



RAPPORT ANNUEL

2021-2022

RÉSEAU DES AIDANTS NATURELS D'AUTRAY

TABLE DES MATIÈRES



Ce symbole indique une citation de membre

100% ACA	3
Mission	4
Historique	4
Mot de la présidente	5
Mot de la coordonnatrice	5
Activités	6
Cafés et soupers-rencontres	6
Conférences et formations	7
Ateliers et rencontres de socialisation	7
Distribution de paniers de fruits et légumes	8
Exposition photographique à la Chapelle des Cuthbert	8
Conférences et spectacles	9
Concours « Je fais un geste pour un collègue proche aidant »	9
Cadeaux de Noël	10
Calendrier de l'avent	10
Soutien informatique	10
Courriels positifs	10
Entraide par les pairs-aidants	11
Appels de courtoisie	11
Soutien psychosocial	12
Financement SAPA	13
Projet Tendresse	13
Projet Capsules vidéo	13
Nouveaux outils promotionnels	13
Portrait de nos membres	14
Journal	15
Promotion	16
Virage technologique	16
Vie associative et démocratique	17
Comités et réunions	18
Rencontres particulières	19
Représentations en bref	19
Liens avec la TROCL	19
Formation	20
Financier	21
Partenaires	22
Implication	23
Contact	24
Lexique	24

RANDA : 100% ACA

ACTION COMMUNAUTAIRE AUTONOME



Notre organisme répond aux besoins de la communauté visée par sa mission. Il participe à des luttes visant des changements à caractère politique ou conduisant à une plus grande justice sociale et au respect des droits.



Notre organisme est reconnu dans sa communauté et il a des liens avec d'autres organismes ou partenaires. Notre CA représente bien la communauté visée par notre mission.



Notre organisme encourage l'engagement de ses membres et favorise leur participation dans la vie de l'organisme. Nos membres sont consultés, nous avons un conseil d'administration actif et une assemblée générale annuelle vivante!



Notre organisme met à contribution les expériences et compétences de chacun et permet des prises de conscience individuelle et collective. L'éducation populaire autonome permet d'agir ensemble dans le but de faire changer les choses.



Notre organisme contribue, de manière non partisane, aux débats sociaux et mène des luttes pour améliorer les conditions de vie des personnes les plus démunies. Il aide les gens à se mettre ensemble pour faire respecter leurs droits et combattre les discriminations qui s'exercent contre eux.



Notre organisme a des approches qui font appel à l'initiative des personnes qui participent à ses activités. Il agit sur l'ensemble des causes qui sont à la base de la situation des personnes auprès desquelles l'organisme intervient.



Notre organisme adhère aux revendications communes du mouvement d'action communautaire autonome lanadois et québécois notamment pour un meilleur financement à la mission des OCA, le respect de la politique gouvernementale sur l'action communautaire et une meilleure justice sociale.



Notre organisme fait de la prévention en misant sur l'intégration sociale, le renforcement du potentiel des individus, la solidarité des collectivités et l'amélioration de la qualité de vie des citoyens et des citoyennes.



Notre organisme priorise le financement à la mission globale afin d'actualiser sa mission en cohérence et en concordance avec les huit critères de l'action communautaire autonome. Ce mode de financement est le meilleur afin de permettre l'atteinte de nos objectifs et de notre mission.

MISSION

La mission du **Réseau des aidants naturels d'Autray (RANDA)** est d'améliorer la qualité de vie des aidants naturels en offrant des services d'information, de soutien et de formation. L'ensemble de nos activités vise à briser l'isolement des aidants ainsi qu'à leur offrir un lieu d'échange et d'entraide dans un cadre respectueux et convivial. Notre mission est aussi de sensibiliser la population au rôle et aux besoins des aidants.

HISTORIQUE

En 1990, le **CLSC d'Autray** dégage le temps d'une agente de relations humaines pour apporter du soutien aux aidants naturels qui prennent soin d'une personne en perte d'autonomie à la maison. En 1992, des personnes vivant des situations analogues sont alors regroupées pour favoriser une approche collective d'appui et d'entraide mutuelle. Une quinzaine de personnes se rencontrent deux fois par mois pour se connaître, échanger et s'entraider.

En 1993, plusieurs aidants confirment la volonté de poursuivre l'action et certains se disent disponibles pour s'impliquer davantage. Un comité provisoire est formé pour l'implantation d'un organisme dans d'Autray. Les démarches d'incorporation se réalisent et les objectifs du regroupement se définissent. Les membres s'impliquent dans le choix et l'organisation d'activités. Une première demande de subvention est faite à **Centraide**. En novembre 1993, nous obtenons les lettres patentes reconnaissant officiellement « **Le Réseau des aidants naturels d'Autray** » comme organisme à but non lucratif.

En février 1995, des rencontres sont animées deux fois par mois par des membres du comité, les administrateurs sont formés et les règlements généraux sont préparés. Il y a élaboration et réalisation d'un premier plan d'action et le RANDA est intégré à la Table de concertation « *soutien à domicile* » de la **MRC de D'Autray**. S'en suit une demande de subvention à la *Régie régionale* (maintenant le *Centre intégré de santé et des services sociaux de Lanaudière*).

Depuis sa création, le **RANDA** a obtenu le support financier de **Centraide Lanaudière**, du député provincial, de l'**APPUI Lanaudière** et il est officiellement reconnu et financé par le **Centre intégré de santé et de services sociaux de Lanaudière (CISSSL)**.

L'apport important des aidants naturels est de plus en plus reconnu dans notre société et leurs besoins sont nombreux. Afin d'améliorer le sort de tous les aidants, au fil du temps, le **RANDA** a généreusement partagé son expertise de pionnier en encourageant l'implantation de réseaux d'aidants dans les différents secteurs de la région de Lanaudière et même au-delà. Le **Réseau des aidants naturels d'Autray** a aussi participé à la création du **Regroupement des aidants naturels du Québec (RANQ)**, maintenant connu sous le nom de **Proche aide Québec**.

MOT DE LA PRÉSIDENTE

Bonjour à vous tous, chers membres,

Encore une autre année terminée, déjà la **28e** du **RANDA**! Malgré une année en dents de scie, faite de résilience, de patience, de travail et d'adaptation aux circonstances, nous avons réussi à demeurer près de nos membres. Formations, interventions, conférences, animations et activités sociales étaient au rendez-vous.

Entre autres, soulignons la remise de paniers de légumes en août, **Jacinthe Chaussée** en septembre, le touchant **Gregory Charles** en novembre, le dynamique et drôle **François Lavallée** qui est venu nous égayer avec des contes et chansons du temps des fêtes, et bien sûr un début de printemps ensoleillé dans le ciel, mais aussi du soleil à la **Chasse-Galerie** de Lavaltrie où nous étions réunis pour le spectacle de **Laurence St-Martin**.

Nous sommes fiers et heureux de pouvoir continuer d'exister et de vous aider. Pour continuer notre mission, le **RANDA** a besoin d'administrateurs et de bénévoles. Alors, si vous avez un peu de temps à nous accorder, selon vos disponibilités ou vos intérêts, vous êtes plus que bienvenus!

MOT DE LA COORDONNATRICE

Chers membres,

Une deuxième année de pandémie, une année où le **RANDA** a tenu à poursuivre ses activités le plus possible en présentiel, où nous avons tenté d'être créatifs encore une fois. Il est bien évident que votre contact aussi fréquent que par le passé nous a manqué, mais nous avons vraiment tenté par tous les moyens de maintenir un lien avec vous, tout en protégeant la sécurité de tous.

Pour la coordonnatrice que je suis, il y a eu beaucoup de défis! D'abord financiers, où **Centraide**, un partenaire de longue date, a cessé abruptement de nous soutenir. D'un autre côté, nous avons eu la chance de voir arriver un nouveau joueur, et donc des sous nouveaux, pour assurer le maintien du **projet Tendresse** (repas), en plus de permettre au **RANDA** de mettre son image de marque au goût du jour.

Ensuite, à propos des ressources humaines, il y a eu de très nombreux départs et arrivées. Je tiens à remercier **Yasmeen Mekkassi** qui nous a quitté pour aller rejoindre sa famille en France; ce petit brin de femme aura su laisser sa marque dans nos coeurs! Depuis septembre, deux nouveaux collègues m'accompagnent, et c'est un privilège de partager mon quotidien et surtout de développer des projets en étroite collaboration.

Vous pouvez compter sur une équipe **dévouée et à l'écoute**, de même qu'un conseil d'administration vraiment **présent et attentionné**. Un merci particulier au comité politiques, composé de **Lise Drainville-Allard** et d'**Esther Mamano**, qui m'aura permis d'enfin « accoucher » de ma tâche : produire et modifier les politiques du **RANDA** selon les normes modernes. *Youppi c'est fait!*

Bien à vous, prête pour une autre année!

ACTIVITÉS



La diversité de nos activités permet aux aidants d'aller chercher l'aide appropriée à leurs besoins et intérêts. En effet, tant les rencontres de socialisation que de soutien mettent la table à de beaux et riches échanges. Ces moments de rassemblement créent des liens et un **sentiment d'appartenance** envers le groupe et l'organisme. Évidemment, cette année a encore été un peu différente. Le comité activité s'est réuni trois (3) fois pour vous préparer une programmation sécuritaire et variée répondant à vos besoins. Un merci particulier à **Esther Mamano** et **Maude Malouin**, ainsi qu'à l'équipe de travail.

CAFÉS ET SOUPERS-RENCONTRES



« On dirait que les cafés-rencontres tombent toujours à point. Alors oui, les cafés-rencontres ont leur raison d'être. Ça m'a fait du bien de le dire. Alors, voilà encore une fois merci. Je vous aime. »

Ce type de rencontre permet aux aidants de créer de nouveaux liens et de venir chercher du support, de l'entraide et de l'information dans un cadre respectueux et informel.

Cette année, la pandémie a encore bouleversé notre programmation. Pour avoir la chance de garder un contact avec nos membres, nous avons maintenu le prêt de tablettes munies d'une connexion Internet pour ceux n'y ayant pas accès.

Nous avons concentré nos cafés-rencontres sur Berthierville et Lavaltrie afin d'avoir un meilleur contrôle sur les mesures sanitaires. Nous n'avons pu tenir que trois soupers-rencontres en raison de la fermeture des restaurants.

De plus, il est intéressant de mentionner que des liens plus étroits se sont créés dans les cafés-rencontres de Berthier, où plusieurs participants poursuivent leurs échanges lors d'un dîner au restaurant, accompagnés de notre intervenante.

LIEU	NOMBRE DE RENCONTRES	NOMBRE DE PRÉSENCES	THÈMES ABORDÉS
Berthierville	5	58	<ul style="list-style-type: none"> 🔸 La communication 🔸 La perspective
Lavaltrie	2	4	<ul style="list-style-type: none"> 🔸 Le contrôle 🔸 La connaissance de soi
Soupers-rencontres	3	12	<ul style="list-style-type: none"> 🔸 Processus de libération et de changement 🔸 Causerie
Virtuels	6	32	<ul style="list-style-type: none"> 🔸 Comment faire autrement? 🔸 La résilience : innée ou acquise?
Dîners	5	40	<ul style="list-style-type: none"> 🔸 Rions ensemble

CONFÉRENCES ET FORMATIONS

« <i>Histoires inspirantes et lumineuses</i> » François Lavallée avril virtuel	19
« <i>Vers un don de soi moins pesant!</i> » Jonathan Riopel mai virtuel	20
« <i>Stress émotionnel</i> » Jacinthe Chaussé septembre virtuel	13
« <i>Sclérose en plaques</i> » Jasmine Martel octobre présentiel	11
<i>Semaine nationale des proches aidants</i> Gregory Charles novembre présentiel	118
« <i>Contes de Noël</i> » François Lavallée décembre présentiel	25
« <i>Préjugés, discriminations et stéréotypes</i> » Lyne Turgeon janvier ANNULÉ	-
« <i>À vos amours, à vos affaires</i> » ACEF février virtuel	9



ATELIERS ET RENCONTRES DE SOCIALISATION

<i>Les Ateliers RANDA</i> novembre-décembre ANNULÉ	-
<i>Cours de Yoga</i> Carole Poupart octobre à décembre 5 cours en présentiel	39
<i>Cours de Yoga</i> Carole Poupart janvier à mars 2 cours en présentiel, 3 en virtuel	19
<i>Pique-nique</i> juillet ANNULÉ	-
<i>Distribution de paniers de fruits et légumes dans les trois pôles</i> août	86
« <i>Prendre le temps</i> » Spectacle de Laurence St-Martin mars	67
<i>Assemblée Générale Annuelle</i> juin virtuel	12

DISTRIBUTION DE PANIERS DE FRUITS ET LÉGUMES



« Un petit mot pour vous remercier des paniers de légumes et fruits que vous avez donnés à tout le monde. C'est un beau cadeau et nous étions contents de le recevoir. Merci beaucoup. »

En août, le **RANDA** distribuait plus de **86 paniers de fruits et légumes**, allant à la rencontre de ses membres dans les trois pôles de la MRC, soit Lavaltrie, Berthierville et St-Gabriel. Vous avez été nombreux à vous déplacer sous un soleil radiant pour de si beaux paniers préparés par la ferme **Gaétan Roy** de Lanoraie! Plus de vingt messages de remerciement ont été reçus à la suite de cette activité. Le **RANDA** a aussi remis quatorze paniers de fruits et légumes au **Centre d'action bénévole d'Autray** pour leur popote roulante.



EXPOSITION PHOTOGRAPHIQUE À LA CHAPELLE DES CUTHBERT



« Merci à Karine et à ses collaboratrices pour la créativité, le dévouement et l'implication au sein du Réseau des aidants. »

Le **RANDA** a contribué à cette exposition en mettant en relation certains de ses membres de la région de Berthier avec la photographe **Kassandra Reynolds**. Le tout a culminé par l'exposition « *Quand les gens se racontent, Un portrait des gens de la région de Berthier, en mots et en images* », qui s'est tenu du 1^{er} au 27 juin 2021 à la **Chapelle des Cuthbert**, dans laquelle sept membres du **RANDA** se partageaient la vedette! Une belle fierté d'avoir aussi participé au vernissage tenu le 1^{er} juin!



CONFÉRENCES ET SPECTACLES



Le **RANDA** a accueilli plusieurs artistes et conférenciers de renom au courant de l'année. On compte notamment **Gregory Charles**, qui s'est livré avec ouverture et émotion sur la scène du **Théâtre Hector-Charland de L'Assomption**, une première pour l'organisme et la seule option pour tenir l'événement en respectant la distanciation sociale.



Aussi, « *la fille des Îles* », **Laurence St-Martin**, a su charmer son public à partir de la scène du **Café culturel de la Chasse-Galerie**, nous présentant un mélange de classiques populaires et de ses propres œuvres.

Sans oublier **François Lavallée** et ses contes féériques pour célébrer Noël, **Jacinthe Chaussé**, **Jasmine Martel**, et **Jonathan Riopel**. Merci à tous nos invités!



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

Inspiré d'un concours similaire tenu en Mauricie, notre but était de reconnaître les aidants naturels en milieu de travail. Ces héros au quotidien sont méconnus, cumulent les tâches dans l'ombre et le **RANDA** voulait souligner ces efforts.

Afin de rejoindre le plus grand bassin de population possible, nous avons produit un babillard pour la radio, une capsule à la télévision communautaire, une publicité pleine-page dans le journal local, en plus de contacter plus d'une trentaine d'entreprises locales afin d'encourager leurs travailleurs à soumettre la candidature d'un collègue proche aidant.

Nos gagnants, **M Christian Coutu** du *Centre d'action bénévole D'Autray* et **Mme Lyne Morin** du *Centre d'action bénévole Brandon*, se sont chacun mérité un lot de **500\$** en chèques-cadeaux chez divers commerces locaux.

Une belle réussite, et un projet que nous avons pu maintenir durant les défis de la pandémie. D'ailleurs, une petite vidéo, disponible sur nos réseaux sociaux, raconte la remise des prix aux gagnants. C'est dans ces moments chargés en émotion où l'on voit le plus beau de la nature humaine!



« Merci au Réseau des Aidants Naturels D'Autray pour le beau concours! Merci de faire une différence dans la communauté, votre implication est précieuse! »



« Merci au RANDA pour cette belle initiative. C'est une tape dans le dos très appréciée et une très généreuse reconnaissance. »

CADEAUX DE NOËL



Nos gentils lutins!

Chaque membre a reçu encore cette année une **carte de Noël** par la poste. Rédigée par des lutins, ils y avaient déposé un **chèque-cadeau de 15\$** valide dans un restaurant à proximité. À défaut de pouvoir célébrer tous ensemble autour d'un bon repas, ces gentils lutins nous ont permis d'offrir un repas à distance!

NOUVEAUTÉ: CALENDRIER DE L'AVENT

En plus du cadeau offert à tous, nous avons fait tirer **14 prix de 100\$** échangeables dans une salle de spectacle de la région. Chaque journée ouvrable du mois de décembre, une gagnante était nommée, pour un calendrier de l'avent version **RANDA!**



SOUTIEN INFORMATIQUE



« *Votre approche, votre aide et votre soutien pour apprivoiser Zoom ont été ma planche de salut. Je pouvais voir des personnes que j'aime et ainsi rester connectée en quelque sorte avec mon monde.* »

La poursuite du virage informatique a nécessité cette année plus de **50 interventions individuelles**, principalement sous la forme de soutien technique par appel téléphonique. Parfois, une rencontre en personne devenait nécessaire face à la complexité d'un problème intermittent ou difficile à isoler. S'ajoute à ceci l'impression et la plastification de codes QR pour plusieurs membres afin de faciliter la tâche à ceux et celles qui n'avaient pas l'équipement nécessaire. Armés d'une bonne dose de patience et de volonté, nous y sommes parvenus, et nous sommes si fiers de nos membres **technos!**



COURRIELS POSITIFS



« *Un gros merci! Pour tous les bons mots et les courriels et pour l'accueil que vous portez à chacun de nous.* »

C'est un total de **24 courriels positifs** qui ont été envoyés à tous les membres. Ces courriels contenaient des pensées, parfois des vidéos, bref, toutes sortes de petites attentions qui font du bien. Nous avons reçu plus de **191 réponses par courriel** concernant ces envois, allant du simple coucou aux remerciements. Nous avons donc tenu le lien bien étroit de toutes sortes de manières avec nos membres.

ENTRAIDE PAR LES PAIRS-AIDANTS



« Un gros merci pour votre carte de souhaits que j'ai reçue pour mon anniversaire de naissance! Vous êtes mon phare de vie rendu à 77 ans et j'en suis très reconnaissant. »

- ❖ Appels téléphoniques pour les souhaits d'anniversaires
- ❖ **Cartes d'anniversaire** envoyées à tous les membres : **109** cartes rédigées par Esther Mamano
- ❖ **Cartes de Noël** envoyées à tous les membres : **125** cartes rédigées par nos lutins
- ❖ Remise ou envoi de cartes à différentes occasions :
 - Remerciement
 - Prompt rétablissement
 - Sympathie



APPELS DE COURTOISIE



« Merci d'être toujours là pour nous, on se sent moins seul. La petite attention de nous appeler fait plaisir. »

Plusieurs membres ont été appelés tout au long de l'année, plus de **451 appels** pour prendre de leurs nouvelles, voir aux différents besoins qui émanaient au fil des mois et surtout leur témoigner notre soutien. Comme nous ne pouvions voir nos membres aussi souvent, les appels nous ont permis de tendre un filet de sécurité pour nous assurer de leur bien-être.



SOUTIEN PSYCHOSOCIAL



« Je tiens à vous remercier pour le très bon travail que vous faites et votre compassion envers nous. Mille mercis à tous! »

L'APPUI POUR LES PROCHES AIDANTS

Grâce à la contribution financière de L'APPUI, le soutien psychosocial est devenu un volet important de nos services. L'accompagnement que nous offrons vise à soulager, rassurer, soutenir, écouter et informer les aidants. Il s'actualise par une disponibilité, une présence chaleureuse et bienveillante, une écoute attentive, des discussions, de l'échange d'informations ainsi que par la validation de l'expérience vécue par l'aidant.

Toutes nos interventions sont encadrées par :

- ❖ Le respect de la confidentialité et de la dignité des personnes
- ❖ Le respect et la consolidation de l'autonomie des individus
- ❖ Le respect des opinions personnelles, de la culture, du mode de vie et des croyances
- ❖ Le respect du rythme de chacun à évoluer, à faire des choix et à faire face aux changements
- ❖ Le respect des lois et politiques en vigueur dans notre société.

FAITS SAILLANTS



« Merci de nous faire un petit coucou, ça nous rappelle que nous avons des ressources et que vous êtes (RANDA) une ressource. On peut se perdre dans nos tâches, mais votre appel nous fait sentir moins seul. »

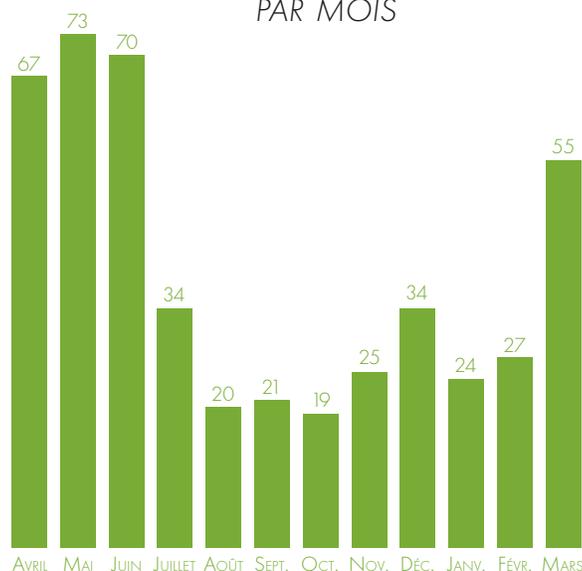
Nous avons fait des appels à tous les membres. Certains membres ont eu un suivi plus serré tout au long de l'année en raison de leur situation plus fragile. Le soutien psychosocial a été fait majoritairement par téléphone cette année. Le bail du local à St-Gabriel s'est terminé en mars et n'a pas été renouvelé.

- ❖ 469 demandes de soutien en intervention
- ❖ Ceci représente une **augmentation de 80%** par rapport à l'année dernière
- ❖ 354.25 heures de soutien individuel
- ❖ 59% ont consulté plus d'une fois
- ❖ 45 minutes : la durée moyenne des interventions
- ❖ Une moyenne de 39 interventions par mois
- ❖ 105 personnes distinctes ont reçu des services

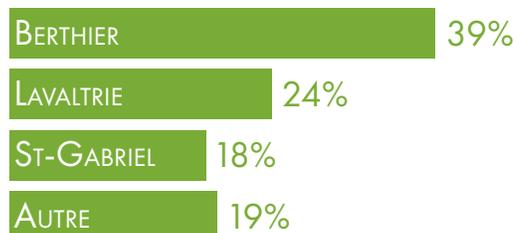


ENVIRON **322 HEURES**
D'INTERVENTION TÉLÉPHONIQUE

INTERVENTIONS PAR MOIS



PROVENANCE DES DEMANDES



FINANCEMENT SAPA

SOUTIEN À L'AUTONOMIE DES PERSONNES ÂGÉES

PROJET TENDRESSE

Né d'une volonté de donner de l'air aux aidants, un comité dirigé par **Lise Drainville-Allard** s'est formé l'an dernier pour mettre sur pied le **Projet Tendresse**, maintenant à sa deuxième année d'existence. Ainsi, durant les mois de janvier, février et mars (douze semaines), **44 dyades aidantes aidées** ont reçu deux repas chacun par semaine, distribués par trois Centres d'action bénévole. En plus des deux centres de la **MRC de d'Autray**, cette année s'est ajouté le **Centre d'action bénévole Émilie-Gamelin**, situé à Joliette, qui a accepté de desservir nos aidants sur ce territoire. Ce même centre a d'ailleurs bonifié le service en offrant un troisième repas à l'aidant et à l'aidé par semaine! Finalement, plus de **970 repas**, soit près du double de l'an passé, ont été offerts *gratuitement* à nos membres avec aidés à domicile.

Merci à **Lise Drainville-Allard**, qui a mis sur pied le projet et qui le soutient encore à ce jour. C'est un peu comme son « bébé », et nous lui en sommes très reconnaissants!



« Merci pour la qualité des menus. Un gros, gros, gros, gros merci. C'est excellent, on se penserait quasiment au restaurant. »

PROJET CAPSULES VIDÉO

Avec la venue d'un nouveau projet financé par le programme *Soutien à l'autonomie des personnes âgées (SAPA)*, l'opportunité de réaliser des **capsules vidéos** témoignant de la réalité des proches aidants de notre territoire s'est présentée. Ce projet devait débuter en décembre, mais l'augmentation des mesures sanitaires reliées à la pandémie rendait les tournages impossibles étant donné notre clientèle vulnérable.

Ce retard nous a cependant permis d'accomplir tout le travail préparatoire, soit la sélection des cinq participants, le recrutement d'une assistante de production pour faciliter les tournages et l'achat de matériel pertinent en vue de ces journées. Chaque étape a présenté son lot de défis, mais nous sommes maintenant équipés et fins prêts pour mener le projet à terme au printemps.

- Achat d'équipement pour la réalisation des capsules de proches aidants



NOUVEAUX OUTILS PROMOTIONNELS

Cette année, le **RANDA** voulait se refaire une beauté afin d'être plus attrayant pour une clientèle branchée, en commençant par notre logo. S'en est suivi la création de plusieurs nouveaux outils promotionnels incorporant cette nouvelle image de marque. D'ailleurs, une courte vidéo détaillant ce processus s'est méritée près de **300 vues** et a produit plus de **35 réactions!**



Le Réseau des aidants naturels d'Autray



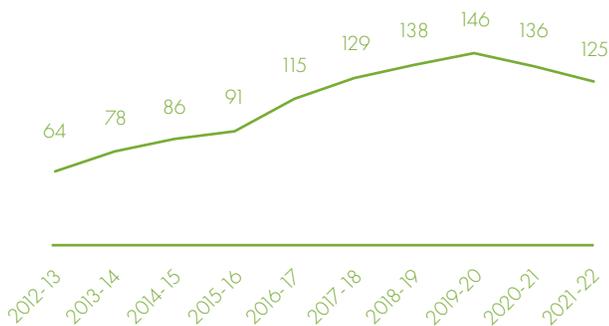
- Carte d'affaires
- Papier lettre
- Enveloppes aux couleurs du **RANDA**
- Sac de travail pour l'équipe et les administrateurs
- Journal **Le Lien** (voir p. 15)

PORTRAIT DE NOS MEMBRES

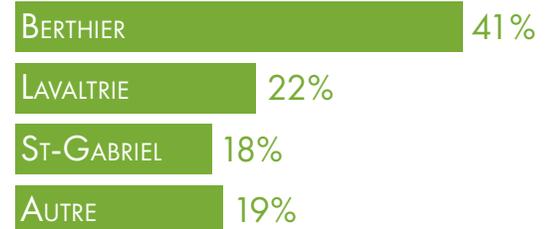


« Je suis contente d'être membre du RANDA, vous êtes les premiers à nous avoir contactés en pandémie, je veux rester membre parce que vous prenez soin de nous, merci pour tout. »

PROGRESSION DU NOMBRE DE MEMBRES

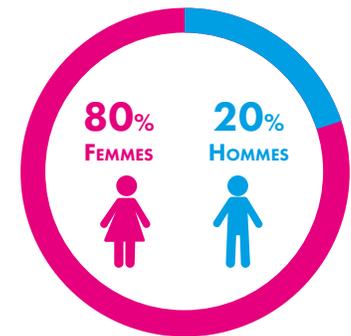


PROVENANCE DE NOS MEMBRES



Saviez-vous que...

- Le RANDA compte **125 membres** pour l'année 2021-2022
- 8 nouvelles personnes** ont adhéré en cours d'année
- 21%** de nos membres sont **sympathisants** à la cause des aidants
- 74%** de nos membres-aidants **prennent soin d'un proche de 65 ans et plus**
- 15%** de nos membres-aidants s'occupent de **plus d'un aidé**



Devenir membre du RANDA est...

- Un moyen concret de **soutenir la mission** et de **donner du poids aux actions** réalisées auprès des décideurs en faveur des aidants naturels.
- Une façon de rester informé grâce à la publication du journal trimestriel **Le Lien**.
- Une occasion de participer à une multitude **d'activités gratuites** ou à **faible coût**.
- Une chance unique de **faire partie d'un réseau chaleureux** où règne le **respect et le non-jugement**.



CARTE DE
MEMBRE

15\$ / an

1^{er} avril au
31 mars
inclusivement

JOURNAL



«Mes félicitations, il est très agréable à lire, très visuel, les articles sont très pertinents, très actuels, très bien écrits et que dire du visuel pimpé par Sean. »

Publié trois fois par année, le journal **Le Lien** est envoyé par la poste à tous nos membres, en plus d'être distribué auprès de certains partenaires et lors de sorties de promotion.

Tel que son nom l'indique, notre journal nous permet de maintenir un lien tangible avec l'ensemble des membres de notre organisme. C'est un réel plaisir de préparer ce journal, nous le faisons avec amour afin que vous soyez fiers, chers membres, de faire partie du **RANDA**. Cette année, avec l'arrivée de Sean, un vent de renouveau a soufflé sur le journal, tout en gardant son essence des beaux jours. Ce changement a par ailleurs été salué par la créatrice des premières heures du journal!

Le comité du journal a tenu le fort, s'étant réuni quatre (4) fois dans la dernière année pour préparer et rédiger un contenu riche et varié. Merci à **M Louis-Marie Kimpton** et **Mme Esther Mamano**, en plus de l'équipe de travail. Un **merci** tout particulier aux correcteurs et leurs yeux de lynx : **Mme Lisette Catelani** et **M Normand Sauvageau**, ainsi que **Mme Danielle Lefrançois**.



Mars



Septembre



Décembre

AIMERIEZ-VOUS PARTICIPER?

Nous sommes toujours à la recherche de sujets pour la rubrique « **Portrait d'une aidante** », qui paraît en première page de chaque édition. Aidez-nous à partager la réalité variée des personnes proches aidantes! De plus, le **Comité journal** est toujours à la recherche de nouveaux membres! Tous et toutes sont invités à contribuer selon leurs capacités, leurs forces et leurs disponibilités.



CENTRE DE DOCUMENTATION

Livres, livres audio, vidéos, textes, dépliants et guides : tous ces documents sont disponibles afin que nos membres puissent les emprunter. Plusieurs nouveaux documents sont acquis chaque année. Venez les emprunter et faites vos suggestions pour la prochaine année!



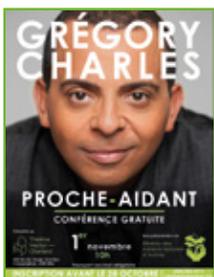
PROMOTION

La dernière année a présenté son lot de défis, mais le **RANDA** poursuit ses efforts de sensibilisation en plus de promouvoir ses services. Notamment, nous avons investi beaucoup d'énergie sur le déploiement de notre présence sur **Facebook**, en partie grâce à l'ajout du poste d'adjoint administratif, dont nous sommes bien fiers.



2021-22	Portée	« J'aime »	Clics	Comment.	Partages
Total	37 762	606	1684	106	169
Moyenne	385	6	17	1	2

En tout, nous avons produit **102 publications** durant l'année. Celles-ci nous ont permis une bonne croissance : notre page compte maintenant **422 abonnés**, en plus de **335 mentions « J'aime »**, une hausse de **108 (ou 68%)** dans les douze derniers mois.



Nous avons combiné ce virage numérique avec certains outils promotionnels classiques, notamment l'achat de deux espaces publicitaires pleine-page dans le journal « **L'Action D'Autray** », distribué à plus de **40 000 exemplaires**, pour promouvoir nos événements et activités majeurs.

S'ajoutent à ceci six babillards ponctuels diffusés sur les ondes de la station lanauoise **CFNJ**. À noter que ces babillards nous sont offerts gratuitement en tant qu'organisme reconnu.



Enfin, la création de **courtes vidéos récapitulatives** pour faire suite à nos activités importantes nous permet de rejoindre une nouvelle clientèle en plus d'offrir à nos membres un souvenir aisément accessible. D'ailleurs, ces vidéos s'avèrent souvent nos publications les plus populaires en matière de visionnement et de l'engagement créé.



VIRAGE TECHNOLOGIQUE

- ❖ Achat d'un appareil photo
- ❖ Achat d'une imprimante
- ❖ Intégration de plusieurs logiciels modernes (Microsoft Planner, Suite Adobe)
- ❖ Création de l'**Infolettre RANDA**, envoyée mensuellement



« J'adore! C'est très clair, c'est très visuel, merci pour cette belle communication, c'est aussi très facile d'inscription, vraiment géniale. »



VIE ASSOCIATIVE ET DÉMOCRATIQUE

LE CONSEIL D'ADMINISTRATION



Le conseil d'administration est composé de **sept (7) administrateurs** étant membres actifs ou sympathisants de la corporation, répartis de la façon suivante :

- Cinq (5) membres actifs
- Deux (2) membres sympathisants

Dans la mesure du possible, chacun des trois pôles doit être représenté sur le conseil d'administration, soit : Berthierville, St-Gabriel-de-Brandon et Lavaltrie.

La coordonnatrice participe au conseil d'administration, mais elle n'a pas droit de vote.

ADMINISTRATEURS.TRICES



Maude Malouin
Présidente



Ghislaine Payer
Vice-présidente



Louis-Marie Kimpton
Secrétaire



Lise Drainville-Allard
Trésorière



Esther Mamano
Administratrice



Danielle Lefrançois
Administratrice



Odette Blais
Administratrice

COLLABORATEURS.TRICES

Coordonnatrice : Karine Ratelle

Intervenante : Isabelle Dion (avril à juillet)
Yasmeen Meknassi (juillet à septembre)
Ginette Bergeron (septembre à mars)

Adjoint.e : Eugénie Landry (avril à mai)
Sean David (septembre à mars)

Un **MERCI** particulier à **Marie-Josée Lépine**, organisatrice communautaire, qui a été bien précieuse pour le **RANDA** dans la dernière année.

RENCONTRES DU C.A.

- Dix (10) rencontres régulières (3 en virtuel, 7 en présence)
- Assemblée générale annuelle, 8 juin 2021
- Plusieurs rencontres en sous-comités :
 - Finances (9)
 - Politiques (5)
 - Préparation à l'AGA (4)
 - Ressources humaines (5)
 - Projets (3)
 - C.A. (4)
- Journée de réflexion C.A. et équipe de travail, 24 novembre 2021

COMITÉS ET RÉUNIONS



CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE BRANDON (CABB)

- ❖❖ Soutien pour le projet d'aide au déménagement
- ❖❖ Échange sur les plans de travail

CENTRE RÉGIONAL DE FORMATION DE LANAUDIÈRE (CRFL)

- ❖❖ Participation à l'assemblée générale annuelle (1 participante)
- ❖❖ Karine Ratelle siège maintenant au conseil d'administration
- ❖❖ Participation à quatre (4) réunions du conseil et une (1) en sous-comité ressources humaines

LE MODULE DES PROCHES AIDANTS NATURELS DE LANAUDIÈRE (MODULE)

- ❖❖ Participation à six (6) rencontres du Module (1 participante)
- ❖❖ Participation à une (1) rencontre en sous-comité (1 participante)

PROCHE AIDANCE QUÉBEC, EX. REGROUPEMENT DES AIDANTS NATURELS DU QUÉBEC (RANQ)

- ❖❖ Participation à l'assemblée générale annuelle (1 participante)
- ❖❖ Participation à l'assemblée générale spéciale (1 participante)

REGROUPEMENT DES ORGANISMES COMMUNAUTAIRES (ROC)

- ❖❖ Le RANDA siège au conseil d'administration du ROC
- ❖❖ Karine Ratelle en est la présidente et l'une des signataires
- ❖❖ Participation à quatre (4) conseils d'administration
- ❖❖ Participation à une (1) avec la ville de Berthier

TABLE DE SOUTIEN À DOMICILE D'AUTRAY

- ❖❖ Participation à quatre (4) rencontres régulières (1 participante)
- ❖❖ Participation à deux (2) rencontres du coco (1 participante)
- ❖❖ Vente de fromages pour le comité déménagement

TABLE DE SOUTIEN À DOMICILE MATAWINIE

- ❖❖ Participation à deux (2) rencontres spéciales pour la planification d'activités pour l'automne (1 participante)

TRIO (RANCA-RANDA-RPA LES MOULINS)

- ❖❖ Participation à une (1) rencontre (1 participante)

RENCONTRES PARTICULIÈRES

- ❖ Lancement: outils de sensibilisation à la maltraitance envers les personnes proches aidantes du RANQ, 28 avril 2021 (1 participant)
- ❖ Rencontre virtuelle avec **Centraide**, 8 septembre 2021 (3 participants)
- ❖ Rencontre virtuelle avec **Bernard Deschênes**, responsable du dépôt **SAPA** au CISSSL, 13 septembre 2021 (1 participant)
- ❖ Rencontre virtuelle avec **Éric Matteau**, directeur **SAPA**, 9 décembre 2021 (1 participant)
- ❖ Journée régionale de concertation, *Maintien dans mon milieu de vie, bonnes pratiques et alternatives à mettre en place*, 12 novembre 2021 (1 participant)
- ❖ Échange avec **La lueur du phare de Lanaudière** sur les allocations répit, 17 février 2021 (1 participant)
- ❖ Échange avec **Étienne Malo**, conseillère de **L'Appui**, 9 février 2021 (1 participant)
- ❖ Soutien offert à une coordonnatrice nouvellement en poste d'un organisme partenaire, 3 rencontres
- ❖ Deux lettres d'appui offert au **CABA** pour leur projet de boutique de popote roulante.

REPRÉSENTATIONS EN BREF

- ❖ AGA TCRAPHL, 10 juin 2021 (1 participant)
- ❖ AGA L'Appui, 19 avril 2021 (2 participants)

LIENS AVEC LA 

- ❖ L'Entracte de la TROCL, 3 dates (1 part.)
- ❖ Soutenons-nous, 2 dates, (1 part.)
- ❖ Participation à l'AGA, 26 mai 2021 (3 part.)
- ❖ Discussion au sujet du retrait du financement de Centraide, 16 juin 2021 (1 part.)
- ❖ Grand rassemblement, 27 septembre 2021 (1 part.)
- ❖ Engagez-vous: Journée de reconnaissance, 25 octobre 2021, (1 part.)
- ❖ Rendez-vous des OCA, 18 novembre 2021 (1 part.)
- ❖ Participation à la journée de grève, 23 février 2021 (3 part.)



FORMATION

PERFECTIONNEMENT

- ❖ Travailler avec une clientèle difficile: passez de la confrontation à la collaboration (1 part.)
- ❖ Conversations courageuses et émotions fortes (1 part.)
- ❖ Intervenir avec groupe dans l'inclusion (1 part.)
- ❖ La culpabilité chez les proches aidants partie 1 et 2 (1 part.)
- ❖ Prendre soin de soi en tant qu'intervenant (1 part.)
- ❖ « Coaching » en ressources humaines (2 heures, 1 part.)
- ❖ Premiers soins (1 part.)
- ❖ C.A. Marche (1 part.)
- ❖ Droits aux locataires aînés (1 part.)
- ❖ L'art de la gestion des ressources humaines (1 part.)
- ❖ La (sur)charge mentale, comment la surmonter et l'atténuer (1 part.)

ATELIERS + CONFÉRENCES

- ❖ Présentation par **Marguerite Blais** de la première *Politique nationale des personnes proches aidantes du Québec* (1 part.)
- ❖ Conférence du **CISSSL** sur la COVID (1 part.)
- ❖ Webinaire *Coffre à outils juridique pour proche aidant* (1 part.)
- ❖ Webinaire *La gestion des limites* (1 part.)
- ❖ Webinaire autorité des marchés financiers : *Soyez à votre affaire pour ne pas perdre vos affaires!*
- ❖ Conférences mémorables (1 part.) :
 - Comment les acides gras oméga-3 et les polyphénols de notre alimentation peuvent aider notre cerveau
 - La mesure d'assistance, un outil supplémentaire pour mieux protéger les personnes vulnérables
 - Les enjeux éthiques pour prévenir la maltraitance organisationnelle, webinaire du RANQ
 - L'expérience de la proche aide en contexte de fin de vie : entre partenaire de soins et redéfinition de son identité
 - Stratégies efficaces en intervention auprès des hommes
 - Tout savoir sur la protection des personnes en situation de vulnérabilité

COLLOQUE

- ❖ Financement 19 au 21 oct. 2021 en virtuel
 - Publicité, promotion et commandites, Yvon Laplante
 - Utiliser la différence comme levier à l'innovation, Michelle Blanc
 - Le potentiel des petites et moyennes entreprises (PME) en philanthropie, Daniel Lapointe
 - La psychologie du donateur, Christian Bolduc



FINANCIER

SUBVENTIONS

- ❖ Le *Centre intégré de santé et de services sociaux de Lanaudière (CISSSL)* : programme de soutien aux organismes communautaires (PSOC)
- ❖ *L'Appui Lanaudière*
- ❖ Début du projet *Soutien à l'Autonomie des Personnes Âgées (SAPA)*
- ❖ La députée provinciale, *Mme Caroline Proulx*.
- ❖ Cette année *Centraide* a décidé de mettre fin abruptement à son financement, les proches aidants ne figurant plus comme une catégorie de clientèle soutenue. Malgré une rencontre avec la haute direction, la décision de couper sur-le-champ la subvention est maintenue, sans année de transition.

AUTOFINANCEMENT

- ❖ Carte « *In Memoriam* », distribution dans les salons funéraires et aux membres
- ❖ Cotisation de la carte de membre
- ❖ Dons
- ❖ Vente de nos épinglettes
- ❖ Demande de commandites auprès des marchands pour certaines activités du *RANDA*, et ce dans les trois secteurs géographiques

BONIFICATION DES AVANTAGES SOCIAUX

- ❖ Mise à jour et création de nouvelles politiques dans le cadre d'un projet pilote en collaboration avec le *Centre régional de formation de Lanaudière (CRFL)*.
- ❖ Mise à jour de la *Politique de condition de travail* (augmentation du nombre de semaines de vacances) de même que la *Politique de remboursement des frais de déplacement et de représentation* (majoration des frais de kilomé-
trage pour mieux refléter le taux du marché).
- ❖ Création de la *Politique de prévention du harcèlement psychologique ou sexuel au travail et de traitement des plaintes*.
- ❖ Création de la *Politique de filtrage et de supervision des bénévoles*.
- ❖ Création de la *Politique de formation*.
- ❖ Des rencontres d'équipe hebdomadaires - tous les lundis matin - nous permettent d'assurer le fonctionnement harmonieux de l'équipe et une meilleure préparation des activités.

PARTENAIRES



En plus de notre implication dans la communauté, le **RANDA** développe et maintient des liens privilégiés avec différents acteurs du milieu communautaire lanauchois. Ces différents partenariats permettent de sensibiliser la population à la réalité des aidants, faciliter le référencement et développer une meilleure collaboration entre partenaires. À titre d'exemple :

- ✦ AQDR Brandon
- ✦ Aide à domicile d'Autray (ADDA)
- ✦ Aux couleurs de la vie Lanaudière
- ✦ Carrefour pour souffler à tête reposée
- ✦ Centre d'action bénévole D'Autray
- ✦ Centre d'action bénévole Brandon
- ✦ Centre régional de formation de Lanaudière (CRFL)
- ✦ CISSS de Lanaudière
- ✦ La lueur du phare de Lanaudière
- ✦ La Maison des aînés de Lavaltrie
- ✦ Regroupement des aidants naturels du comté de l'Assomption
- ✦ Réseau des proches aidants Les Moulins
- ✦ Société Alzheimer de Lanaudière
- ✦ Société de L'autisme – région Lanaudière
- ✦ Groupe d'entraide en santé mentale L'Envol

Le RANDA est membre de...

- ✦ Centre d'action bénévole Brandon (CABB)
- ✦ Centre régional de formation de Lanaudière (CRFL)
- ✦ CFNJ Radio Nord-Joli, 99.1
- ✦ La lueur du phare de Lanaudière
- ✦ Société Alzheimer de Lanaudière (SADL)
- ✦ Table régionale des organismes communautaires de Lanaudière (TROCL)
- ✦ Table de soutien à domicile D'Autray
- ✦ Proche aide Québec
- ✦ Table de concertation régionale des associations de personnes handicapées de Lanaudière (TCRAPHL)
- ✦ Regroupement des organismes communautaires (ROC)
- ✦ Association pulmonaire du Québec
- ✦ Aux couleurs de la vie Lanaudière
- ✦ Coopérative de solidarité du café culturel de la Chasse-Galerie (à vie!)

NOUVEAUTÉ

- ✦ Reconnaissance du RANDA par la ville de Lavaltrie comme organisme associé supra-local



IMPLICATION

Cette année, **16 bénévoles** ont offert plus de **765 heures** de bénévolat au **RANDA** !

Merci à tous pour votre engagement et votre enthousiasme, sans vous, nous ne pourrions y arriver! **Merci** pour votre ouverture cette année avec tous les changements et l'arrivée de nouvelles technologies. Beaucoup d'adaptation pour tous et vous avez tenu bon.

Bravo.
et merci! ♥

Un **MERCI** spécial à deux bénévoles de longue date :



Louis-Marie Kimpton

10 ans



Ghislaine Payer

5 ans

RECONNAISSANCE BÉNÉVOLE

Dans le cadre de la semaine de l'action bénévole et d'une activité organisée par le **CABA**, quinze bénévoles du **RANDA** profitaient d'un bon repas de cabane à sucre, en plus de visionner le spectacle diffusé en direct sur Facebook le **16 avril 2021**.

Toujours dans le cadre de cette semaine, le **RANDA** a procédé au tirage de huit cartes cadeaux de **20\$** chacune parmi ses bénévoles, une gracieuseté du restaurant **Le Tusk café, régal matinal** de Berthierville.

Deux bénévoles du **RANDA** ont participé à la **Soirée des bénévoles de la ville de Lavaltrie** le **17 septembre 2021**.

Soyez assurés, chers membres, que nous ne ménageons pas nos efforts pour faire rayonner notre organisme dans la communauté afin qu'il puisse réaliser sa mission, c'est-à-dire, améliorer la qualité de vie des aidantes et des aidants en leur offrant un lieu de soutien, d'échange et d'entraide. Cette année n'a pas fait exception : nous maintenons notre volonté de réinvention afin de vous accompagner et de vous soutenir malgré les aléas de la pandémie.

Maude Malouin

Maude Malouin
Présidente

Louis-Marie Kimpton

Louis-Marie Kimpton
Secrétaire



LE RÉSEAU DES AIDANTS NATURELS D'AUTRAY



Ouverture du bureau :
Lundi au jeudi
8 h 30 à 16 h



Sur rendez-vous :
Mercredi soir
jusqu'à 20 h



Informations :
(450) 836-0711
* (450) 404-2211
* Sans frais, Lavaltrie



588, rue de Montcalm
Local 220
Berthierville, QC
J0K 1A0



Karine Ratelle, coordonnatrice
coordination@aidantsautray.org

Ginette Bergeron, intervenante
intervenante@aidantsautray.org

Sean David, chargé de projet
info@aidantsautray.org



aidantsautray.org

Le **RANCA** dessert les trois secteurs du territoire de la **MRC de D'Autray** :

- **Secteur Berthier** : Berthierville, La Visitation-de-l'Île-Dupas, Saint-Barthélemy, Saint-Cuthbert, Sainte-Élisabeth, Sainte-Geneviève-de-Berthier, Saint-Ignace-de-Loyola
- **Secteur Lavaltrie** : Lavaltrie, Lanoraie
- **Secteur Saint-Gabriel** : Mandeville, Saint-Cléophas-de-Brandon, Saint-Didace, Saint-Norbert, Saint-Gabriel-de-Brandon, ville de Saint-Gabriel, Saint-Damien

LEXIQUE

ACA : Action communautaire autonome
ACEF : Association coopérative d'économie familiale
ADDA : Aide à domicile d'Autray
AFÉAS : Association féminine d'éducation et d'action sociale
AGA : Assemblée générale annuelle
APH : Association des personnes handicapées
AQDR : Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées
CABA : Centre d'action bénévole D'Autray
CABB : Centre d'action bénévole Brandon
CISSSL : Centre intégré de santé et de services sociaux de Lanaudière
CRFL : Centre régional de formation de Lanaudière
FADOQ : Fédération de l'âge d'or du Québec
MADA : Municipalité amie des aînés
MRC : Municipalité régionale de comté
PSOC : Programme de soutien aux organismes communautaires

OCA : Organisme communautaire autonome
RANCA : Regroupement des aidants naturels du comté de l'Assomption
RANCA : Réseau des aidants naturels d'Autray
RANQ : Regroupement des aidants naturels du Québec, maintenant *Proche aidance Québec*
RAPAPA : Rencontre-atelier proche aidant et personne atteinte (Société Alzheimer de Lanaudière)
ROC : Regroupement des organismes communautaires
RPA : Réseau proche aidant
SADL : Société Alzheimer de Lanaudière
SAPA : Soutien à l'autonomie des personnes âgées
TCRAPHL : Table de concertation régionale des associations de personnes handicapées de Lanaudière
TRA : Thérapeute en relation d'aide
TROCL : Table régionale des organismes communautaires de Lanaudière
TSA : Trouble du spectre de l'autisme