

***Vous** êtes là pour **eux**,
nous sommes là pour **vous**.*





Table des matières

MOT DE LA PRÉSIDENTE ET DE LA DIRECTRICE GÉNÉRALE ..	2
Mot de l'agente de développement	2
À propos de l'Appui Centre-du-Québec.....	3
LA gouvernance	4
CONCERTATION ET MOBILISATION	5
Sensibilisation	8
Formations offertes	10
Communication	12
Les proches aidants en emploi	16
L'Exposition Solidaires	17
Info-aidant : écouter • informer • référer	19
Les projets financés	20
Bilan global des projets financés	27

MOT DE LA PRÉSIDENTE ET DE LA DIRECTRICE GÉNÉRALE

Louise Labbé, présidente
Janik Ouimet, directrice



L'année 2019-2020 a été hyper dynamique à l'Appui Centre-du-Québec et nous sommes très heureuses du travail accompli par l'équipe, le conseil d'administration et les partenaires de la région.

Cette année s'est terminée sur une note un peu plus difficile pour notre Appui, et ce, pour deux raisons particulières. La première est bien entendu la pandémie à la Covid 19 qui a chamboulé notre fin d'année financière ainsi que celle des organismes que nous finançons, avec l'annulation de plusieurs activités prévues au calendrier à la fin du mois de mars.

La deuxième raison, est le départ de notre agente de développement, Julie Martin, qui est allée relever un nouveau défi au sein du réseau de la santé et des services sociaux. Bien connue sous le nom de « Julie de l'Appui », cette dernière était avec nous depuis les débuts de l'Appui Centre-du-Québec. Il va sans dire qu'elle occupait une place importante dans la communauté des proches aidants du Centre-du-Québec. Son sourire, sa disponibilité, son expertise et son accompagnement nous manqueront. Nous lui souhaitons une belle continuité dans sa vie professionnelle et personnelle et la remercions pour ces belles années passées à l'Appui.

Une région dévouée pour les proches aidants

Quel beau privilège nous avons eu à l'Appui de voir grandir une belle et grande communauté pour veiller au bien-être des proches aidants.

Le Centre-du-Québec peut être fier du chemin parcouru depuis les dernières années. En 10 ans, nous avons vu naître une première mobilisation du milieu pour la mise en place d'une association dédiée aux proches aidants. Rapidement des sommes sont investies, des associations prennent leur envol, les organismes déploient et solidifient leur offre de services.

Nous avons eu l'occasion de côtoyer d'autres régions, d'autres collègues, et sans aucun doute, le Centre-du-Québec est une région qui sait s'adapter et modifier ses services selon les besoins. C'est aussi une région qui porte un immense respect envers les proches aidants et qui ne manque jamais une occasion de reconnaître leur dévouement.

L'aventure Appui c'est aussi le privilège de rencontrer des êtres humains exceptionnels. Autant les proches aidants qui se dévouent auprès d'un être cher, autant les intervenants et les organismes qui se démenent pour améliorer la qualité de vie des proches aidants.

Le monde parallèle de la proche aidance, on en parle peu, mais combien il est important. Ce sont les organismes dédiés à leur communauté, ce sont des intervenants dotés d'une sensibilité, d'une empathie et d'une écoute bienveillante, ce sont des gestionnaires qui font tout en leur pouvoir pour offrir des services de qualité et adaptés à la réalité de tout un chacun.

Au nom des proches aidants, au nom de l'Appui, en mon nom, merci d'avoir répondu à l'appel. Merci de vous dévouer pour le bien-être des proches aidants. Certes c'est votre travail, c'est votre vocation, mais la passion et l'énergie que vous y mettez sont dignes d'une grande mention.

Julie de l'Appui

À PROPOS DE L'APPUI CENTRE-DU-QUÉBEC

■ Bref historique

Officiellement créé le 16 novembre 2011, l'Appui Centre-du-Québec rejoint ainsi un vaste réseau implanté dans les 17 régions du Québec afin de soutenir les organismes locaux voués au bien-être des proches aidants, et ce, en vue d'offrir à ces derniers des services de proximité, accessibles et adaptés dans leur milieu.

Issue de la consultation publique sur les conditions de vie des aînés en 2007, le projet de loi n°6, instituant le Fonds de soutien aux proches aidants d'aînés, vient répondre à un besoin nommé par les personnes proches aidantes d'aînés d'être mieux soutenues dans leur rôle.

Le Fonds, administré par la Société de gestion, permet d'investir 200 millions de dollars, répartis sur une période de dix ans.

Depuis plus de 8 ans, **c'est plus de 2,5 millions qui ont été investis au Centre-du-Québec** dans de nombreux services directs consacrés aux proches aidants d'aînés en fonction des besoins locaux et régionaux.

■ Mission

L'Appui Centre-du-Québec contribue à améliorer la qualité de vie des proches aidants d'aînés en veillant notamment à ce qu'ils tirent pleinement profit des ressources mises à leur disposition.

Pour actualiser cette mission, l'Appui Centre-du-Québec possède plusieurs champs d'intervention :

- soutenir financièrement et accompagner les organismes dans le développement, l'accroissement et le déploiement des services d'information, de formation, de soutien psychosocial et de répit destinés aux aidants d'aînés ;
- concerter et mobiliser les acteurs du milieu autour du soutien aux proches aidants d'aînés ;
- sensibiliser à la réalité des aidants et valoriser ces derniers par le biais d'actions diverses ;
- informer et faire la promotion des services pour les proches aidants offerts par les organismes.

■ Vision

Par son approche unique et adaptée à la diversité de ses territoires, l'Appui Centre-du-Québec contribue à une meilleure qualité de vie des proches aidants d'aînés en devenant un partenaire de confiance auprès des organismes et en appuyant le développement de services qui répondent aux besoins des proches aidants d'aînés.



LA GOUVERNANCE

Conseil d'administration

- Louise Labbé, présidente
- Yolande Morissette, vice-présidente
- Claude-Henri Léveillé, secrétaire-trésorier
- Annie Belcourt, administratrice
- Isabelle Labrecque, administratrice
- Jean-Paul Pépin, administrateur
- Françoise Roy, administratrice

Nombre de rencontres régulières :
7 rencontres

Nombre de rencontres de consultation :
4 rencontres



ÉQUIPE PERMANENTE

- Janik Ouimet, directrice générale
- Julie Martin, agente de développement
- Manon Mériteau, agente de sensibilisation en entreprise (septembre 2019 à mars 2020)

Soutien à l'équipe

La petite équipe de l'Appui Centre-du-Québec est heureuse d'avoir pu compter sur le soutien de précieuses personnes :

- Vanessa Bouchard, agente de communication et de développement à l'Appui Mauricie pour la réalisation de diverses tâches reliées aux communications.
- Pierre Martin, bénévole pour l'Appuilette. Il donne plusieurs heures de son temps en procédant à la mise en enveloppe et l'envoi postal mensuel.
- L'équipe de bénévoles de la bibliothèque Raymond-Dion de St-Pierre-les-Becquets : Francine Bergeron, Michelle Châteauneuf et Christiane Michel, qui nous soumet leurs coups de cœur « Biblio-aidants » chaque mois dans l'Appuilette.

À VOUS TOUS, MERCI!

CONCERTATION ET MOBILISATION

Afin de s'assurer de mener à bien sa mission, l'Appui Centre-du-Québec actualise un de ses mandats (information, soutien et sensibilisation) par la concertation et la mobilisation des acteurs locaux et régionaux autour du soutien aux proches aidants d'âinés. L'Appui initie et participe à plusieurs rencontres avec des partenaires régionaux, nationaux et même internationaux!

★ Comité régional des partenaires

Suite à la création d'une nouvelle Table de concertation en proche aidance pour la Mauricie et le Centre-du-Québec, ce comité a tenu sa dernière rencontre régulière le 9 juillet 2019. Il a été décidé de poursuivre ces rencontres de concertation au besoin et minimalement deux fois par année; lors d'une journée de formation commune et une autre d'échanges sur nos services respectifs.

COMITÉ POUR LA SENSIBILISATION ET LA RECONNAISSANCE DES PROCHES AIDANTS DU CENTRE-DU-QUÉBEC

Une initiative de



★ Table régionale inclusive sur la proche aidance du Centre-du-Québec et de la Mauricie

L'Appui siège sur la Table régionale inclusive sur la proche aidance du Centre-du-Québec et de la Mauricie qui est coprésidée par une représentante du CIUSSS Mauricie-Centre-du-Québec et une représentante des associations locales de proches aidants. L'Appui participe également activement à **deux sous-comités** de cette Table : formation et information aux intervenants et actions concrètes pour proches aidants.

L'objectif de cette table inclusive est d'améliorer les conditions de vie de personnes proches aidantes, peu importe la personne qu'elles aident.

★ Table régionale de concertation des personnes âinées du Centre-du-Québec

L'Appui Centre-du-Québec poursuit sa représentation et sa participation au sein du conseil d'administration de la Table. Nous sommes impliqués dans divers comités, dont celui pour l'analyse **des projets QADA**.



★ Comité régional en développement social (CRDS) du Centre-du-Québec

La présence de l'Appui sur ce comité est en cohérence avec sa mission et les valeurs véhiculées.



Le CRDS a pour mission d'assurer la pleine participation des personnes, des populations, des partenaires et des secteurs concernés par le développement social; de soutenir la réflexion, l'action et le renouvellement des pratiques des organisations en intervenant auprès des groupes et territoires désireux d'améliorer leur qualité de vie et leurs modes de vie, notamment ceux confrontés aux plus grands défis.

★ **Projet d'implantation d'une Maison Gilles Carle dans la région**

L'Appui et l'APAAÉ ont **évalué la possibilité d'implanter une Maison de répit de type Gilles Carle** et ont initié des rencontres avec la Fondation Gilles Carles, les préfets d'Arthabaska et de l'Érable et le CIUSSSMCQ. Nous avons même participé au symposium des Maisons Gilles Carle qui s'est tenu à Montréal en juin 2019 et visité la future Maison de Shawinigan.

Projet d'envergure, nous avons mis sur pause ce projet, le temps de documenter les besoins en répit et voir les différentes alternatives.

★ **Rencontres de partage et de complémentarité avec le CIUSSS**

Au cours de la dernière année, l'Appui a été actif au niveau des **rencontres ponctuelles sur divers enjeux spécifiques** afin de favoriser la complémentarité des services, la concertation et la mobilisation:



- Rencontres d'arrimage avec la Direction du Programme de soutien à l'autonomie de la personne âgée.
- Rencontre pour une définition d'une trajectoire CIUSSS-ÉESAD pour l'offre de répit;
- Journée nationale APPUI-CIUSSS : complémentarité et partage de pratiques inspirantes.
- Rencontre pour un éventuel salon des ressources pour que les intervenants apprennent à mieux connaître les ressources communautaires en proche aidance.
- Rencontre avec l'équipe SAD Centre-du-Québec pour l'évaluation de l'offre de répit dans notre région.

★ **Rencontres de partage et de complémentarité avec différents partenaires du Centre-du-Québec**

Toujours dans l'optique de notre mission qui est de développer des services pour améliorer les conditions de vie des personnes proches aidantes du Centre-du-Québec, l'Appui a interpellé différents partenaires au cours de l'année pour entamer des démarches et des réflexions pour mieux répondre aux besoins des proches aidants.

- **Rencontres régulières avec les organismes financés** : les associations de proches aidants, Société Alzheimer Centre-du-Québec et Parkinson Centre-du-Québec/Mauricie.
- Département d'études en loisirs de l'**UQTR** (Hélène Carbonneau, Table régionale de concertation des personnes âgées du Centre-du-Québec (Jaimmie Lajoie) et la FADOQ Centre-du-Québec (Annie Belcourt) pour la mise en place d'actions concrètes pour **favoriser les loisirs des dyades aidant-aidé**.
- **Monastère des Augustines** et l'Appui de la Capitale nationale pour permettre aux proches aidants d'âinés du Centre-du-Québec d'avoir un accès facilitant au Monastère pour avoir du **répit externe**.
- **Stratégie Carrière** pour l'accompagnement des proches aidants en emploi dans leur milieu de travail. Allocution lors de la conférence de presse à la SPIPB (7 mai) pour le lancement officiel de ce nouveau service.
- Rencontre avec le **RANQ** et l'**Appui Mauricie** pour l'arrimage de nos projets de **sensibilisation des employeurs** à la réalité des proches aidants en emploi.

- Rencontre avec le **transport des personnes de la MRC de Bécancour** pour la couverture des services.
- **Centre d'action bénévole de la MRC de Bécancour** : collaboration à la conception de vidéos-témoignages de proches aidants et rencontre avec la **travailleuse de milieu**.
- Échanges avec le **Carrefour action municipale et famille (CAMF)** pour une sensibilisation aux municipalités à la réalité des proches aidants.
- Démarches avec l'organisme **Au cœur des Familles agricoles (travailleur de rang)** dans le but d'informer les agriculteurs proches aidants sur les ressources existantes pour eux.
- Démarches auprès du **Centre for Access to Services in English (CASE)** afin d'informer les proches aidants anglophones des services qui s'offrent à eux.
- **Société canadienne de la Sclérose en plaques** (Drummondville) pour voir à un projet potentiel pour les proches aidants de cet organisme.
- **Pôle d'économie sociale du Centre-du-Québec** – rencontres ponctuelles avec les 5 entreprises d'économie sociale en soutien à domicile (**EÉSAD**) pour consultation et un arrimage des services de **répit**.

La **mobilisation** réfère à un appel à l'action en rassemblant et en dynamisant les énergies afin de réaliser un objectif ou un projet commun.

★ **Comité national d'éthique sur le vieillissement (CNEV)**

La directrice de l'Appui, qui siège comme membre du CNEV, depuis 3 ans, a offert un soutien particulier pour l'avis concernant la proche aidance.



★ **Centre collégial d'expertise en gérontologie (CCEG)**

L'Appui a collaboré avec le CCEG et l'Appui Mauricie pour une **recherche sur l'attachement chez les couples aînés dans un contexte de proche aidance**.

★ **Rencontre avec les Appuis régionaux de la Mauricie et de l'Estrie.**

Au cours de l'année, nos 3 Appuis se sont rencontrés à quelques reprises pour échanger sur des sujets communs qui nous préoccupent et discuter des possibilités d'arrimage sur des projets communs. Exemple : Journée régionale à l'intention des intervenants.

★ **Échange d'expertise avec l'organisme UNA Charente-Vienne (France)**

Au cours de l'année, nous avons eu l'occasion d'avoir quelques échanges avec un organisme semblable à une association de proches aidants qui offre des services de soutien à domicile de la région de Charente en France. Nous avons partagé des outils, des manières de faire et constaté les besoins des proches aidants de nos territoires respectifs.



SENSIBILISATION

Députés

Rencontre à deux reprises avec **Donald Martel**, député de Bécancour-Nicolet-Yamaska (provincial) afin de discuter des enjeux régionaux de l'Appui et des proches aidants.

Rencontre avec **Martin Champoux**, député de Drummond (fédéral) afin de lui présenter l'Appui et ses différents mandats

Maltraitance

Rencontre avec Isabelle Duguay, coordonnatrice régionale en maltraitance au CIUSSSMCQ pour aborder le thème de la maltraitance subit par les aidants et par les aidés.

Centrale syndicale - CSN

Une présentation a été faite en février à Drummondville auprès des représentants syndicaux de la CSN pour leur parler de proche aide en emploi et les sensibiliser à cette réalité.

Chambres de commerce

Rencontres avec les 3 chambres de commerce du Centre-du-Québec et la Société de développement économique de Drummondville pour les sensibiliser au maintien en emploi des travailleurs proches aidants, avoir leur avis sur l'angle à privilégier avec les employeurs et leur présenter les outils développés.

Curateur public

Rencontres (en présentiel et virtuel) avec le curateur public pour donner notre avis sur le projet de loi 18. Ce projet de loi propose principalement une révision des dispositions législatives relatives à la protection des personnes inaptes.

Proches aidants via diverses organisations

Il arrive à l'occasion que certains regroupements et organismes nous interpellent pour aller parler de proches aidance auprès de leurs membres. Par exemple, cette année nous avons été interpellés par :

- Le Cercle des fermières de Princeville (8 octobre)
- Le Cercle des fermières de Laurierville (15 janvier)

L'APPUI ÉTAIT PRÉSENT

- Journée pour souligner le mois du Parkinson à Victoriaville (3 avril).
- Inauguration du nouveau point de services de la Société Alzheimer du Centre-du-Québec au centre-ville de Drummondville (21 janvier).
- Rencontre de concertation régionale organisée par la Table de concertation des personnes âgées du Centre-du-Québec – allocution de l'Appui (16 janvier).
- Participation à un groupe de discussion d'Escouade Main d'œuvre sur la rétention et l'attraction du personnel dans la région (8 janvier).
- Conférence de Stéphanie Austin (UQTR) sur la conciliation travail famille offerte par la chambre de commerce de la MRC de Maskinongé (5 novembre).
- La présidente était présente pour la conférence de presse pour le lancement du Salon 50 ans et mieux de la FADOQ (10 mars).

- **Rencontre des partenaires** pour une **réflexion aînés Bois-Francis** (10 décembre).
- **Conférence de presse** pour l'octroi d'un financement majeur à l'organisme **Carpe Diem** où la ministre Marguerite Blais était présente (10 octobre).
- Conférence de Sophie Éthier: *Regards sur une réalité invisible : la **maltraitance vécue par les proches aidants*** (4 novembre).
- **Journée inspiration** destinée aux intervenants et aux proches aidants, organisée par l'Appui **Estrie** (14 mai).
- Conférence intitulée « **Le cadeau du temps** », de Jane Webley sur notre vision de l'accompagnement (12 juin)
- **Participation aux AGA** de certains partenaires : Parkinson Centre-du-Québec / Mauricie, APPABNY, APAAE.
- **Journée des aînés** dans la **MRC de l'Érable**. Tenue d'un kiosque d'information (4 octobre).
- **Journée des aînés** dans la **MRC d'Arthabaska**. Tenue d'un kiosque d'information (3 octobre).
- **Salon 50 ans et mieux de la FADOQ**. Tenue d'un kiosque d'information (27 avril).

Collaboration et partenariat : un levier indispensable des services aux proches aidants

ATELIERS D'ÉCHANGES ET DE RÉFLÉXIONS

Vendredi 7 juin 2019

L'APPU POUR LES PROCHES AIDANTS
D'ÂGÉS
CENTRE-DU-QUÉBEC

*Vous êtes là pour eux,
nous sommes là pour vous.*

28 partenaires participants

Journée régionale sur la proche aidance

à l'intention des intervenants et des partenaires du Centre-du-Québec

Victoriaville
Hôtel Le Victorin

Jeudi
21 novembre
2019

Le proche aidant au cœur de nos actions

9 conférenciers / formateurs, 2 conférences, 7 ateliers

60 participants

FORMATIONS OFFERTES AUX INTERVENANTS

L'Appui dispose d'une enveloppe servant à offrir de la formation aux intervenants afin de les outiller dans leurs interventions auprès des proches aidants. Après avoir validé leurs besoins et leurs intérêts, l'Appui recherche des formateurs qui puissent répondre à la demande.

Cette année, c'est **6 formations** qui ont été offertes pour un total de **52 heures** de formation.

L'essentiel de l'intervention en proche aidance « pour faire la différence » - 13 h.

29 mars et 12 avril 2019

L'accompagnement ou le travail auprès des proches aidants comporte des défis importants.

Voici un résumé du contenu : Rappel historique (lecture sociale et culturelle), statistiques et enjeux sociaux. Compréhension clinique, particularités de l'intervention et niveaux d'intervention psychosociale. Enjeux cliniques (trajectoire, rythme, personnalité, contexte unique de la dyade, lien de proximité, etc.) Philosophie d'intervention, valeurs et approches centrées sur l'expérience du proche aidant. Stratégies et méthodes d'intervention.

« Remerciements à Elaine et Marie pour les formations. » « Merci d'offrir de belles formations comme celle-là. »

Les finances personnelles : comment accompagner efficacement? - 3 h.

10 mai 2019



Formation sur les manières de détecter des problèmes financiers et l'approche à privilégier pour les aborder en favorisant l'*empowerment* de l'aidant. Transmission d'outils pour évaluer la situation financière des personnes proches aidantes et informations sur différentes mesures fiscales.

« Tout était excellent! La vulgarisation de la ressource, l'adaptabilité de la ressource et l'accompagnement. »

Construire les liens de proximité. Passons à l'action! - 6 h.

4 juin 2019

Cette formation visait entre autres à répondre aux questions suivantes : Quels sont les éléments, dans l'environnement physique ou social du domicile, qui favorisent la création de liens de proximité ou qui peuvent les rendre plus difficiles? Quelles sont les stratégies que vous pouvez utiliser pour surmonter les difficultés? Quels sont les dangers de la trop grande proximité? Quelles sont les pratiques favorables à consolider ou à développer concernant la coordination des services?

« Cela m'a permis d'approfondir mes connaissances et même de me remettre en question. »



Planifier et évaluer avec une approche par résultats - 6h.

5 septembre 2019



Cette approche permet de définir clairement les objectifs et les résultats que nous tentons d'atteindre au moyen de nos différentes actions. On est alors en mesure d'évaluer l'impact de nos projets et d'éventuellement améliorer l'efficacité et l'efficience des projets.

« La formation était instructive, donc objectif atteint! »

L'intervention au sein d'une dyade proche aidant et aidé en contexte de maltraitance - 3h.

11 octobre 2019



Cette formation visait à outiller les intervenants dans leurs habiletés à intervenir au sein d'une dyade aidant/aidé dans un contexte de maltraitance ou de risque de maltraitance. Quelles sont les différentes situations possibles? Reconnaître les facteurs de risque. Aider le proche aidant dans la reconnaissance d'une maltraitance qu'il commet ou qu'il subit. L'accompagner dans la mise en place de stratégies ou de ressources vers lesquelles demander de l'aide.

« Merci pour les différents exemples cliniques et les occasions d'échanges. »

Intervenir auprès de la personne suicidaire à l'aide de bonnes pratiques - 21 h.

13 février 2020



Formation très concrète axée sur les bonnes pratiques et les outils pour intervenir auprès d'une personne suicidaire. En plus du contenu théorique, les participants ont apprécié les échanges, les discussions de cas et aussi d'avoir pu partager quelques situations vécues dans leur contexte de travail auprès des proches aidants.

« L'expertise et le dynamisme de la formatrice ont été bien appréciés! »



COVID-19

À noter que deux formations prévues en mars 2020 ont dû être reportées à des dates ultérieures.

- Techniques d'impact
- Les réticences pour les demandes de services

COMMUNICATION / OUTILS APPUI

Notre principal défi est de rejoindre les proches aidants d'aînés et de faire connaître les ressources mises à leur disposition. Pour ce faire, il est primordial de les sensibiliser, les valoriser et les informer. Voici les différents outils que nous utilisons à l'Appui.

L'APPUILETTE

L'Appuilette s'adresse autant aux proches aidants, qu'à leur entourage, qu'aux organismes désirant s'informer sur la proche aidance, connaître les actualités et savoir qu'elles sont les activités offertes dans la région.



10 Appuilettes ont été envoyées aux abonnés (aucune en juillet et août).

414 abonnés au bulletin électronique

247 abonnés au bulletin papier

Total : **661 envois mensuels**

L'APPUIVEILLE

L'Appuiveille est destinée aux intervenants côtoyant de près ou de loin des proches aidants d'aînés. Comme son nom l'indique, c'est une veille d'informations régulière sur divers sujets d'actualité liés à la proche aidance.




11 Appuiveilles ont été envoyées cette année

151 abonnés (intervenants et professionnels du réseau de la santé et des services sociaux)

LES MÉDIAS SOCIAUX

Facebook Proches aidants Centre-du-Québec

Depuis janvier 2019, l'Appui Centre-du-Québec gère une page Facebook qui a pour objectif de faciliter la transmission d'informations.

 **130 abonnés**
186 publications

Chaîne YouTube Proches aidants Centre-du-Québec

Cette plateforme nous permet de mettre en un seul endroit les différentes **capsules vidéo de sensibilisation et d'information produites par les partenaires du Centre-du-Québec**. Vous y découvrirez une panoplie d'informations utiles au sujet du rôle de proche aidant.

LE SITE INTERNET

Pour la période du **1er avril 2019 au 31 mars 2020**, le site web de l'Appui Centre-du-Québec a reçu **7949 visiteurs uniques** comparativement à 3 851 l'an passé.



	2019 - 2020	2018 - 2019
Pages vues	21 339	13 497
Vues uniques	16 887	10 436
Visiteurs uniques répertoire	1510	1 057

COMMUNICATIONS EXTERNES

L'Appui Centre-du-Québec croit qu'il est primordial de sensibiliser les proches aidants, leur entourage et la population en général afin **d'amener plus de proches aidants à se reconnaître**. Il est également essentiel de sensibiliser les différents **intervenants et professionnels de la santé** au rôle primordial que les proches aidants jouent dans le maintien à domicile de personnes âgées.

Pour ce faire, différentes activités de communication et de sensibilisation ont eu lieu cette année..

CONCOURS « JE FAIS UN GESTE POUR UN COLLÈGUE PROCHE AIDANT »

Pour souligner la Semaine nationale des proches aidants, qui a eu lieu cette année du 3 au 10 novembre, l'Appui Centre-du-Québec souhaitait **mettre en lumière les proches aidants en emploi** grâce au concours « Je fais un geste pour un collègue proche aidant ».

Ce concours visait les entreprises du Centre-du-Québec. **Les employeurs ont été invités à faire circuler l'information** sur le concours auprès de leurs employés, **afin qu'ils identifient leurs collègues proches aidants** résidant au Centre-du-Québec et les inscrivent au concours. **Le site www.prochesaidantscdq.com a été créé** afin de recevoir les inscriptions.

Les gagnants ont été annoncés via une **conférence de presse au Carré 150 à Victoriaville le 2 décembre**. **11 gagnants** se sont partagés des prix de détente et de divertissement **offerts gracieusement par des partenaires de la région**.

Merci aux précieux partenaires qui ont offert les prix de participation !

CONCOURS

« JE FAIS UN GESTE POUR UN COLLÈGUE PROCHE AIDANT »

Offrez-lui la chance de gagner

- 1 forfait pour 2 à l'**Auberge Godefroy**
- 1 nuitée pour 2 au **Manoir Bécancourt**
- 4 paires de billets de spectacle au **Théâtre Belcourt**
- 1 paire de billets de spectacle au **Carré 150**
- 2 accès au spa nordique **Le Sainte-Hélène**
- Certificats cadeaux au restaurant **Le Limonadier**
- Certificat cadeau au restaurant **Le Thymbré**

Inscrivez votre collègue proche aidant avant le 30 novembre 2019

prochesaidantscdq.com

C'est l'occasion d'être solidaires envers ceux qui se dévouent pour un de leur proche (parent, conjoint(e), ami(e), voisin(e), etc.).

L'APPUI CENTRE-DU-QUÉBEC POUR LES PROCHES AIDANTS *Vous êtes là pour eux, nous sommes là pour vous.*

AUBERGE GODEFROY HOTEL - SPA - GOLF
Manoir Bécancourt
THÉÂTRE BELCOURT
LE CARRÉ 150 ESPACE CULTUREL DE VICTORIANVILLE
LE SAINTE-HELENE AUBERGE & SPA NORDIQUE
RESTAURANT LE LIMONADIER Stebbouse - Pâtisseries - Fruits de mer

Un bon succès pour cette première édition! 207 personnes proches aidantes admissibles qui ont été inscrites au tirage **par un de leur collègue** en provenance de **104 entreprises centricaises**.

PUBLICITÉ JOURNAUX

Dans le cadre de la semaine nationale des proches aidants, nous avons conçu une publicité pour sensibiliser la population au fait que **nous serons tous proches aidants** et **remercier les proches aidants actuels**. Cette publicité est parue dans les hebdomadaires et plusieurs journaux municipaux de la région.

OUTIL DE SENSIBILISATION : SIGNETS

L'Appui cherchait un moyen original de **remercier les proches aidants** tout en faisant la **promotion de la ligne Info-aidant**. Un signet spécial a été conçu et distribué à **plus de 1000 proches aidants**. Un **cœur à planter** qui produira une belle fleur était greffé au signet.



PUBLICITÉ RADIO

L'équipe de l'Appui ainsi que 2 proches aidants ont uni leur voix afin de réaliser une publicité radio pour rejoindre les proches aidants et faire la promotion du service Info-aidant. La publicité a été diffusée de nouveau cette année à travers le Centre-du-Québec via les ondes de CKBN 90,5, 105,3 Rouge, KYQ 95.7 et Plaisirs 101,9

COMMUNIQUÉS DE PRESSE ET ARTICLES

Afin de sensibiliser la population, en plus de collaborer à la **rédaction d'articles** sur divers sujets avec ses partenaires (Propageur, journaux municipaux, cahier spécial de la Semaine nationale des proches aidants, etc.), l'Appui a fait parvenir des **communiqués** aux médias locaux et régionaux à diverses occasions :

- **Les investissements de l'Appui suite au 6^e appel de projets** (2 avril) : *Des investissements de plus d'un million pour les proches aidants d'aînés au Centre-du-Québec.*
- **Ligne Info-aidants (25 juillet)** : *Une ligne d'écoute disponible tout l'été pour soutenir les proches aidants d'aînés.*
- **Embauche de l'agente de sensibilisation aux entreprises** (27 et 31 août) : *Proches aidants : une ressource pour faire de la sensibilisation en entreprise et Coup de pouce au Centre-du-Québec*
- **Semaine nationale des proches aidants** (28 octobre et 6 novembre) : *« Difficile de concilier travail, famille et proche aidance » - « Des visages de la proche aidance mis en lumière » - « Un concours pour reconnaître le dévouement des proches aidants »;*
- **Journée de l'homme** (18 et 19 novembre) : *« Proche aidance au masculin, le Bécancourois Jean-Paul Pépin témoigne » - « Les hommes aussi doivent demander de l'aide. »*
- **Période du temps des fêtes** (18 et 23 décembre) : *Proche aidance : un simple « Comment vas-tu? » peut faire du bien et Venir en aide à ceux qui aident.*

- **Mois de la sensibilisation à la maladie d'Alzheimer** (14 et 23 janvier) : *Troubles neurocognitifs : plusieurs ressources disponibles au Centre-du-Québec et Quand la maladie frappe, des ressources existent.*
- **Semaine nationale de la prévention du suicide** (4 février) : *La détresse psychologique, en parler pour prévenir, en parler pour aider.*
- **Journée internationale de la femme** (8 mars) : *Être femme et aidante, un défi de taille.*
- **Toujours présents pour les proches aidants même en contexte de COVID** (18 mars) : *Une communauté autour des proches aidants.*
- En plus, des communiqués émis pour la **venue de l'exposition Solidaires dans les différentes municipalités** visitées tout au long de l'année.



De l'aide pour maintenir en emploi les proches aidants

BEAUCOUR — Grâce à l'Appui Centre-du-Québec, Stratégie Carrière se offre un service d'accompagnement des proches aidants en emploi au sein des MRC de Beauport et de Beauport.

« Plus de 24% de la population au Québec est proche aidant. Le nombre de personnes qui sont aidées par un proche aidant est en constante augmentation. C'est pourquoi il est important de leur offrir un soutien et des ressources adaptées à leur situation. »

« Les organismes proches aidants ont un rôle à jouer dans ce processus. Ils offrent un soutien et des ressources adaptées à leur situation. C'est pourquoi il est important de leur offrir un soutien et des ressources adaptées à leur situation. »



UN PROJET EN DEUX VOILETS — Le projet de loi en cours d'élaboration vise à offrir un soutien et des ressources adaptées à leur situation. C'est pourquoi il est important de leur offrir un soutien et des ressources adaptées à leur situation.

CONFÉRENCES DE PRESSE

- **Nouveaux projets pour les proches aidants en entreprise avec Stratégie Carrière** (Mai 2019) : *De l'aide pour maintenir en emploi les proches aidants.*
- **Lancement de la nouvelle mouture de l'exposition Solidaires;**
- **Gagnants du concours « Je fais un geste pour un collègue proche aidant ».**

Mettre en valeur les proches aidants

GABRIEL DELISLE
gabrieldelisle@nouveliste.qc.ca

BEAUCOUR — Le Québec compte plus de 1,5 million de proches aidants d'âinés. Et près de la moitié de ces personnes travaillent plus de 30 heures par semaine. Afin de mettre en lumière leur dévouement exceptionnel, l'Appui Centre-du-Québec propose une nouvelle mouture de son exposition Solidaires.

Créée en 2015, cette exposition s'est relayée une beauté. Pour se faire, l'Appui a fait appel aux proches aidants de la région afin de mettre en image leur réalité. On y découvre les histoires de Lorraine, Jean-Paul, Jacqueline, Michel, Estelle ou encore de la famille Price. « L'exposition qui montre une variété de visages, de situations et d'actions vise à



Plusieurs personnes étaient présentes lors du lancement de l'exposition Solidaires de l'Appui Centre-du-Québec, dont Céline Champagne et Jacqueline Pettigrew, James et Ethel Price, Jean-Guy Moreau, Maurice Goyette, Michel Legault, Pierrette Lafontaine, Jean-Paul Pélipin, Lorraine Deshaimes et Raymond Lapointe. — PHOTO: STÉPHANE LESSARD

sensibiliser la population à la réalité des proches aidants, à favoriser une pleine reconnaissance de leur rôle indispensable, mais également de faire en sorte que d'autres proches aidants se reconnaissent », mentionne Janik Ouimet, directrice générale de l'Appui Centre-du-Québec.

Les photos de l'exposition, composée de six grands panneaux et de bannières informatives, ont été réalisées par la photographe Andrée-Anne Jandit. Le graphiste Ivan Ouellet ainsi que l'équipe de l'organisme l'Appui ont aussi contribué à sa réalisation.

Cette exposition voyageera à travers différentes régions du Québec au cours des prochaines années. Pour recevoir l'exposition Solidaires, il suffit de communiquer avec l'Appui Centre-du-Québec au 819 293-6209 ou à direction@lappuiqc.org.

Mettre en lumière les proches aidants

GABRIEL DELISLE
gabrieldelisle@nouveliste.qc.ca

TROIS-RIVIÈRES — Présentée à Nicolet et Beaucour en janvier, l'exposition Solidaire de l'organisme Appui Centre-du-Québec met en lumière des proches aidants de la région.

L'exposition est présentée tout le mois de janvier dans les bibliothèques de Beaucour et de Nicolet. On y découvre des photographies de proches aidants au quotidien alors qu'ils accompagnent un proche.

« L'exposition Solidaire est née en 2015, mais nous avons décidé de la renouveler avec des proches aidants du Centre-du-Québec », explique Janik Ouimet, directrice générale de l'Appui Centre-du-Québec.

« On voit dans l'exposition c'est



La directrice générale de l'Appui Centre-du-Québec, Janik Ouimet. — PHOTO: STÉPHANE LESSARD

qui un proche aidant. Ça peut en aider d'autres à s'identifier. L'exposition montre une variété de visages, de situations et d'actions afin de sensibiliser la population à des proches aidants et favoriser une pleine reconnaissance de leur rôle indispensable.

LES PROCHES AIDANTS EN EMPLOI, UNE PRIORITÉ LE CENTRE-DU-QUÉBEC

L'Appui Centre-du-Québec et ses partenaires avaient comme préoccupation les proches aidants en emploi considérant que la majorité (55%) ont entre 45 et 64 ans et sont en emploi. Comment les rejoindre pour les sensibiliser et faire connaître les ressources?

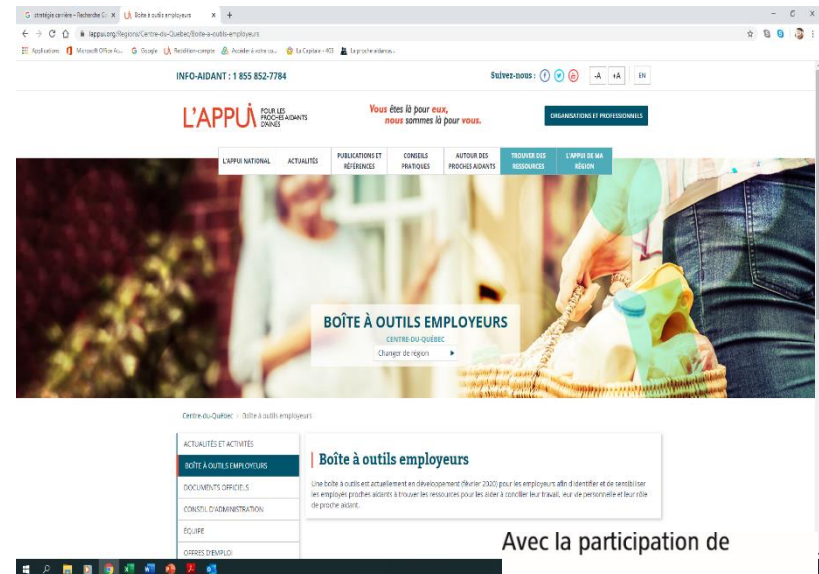
L'Appui Centre-du-Québec a reçu une réponse positive (février 2019) à sa demande de projet après du ministère de la Famille (MFA), ce qui nous a permis de faire l'embauche d'une ressource au début du mois de septembre 2019. L'objectif de ce projet sur la conciliation travail famille était de **rejoindre les employeurs et les partenaires socio-économiques afin de faire une première approche de sensibilisation et d'information**. Le but ultime étant de rejoindre les proches aidants en emploi et de faire connaître les ressources du milieu.

En plus du concours « Je fais un geste pour un collègue proche aidant », plusieurs démarches ont été faites auprès des entreprises de la région afin de sensibiliser les employeurs à la réalité des proches aidants (conciliation travail-famille-proche aidant). Nous avons également créé **une boîte à outils complète**, destinée spécifiquement aux employeurs, que nous avons fait valider par certains partenaires socio-économiques. Cette boîte à outils est actuellement en ligne, mais nous n'avons pas encore commencé la promotion.

Voici les grandes lignes du contenu de cette boîte à outils.

- Pourquoi parler de proche aidance en entreprise?
- Comment reconnaître les proches aidants au sein de mon entreprise?
- Ce que prévoit la loi et les obligations de l'employeur.
- Comment l'employeur peut-il soutenir les proches aidants?
- Référer vers les ressources.
- Ressources de soutien aux employeurs.

Un sondage a également été fait pour mesurer le degré de connaissance des employeurs du Centre-du-Québec par rapport à la proche aidance.



The screenshot shows a web browser displaying the website for 'L'Appui pour les proches aidants en emploi'. The page features a navigation menu with categories like 'L'APPUI NATIONAL', 'ACTUALITÉS', 'PUBLICATIONS ET RÉFÉRENCES', 'CONSEILS PRATIQUES', 'AUTOUR DES PROCHES AIDANTS', 'TROUVER DES RESSOURCES', and 'L'APPUI DE MA RÉGION'. A prominent banner for 'BOÎTE À OUTILS EMPLOYEURS' is visible, with a sub-header 'Centre-du-Québec' and a 'Changer de région' link. Below the banner, there is a sidebar with 'ACTUALITÉS ET ACTIVITÉS' and a main content area titled 'Boîte à outils employeurs' with a brief description. At the bottom right, it says 'Avec la participation de' followed by the Québec logo.

EXPOSITION PHOTOS SOLIDAIRES

Désireuse de renouveler son exposition photos, l'Appui a fait appel aux proches aidants du Centre-du-Québec pour mettre image leur réalité. Suite au concours lancé en juin 2019, où l'on recueillait des photos de proches aidants centricois, c'est en octobre 2019 qu'on a officiellement lancé la nouvelle mouture de l'exposition Solidaires.

L'équipe de l'Appui, la photographe Andréane Tardif et le graphiste Yvan Ouellet ont travaillé de concert pour traduire de manière positive la générosité et le dévouement des proches aidants.

Cette exposition vise à sensibiliser la population, favoriser une pleine reconnaissance du rôle des proches aidants, mais également faire en sorte que d'autres proches aidants se reconnaissent.

« Parce que nous serons tous aidants, un jour ou l'autre, soyons Solidaires maintenant! ».



Bibliothèque de Nicolet



Carré 150



UQTR

Entre novembre 2019 et mars 2020, la grande et la petite exposition se sont arrêtées à **15 endroits différents**

L'APPUI POUR LES PROCHES AIDANTS D'AINES CENTRE-DU-QUÉBEC

Vous êtes là pour eux, nous sommes là pour vous.

EXPOSITION

Solidaires

Cette exposition vise à mettre en lumière le travail et le dévouement exceptionnel des proches aidants qui offrent un soutien à une personne de leur entourage, veillant ainsi à leur bien-être.

Soyons solidaires envers eux, ils méritent toute notre reconnaissance.

C'est notre façon de leur dire MERCI!

Vous connaissez un proche aidant?
Contactez-nous.

INFO-AIDANT
1 855 852-7784
ÉCOUTE-INFORMATION-RÉFÉRENCES
LAPPUI.ORG

L'APPUI POUR LES PROCHES AIDANTS D'AINES CENTRE-DU-QUÉBEC

Vous êtes là pour eux, nous sommes là pour vous.

Le proche aidant

Aide, sans rémunération, une personne de son entourage, peu importe l'âge, qui présente une ou des incapacités temporaires ou permanentes.

Le proche aidant c'est...

Ses tâches sont variées.

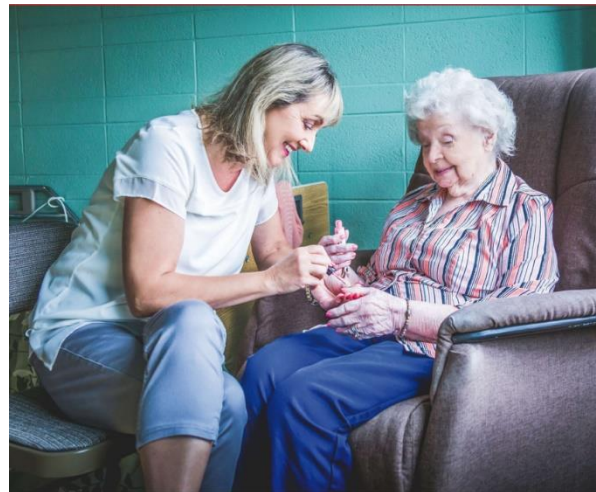
INFO-AIDANT
1 855 852-7784
ÉCOUTE-INFORMATION-RÉFÉRENCES
LAPPUI.ORG

Nos ambassadeurs de la nouvelle mouture de l'exposition **Solidaires**



Michel

est l'ami de Maurice depuis une vingtaine d'années. Agissant d'abord comme un grand frère, Michel assume également le rôle de tuteur légal, avec ce que ça implique. Toujours là pour son ami, il est son bras droit qui veille à ce qu'il ne manque de rien.



Estelle

est la fille de Carmen. En plus de son emploi, elle concilie son rôle de proche aidante auprès de sa mère, à celui de maman, de grand-maman et de conjointe. Estelle est l'ange gardien de sa maman, veillant à ce qu'elle ne manque de rien. Temps, douceur, amour...



Jacqueline

est l'amie de Céline. Ensemble, elles ont vécu l'évolution de la maladie du Parkinson. Toujours complices, Jacqueline est le rayon de soleil, la confidente et le soutien moral de son amie.



La famille Price

James Price, 99 ans, demeure toujours à son domicile. S'il a ce privilège, c'est grâce à sa santé, mais également aux gens généreux qui l'entourent, sa famille. Chacun accompagne M. Price à sa manière et fait en sorte que l'impossible devient possible...



Jean-Paul

est le conjoint de Pierrette. En 2018, on diagnostique chez sa complice un cancer. Graduellement, les rendez-vous, les soins et le soutien à apporter s'intensifient. L'épuisement se fait sentir, mais heureusement il accepte d'être soutenu dans son rôle.



Lorraine

est la conjointe de Raymond. Ayant œuvré des années au sein du réseau communautaire, elle a pris sa retraite pour vivre le moment présent auprès de son mari atteint de la maladie d'Alzheimer.

L'exposition complète est composée de 6 panneaux géants (30'' X 30''), de 9 panneaux miniatures (9'' X 9'') et 2 bannières informatives.

Le service Info-aidant est un service téléphonique offrant de l'information, de l'écoute et des références destinées aux proches aidants d'aînés, à leur entourage ainsi qu'aux professionnels de la santé et des services sociaux qui gravitent autour d'eux.

Depuis juillet 2018, l'Appui national a rapatrié les services Info-aidant des régions afin de centraliser le service. Dorénavant, **l'Appui Centre-du-Québec agit à titre d'agent de liaison** entre les ressources de la région et le service Info-aidant afin **d'alimenter les conseillers aux proches aidants** sur les services et ressources disponibles, la réalité terrain et les enjeux. Rappelons que le rôle de la conseillère aux proches aidants est d'accompagner l'aidant dans l'identification de ses besoins et de son réseau, des services qui lui sont offerts près de chez lui ou dont il a besoin, de ses aptitudes et de ses forces, de ses difficultés et de ses limites.

Toutes les informations du service Info-aidant sont, bien entendu, confidentielles, mais nous avons accès à un entrepôt de données qui nous permet de voir quel est le profil et les besoins des proches aidants du Centre-du-Québec qui appellent à la ligne Info-aidants. Cette année, **c'est 136 dossiers** qui ont été ouverts en provenance de notre région à la ligne Info-Aidants, **pour un total de 292 interventions (courriels, appels, courriers, boîtes vocales, suivis)**. De ce nombre, **96 sont des proches aidants d'aînés**.

- **50,8% cohabitent** avec la personne aidée
- **76,3%** sont les **proches aidants principaux**
- **55,5%** sont des **femmes**
- **41,7%** offraient **plus de 20h** de soutien par semaine et **25%** entre 10h et 19h.
- **41%** sont la **filles / fils**, **39,3%** sont le **conjoint(e)** et **6,6%** le **frère/sœur**.
- **29,7%** des aidés sont atteints d'**Alzheimer**, **23,4%** d'une autre maladie **liée au vieillissement**, **17,2%** d'un autre **trouble neurocognitif** (ex. : Lewy, fronto-tempo, vasculaire, etc.)

Les références touchent à **23,5%** le **répit**, le **soutien aux activités de la vie quotidienne et domestique**, à **22,1%** les **mesures fiscales ou légales** disponibles, à **17,3%** on cherche du **soutien psychosocial** et plusieurs autres questions sur l'adaptation du domicile, le rôle que doit assumer le proche aidant, le transport, les services du CIUSSS, la maladie et ses traitements, etc.

Le 21 novembre dernier, lors de la journée régionale de l'Appui, Magalie Dumas, directrice générale adjointe à l'Appui national est venue présenter le service Info-aidant, son approche, leur philosophie d'intervention et répondre aux interrogations des partenaires.

LES PROJETS FINANCÉS

ORGANISMES FINANCÉS PAR L'APPUI CENTRE-DU-QUEBEC

Cette année, c'est **31 projets différents** déployés dans **14 organismes** qui ont pu bénéficier du soutien financier de l'Appui Centre-du-Québec. C'est tout **près de 550 000\$** qui a été accordé pour des services aux proches aidants.



Merci de contribuer à l'amélioration des conditions de vie des personnes proches aidantes.

Appels de projets ponctuels

Projets financés pour le mois du Parkinson (avril 2019)

NOM DE L'ORGANISME	NOM DU PROJET	RÉSULTATS ATTEINTS
Parkinson Centre-du-Québec / Mauricie	À vos côtés pour vos informer. Conférences de Denise Larouche « Le pharmacien, un allié important pour le proche aidant », période d'échanges et conférence de Isabelle Fontaine « Active ton courage ».	81 participants (dont 48 proches aidants) Mercredi 3 avril de 13h00 à 16h00 à Victoriaville
Municipalité de St-Pierre-les-Becquets (via biblio-aidants)	Mieux vivre avec le Parkinson : Conférence et échanges avec une intervenante.	10 participants (dont 6 proches aidants) Lundi, 1 ^{er} avril de 18h30 à 20h30
Centre d'action bénévole de Drummond	Mieux vivre avec le Parkinson – Drummond : Conférence et échanges avec une intervenante.	17 participants Mardi, 23 avril 13h30 à 15h00
Centre d'action bénévole de la MRC de Bécancour	Mieux vivre avec le Parkinson - Bécancour : Conférence et échanges avec une intervenante.	15 participants Lundi, 15 avril de 13h30 à 15h00

123 participants aux activités du mois du Parkinson

Projets financés pour la semaine nationale des proches aidants (SNPA) 2019

NOM DE L'ORGANISME	NOM DU PROJET	RÉSULTATS ATTEINTS
Association des proches aidants Arthabaska-Érable	Conférences SNPA avec Yannick Fréchette sur la bienveillance envers soi-même et les autres et Catherine Raymond sur le stress « Comment chasser le mammoth sans y laisser la peau... »	125 participants Samedi 2 novembre de 13h30 à 16h00 à Princeville
Association des personnes proches aidantes Bécancour-Nicolet-Yamaska	Conférence de Blandine Soulmana sur la résilience ou la capacité de rebondir, suivi d'un mini salon des ressources.	55 participants (dont 30 proches aidants) Mercredi, 6 novembre à 18h à 20h30 à St-Grégoire (Bécancour)
Centre d'action bénévole de la MRC de Bécancour	Conception de 3 vidéos de sensibilisation (basées sur des témoignages de proches aidants) et tournée des municipalités consistant en 9 activités distinctes durant le mois de novembre avec : un témoignage	596 participants Plus toutes les autres personnes touchées par sa diffusion par la suite.

	d'un proche aidant de la municipalité visitée, un jeu interactif, la diffusion des vidéos et une période d'échanges.	
--	--	--

776 participants aux activités **SNPA**

Projets financés pour de la formation auprès des proches aidants d'aînés

NOM DE L'ORGANISME	NOM DU PROJET	RÉSULTATS ATTEINTS
Association des personnes proches aidantes Bécancour-Nicolet-Yamaska	Assistance pour un déplacement efficace et sécuritaire pour personne en perte d'autonomie.	14 proches aidants formés. 2 groupes pour 8 heures données (jour / semaine et fin de semaine)
Association des personnes proches aidantes Bécancour-Nicolet-Yamaska	Quand la maladie s'invite chez nous. Chaque rencontre en 2 volets : 1) La maladie 2) l'aidé, les impacts et les outils pour l'aidant.	27 proches aidants formés. 10 séances de groupe pour 25 heures données (jour / soir/ semaine)
Association des personnes proches aidantes Drummond	Assistance de déplacements sécuritaires pour proches aidants.	24 proches aidants formés. 2 groupes pour 8 heures données (jour / semaine)
Association des personnes proches aidantes Drummond	Formation sur la différence entre le vieillissement normal et les pertes cognitives.	48 proches aidants formés. 2 groupes pour 5 heures données (jour / semaine et fin de semaine)
Association des proches aidants Arthabaska-Érable	Formation le Parcours de la proche aidance : voir en groupe les différentes étapes pour mieux comprendre ce qui m'attend (changements, besoins, aide, etc.)	13 proches aidants formés. 2 groupes, 12 séances pour 18 heures données (jour / semaine)

126 proches aidants formés via les activités de l'appel de projets **Formation**.

Projet financé pour des projets spéciaux 2019

NOM DE L'ORGANISME	NOM DU PROJET	RÉSULTATS ATTEINTS
CASE – Centre d'accès aux services en anglais Mauricie / Centre-du-Québec	Trousse d'information pour les proches aidants anglophones du Centre-du-Québec afin d'établir un premier contact et les informer sur les services offerts.	Adaptation des informations en langue anglaise pour la conception d'une première trousse anglophone centricoise.

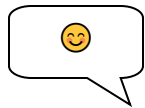
■ Poursuite des projets financés

NOM DE L'ORGANISME	NOM DU PROJET	RÉSULTATS ATTEINTS
Association des proches aidants Arthabaska-Érable	Cliniques et séances d'informations	81 participants aux 2 conférences : Crédits d'impôt pour aidants naturels et le maintien à domicile. Il n'y a pas eu de cliniques d'infos.
	Groupe d'entraide (Entr'aidants) et rencontres individuelles sur la gestion du stress	71 proches aidants (61 femmes et 10 hommes). 50 rencontres pour 75 heures données.
	Conseiller aux proches aidants	38 proches aidants au <u>soutien de groupe</u> pour 32 séances et 48 heures données 39 proches aidants en <u>soutien individuel</u> pour 78 séances de 1 heure chacune. 67 femmes et 10 hommes
Association des personnes proches aidantes Bécancour-Nicolet-Yamaska	Groupe d'entraide Cafés Entr'aidants	72 proches aidants (55 femmes et 17 hommes). 118 rencontres pour 236 heures données.
	Programme gestion du stress	47 proches aidants (33 femmes et 8 hommes) en individuel et en groupe. 3 séances de groupes (7.5 heures données) et 177 rencontres individuelles pour 354 heures données.
	Conseil express, conférences et cliniques d'information	Le projet n'a pas eu cours.
Association des personnes proches aidantes Drummond	Formation visant la confiance et l'estime de soi	15 proches aidants (14 femmes, 1 homme), 9 séances de groupes pour 27 heures données et 24 heures de répit données sur place.

Association des personnes proches aidantes Drummond	Soutien psychosocial individuel et gestion du stress	133 proches aidants (109 femmes et 24 hommes). 576 rencontres pour 685 heures données.
	Intervention de proximité et précoce	146 participants aux 8 conférences , 14,5 heures données. 32 participants (dont 14 proches aidantes) aux 3 cafés-rencontres et 4.5 heures données.
BRIA – coopérative de soutien à domicile	Services de répit pour les proches aidants	3731 heures de répit données. 61 proches aidants rejoints (45 femmes et 16 hommes), dont 20 nouveaux. 1023 visites .
Coopérative de solidarité d'aide à domicile de la MRC de Bécancour	Répit pour les personnes proches aidantes d'aînés	1032 heures de répit données. 24 proches aidants rejoints (14 femmes et 10 hommes), dont 13 nouveaux. 275 visites .
Coopérative de solidarité d'aide domestique La Maisonnée Nicolet-Yamaska	Services de répit pour les personnes proches aidantes d'aînés	1877 heures de répit données. 22 proches aidants rejoints (12 femmes et 10 hommes), dont 7 nouveaux. 469 visites .
Logisoutien	Services de répit pour les proches aidants	1529 heures de répit données. 36 proches aidants rejoints (25 femmes et 11 hommes), dont 13 nouveaux. 382 visites .
Maintien à domicile de l'Érable	Répit	2740 heures de répit données. 26 proches aidants rejoints (16 femmes et 10 hommes), dont 12 nouveaux. 685 visites .
Parkinson Centre-du-Québec • Mauricie	Toujours! À vos côtés au Centre-du-Québec	Information : 11 conférences : 89 participants (dont 23 proches aidants) et 22 heures données. 10 séances d'information : 306 participants (dont environ 150 proches aidants) et 16 heures données.

		<p><u>Soutien psychosocial</u> :</p> <p>De groupe : 22 proches aidants. 20 rencontres pour 40 heures données.</p> <p>Individuel : 56 proches aidants. 76 rencontres pour 56 heures données.</p> <p>Environ 68% de femmes.</p>
<p>Société Alzheimer du Centre-du-Québec</p>	<p>Point de services de Victoriaville</p>	<p><u>Information</u> :</p> <p>16 conférences : 517 participants dont 60 proches aidants pour 22 heures données.</p> <p>9 cafés-rencontres : 40 participants dont 36 proches aidants et 17.5 heures données.</p> <p><u>Soutien psychosocial</u> :</p> <p><u>De groupe</u> : 35 proches aidants. 22 rencontres pour 38.5 heures données.</p> <p><u>Individuel</u> : 129 proches aidants. 298 rencontres pour 207 heures données.</p> <p>Total : 126 femmes, 60 hommes.</p> <p>Total : 260 proches aidants (178 femmes et 82 hommes)</p>
	<p>Point de services de Drummondville</p>	<p><u>Information</u> :</p> <p>5 conférences : 82 participants dont 24 proches aidants, 7 heures données.</p> <p>3 cafés-rencontres : 20 proches aidants et 6 heures données.</p> <p><u>Soutien psychosocial</u> :</p> <p><u>Individuel</u> : 162 proches aidants rejoints. 424 rencontres pour 319 heures données.</p> <p><u>De groupe</u> : 167 proches aidants rejoints. 16 rencontres pour 32 heures données.</p> <p>Total : 373 proches aidants (238 femmes et 135 hommes)</p>

Stratégie Carrière	Service d'accompagnement pour les proches aidants en entreprise	Nous avons convenu avec l'organisme, qu'un démarchage pour de la sensibilisation auprès des employeurs devait se faire en amont du projet d'accompagnement. Nous avons mis ce projet sur la glace en cours de route.



Quelques exemples de commentaires* de proches aidants

« Je me sens à l'aise, effet de réconfort, je me sens comprise. »

« Mes rencontres m'ont surtout permis de verbaliser. Voir la situation sous un autre angle. Rencontrer une oreille attentive. Me redonner confiance en moi, en mon potentiel. Je suis plus solide, plus équilibré. »

« Je me suis placé devant les autres dans le sens que je suis la personne la plus importante dans ma vie, je m'affirme plus qu'avant et je me prends en main, une étape à la fois, les facettes de ma vie que j'ai laissés de côté trop longtemps. »

« *Cela m'a enlevé de la culpabilité face à ma mère. Je me calme, j'avais des idées noires.* »

« Cela m'aide à mettre en place de nouveaux comportements et me fait voir que je ne suis pas seule dans la situation. »

« Chaque rencontre m'a permis de me soulager de choses dont je ne pouvais parler avec mes proches. Grâce à ces rencontres, j'ai pu faire des choix éclairés qui m'ont enlevé un poids énorme que j'avais sur mes épaules. »

« Ces rencontres me sauvent la vie. Elles me permettent de pouvoir parler ouvertement de tout ce qui est difficile pour moi dans mon rôle de proche aidant. »

« Je réalise qu'il y a de meilleures manières de m'y prendre pour mon bien-être et celui des autres. »



* Ces commentaires ont été recueillis par l'APPAD dans le cadre de leurs activités financées.

Bilan global des projets financés

SOUTIEN PSYCHOSOCIAL							
Individuel							
Nbre de PA joints 18-19	Nbre de PA joints 19-20	F	H	Nbre de rencontres 18-19	Nbre de rencontres 19-20	Nbre d'heures données 18-19	Nbre d'heures données 19-20
703	552	396	156	1429	1629	1312	1699
De groupe							
Nbre de PA joints 18-19	Nbre de PA joints 19-20	F	H	Nbre de rencontres 18-19	Nbre de rencontres 19-20	Nbre d'heures données 18-19	Nbre d'heures données 19-20
396	426	313	113	216	264	497	481,5

RÉPIT							
Individuel							
Nbre de PA joints 18-19	Nbre de PA joints 19-20	F	H	Nbre de visites 18-19	Nbre de visites 19-20	Nbre d'heures données 18-19	Nbre d'heures données 19-20
166	170	112	57	2 623	2 834	9 979	10 933
	*65 nouveaux						

INFORMATION			FORMATION	
Nombre de participants	Nbre de conférences et de séances d'information offertes	Nbre de PA formés	Nombre d'heures de formations données	
2 120	68	141	91	

L'APPUI POUR LES
PROCHES AIDANTS
D'ÂÎNÉS
CENTRE-DU-QUÉBEC

Vous êtes là pour ***eux***,
nous sommes là pour ***vous***.

INFO-AÏDANT
1 855 852-7784
ÉCOUTE-INFORMATION-RÉFÉRENCES
LAPPUI.ORG

Pour nous joindre :
1325, avenue des Pensées, local 209
Bécancour (Québec)
G9H 2T1
T : 819 293-6309