

Centre communautaire pour aînés Relais Santé Matane



RAPPORT D'ACTIVITÉS
2024-2025



807 AV. DU PHARE EST, MATANE, G4W1A9
418-566-2649
RELAISSANTEMATANE.ORG

SOMMAIRE

Mot du président	2
Notre mission	2
Les fondations de l'organisme	3
L'équipe de la direction et conseil d'administration	4
Travailleuse de milieu	5
Ateliers cognitifs	6
Ateliers et formations	7
Centre de soutien aux proches aidants	8
Activités spéciales	9
Répit (individuel / groupe)	10
Autres cours	11
Diners communautaires	11
As de cœur	12
Gala des bénévoles	13
Friperie	14
Autres services offerts et financement	15
Tables de concertation, priorités et orientations	16

Mot du président

Chers membres du Relais Santé,

Une autre belle année se conclut. Nous sommes fiers de l'évolution de nos services et nous espérons toujours être en mesure de répondre à vos besoins. Les intervenantes travaillent d'arrache-pied pour vous accompagner de leur mieux.

N'oublions pas les employés de la friperie qui travaillent également sans relâche afin d'offrir un service incroyable.

Un énorme merci également à tous les bénévoles qui donnent de leur temps sans compter. Leur implication est inestimable.

Merci à tous de faire en sorte que le Relais Santé est ce qu'il est aujourd'hui.

Gervais Tanguay, prés. c.a. Relais Santé

Notre mission



Le **Centre communautaire pour aînés Relais Santé Matane** est un milieu de vie permettant de briser l'isolement des aînés et des proches aidants en leur offrant des services personnalisés répondant à leur besoin 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.

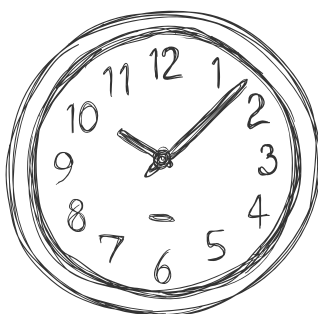
Quant à elle, la **friperie «Le Grenier»** est un projet d'économie sociale voué à la revitalisation du textile. Elle a été mise sur pied pour financer les activités du Relais Santé. La friperie recueille les dons en textile, les chaussures, les livres, la vaisselle, les bibelots et les cadres, les jouets et autres petits objets.

Clientèle : l'organisme s'adresse à toutes les personnes âgées de 50 ans et plus.

Nos heures d'ouverture



Lundi : 10h à 16h
Mardi : 10h à 16h
Mercredi : 10h à 16h
Jeudi : 10h à 18h
Vendredi : 10h à 17h
Samedi : 12h à 17h



Lundi : 8h30 à 16h
Mardi : 8h30 à 16h
Mercredi : 8h30 à 16h
Jeudi : 8h30 à 16h
Vendredi : 8h30 à 16h



Les fondations de l'organisme

Le Relais Santé de Matane est un milieu de vie permettant de briser l'isolement des aînés et des proches aidants en leur offrant des services 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 développement d'habiletés fonctionnelles et sociales.

La mission de Relais Santé, de par son volet « La sagesse en action », est aussi de promouvoir l'implication des aînés dans le milieu, de les valoriser et de leur permettre de partager leur sagesse et leurs savoirs. Nous travaillons de concert avec les aînés sur différents projets et contribuons ainsi à maintenir et augmenter leur estime d'eux-mêmes, ce qui améliore leur qualité de vie. Relais Santé travaille constamment dans un axe qui vise à briser les barrières liées à l'âge et l'organisme est un agent de transformation sociale auprès de la population vieillissante.

Carte de membre

L'adhésion est de 20\$ annuellement. Elle vous fait profiter des avantages, des rabais sur nos services et activités, des rabais sur vos achats à la friperie « Le Grenier », etc.

20\$



L'équipe de la direction



**ANNY
SERGERIE**

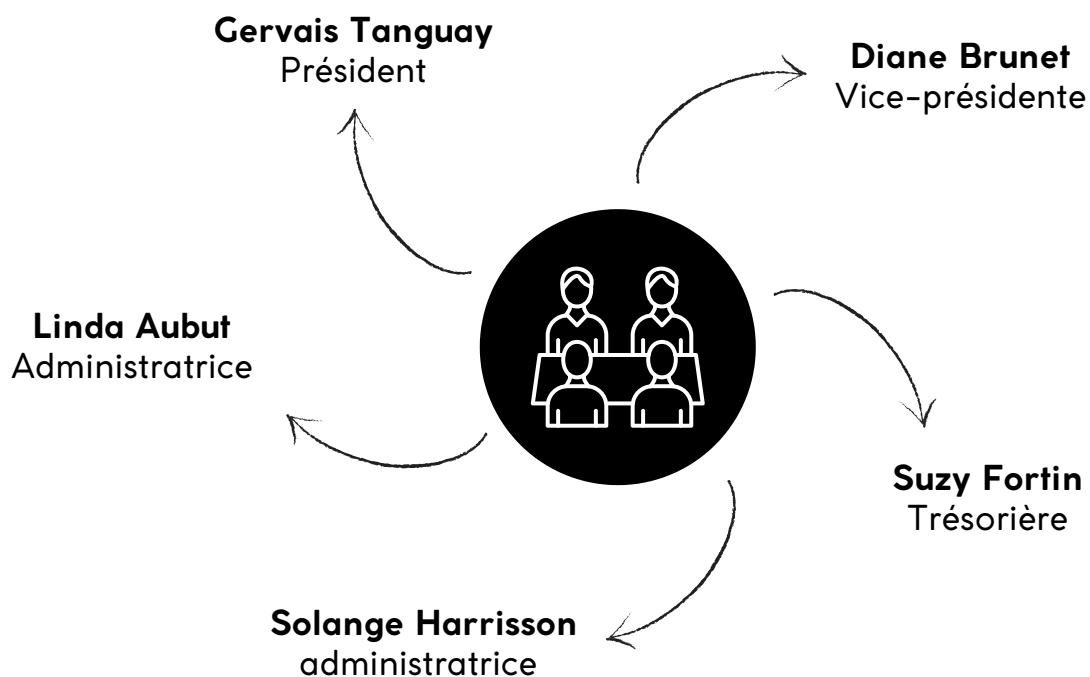
Directrice
générale



**JOHANNE
CAYOUCETTE**

Adjointe
administrative

Les membres du conseil d'administration



Travailleuse de milieu

La travailleuse 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.



* À NOTER QU'IL Y A EU UNE INTERRUPTION DE SERVICE DE TROIS MOIS.



**SARAH
DESGAGNÉES**

Travailleuse
de milieu



Problématiques rencontrées:

- Deuil
- Isolement
- Accompagnement d'un proche
- Maltraitance
- Santé physique et mentale
- Sécurité alimentaire
- Et plusieurs autres



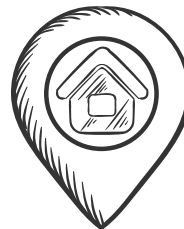
Les accompagnements se font par téléphone, au bureau ou à domicile

Le travailleur de milieu est un projet issu du secrétariat des aînés et le Relais Santé est porteur de ce projet.

De plus, les travailleurs de milieux se doivent de tenir une communauté d'ITMAV (initiative des travailleurs de milieux d'aînés vulnérables).

Les rencontres ont pour but de partager leurs expériences et des outils, échanger sur divers sujets, avoir des conférences et des formations, etc.

“ Une publicité radio a été effectuée afin de faire connaître davantage les services! ”

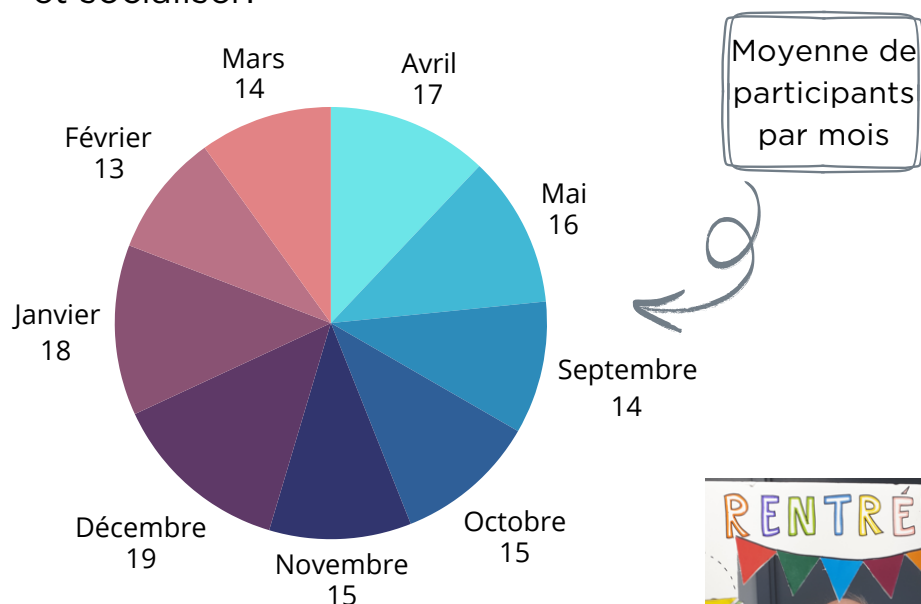


Avec la collaboration de pharmacies, nous avons procédé à un envoi massif de dépliants.



Ateliers cognitifs

Une autre belle année remplie d'activités vient de passer. Les participants ont eu l'occasion de faire travailler leurs neurones tout en venant s'amuser et socialiser!



PARTY DE NOËL 2024



PHOTO OFFICIELLE DE LA
RENTÉE 2024-2025!



AUDREY SAVARD

Animatrice et
formatrice



MUSICIENS DANS LE CADRE D'UNE ACTIVITÉ SPÉCIALE



Centre de jour d'été

Pour un deuxième été consécutif, nous avons offert à nos membres de venir nous trouver une fois par semaine pour faire des activités de toutes sortes!

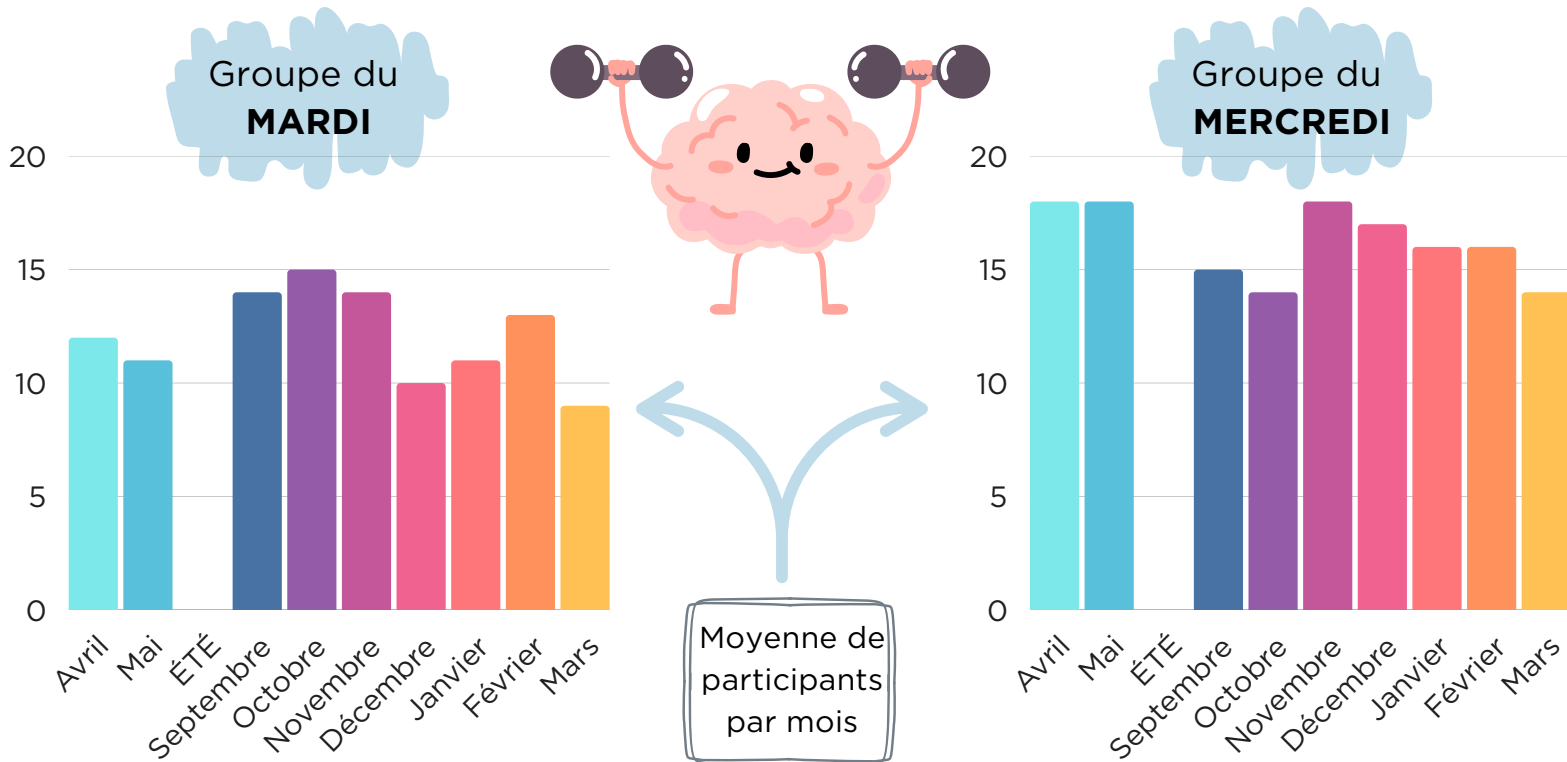
Du 26 juin au 14 août 2024, ce sont 8 rencontres qui ont accueilli en moyenne 12 participants.



DINER HOT-DOG!

Ça prend pas la tête à Papineau

Des rencontres remplies d'une panoplie d'activités sont proposées. Que ce soit des exercices de français, de mathématiques, de logique, de déduction, des jeux-questionnaires, il y a de tout pour tous les goûts!



Ateliers dans les villages



Des ateliers tels que « le grand déménagement », « la sexualité chez les aînés » ainsi que « profiter pleinement du vieillissement » ont été présentés.

4 présentations
62 participations

Apprendre à devenir vieux

Cette formation sert à sensibiliser les gens au vieillissement. Nous abordons plusieurs sphères qui entourent la personne vieillissante ainsi que les changements qui peuvent survenir lors du vieillissement.

2 présentations
33 participations

Centre de soutien aux proches aidants

Le service aux proches aidants, c'est :

78 heures de formation en groupe

En moyenne 26 proches aidants par rencontre

C'est aussi :

485 heures de soutien psychosocial

87 personnes rejointes durant l'année

Sujets abordés en groupe

Placement ;
Deuil blanc ;
Que faire en cas de décès ;
Notaire ;
Droit et recours ;
Etc.



**MARTINE
GAUTHIER**

Coordonatrice du centre de
soutien aux proches aidants

« Bientôt 4 ans au sein de l'équipe à vivre
un amour inconditionnel avec cette
clientèle. »

Un
merveilleux
voyage de fin
d'année au
Saguenay!

Mais
aussi...



Personnes
ayant
participé au
voyage



La Fabuleuse Histoire d'un Royaume
Petit voyage en bateau
Visite de la maison blanche
Etc!

Activités spéciales



Karène Larocque

(M.Ps. Spécialisée en Auto-développement)

Quand le corps sonne l'alarme

Conférence ayant pour objectif de démontrer aux gens à quel point il est important de s'occuper de soi.
103 personnes étaient présentes!

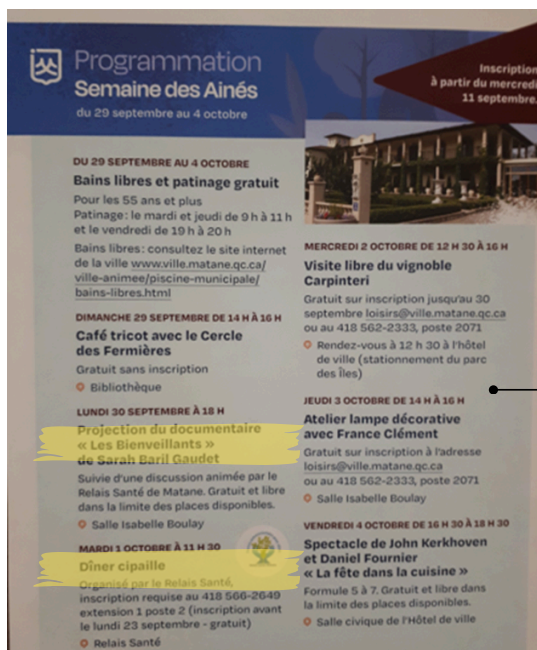


Georges L'Espérance

(Neurochirurgien, praticien de l'AMM et président de l'AQDMD)

Aide médical à mourir dans la dignité

Renseignements sur le droit et les changements des lois 2024
80 personnes étaient présentes!



Semaine des Aînés

Martine Gauthier a eu l'opportunité d'animer une discussion suite à une projection d'un documentaire.

Dîner Cipaille
82 personnes présentes



Répit individuel

Le répit individuel permet au proche aidant d'avoir un temps pour lui pendant qu'une intervenante s'occupe de son aidé. Cette dernière peut faire diverses activités cognitives, physiques ou simplement un brin de jasette. Le service offre généralement des blocs de 3h.

1256 h de répit offertes dans la dernière année

34 proches aidants utilisant le service



Répit de groupe et centres de jour

Le répit de groupe permet aux proches aidants de venir porter leur proche pour un après-midi rempli d'activités et ce, en bonne compagnie!

Une moyenne de **7** participants par rencontre

672 heures de répit offertes dans la dernière année

Les **centres de jour** ont pu débuter officiellement en mars, pour ceux de Matane et Les Méchins. Nous sommes toujours à la recherche de participants pour le groupe de St-Ulric.



CINDY COUTURIER

Animatrice
répit de groupe

Projet Relais Santé Globale

Le projet Relais Santé Globale consistait à mettre en place sur la base du bénévolat les activités de stimulation cognitive (gym cerveau) et physiques (viactive) dans les municipalités de La Matanie pour les personnes de 50 ans et plus. Les bénévoles responsables de l'animation de ces activités ont été recrutés, formés et équipés pour garantir le succès du projet.

Ce sont **8** municipalités

17 bénévoles impliqués

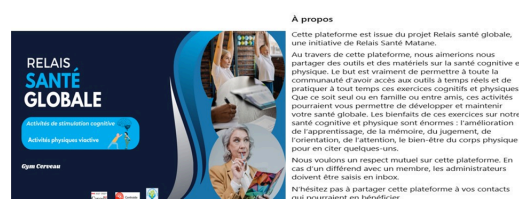
Et plus de **130** participants

(Une augmentation de 8%!)



RENCONTRE DU 5 SEPTEMBRE AVEC LES ANIMATEURS

Le groupe Facebook public, **Relais Santé Globale**, a permis de rejoindre plus **4 972** personnes. 2 à 3 activités y sont publiées chaque semaine. Le groupe a été créé en septembre 2024 afin de permettre à toute la communauté d'avoir accès aux activités en temps réels et de pratiquer en tout temps les exercices cognitifs et physiques.



Relais Santé Globale

Cours de tricot

Cette année encore, les membres intéressés par le tricot ont eu l'opportunité de suivre des cours pour peaufiner leurs techniques, apprendre et socialiser.



ANDRÉE JOUBERT

Animatrice
des groupes de
tricot et d'anglais

Groupe de tricot 1 :

267 participations dans la dernière année

Groupe de tricot 2 :

219 participations dans la dernière année

Groupe de tricot 3

(qui a commencé en septembre 2024) : 139 participations



Cours d'anglais

Le groupe d'anglais a pris fin en juin, mais il y a eu **139** participations pour les deux groupes combinés. Les aînés ont eu l'opportunité d'apprendre les bases de l'anglais et plus encore!



Diners communautaires



Cette année, malgré tous les changements, nous avons maintenu les diners communautaires, bien que légèrement plus espacés dans le temps que la dernière année.

C'est près de **80** personnes présentes à chaque diner!

Pochettes

Avec l'aide du CISSS, nous avons eu la chance de préparer des troussees comprenant des effets importants à avoir lors d'une hospitalisation imprévue. Une petite trousse prête-en-main.



C'EST PLUS DE 300 TROUSSES QUI ONT ÉTÉ DISTRIBUÉES AUX AÎNÉS!



As de cœur

En mai 2024, Relais Santé a lancé la Chasse à l'As de Cœur, une loterie locale hebdomadaire offrant aux participants l'occasion de gagner deux lots : le lot hebdomadaire et le gros lot. Le lot hebdomadaire représente 20 % des ventes de la semaine, tandis que le gros lot correspond à 30 % des ventes hebdomadaires cumulées. Cette première édition, qui s'est terminée en février 2025, a permis de récolter un montant de 69 736,48 \$ et de soutenir 11 organismes communautaires de La Matanie, répartis comme suit :

- Relais Santé Matane : 41 841,88 \$
- Gaspésie, Une main pour l'Autisme : 13 947,29 \$
- Maison des Familles de La Matanie : 1 758,05 \$
- Association de Soccer Mineur région Matane : 2 000 \$
- Association du Baseball Mineur de Matane : 2 000 \$
- Cercle de Fermières Matane : 2 000 \$
- Club des 50 ans et plus de Saint-Rédempteur : 1 000 \$
- Club des 50 ans et plus Saint-Jérôme-de-Matane : 1 000 \$
- EBJM Danse : 2 000 \$
- Fondation de l'Hôpital de Matane : 1 000 \$
- Fondation Paul-Pineault pour soulager l'Alzheimer : 1 000 \$



PHOTOS D'ORGANISMES BÉNÉFICIAIRES

Il est à noter que, outre «Relais Santé» et «Gaspésie, Une Main pour l'Autisme», un comité indépendant appelé « Groupe des Sages » a sélectionné les autres organismes bénéficiaires et déterminé les montants accordés.



**BLAISE
MISSADJI**

Chargé de
projet

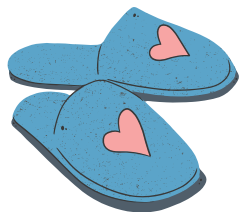


PHOTOS DE QUELQUES GAGNANTS
DE LA PREMIÈRE ÉDITION



Nous tenons à remercier tous nos bénévoles, points de vente partenaires ainsi qu'à tous nos participants et donateurs pour leur incroyable soutien. Votre générosité raisonne fort.

Gala des bénévoles



Près d'une quarantaine
de bénévoles donnent
généreusement de leur
temps au Relais Santé!



DENIS IMBAULT

Bénévole de l'année 2024



Un beau matin en bonne
compagnie!

La nouvelle formule brunch et
pyjama fût un succès!

Friperie Le Grenier



Geneviève
Simard
et
Chantal
Richard



Rolande
Gendreau



Samuel
Deschênes



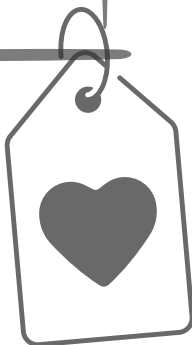
La friperie Le Grenier, c'est :

688 cartes vendues dans
la dernière année

17 323 transactions effectuées

C'est **12** bénévoles qui ont donné
plusieurs heures de bénévolat

La friperie offre aussi des
dépannages pour les gens dans le
besoin.



La remorque à dons!



Autres services offerts

- Location de salle
- Service de secrétariat
- Les « Serpuariens »
- Chorale
- Groupe littéraire

Pour toutes
questions,
informations,
inscriptions,
carte de membre,
etc.

Contactez **Johanne
Cayouette**

Financement

Afin de nous permettre de maintenir et de poursuivre nos activités et nos programmes, nous avons recours à diverses 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

Ville de Matane

Gouvernement Fédéral

Gouvernement Provincial

La friperie Le Grenier

Centraide



Rénovations



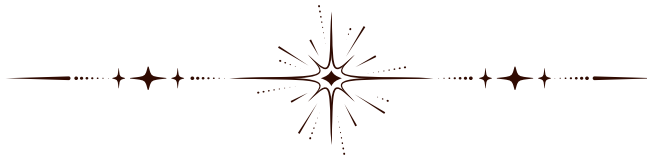
Les rénovations qui ont été effectuées étaient prévues depuis quelques années déjà et étaient pleinement planifiées financièrement. Tout avance comme prévu pour vous offrir un nouvel environnement sécuritaire et convivial.

Au plaisir de vous y retrouver !

Tables de concertation

Le Relais Santé est membre de plusieurs 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 de la Matanie
- Table régionale des organismes communautaires du Bas-Saint-Laurent (TROC)
- Regroupement des aidants naturels du Québec (RANQ)
- Synergie Bas-Saint-Laurent
- Comité Éclaireurs (qui repart de Flambeaux)
- Comité d'hébergement d'urgence
- Comité de pilotage transport et accompagnement
- Comité organisateur du Salon des aînés actifs et en action



Priorités et orientations

Pour la prochaine année, nous désirons diversifier davantage nos activités pour répondre à une plus grande clientèle. Nous planifions entre autres des cafés rencontres avec des thématiques, mais ouvert à tous les 50 ans et plus. Nous prévoyons aussi offrir de nouveaux cours pour répondre à la demande de nos membres.

En ce qui a trait à l'équipe de travail, nous souhaitons un environnement de travail harmonieux, ainsi qu'une équipe dynamique et motivée à vous aider.

Pour la friperie, nous aspirons à maintenir une excellente qualité des vêtements et du matériel, ainsi qu'un excellent service à la clientèle.

Et pour terminer, la continuité de tous nos services en constante amélioration!

