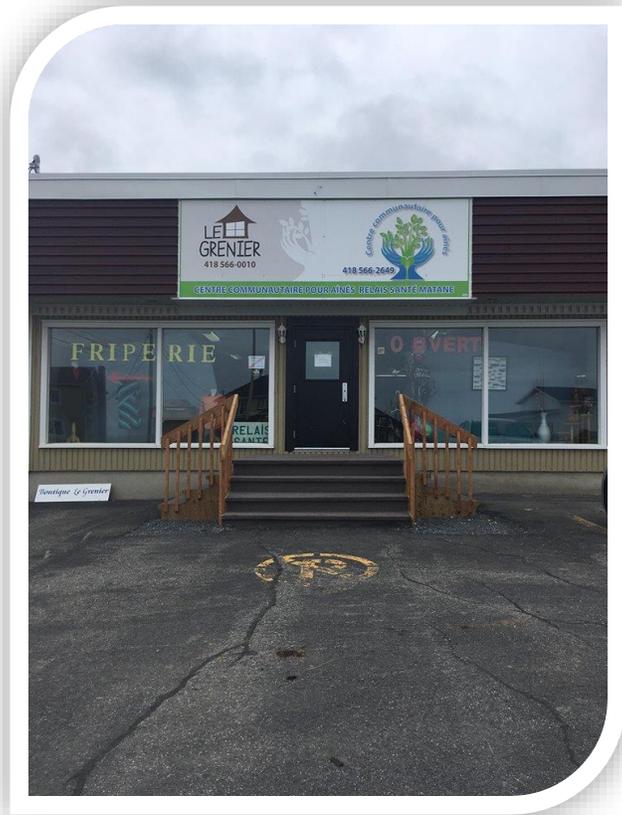


# Rapport annuel d'activités 2017-2018

## Centre communautaire pour aînés Relais Santé Matane



## Table des matières

Page

Le mot de la présidente.....	2
Le préambule.....	3
Notre mission.....	3
L'organisation.....	4
L'effectif.....	4
Pour nous joindre.....	5
Le financement.....	5
Les fondations de l'organisme.....	6
• Les membres.....	6
• Le bénévolat.....	6
-Gala «Hommage aux bénévoles».....	6
- Organisme de l'année.....	7
• Les partenaires du milieu.....	7
• La concertation.....	8
La friperie«Le Grenier».....	9
Le Centre du soutien aux proches aidants.....	10
Alliance-Aînés.....	12
• Centres de jour.....	12
• Travailleur de milieu.....	13
Les ateliers hebdomadaires et formations.....	14
• Gym-cerveau.....	14
• Activité physique.....	14
Le journal mensuel.....	15
Les repas communautaires.....	15
Les autres services aux membres.....	16
• Service de secrétariat.....	16
• Location de salles.....	16
• Salle communautaire.....	16
• Nouveautés.....	16
• Nouveautés à venir.....	16
La conclusion.....	17

## Le mot de la présidente

Quand je regarde par-dessus mon épaule cette année 2017-2018, j'y vois tout le travail d'aménagement, toute cette énergie à maintenir la mission dans la mire. Il me vient les paroles de la chanson de Jacques Michel :

*♪ «Pas besoin de frapper pour entrer chez nous*

*Qui que tu sois pousse la porte*

*Quand tu voudras, il y aura une place pour toi*

*La la la la ♪»*

Enfin!! Nous voilà chez nous, le Centre communautaire pour aînés, Relais Santé Matane a sa demeure. Enfin, après la démolition, les rénovations, la construction et la décoration, nous sommes heureux de vous accueillir chez vous.

Je me joins à tous les membres du conseil d'administration, à notre directrice générale, aux employés et aux bénévoles pour vous souhaiter chers membres la bienvenue. Que tous ensemble, nous poursuivions la mission première : soit briser l'isolement des aînés. Que ces murs fraîchement peints entendent des rires, des chants et des partages et ce, pour très longtemps.

Bien à vous !

Diane Brunet  
Présidente du conseil d'administration

## Le préambule

C'est maintenant la fin du grand dérangement. La quiétude semble vouloir reprendre au Centre communautaire pour aînés Relais Santé Matane. On n'entend plus les coups de marteaux. L'odeur fraîche de la peinture laisse place aux arômes des repas communautaires. C'est le cœur et la tête plus légers que l'on passe la porte pour poursuivre nos rêves et nos réalisations.

Mais le présent vient de l'engagement des gens d'hier. Laissez-moi vous dire qu'on vient d'une lignée de travailleurs et de rêveurs hors du commun. Depuis plus de 27 ans, notre organisme a subi presque toutes les étapes de la vie...naissance, croissance, crise, recherche, épanouissement, sagesse, maladie, déménagement, redécouverte. Nous voilà maintenant comme un grand voilier, bien ancré à l'abri des tempêtes, où tout l'équipage est invité à la détente, à la fraternité et à rêver comme jadis. La fondatrice Mme Simone Ouellet-Lapointe et son époux ont rêvé à toute cette belle aventure qui se poursuit...

## Notre mission

Le Centre communautaire pour aînés Relais Santé Matane est un milieu de vie quotidienne permettant de briser l'isolement des aînés et des proches aidants en leur offrant des services personnalisés répondant à leurs besoins et en instaurant un réseau d'aide et d'entraide favorable à l'épanouissement de la personne.



Il a pour mission de favoriser le maintien à domicile des adultes vieillissants ou en perte d'autonomie en offrant des services adaptés dans une perspective de prévention pour le maintien et le développement d'habiletés fonctionnelles et sociales sur tout le territoire de la MRC de La Matanie.

# L'organisation

Le conseil d'administration, conformément aux règlements généraux, doit être constitué de 5 membres:

- **Mme Diane Brunet**, présidente
- **M. Romano Quagliano**, vice-président
- **Mme Suzie Thompson**, trésorière
- **Mme Marie-Anne Ouellet**, secrétaire
- **Mme Josée Roy**, administratrice

Le conseil d'administration a tenu 10 séances ordinaires et 3 séances extraordinaires. Il y a eu 42 membres qui ont assisté à la 25<sup>ème</sup> assemblée générale annuelle du 07 juin 2017.

## L'effectif

Le personnel est formé de :

- **Mme Anny Sergerie**, directrice générale
- **Mme Johanne Cayouette**, adjointe administrative
- **Mme Chantal Richard**, chef d'équipe et commis aux ventes à la friperie « Le Grenier »
- **M. Samuel Dufresne**, commis aux ventes à la friperie « Le Grenier » et accompagnateur pour les centres de jour
- **Mme Nancy Migneault**, travailleuse de milieu
- **Mme Diane Pouliot**, commis aux ventes à la friperie «Le Grenier»
- **M. Richard Bernier**, commis aux ventes à la friperie « Le Grenier » et commis à l'entretien
- **Mme Johanne Leblanc**, coordonnatrice du Centre de soutien aux proches aidants et à la rencontre des proches aidants
- **Mme Audrey Savard**, animatrice des centres de jour et co-animatrice pour les proches aidants.

### Emploi étudiant

Nous avons accueilli une étudiante en éducation spécialisée au cours de l'été 2017 pour une période de 10 semaines. Cela a été possible par le biais d'une subvention du gouvernement fédéral.

Ce projet a permis à l'étudiante d'acquérir de l'expérience dans son domaine en aidant notre animatrice dans les centres de jour. Elle a aussi pris de l'expérience en service à la clientèle en travaillant à notre boutique.

## Pour nous joindre

### Centre communautaire pour aînés Relais Santé Matane



807 du Phare Est

Matane

G4W 1A9

TÉLÉPHONE : 418-566-2649

Fax : 418-562-8707

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

#### Heures d'ouverture

Lundi au vendredi /8h30 à 16h30

Mardi/10h à 16h30

807 du Phare Est

Matane

G4W 1A9

Téléphone : 418-566-2649

#### Heures d'ouverture

Lundi au vendredi/9h à 17h

Mardi/10h à 17h

Samedi/9h30 à 16h30

### Friperie «Le Grenier»



## Le financement

Afin de nous permettre de maintenir et de poursuivre nos activités et nos programmes, nous avons recours à ces sources de financement :

- Centre intégré de santé et de services sociaux du Bas-Saint-Laurent (CISSS-BSL)
- Centre intégré de santé et de services sociaux du Bas-Saint-Laurent, installation Matane-CLSC
- Secrétariat aux aînés du Québec
- APPUI Bas-Saint-Laurent
- Emploi-Services Québec
- Centre d'éducation des adultes de la Commission scolaire des Monts-et-Marées
- Ville de Matane
- MRC de La Matanie
- Gouvernement fédéral
- Emploi et développement social Canada

# Les fondations de l'organisme

## Les membres

Au 31 mars 2018, il y avait 255 membres et utilisateurs des services.

La carte de membre est de 20,00\$ annuellement. Elle permet de participer aux activités de l'organisme, de recevoir le journal. Elle offre également des rabais sur les achats à la friperie et un rabais sur le coût des repas communautaires.

Les cartes de membres aident au bon fonctionnement de l'organisme.

## Le bénévolat

**Cette année, 50 personnes bénévoles ont consacré plusieurs heures à notre organisme. Elles ont contribué par :**

- des chaînes téléphoniques ;
- de l'assistance au personnel lors des centres de jour, des repas communautaires et des activités spéciales ;
- du tri et de la vente à la friperie ;
- la tenue de la bibliothèque ;
- le transport des membres ;
- et le réaménagement du centre.

### Gala « Hommage aux bénévoles »

Lors de ce gala, Le banquier était à l'affiche. Cette activité a été une belle réussite pour le comité organisateur.

Cette année, le gala «Hommage aux bénévoles» s'est tenu le jeudi, 19 avril 2018. Le prix « Odilon Lapointe » a alors été remis à Mme Lyne Fournier pour son implication depuis plus de 1 an à la friperie.



## Organisme de l'année

Parmi une vingtaine de candidatures, le Centre communautaire a été couronné organisme de l'année 2018. Dans le paysage matanais depuis 27 ans et comptant près de 50 bénévoles, l'organisme réalise sa mission dans toute la Matanie.



## Les partenaires du milieu

**Différents partenaires nous apportent leur collaboration localement et nous permettent de réaliser notre mission. Nous pouvons compter sur :**

- le Centre intégré de santé et de services sociaux du Bas-Saint-Laurent, installation Matane-CLSC;
- le Centre d'éducation des adultes de la commission scolaire des Monts-et-Marées ;
- le Centre d'action bénévole de la région de Matane (CAB) ;
- l'École polyvalente de Matane ;
- la Maison des familles.

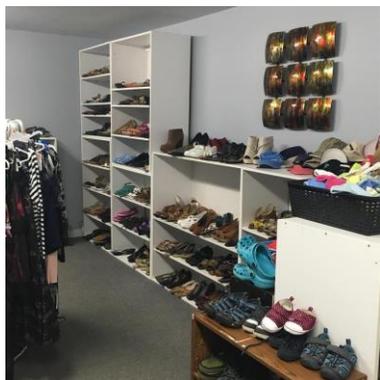
**Le Relais Santé est membre de diverses tables ou associations avec lesquelles des liens importants permettent d'œuvrer auprès des aînés :**

- Table de concertation des aînés de la Matanie (TCAM) ;
- Corporation de développement communautaire (CDC, région de Matane) ;
- Association québécoise des centres communautaires pour aînés (AQCCA) ;
- Comité d'action pour contrer la maltraitance faite aux aînés, région de Matane ;
- Table régionale des organismes communautaires du Bas-Saint-Laurent (TROC) ;
- Regroupement des aidants naturels du Québec (RANQ).



## La friperie « Le Grenier »

Par le biais de notre friperie, nous contribuons à la protection de l'environnement par la récupération et le recyclage d'articles de maison, de vêtements et divers autres articles. En effet, nous recueillons plus de 38 tonnes de marchandise. Nous y réalisons des activités de remise en valeur des matières textiles par la récupération et la revente de ces articles.



« Le Grenier » est un comptoir vestimentaire qui sert à offrir des vêtements à faible prix à toute la population. Notre boutique jouit d'une belle réputation et rejoint une clientèle très variée. Les vêtements qui y sont offerts sont de grande qualité dont certains sont de marques signées.

En lien avec la mission, nous effectuons aussi plusieurs dépannages vestimentaires tout au long de l'année pour des personnes qui vivent des périodes difficiles. Cette année, nous avons réalisé 21 dépannages.

Nouvel emplacement, nouvelle clientèle, nouvelle dimension. Ces mots nous viennent en tête quand nous pensons à la friperie. Nous avons maintenant des départements indépendants pour hommes, femmes et enfants. Les départements suscitent le bonheur de notre fidèle clientèle.

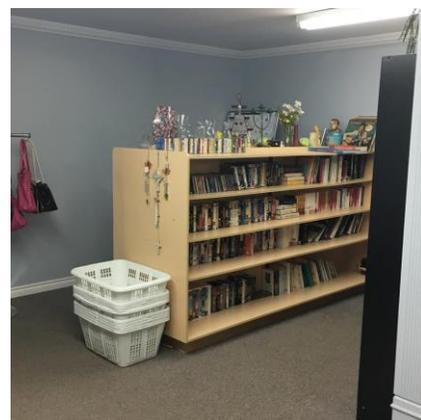
Notre friperie est une source de financement essentielle pour le Centre communautaire pour aînés Relais Santé Matane.

L'implication de bénévoles pour le tri est indispensable au bon fonctionnement de la friperie.



Nous avons effectué plus de 15 568 transactions cette année.  
L'an passé, nous avons 12 617 transactions à cette date.

La carte privilège au coût de 20,00\$ permet à la clientèle de bénéficier de rabais durant toute l'année.



# Le Centre de soutien aux proches

## Les programmes et les services



CENTRE DE SOUTIEN AUX PROCHES AIDANTS

«LES CŒURS VAILLANTS»

(Depuis 2003)



\* Au Québec, on dénombre 1,3 million de proches aidants. Ce nombre ne cesse d'augmenter.

## Les programmes et les services offerts

Le financement accordé par L'APPUI Bas-Saint-Laurent est reconduit pour 3 autres années. Ceci nous permet de continuer de développer et d'offrir des services aux proches aidants dans les municipalités de la Matanie notamment à Matane, Les Méchins et Baie-des-Sables. Des démarches sont en cours pour démarrer un nouveau groupe dans la municipalité de Grosses-Roches.

Le recrutement des proches aidants représente un défi constant. La reconnaissance des proches aidants par eux-mêmes et par leur entourage est encore loin d'être acquise. Leur rôle doit être davantage reconnu, valorisé et soutenu.

Dans l'offre de services aux proches aidants d'âinés, nous retrouvons des pratiques mises en œuvre pour maintenir et améliorer la qualité de vie de ceux-ci. Leurs témoignages confirment **le besoin criant et l'utilité des services offerts** par le Centre de soutien aux proches aidants du Centre communautaire pour âinés Relais Santé Matane.

### Services offerts en Matanie (Matane, Les Méchins, Baie-des-Sables)

- Approche personnalisée
- Rencontres individuelles
- Cafés-rencontres (information, formation)
- Déjeuners-causeries ou dîners boîte à lunch

### L'approche personnalisée

Les proches aidants reçoivent régulièrement, par téléphone, des renseignements concernant les prochaines activités. Même s'ils ne participent pas à toutes les activités, ils sentent que l'intervenante est là pour les soutenir.

## Toutes les autres activités

D'avril 2017 à mars 2018, **450 appels** pour Matane et **72 appels** à Baie-des-Sables ont été réalisés pour rejoindre les proches aidants afin de les informer des activités offertes les concernant.

### **\*Nouveau service offert aux proches aidants depuis avril 2017 : rencontres personnelles**

Les proches aidants peuvent se prévaloir d'un service de rencontres personnelles à domicile ou dans nos locaux en prenant rendez-vous avec l'intervenante ou par téléphone.

L'aidant est assuré d'une écoute empathique et attentive visant à cerner ses besoins. L'intervenante pourra ensuite l'orienter vers les services existants au besoin. En intervenant rapidement auprès du proche aidant, nous espérons éviter l'épuisement.

### **Service de soutien psychosocial (rencontres individuelles)**

D'avril 2017 à mars 2018, **56** proches aidants ont bénéficié de rencontres individuelles.

### **Service de répit accessoire**

Au cours de la dernière année, **8** heures de répit ont été attribuées à **2** proches aidants afin de leur permettre d'assister à des cafés- rencontres.

### **Services de déjeuners-causeries et de dîners boîte à lunch (Chacun apporte son dîner.)**

Ce service permet aux proches aidants de partager et d'échanger. Le proche aidant se sent moins seul et mieux compris. Les rencontres brisent l'isolement et font accroître le sentiment de fierté et de bien-être.

D'avril 2017 à mars 2018

#### **Matane**

- **10** déjeuners-causeries ont été offerts pour **126** participations
- **10** cafés-rencontres ont été tenus pour **111** participations

#### **Baie-des-Sables**

- **1** café-rencontre a été reporté à cause de la mauvaise température
- **8** dîners boîte lunch ont été offerts pour **11** participations
- **10** cafés-rencontres ont été offerts pour **28** participations
- **7** cafés-rencontres ont été reportés à cause de la mauvaise température

#### **Les Méchins**

- **6** rencontres ont été offertes à Les Méchins et **2** ont été annulées

**Collaborateurs :** Au cours de la dernière année, nous avons utilisé, et ce sans frais, les salles du CRDI à Matane et de l'Office municipal d'habitation de Baie-des-Sables pour tenir nos rencontres. Nous les remercions de leur générosité.



## Centres de jour

Le contrat de service du CISSS du Bas-Saint-Laurent permet d'offrir 2 centres de jour communautaires d'une durée de 50 semaines par année à Matane et à Sainte-Félicité. Le taux de participation varie selon les références reçues des intervenants du CLSC. Cette année, le nombre de participants pour les 2 centres de jour est de 503 pour les femmes et de 185 pour les hommes.

Nous constatons une augmentation du taux de participation comparativement à l'an dernier. Ce dernier était de 323 participations chez les femmes et de 105 chez les hommes.

Environ 18,75 % des participants ont été référés par le réseau de la santé. Ces références s'inscrivaient dans un plan d'intervention de chaque client élaboré par les intervenants psychosociaux. Les autres participants ont été recrutés par les intervenants de notre organisme. Ce mixage a permis de varier et de dynamiser les groupes.



Le centre de jour de Sainte-Félicité s'est terminé à la fin novembre afin de faire place à un nouveau programme soit l'IMNP (Intervention multifactorielle non personnalisée en prévention des chutes pour les aînés vivant à domicile). Ce dernier vise à prévenir les chutes et augmenter l'équilibre des personnes à risque par le biais d'exercices physiques adaptés à leurs besoins.

Les participants, référés par le CSLC, participent à un programme de 8 à 10 semaines. S'ensuit alors une autre période de 16 semaines avec le Centre communautaire pour aînés Relais Santé Matane. Lors de cette période, les participants sont évalués à 3 reprises par une technicienne en réadaptation physique du CLSC pour s'assurer du maintien ou des changements de leurs conditions. Jusqu'à maintenant, 9 participants ont intégré le programme, pour 64 participations.

### « La Parlure » et « Les Hommes en action »

Le service «Alliance-Aînés» continue d'offrir son centre de jour communautaire pour les femmes avec «La Parlure» et pour les hommes «Les Hommes en action». Cette activité hebdomadaire accueille des personnes âgées vulnérables ou en perte d'autonomie et permet de contrer l'isolement.

La bonne humeur est toujours au rendez-vous. Les activités sont variées afin de répondre le plus adéquatement possible aux besoins et aux désirs de notre clientèle. Ce centre de jour est rendu possible grâce à la contribution financière du Centre d'éducation des adultes de la Commission scolaire des Monts-et-Marées. L'activité s'échelonne de septembre à juin. Au cours de la dernière année, le nombre de participations chez les femmes est de 349 et de 239 chez les hommes.

À nouveau, nous notons une amélioration du taux de participation qui était de 196 chez les femmes et de 146 chez les hommes l'an dernier. Le nombre de participants pour ce groupe est de 20 personnes et plus par semaine.

## Travailleur de milieu



Initiatives de travail de milieu  
auprès des aînés vulnérables

Le travailleur de milieu a pour mission de repérer les personnes âgées vulnérables ou isolées socialement afin de les rejoindre, les soutenir et les référer, au besoin, vers les ressources appropriées. Les actions du travailleur de milieu ont été de différents ordres.

- ✓ **Faire connaître le programme** « Travailleur de milieu » dans la Matanie et, par le fait même, faire connaître le Centre communautaire pour aînés Relais Santé Matane sur l'ensemble du territoire de la MRC de La Matanie
- ✓ **Distribution de dépliants**
- ✓ **Rencontre avec les groupes et clubs sociaux de la MRC**
- ✓ **Rencontres individuelles** avec les personnes afin de déterminer leurs besoins, les orienter vers les ressources appropriées du milieu, les accompagner, au besoin, les rencontrer dans leur milieu de vie et les sortir de leur isolement
  - Rencontres en personne : **137**
  - Interventions téléphoniques : **77**
- ✓ **Animation et participation à l'atelier** « Ensemble pour contrer l'intimidation dans la Matanie » en collaboration avec l'agente de sensibilisation, projet mené par le Club des 50 ans et + de Saint-Jérôme de Matane avec le support du Comité pour contrer la maltraitance de Matane
  - Ateliers : **30**
  - Personnes rencontrées : **520**
- ✓ **Rencontres et participation à des groupes:**
  - Informer les aînés de leurs droits afin de leur assurer une protection et une sécurité
  - Inviter les membres du Centre communautaires pour aînés Relais Santé de Matane à des rencontres individuelles, si besoin est
  - Mettre des mots sur ce que les aînés vivent à leur insu et apprendre à identifier et réaliser qu'ils peuvent être victimes de **maltraitance**. Transmettre le guide pour contrer la maltraitance et l'intimidation envers les personnes aînées
- ✓ **Animation d'ateliers**
  - Sensibiliser les gens à l'existence du **deuil blanc**
    - Ateliers : **2**
    - Personnes rencontrées : **15**
  - Programme « **Ce n'est pas correct!** » (Présence de voisins, d'amis et de membres des familles des aînés)
    - Ateliers : **2**
    - Personnes rencontrées : **20**
- ✓ **Repérage :**
  - Identifier des personnes qui sont isolées socialement et potentiellement vulnérables afin de leur donner accès aux rencontres individuelles et aux activités énumérées précédemment.

# Les ateliers hebdomadaires et formations

*La Sagesse*  
en action

Les cours sont offerts en collaboration avec  
le Centre d'éducation des adultes.

## Gym-cerveau

Trou de mémoire, baisse des performances intellectuelles, oublis fréquents... Plus on avance en âge, plus on est sujet à ces effets.

Dans la plupart des cas, une baisse des performances intellectuelles révèle simplement que le cerveau n'est pas assez sollicité. Le cerveau s'entretient. Des activités monotones, des occupations routinières mobilisent toujours les mêmes régions cérébrales, résultat : les autres s'endorment.

À tout âge, on peut rendre ses facultés intellectuelles plus performantes. Au-delà des exercices mnémotechniques parfois rébarbatifs, il existe des méthodes plus douces destinées à nous épanouir, à améliorer notre perception du réel et à développer notre créativité.

En effet, la stimulation intellectuelle contribue à préserver les capacités de réflexion et la mémoire. Joignez l'utile à l'agréable en faisant partie d'un groupe de Gym-cerveau et faites travailler vos neurones avec un groupe enthousiaste.

Le Gym-cerveau regroupe 104 participants répartis en 6 groupes.

## Activité physique

Plusieurs considèrent que la détérioration de la condition physique n'est qu'une conséquence du vieillissement. En réalité, il a été démontré que :

- la détérioration de la condition physique est due, en partie, à l'inactivité physique chronique qui est souvent observée chez les personnes vieillissantes ;
- la pratique d'une activité physique adaptée est l'un des meilleurs moyens d'améliorer plusieurs aspects liés à la qualité de vie d'une personne âgée.

La flexibilité et la force musculaire sont indispensables à la mobilité. Elles permettent d'accomplir la majorité des tâches de base de la vie quotidienne. Ainsi, une personne qui s'efforcerait de maintenir ou de développer ces 2 composantes de la condition physique pourra demeurer autonome plus longtemps et ainsi éviter les chutes qui sont l'appréhension chez les personnes âgées.

L'activité physique réunit 71 participants divisés en 4 groupes.

# Le journal mensuel



Notre journal mensuel permet de maintenir un canal de communication entre notre organisme, ses membres et les organismes du milieu. Au cours de la dernière année, il y a eu 6 parutions de septembre à mai pour un total de 300 exemplaires distribués environ par mois.



## Les repas communautaires



Ces rassemblements répondent à notre mission de briser l'isolement des aînés. À chaque repas, la décoration de la salle évoque les différentes fêtes soulignées tout au long de l'année. Nous assistons à de très beaux moments de partage. Nous sommes témoins des sourires qui se dessinent sur le visage des participants.

Cette année, 5 repas communautaires ont été offerts pour une participation moyenne de 50 personnes. C'est l'entreprise «IGA DESROSIERS» qui a

continué à assurer le service de traiteur. Le coût du repas est demeuré à 12,00\$ pour les membres et à 15,00\$ pour les invités. Le repas a lieu à l'heure du dîner à chaque dernier samedi du mois.

Les bénévoles sont fidèles au poste et sont essentiels dans le maintien de cette activité. On dénombre une vingtaine de bénévoles qui nous viennent en aide pour ces dîners tout au long de l'année. Chaque mois, nous offrons des prix de présence aux participants. Nous soulignons également les anniversaires du mois, en offrant un certificat pour un repas gratuit à l'un de nos repas. Nous réalisons aussi un moitié- moitié



## Les autres services aux membres

### Service de secrétariat

L'organisme offre aux membres et à toute la population le service de photocopie, d'impression et de télécopie de documents.

### Location de salles

Les membres, organismes du milieu et la population générale ont la possibilité de louer les salles de conférence.

La charte des prix de location sera prête sous peu.

### Salle communautaire

La salle communautaire est une nouveauté. Elle est l'endroit par excellence pour venir passer de beaux moments entre amis ou pour connaître d'autres personnes. Cette salle sera un moyen pour briser l'isolement et créer un lien d'appartenance à cette belle et grande famille que sont les membres de notre centre communautaire.

### Nouveautés

Ces éléments ont été élaborés au cours de l'année.

- Plan de mesure d'urgence
- Politique salariale
- Gestion des contributions des employés
- Guide de prévention au bureau et à domicile
- Salle communautaire
- Bureau d'intervention individuelle

### Nouveautés à venir

Au cours de la prochaine année, d'autres réalisations devraient voir le jour.

- Charte de location de salles
- Atelier, «Ça prend pas la tête à Papineau»
- Contrat de travail des employés
- Possibilité d'un nouveau centre de jour
- Sondage sur la satisfaction de la clientèle

## La conclusion

Ce rapport d'activités est rempli de réalisations, d'engagements et de services envers les aînés et ce grâce à une équipe de travail des plus engagée. Notre friperie « Le Grenier » roule à toute vitesse tenue par des employés et bénévoles dévoués...Merci Merci ! Cette belle aventure ne peut se vivre qu'en équipe.

Merci à nos collaborateurs dans la mission et pour la générosité du temps accordé et de l'énergie mise à la réalisation de notre mission.

Merci à vous chers membres pour votre confiance et votre fidélité. Nous souhaitons vous accompagner encore très longtemps et connaître vos rêves et intérêts pour poursuivre nos projets.

Continuons de grandir ensemble en beauté et en sagesse !



807 Av. du Phare Est  
Matane  
G4W 1A4  
418-566-2649  
[Info@relaisantematane.org](mailto:Info@relaisantematane.org)