au nombre de seize (16). De ce nombre, deux (2) étaient des proches aidants.

## Comités

Pour l'aider dans l'exécution de son mandat, le conseil d'administration a formé les comités suivants :

Comités	Sommaire du mandat	Membres La direction générale siège d'office sur les comités excluant son évaluation de rendement
<p><b>Comité de vérification des « politiques internes »</b> 1 rencontre le 4 février 2016</p>	Revoir annuellement les politiques internes de l'Appui Côte-Nord et proposer des modifications au besoin	Carole Sirois Jacinthe Thériault Maurice Gagné Rachel Maltais
<p><b>Comité « évaluation de rendement de la direction générale »</b> Aucune rencontre - l'évaluation de rendement a été déplacée pour couvrir une année financière normale</p>	Réaliser annuellement l'évaluation de rendement de la direction générale	Micheline Anctil Claudette Roussel Ghislaine Nadeau-Monger
<p><b>Comité de vérification des règlements généraux</b> 1 rencontre le 9 février 2016</p>	Revoir annuellement les règlements généraux et proposer des modifications au besoin	Hélène Brochu Jacinthe Thériault Rachel Maltais Chantal Desjardins
<p><b>Comité planification stratégique</b> 1 rencontre le 26 octobre 2015  1 rencontre le 8 décembre 2015 (plan d'action)</p>	Déterminer les éléments essentiels à la réalisation de la vision de l'organisation ainsi que les priorités et les résultats visés.  Revoir le plan d'action annuel préparé par la direction générale	Lynda Gendron Carole Sirois Pascal-Simon Audet Chantal Desjardins
<p><b>Comité d'analyse de projets</b> 1 rencontre 21 mars 2016 (5<sup>e</sup> appel)</p>	Analyser les projets présentés lors de l'appel de projets annuel et les recommander au conseil d'administration de l'organisation.  Évaluer le processus d'analyse	Micheline Anctil Jacinthe Thériault Chantale Desjardins François Leblond
<p><b>Comité d'experts – projet TVA</b> 1 rencontre le 10 juillet 2015 1 visionnement - 3 capsules le 14 août 2015 1 rencontre le 24 septembre 2015</p>	Analyse du contenu des dix (10) capsules à produire par TVA – projet du Centre de bénévolat Manicouagan	Michel Boudreau Hélène Brochu Pascal-Simon Audet Jude Brousseau Marilou Denault

## Mobilisation et concertation

### Mobilisation et concertation des organismes communautaires dans chaque MRC

Rencontrer individuellement les organismes, si requis, pour stimuler la création de projets

- Rencontre du Centre d'action bénévole de Sept-Îles pour l'impression d'un guide pour les proches aidants
- 3 organismes rencontrés afin de les stimuler à créer des projets pour leur territoire et travailler en partenariat

Supporter les organismes dans la préparation de leurs projets

- 4<sup>e</sup> appel de projets : 2 organismes ont requis du support pour la préparation de leurs projets pour un total de 6 activités de support
- Des formulaires simplifiés (formulaire de soumission de projets, formulaire budgétaire et formulaire de reddition de comptes) ont été retravaillés afin de faciliter la tâche aux organismes pour un total de 3 activités de support
- 5<sup>e</sup> appel de projets : 6 organismes ont requis du support pour la préparation de leurs projets pour un total de 9 activités de support

Supporter les organismes dans la réalisation de leurs projets en renforçant les dynamiques locales de partenariat (Tables diverses ou autres)

- 4<sup>e</sup> appel de projets : les 4 organismes rencontrés ont été sensibilisés à l'importance du partenariat
- 4<sup>e</sup> appel de projets : le CISSS a été rencontré à deux reprises à propos du référencement vers les organismes subventionnés par l'Appui Côte-Nord (directrice SAPA)
- 5<sup>e</sup> appel de projets : 2 organismes ont été rencontrés afin de stimuler un partenariat pour un projet de répit en Haute-Côte

Participer à la Semaine des proches aidants ou toute activité (style forum ou autres) organisée dans le milieu

- Participation au Salon des générations les 2 et 3 octobre 2015
- Participation à 2 Forums dans le cadre de l'Alliance les 27 octobre et 17 novembre 2015
- Visionnement de l'émission produite par l'AANCN (dans le cadre de la *Semaine des proches aidants*) et transmission au conseil d'administration

### Informers les organismes des pratiques prometteuses (formation/information/répét)

- Sept (7) organismes communautaires subventionnés pour des projets de répét ou de formation/information ont été rencontrés individuellement afin de leur présenter les pratiques prometteuses. Les grilles de réflexion ont été complétées ensemble (organisme rencontré et Appui Côte-Nord) afin d'identifier les pratiques prometteuses mises en application par l'organisme et celles à améliorer

### Siéger sur des comités ou des tables de concertation régionales

Saisir les opportunités de concertation régionale lors de dossiers concernant le service aux proches aidants ainsi que le développement de services

La direction générale siège sur :

- la Table régionale de concertation des aînés de la Côte-Nord (5 rencontres)
- Comité organisateur de *l'Alliance en faveur de l'amélioration des conditions de vie des aînés* (11 rencontres). L'Appui Côte-Nord est un partenaire impliqué dans l'organisation de l'événement qui aura lieu les 26 et 27 octobre 2016. La démarche vise la signature d'une alliance qui associera les organisations qui conviendront d'actions concrètes à réaliser dans les prochaines années afin d'améliorer les conditions de vie des aînés de la Côte-Nord. Le conseil d'administration de l'Appui Côte-Nord inscrira des actions ou initiatives à l'alliance qui sera signée le 14 décembre 2016.



**Partenaires de l'Alliance : AQR, l'Appui Côte-Nord, CISSS Côte-Nord, Tables locales de concertation des aînés. AQDR et Table régionale de concertation des aînés**

- la Table de concertation des proches aidants Manicouagan/Haute-Côte-Nord (1 rencontre)
- la Table de concertation des proches aidants Sept-Rivières (1 rencontre)
- le Comité Prix Hommage Aînés (1 rencontre)
- QADA (1 rencontre)
- Maison de répit (1 rencontre)

Rencontrer les Tables locales de concertation des aînés afin de les sensibiliser à la réalité des proches aidants d'aînés

- Des invitations ont été lancées aux Tables locales de concertation des aînés de la Côte-Nord (5) afin de siéger sur leur conseil d'administration ou d'être présent au besoin

Rencontrer et sensibiliser, lorsque requis, le CISSS, les décideurs municipaux, les associations régionales et tout autre représentant du milieu sur les conditions qui permettront de soutenir les proches aidants d'aînés

- Rencontres du CISSS (13) : PDG ; poste vacant au conseil d'administration de l'Appui Côte-Nord ; partenariat avec les organismes communautaires du milieu ; Centre de jour de Sept-Îles ; référencement ; participation au Forum sur l'avenir des Centres de jour ; Tables proches aidants ; rencontres des chefs de service SAPA ; invitation à siéger sur le comité stratégique régional intersectoriel ; duplication des services ; proposition d'une démarche de partenariat quant à la réorganisation de la prestation de services aux aînés

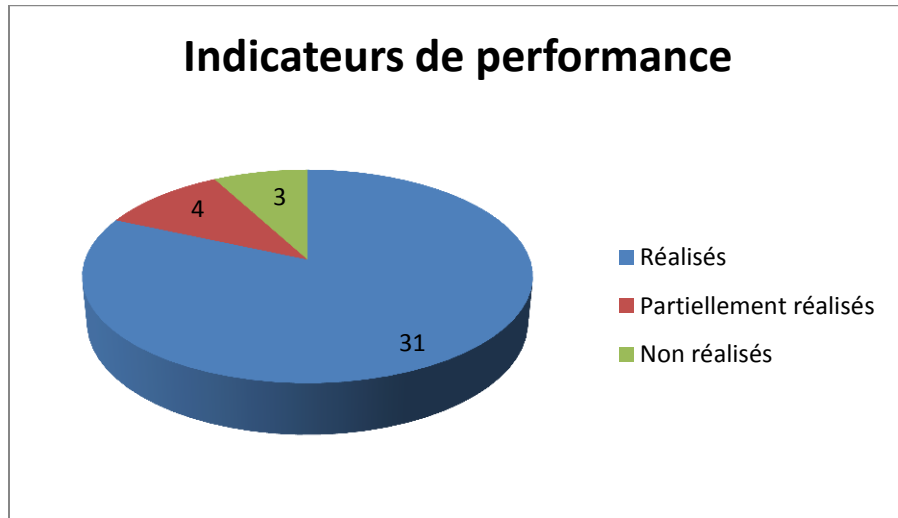
La mobilisation/concertation s'est bien déroulée en 2015-2016 compte tenu de la connaissance du milieu, des organisations en place et de la présence de l'Appui à diverses Tables. Le seul obstacle rencontré étant l'étendue du territoire qui limite la fréquence des déplacements et les réunions.

## Planification stratégique 2013-2016

### PLANIFICATION STRATÉGIQUE 2013-2016

L'Appui Côte-Nord a adopté sa *Planification stratégique 2013-2016* le 15 mai 2013. Celle-ci s'est terminée le 31 mars 2016. Une grande partie des indicateurs de performance ciblés pour chacune des orientations stratégiques a été réalisée au cours des 3 années couvertes par le plan stratégique.

Sur un total de 38 indicateurs de performance :



Le bilan est très positif si on considère le fait que quatre (4) indicateurs sur les 38 ont été partiellement réalisés. Des actions ont été entreprises pour ces quatre (4) objectifs, mais abandonnées durant la période couverte par la planification stratégique :

- **52 parutions annuelles – journaux locaux** | Décision du conseil d'administration – le coût étant élevé la stratégie a été mise en application la première année puis le nombre de parutions est passé de 1 à 2 annuellement
- **Projet de sensibilisation auprès des professionnels de la santé** | 2 projets incluant la sensibilisation des professionnels de la santé ont été financés en 2015-2016, mais n'ont pas réussi à rejoindre cette clientèle
- **Travailler sur la problématique du manque de main-d'œuvre spécialisée en Côte-Nord** | Décision du conseil d'administration – des contacts ont été établis durant la première année seulement. Le réseau des EÉSADS n'étant pas bien structuré sur la Côte-Nord, le projet a été mis en veilleuse
- **Prévoir une rencontre proches aidants et organismes à Fermont** | La stratégie était conditionnelle au besoin du milieu. Du matériel promotionnel leur a été transmis annuellement, mais la rencontre n'était pas requise étant donné la quasi-inexistence de proches aidants sur ce territoire

Seulement trois (3) indicateurs n'ont pas été réalisés, puisqu'aucun projet concernant ces trois (3) stratégies n'a été présenté au cours des années couvertes par la planification stratégique. Les organismes communautaires ont été grandement sollicités, mais n'ont démontré aucun intérêt pour le développement des services visés :

- Organiser des tables d'information avec les pharmaciens et les professionnels de la santé
- Soutenir la création d'un réseau de bénévoles pour assurer la surveillance des aidés pendant les rencontres de groupes
- Développer du répit pour permettre l'accès aux autres services (information, formation et soutien psychosocial)

## Plan d'action annuel

Le bilan du plan d'action 2015-2016 est très positif. Sur 74 indicateurs ciblés, 68 ont été réalisés. Les six (6) indicateurs non réalisés étant :

- **Évaluation du fonctionnement du conseil d'administration** | Décision du conseil d'administration – étant donné que le conseil sera dissous à l'assemblée générale annuelle (nouvelle gouvernance), les recommandations qui auraient émané de l'évaluation du fonctionnement auraient pu être difficilement applicables au nouveau conseil d'administration
- **Offrir au conseil d'administration, lorsque requis, de la formation** | Décision du conseil d'administration – attente de la nouvelle gouvernance / 1 formation incluse
- **Évaluation de la direction générale** | Décision du conseil d'administration – la période d'évaluation de la direction générale a été modifiée afin de se conformer à l'année fiscale. L'évaluation a été reportée au 25 avril 2016 et elle couvrira la période du 1<sup>er</sup> décembre 2014 au 31 mars 2016
- **Rencontre des Tables locales de concertation des aînés** | Les invitations ont été lancées et les rencontres ont commencé en avril 2016
- **Évaluation de la qualité des services et des impacts sur la qualité de vie des aidants d'aînés** | Cette évaluation sera faite par l'Appui national à l'automne 2016
- **Diffuser le guide pour les proches aidants** | 425 guides sur les 1500 produits ont été distribués avant le 31 mars 2016. Les 1075 autres l'ont été en avril 2016

Sur les 6 indicateurs non réalisés : 3 ne l'ont pas été par décision du conseil d'administration de l'Appui Côte-Nord ; 1 par l'Appui national et 2 ont été partiellement réalisés.

Le plan d'action 2016-2017 a été adopté le 25 janvier 2016. Il a été élaboré en collaboration avec le comité de planification stratégique et le modèle choisi fut celui de l'Appui national. Un tableau de bord du suivi des indicateurs du plan d'action est mis à jour et présenté par la direction générale à chaque conseil d'administration.

## LES ACTIVITÉS

### *Service Info-Aidant*

Le *Service Info-Aidant* est géré par l'Appui national depuis le 15 juin 2014.

L'Appui national a reçu 20 appels, en 2015-2016, en provenance de la Côte-Nord. De son côté, l'Appui régional a reçu, sur sa ligne usuelle, 12 appels. L'ensemble des appels traités totalise donc **32 appels**. Les appels de l'Appui Côte-Nord ne sont pas comptabilisés dans le rapport statistique fourni par l'Appui national. Le système de gestion des appels ne le permettant pas.

### Statistiques connues en provenance de l'Appui national

#### *Nombre de dossiers ouverts :*

15

#### *Répartition par type d'appelants :*

2 intervenants

17 proches aidants

1 aidé

#### *Répartition des genres :*

15 hommes

5 femmes

## Communication

Grands axes	Activités	Indicateurs
<b>Tournée d'information et de sensibilisation</b>	Sensibiliser les acteurs clés  Diffusion de capsules TVA « Sur la route des proches aidants »  Cibler les colloques/grands rendez-vous	Nombre d'organisations rencontrées : 9  Nombre de capsules diffusées de 15 minutes: 7 (2 fois/mois de septembre à mars) et 200 diffusions par mois des capsules de 60 secondes en temps publicitaire  Nombre d'activités : 3
<b>Médiatisation de l'Appui Côte-Nord</b>	Maintenir des publicités journaux en fonction du budget disponible  Exposition « Solidaires »  Appuilette	Nombre de publicité journaux : 1 Nombre de communiqués : 1 Nombre de conférences de presse : 1 Nombre d'entrevues radio/télévision : 1 1 exposition à Havre-Saint-Pierre depuis le 28 septembre 2015 Publication de 4 Appuilette – 22 membres Cyberimpact et 520 envois papier
<b>Maximiser la visibilité grâce aux événements existants</b>	Participer au mois de sensibilisation à la maladie d'Alzheimer Participer au Salon des générations Participer aux Forums pour l'Alliance Financer des projets pour la semaine des proches aidants	1 parution journal qui couvre toute la Côte-Nord 1 participation 2 participations 1 projet financé
<b>Matériels promotionnels</b>	Mettre à jour le bottin des organismes Diffusion du matériel promotionnel	1 mise à jour Participation à 11 activités qui ont permis la diffusion de : tableaux magnétiques – jeux de cartes – dépliants – affiches – bottins des ressources
<b>Stratégie WEB</b>	Afficher les projets subventionnés  Mise à jour du site WEB Nombre de visites du site (2014-2015)	Les 12 projets du 4 <sup>e</sup> appel de projets affichés sur le site WEB 26 mises à jour 2 693 visiteurs uniques (2 112) 7 282 pages vues (6 290) 5 622 consultations uniques (4593)

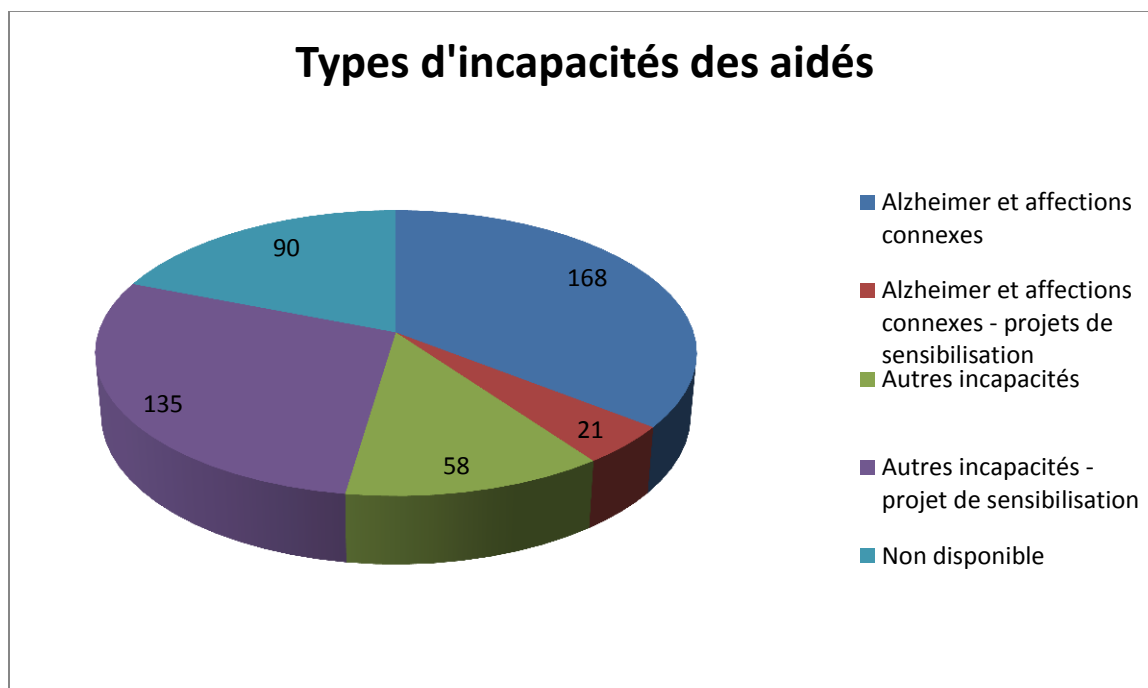
## Services d'information, de formation, de soutien psychologique et de répit

Le **quatrième** appel de projets lancé le 1<sup>er</sup> décembre 2014 a entraîné le financement de douze (12) projets pour un montant accordé de 372 972,94\$. La reddition de comptes au 31 mars 2016 fait état d'un budget total réellement utilisé de 330 242,08\$.

**REDDITION DE COMPTES DES PROJETS**

<b>Projet</b>	<b>Nombre, âge et sexe des proches aidants rejoints</b>	<b>Variation du nombre d'aidants rejoints / prévus</b>	<b>Nombre d'heures d'intervention / prévues</b>	<b>Nombre d'aidants qui accompagnent un aidé : Alzheimer/maladies apparentées Autres incapacités</b>
<b>Répît Haute-Côte-Nord</b>	Nombre : 7 Âge : + de 65 ans : 7 Sexe : 4F / 3H	7/30	556,5 heures / 1820 heures prévues	Alzheimer/maladies apparentées : 6 Autres incapacités : 1
<b>Répît Manicouagan</b>	Nombre : 21 Âge : - 65 ans : 9 + 65 ans : 8 Sexe : 12 F / 9 H	21/25	1195 heures / 1820 heures prévues	Alzheimer/maladies apparentées : 21 Autres incapacités : 0
<b>Répît Minganie</b>	Nombre : 16 Âge : - 65 ans : 6 +65 ans : 10 Sexe : 9 F / 7 H	16/21	931,25 heures / 1820 heures prévues	Alzheimer/maladies apparentées : 11 Autres incapacités : 5
<b>Centre de répît week-end</b>	Nombre : 23 Âge : -65 ans : 2 +65 ans : 21 Sexe : 11 F / 12 H	23/24	671 heures / 734 heures prévues	Alzheimer/maladies apparentées : 21 Autres incapacités : 2
<b>Répît Basse-Côte-Nord</b>	Nombre : 17 Âge : -65 ans : 11 + 65 ans : 6 Sexe : 10 F / 7 H	17/35	1687,5 heures / 2160 heures prévues	Alzheimer/maladies apparentées : 13 Autres incapacités : 4
<b>Guide des aidants naturels</b>		1500 guides produits		
<b>Groupe de mentorat virtuel</b>	Nombre : 12 Âge : -65 ans : 4 +65 ans : 8 Sexe : 11 F / 1 H	12/20	276 heures / 90 heures prévues	Alzheimer/maladies apparentées : 9 Autres incapacités : 3
<b>Care Giving Matters – Education and support for caregivers</b>	Nombre : 53 Âge : -65 ans : 15 + 65 ans : 18 Sexe : 38 F / 15 H	53/30	20 heures / 20 heures prévues	Alzheimer/maladies apparentées : 2 Autres incapacités : 17 Non disponible : 34
<b>Supporting Caregivers – The Heart of Home Care</b>	Nombre : 193 Âge : - 65 ans : 96 + 65 ans : 97 Sexe : 144 F/49 H	193/50	36 heures / 40 heures prévues	Alzheimer/maladies apparentées : 19 Autres incapacités : 118 Non disponible : 56
<b>La résilience, ça s'apprend</b>	Nombre : 84 Âge : -65 ans : 17 +65 ans : 67 Sexe : 72 F / 12 H	84/60	484 heures / 370 heures prévues	Alzheimer/maladies apparentées : 54 Autres incapacités : 30
<b>Sur la route des proches aidants</b>	121 000 personnes rejointes	Auditoire de 121 000 personnes	5 heures / 5 heures prévues	
<b>Service de conseillère aux proches aidants</b>	Nombre : 46 Âge : -65 ans : 4 +65 ans : 17 Sexe : 45 F / 1 H	46/19	457 heures / 457 heures prévues	Alzheimer/maladies apparentées : 33 Autres incapacités : 13

Écart entre les types d'incapacités des aidés : 168 aidés souffrant de la maladie d'Alzheimer et/ou d'affections connexes ; 58 autres incapacités et 246 ne pouvant être comptabilisés dans les types d'incapacités, car il s'agit de proches aidants rejoints dans le cadre de 2 projets de sensibilisation (formation – semaine des proches aidants). **Le pourcentage 75% Alzheimer / 25% Autres donne : 74,3% Alzheimer** lorsque l'on ne tient pas compte des 21 Alzheimer et affections connexes – projet de sensibilisation ; des 135 Autres incapacités – projet de sensibilisation et des 90 Non disponibles – projet de sensibilisation

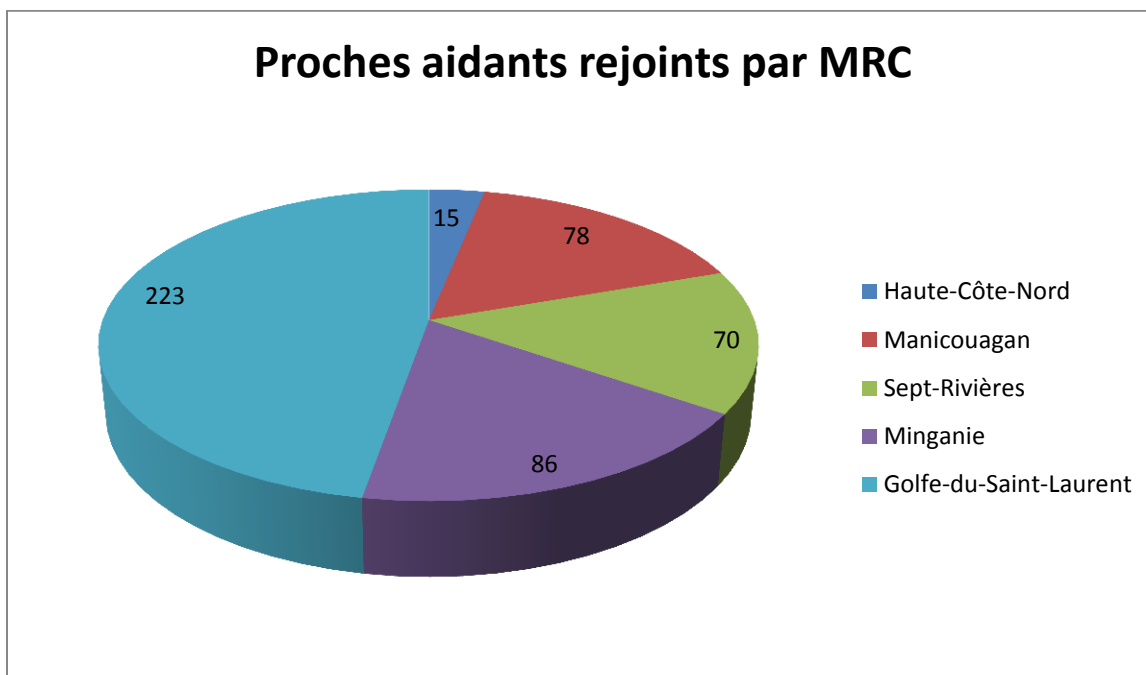


Il a été impossible pour les deux (2) organismes anglophones de cibler 75% de leur clientèle atteinte de la *maladie d'Alzheimer et/ou d'affections connexes* puisque la population anglophone du territoire représente un pourcentage très bas en Côte-Nord. Les deux projets visaient donc à sensibiliser leur population à la proche aide. C'est pourquoi leur statistique donne 135 *Autres incapacités* et 90 *Non disponibles*.

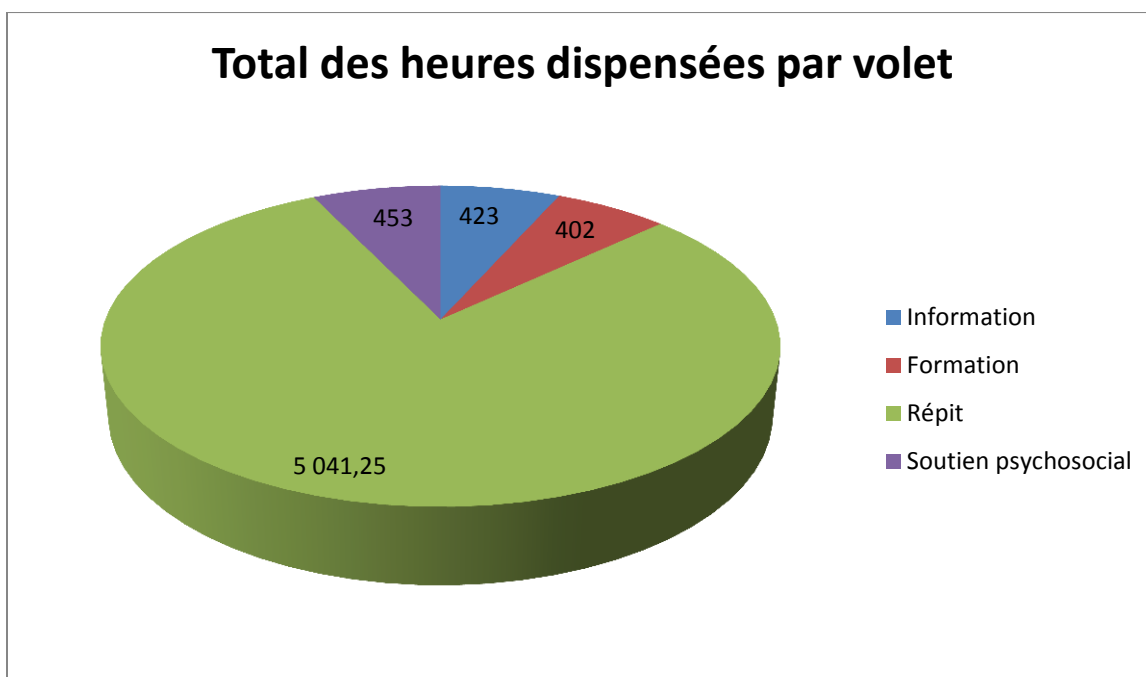
Deux (2) autres projets subventionnés par l'Appui Côte-Nord visaient aussi la sensibilisation à la proche aide.

- Le projet « *Sur la route des proches aidants* » a rejoint un auditoire de 121 000 personnes
- Le projet du Centre d'action bénévole de Sept-Îles a permis de produire 1500 guides pour les proches aidants. Les guides ont été transmis aux organismes subventionnés par l'Appui Côte-Nord pour une distribution auprès des proches aidants desservis dans le cadre des projets de répit / information / formation / soutien psychosocial.

Écart entre les proches aidants rejoins et les proches aidants projetés : 472 / 314 pour un total de 158 proches aidants de plus que prévu. L'écart entre Golfe-du-Saint-Laurent, Minganie et les autres MRC est dû à des activités de formation/information qui rejoignent plus de proches aidants que le répit.



Écart entre le nombre d'heures d'intervention offertes / projetées : 6 319,25 heures offertes / 9 336 heures prévues pour un écart de 3 016,75 heures. Les 5 projets de répit ont desservi 84 personnes comparativement à 52 personnes l'an dernier avec 6 projets





**Activités réalisées dans la MRC Golfe-du-Saint-Laurent avec le projet "Caring for Caregivers"**



*Projet de répit – Coopérative de solidarité d'aide à domicile de la Minganie – Activité avec des aidés*



*Projet d'information – « Sur la route des proches aidants » | 7 capsules sur les 10 produites par le Centre de bénévolat Manicouagan ont été présentées à TVA de septembre 2015 à mars 2016*

### ***Collaboration avec le Réseau des Appuis***

Présence à dix (10) rencontres des directeurs généraux :

- 14 mai 2015 (conférence téléphonique)
- 15 mai 2015 (visioconférence)
- 9 juin 2015 (visioconférence)
- 15 juin 2015 (visioconférence)
- 19, 20 et 21 octobre 2015
- 2 novembre 2015 (visioconférence)
- 2, 3 et 4 décembre 2015

- 14 janvier 2016 (conférence téléphonique)
- 15, 16 et 17 février 2016
- 10 mars 2016 (conférence téléphonique)

Présence à deux (2) rencontres des présidents du trésorier de l'Appui Côte-Nord :

- 19 octobre 2015
- 3 décembre 2015

La direction générale a aussi participé à quatre (4) comités de l'Appui national : le comité *Projets/reddition de comptes* (1 rencontre); le comité *Table des directions générales* (2 rencontres); le comité *Communications* (2 rencontres) et le comité *Financement de projets* (4 rencontres).

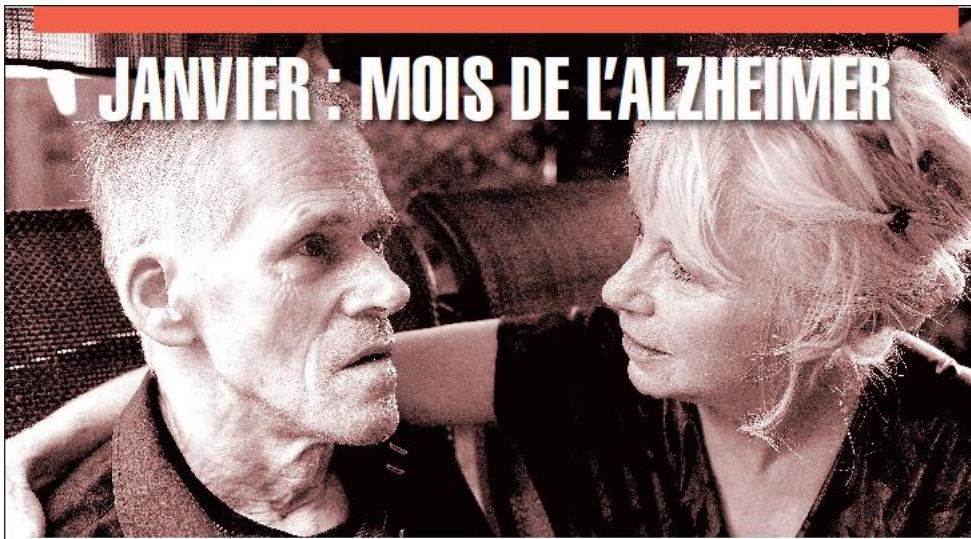
La direction générale a répondu à douze (12) sondages et à cinq (5) demandes spéciales en provenance de l'Appui national.

## **BUDGET 2015-2016**

Au 31 mars 2016, notre budget s'élevait à 448 385,92\$ dont 73,7% sont allés aux services directs aux proches aidants d'aînés soit une somme de 330 242,08\$. Les frais administratifs ont été de 26,3% comparativement à 34,19% en 2014-2015.



## L'APPUI CÔTE-NORD DANS LES MÉDIAS



### JANVIER : MOIS DE L'ALZHEIMER

Être proche aidant d'une personne atteinte de la maladie d'Alzheimer est un phénomène complexe. L'ajustement à l'évolution de la maladie demeure une grande priorité, et ce, sans s'oublier. Les ajustements sont constants et le proche aidant se retrouve souvent dans une situation qu'il n'a pas le choix d'accepter.

**Les points saillants**

- il y aurait environ 125 000 Québécois atteints de la maladie d'Alzheimer ou d'une forme de démence apparentée;
- 50 % des personnes touchées ne reçoivent leur diagnostic qu'après avoir atteint un stade trop avancé de la maladie;
- 72 % des personnes atteintes sont des femmes;
- 70 % des proches aidants sont des femmes;
- La maladie coûte de trois à quatre milliards de dollars par année au système de santé québécois en frais directs et indirects (*La maladie d'Alzheimer : Le guide* / Judes Poirier et Serge Gauthier);
- 25 % des proches aidants souffrent de dépression clinique.

**Les principaux signes précurseurs de la maladie d'Alzheimer sont :** la perte de mémoire, l'altération du jugement, de la pensée et du raisonnement, et les changements de personnalité et de comportement. Vous devez consulter votre médecin lorsque ces signes perturbent votre quotidien.

**Les problèmes primordiaux qui peuvent surgir chez un proche aidant qui s'occupe d'une personne atteinte de la maladie d'Alzheimer sont :** stress, fatigue, colère, burn-out, isolement, oubli de soi, etc.

**Conseils pour les proches aidants :** se renseigner sur les ressources communautaires existantes dans leur milieu et s'en prévaloir; faire connaître leurs besoins auprès des amis et de la famille afin de ne pas s'épuiser; faire chaque jour une activité que la personne aime et se bâtir un réseau pour éviter l'isolement : groupe d'entraide, téléconférences, ateliers téléphoniques, etc.

Il est possible d'entretenir ses passions et ses intérêts : « *Il faut s'organiser en conséquence, car c'est important de continuer de s'occuper en dehors de nos responsabilités de proche aidant. C'est important pour soi et aussi pour la personne aidée qui a ainsi l'occasion de voir d'autres personnes* » Jacqueline Giroux, proche aidante (extrait de l'émission « Sur la route des proches aidants » capsule 3 – TVA).

Notre grand espoir demeure que le mois de sensibilisation à la maladie d'Alzheimer permette aux personnes atteintes de trouver les services requis pour les épauler et aux proches aidants de connaître tous les services disponibles sur leur territoire afin de mieux les soutenir.

**Pour en savoir plus, consultez l'Appui Côte-Nord.**

**Service Info-Aidant : 1 855 852-7789**  
L'Appui Côte-Nord : 418 589-4014, poste 101  
Site WEB : [www.lappuicotenord.org](http://www.lappuicotenord.org)

**L'APPUI** POUR LES PROCHES AIDANTS D'AÎNÉS  
**CÔTE-NORD**

Tel que vu *Le Manic*, le mercredi 20 janvier 2016

Publié le 31 octobre 2015 à 05h00 | Mis à jour le 31 octobre 2015 à 05h00

## Danielle Duguay: «Une manière de redonner ce que j'ai reçu»



«Depuis le jour de ma naissance, je suis en dette envers la vie», lance Danielle Duguay, dynamique résidente de Baie-Comeau, 65 ans, retraitée du monde de l'éducation où elle a œuvré durant 40 ans.

PHOTO COLLABORATION SPÉCIALE STEEVE PARADIS



**STEEVE PARADIS**

Collaboration spéciale

Le Soleil

**(Baie-Comeau) Ne lui dites pas qu'elle est une proche aidante, elle ne vous croira pas. En venant en aide aux autres, «dans la mesure de mes moyens», Danielle Duguay assure qu'elle ne fait que remettre ce qu'elle a reçu.**

«Depuis le jour de ma naissance, je suis en dette envers la vie», lance la dynamique résidente de Baie-Comeau, 65 ans, retraitée du monde de l'éducation où elle a œuvré durant 40 ans.

En effet, la vie de Danielle Duguay aurait pu être tout autre. Avec un père décédé durant la grossesse de sa mère (noyé dans la rivière Trinité pendant la drave), la bambine s'est retrouvée à l'âge de six mois chez ses grands-parents maternels, à Rivière-au-Tonnerre, à l'est de Sept-Îles.

Forcée par la vie à se trouver un boulot, la mère de Mme Duguay reprend sa profession de «maîtresse d'école», comme on disait à l'époque. Comme elle se trouvait dans les villages isolés de la Moyenne-Côte-Nord, elle pouvait difficilement s'occuper de plusieurs enfants ou les visiter dans les autres villages. Quelques années plus tard, quand sa mère s'est remariée, la jeune Danielle a préféré demeurer avec ses grands-parents.

«Comme il n'y avait pas de route dans ce coin-là à l'époque, j'aurais facilement pu me retrouver dans un orphelinat à ma naissance», ajoute la retraitée, qui fait cette parenthèse pour en arriver à l'aîné qu'elle assiste. Il s'agit de son oncle, le fils de ses grands-parents, et sa tante, qui ne sont maintenant plus dans la même résidence.

### **«Ne pas laisser tomber»**

«Je trouve que je ne mérite pas nécessairement le titre de proche aidante. C'est moi la plus proche d'eux dans la région et ce n'est pas une question de choix, on ne peut pas laisser tomber des gens comme ça. M'occuper d'eux, je trouvais que ça me revenait. C'est une manière de redonner ce que j'ai reçu de cette famille.»

L'oncle de Mme Duguay a déjà du support pour certaines tâches domestiques telles que le ménage et la nourriture. L'action de cette proche aidante se concentre ailleurs, «comme faire les commissions, aller payer la pharmacie et gérer ses finances, lance-t-elle. Quand on parle d'argent, il est parfois bougonneux, mais je le supporte avec le sourire. Ce n'est pas si grave.»

Danielle Duguay n'a pas attendu le jour de sa retraite pour donner aux autres. En parallèle de son métier d'enseignante, elle soutenait les jeunes qui ne l'avaient pas facile. «Dans ma vie, j'ai beaucoup plus oeuvré auprès des adolescents qui se barraient les pieds qu'avec les aînés. En fait, si on m'obligeait à choisir un ou l'autre, je serais naturellement portée vers les ados en difficulté», soutient-elle en conclusion.

Sur la Côte-Nord, on estime à près de 8500 le nombre de personnes qui assistent un proche malade ou handicapé âgé de plus de 45 ans.

## Aînés

## Démarche régionale pour l'amélioration des conditions de vie

Sept-Îles – Depuis plusieurs mois, la Table régionale de concertation des aînés de la Côte-Nord a travaillé, de concert avec ses tables locales de concertation et des organismes communautaires actifs auprès de cette clientèle, à la mise en place d'une grande démarche régionale de consultation pour l'amélioration des conditions de vie des personnes âgées.

ÉRIC MARTIN

Coordonnateur de la Table régionale de concertation des aînés de la Côte-Nord, Jude Brousseau, croit fermement aux bienfaits de l'entente spécifique «Adaptation régionale pour l'amélioration des conditions de vie des personnes âgées de la Côte-Nord» qui apporte un soutien financier à 38 projets. Un investissement de 800 269\$. «Ce sont des projets que les membres de l'entente ont sélectionnés qui se dérouleront jusqu'au 31 mars 2017 un peu partout dans la région», précise-t-il.

### Les défis d'une population vieillissante

La Côte-Nord étant confrontée à une importante problématique de vieillissement de la population,

une démarche de consultation de cette envergure permettra, selon la vice-présidente de la Table régionale de concertation des aînés, Ghislaine Nadeau-Monger, de répondre plus adéquatement aux besoins, en obtenant dans un premier temps un portrait plus juste de la situation qui aidera à l'élaboration d'un plan d'action pour maintenir et améliorer les conditions de vie des aînés.

«Une situation comme celle-là crée un déséquilibre chez la jeunesse, soulève-t-elle. Le poids qu'ils auront à porter sur les épaules peut être lourd si rien n'est fait pour en limiter les impacts reliés au vieillissement de la population. Dès maintenant, il faut voir à développer des ressources pour être en mesure de répondre aux besoins dans le futur. Si on ne fait rien, la qualité de vie des aînés en sera grandement affectée.»

### Une participation active des aînés

Une nouvelle que la présidente de la Table de concertation des aînés de la MRC de Sept-Rivières, Éliane Picard-Landry, accueille avec beaucoup d'enthousiasme. «Il va de soi qu'ensemble, on est plus fort. Ça nous donnera un plus



On aperçoit ici les principaux acteurs impliqués dans cette démarche régionale de concertation pour l'amélioration des conditions de vie des aînés. (Photo : Le Nord-Côtier)

grand rapport de force. J'apprécie aussi le fait que l'on donne la parole aux aînés et qu'on sollicite leur participation à cette démarche. On pourra par la suite parler d'une seule et même voix. Une approche de type recherche-action sera adoptée par les différents partenaires de l'entente spécifique pour s'assurer que les aînés

soient impliqués activement dans ce processus visant à soutenir des actions pour contrer l'abus et la maltraitance, à soutenir l'accompagnement des personnes âgées et la tenue d'activités touchant à leur qualité de vie.

Pour la Table de concertation locale des aînés de la MRC de Sept-Rivières, le point culminant de

cette démarche régionale de consultation étant les troisième assises régionales «Pour bien vieillir chez soi, dans son milieu de vie» qui auront lieu le 27 octobre 2016 à Sept-Îles. Un événement qui viendra jeter les bases d'une alliance pour contribuer à l'amélioration des conditions de vie des personnes âgées.

« Un appui tout au long de  
votre parcours! »



Tél. : 418 589-4014 | Téléc. : 418 589-4226

Service Info-aidant : 1 855 852-7789

810, rue Bossé, Bureau 102, Baie-Comeau (Québec) G5C 1L6

[www.lappuicotenord.org](http://www.lappuicotenord.org)

