# Rapport annuel 2022-2023

Carrefour des proches aidants de Québec

# Table des matières


* Mot de la présidente…… 3
* Mot de la directrice …… 4
* Notre gouvernance …… 5
* Nos équipes de travail…….. 6-7
* Notre offre de services ……. 8
* Mot de la coordonnatrice des services de répit…… 9
* Nos services de répit…… 10-18
* Mot de la coordonnatrice des activités……. 19
* Nos activités…..…… 20-21
* Notre soutien psychosocial…..…… 22-24
* Nos bénévoles…… 25
* Nos communications…… 26
* Nos implications dans la communauté…… 27
* Nos représentations …… 28
* Notre aperçu de l'année 2023-2024…… 29
* Nos prévisions budgétaires 2023-2024 …… 30-37
* Nos partenaires…..…….. 38


CARREFOUR DES PROCHES AIDANTS DE QUÉBEC

# Mot de la présidente Sophie Éthier

Ce mot de la présidente est le cinquième que je rédige en autant d'années. C'est un honneur pour moi que de représenter encore une fois cet organisme dont la mission et les personnes qui la soutiennent me sont si précieuses. C'est avec une infinie tristesse que cette année 2022-2023 sera marquée à jamais par le décès de Suzanne, qui a appris sa maladie au lendemain de notre AGA de l'an dernier. Elle s'est battue avec une grande résilience et un courage exemplaire contre le cancer, mais elle n'a pas perdu la bataille. Elle a choisi de mourir sereinement et dignement le 13 mai dernier, entourée de ses proches, prenant soin de nous permettre de lui faire nos adieux. Toujours souriante et pleine de lumière, jusqu'à la fin, elle aura été un modèle de femme forte pour toutes les personnes qui ont eu l'immense privilège de la côtoyer. Bien qu'avec nous seulement depuis juin 2019 en tant que directrice, elle a laissé une trace indélébile au CPAQ. En 4 ans, elle a géré les deux déménagements de notre organisme et traversé une pandémie! Grâce à elle, et pour au moins dix ans, nous bénéficions d'un toit chaleureux qui répond à nos besoins. Grâce à elle, nous avons une situation financière plus stable. Grâce à elle, le CPAQ est devenu un incontournable en proche aidance dans la grande région de Québec. Et grâce à elle, nous avons le bonheur de compter sur Myriam Fleury-Bérubé pour lui succéder.

Madame Suzanne Houle était une femme d'exception. En son honneur, et avec son accord, un *Prix Suzanne-Houle* sera désormais décerné à une personne ayant apporté une contribution significative à la cause de la proche aidance. Les détails de ce prix seront à déterminer dans les prochains mois.

Je termine en remerciant chaleureusement les employés, les bénévoles, les membres du conseil d'administration et les donateurs sans qui nous ne pourrions accomplir notre mission de soutenir les proches aidants. Le Carrefour, c'est vous tous! Enfin, merci aux proches aidants de soutenir vos proches. J'espère que nous contribuons à adoucir un peu votre parcours. Merci d'être là.

Carrefour des proches aidants de Québec

# Mot de la directrice Myriam Fleury-Bérubé

Je rédige le mot de la directrice pour la première fois aujourd'hui alors qu'initialement, j'avais en tête de laisser la chance à notre chère Suzanne de boucler la boucle de cette dernière année à la direction par elle-même. La vie en a voulu autrement. Que son âme repose en paix et nous accompagne encore longtemps dans l'accomplissement de la mission de l'organisme.

Cette année 2022-2023 aura fait rayonner la force, le dévouement et la résilience de Suzanne. Elle a mené à terme le projet de relocalisation de l'organisme avec brio, avec tout ce qu'il comportait, alors qu'elle s'est absentée à l'été 2022 pour cause de maladie. Elle est revenue en force à l'automne pour continuer de travailler sur ses dossiers, en plus d'organiser une journée portes-ouvertes en janvier 2023 pour inaugurer nos nouveaux locaux.

Plusieurs personnes m'ont fait part de ne pas s'être douté de la gravité de sa maladie. À cela, je vous répondrais qu'elle avait à cœur de travailler à améliorer les conditions générales du Carrefour pour permettre aux employés, aux bénévoles et aux membres proches aidants de se sentir unis, chez eux, dans leur maison. D'avoir un lieu où nous prenons soin des personnes proches aidantes et où il fait bon de se retrouver ensemble.

En son absence, le Carrefour a continué de rouler comme à l'habitude grâce à l'excellent travail des membres du conseil d'administration, de Linda Côté, notre responsable des services de répit, et de notre comptable, Rosaire Vandal. Nous avons senti la puissante collaboration de tous les membres de l'équipe, ce qui, à mon avis, a solidifié des liens au cours de l'année.

En ce qui me concerne, je souhaite honorer le travail de Suzanne, qui a été une figure grandement significative pour moi lors de ces quatre dernières années. Je serai présente pour vous, comme elle l'a été pour tous !

Merci de nous faire confiance d'année en année.

Carrefour des proches aidants de Québec

# Notre gouvernance : le conseil d'administration

Le conseil d'administration au 31 mars 2023 :

* Sophie Éthier, présidente (2022-2024)
* Gilles Febvet, vice-président (2022-2024)
* Carolanne Lauzer, secrétaire (2021-2023)
* Adam Ziel, trésorier (2022-2024)
* Caroline Dion, administratrice (2021-2023)
* Johane Guillemette, administratrice (2021-2023)
* Xavier Houdot, administrateur (2022-2024)

N. B. : Le conseil d'administration est indépendant du réseau public (ACA)

# Notre équipe de travail au bureau

**Feu Suzanne Houle**
Directrice générale, succédée par **Myriam Fleury-Bérubé** (retour de congé de maternité)

**Annabelle Hypolite**
Coordonnatrice de la programmation des activités

**Linda Côté**
Coordonnatrice des services de répit

**Éric Chassé**
Agent des communications et médias

**Véronique Boulet**
stagiaire à l'automne 2022, ensuite embauchée comme employée de bureau et intervenante

**Rosaire Vandal**
Comptabilité
(1 jour/semaine)

Carrefour des proches aidants de Québec

# Notre équipe de travail sur le terrain

**Intervenant(e)s répits à domicile (au 31 mars 2023) :**

* Geneviève Héon, Sylvie Duchaine, Lucie Filion, Murielle Mercier, Céline Hoffman, Ève Duhaime, Nathalie Massé, Jeannette Lefebvre, Sylvie Vermette, Josée Champagne, Marie-Anne Ouellet, Véronique Boulet
* Départ durant l'année : Brenda Smollett et France Tardif.

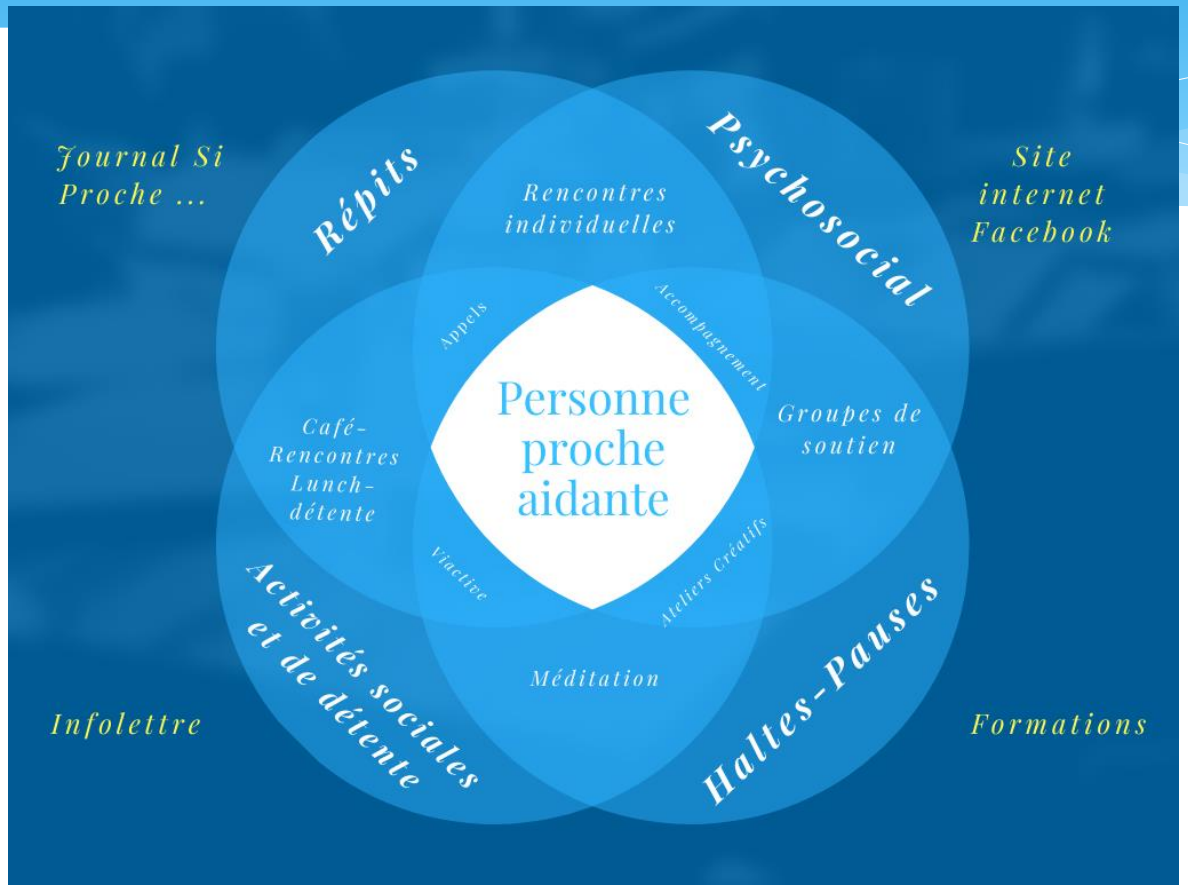
**Intervenantes haltes-pauses (au 31 mars 2023) :**

* Véronique Boulet, Carole Blais, Audrey-Anne Pinet, Sylvie Vermette et Marie-Anne Ouellet

**Intervenantes psychosociales :**

* Lucie Filion et Audrey-Anne Pinet (interventions individuelles et de groupes de soutien)
* Danielle Séguin et Annabelle Hypolite (intervenantes du groupe de deuil)

# Notre offre de services






Carrefour des proches aidants de Québec

# Mot de la coordonnatrice des services de répit Linda Côté

Le répit à domicile et hors domicile (halte-pause) est un besoin important pour une personne proche aidante (PPA).

Pour le répit à domicile, grâce au financement de l'Appui, nous avons pu offrir 5433,75 heures à quatre-vingt-quatre (84) PPA moyennant une contribution de 2 $ l'heure, ainsi que 110,25 heures de répit accessoire afin de permettre à des PPA de participer à un groupe de soutien. Sur le financement de la Fondation de la Fédération des médecins spécialistes du Québec (FFMSQ), c'est 703,5 heures de répit pour divers PPA. Trois personnes aidantes aux besoins particuliers ont pu recevoir 378,5 heures de répit grâce à un paiement du CIUSSS. Deux stagiaires de notre organisme ont offert 81,5 heures de répit à cinq (5) PPA.

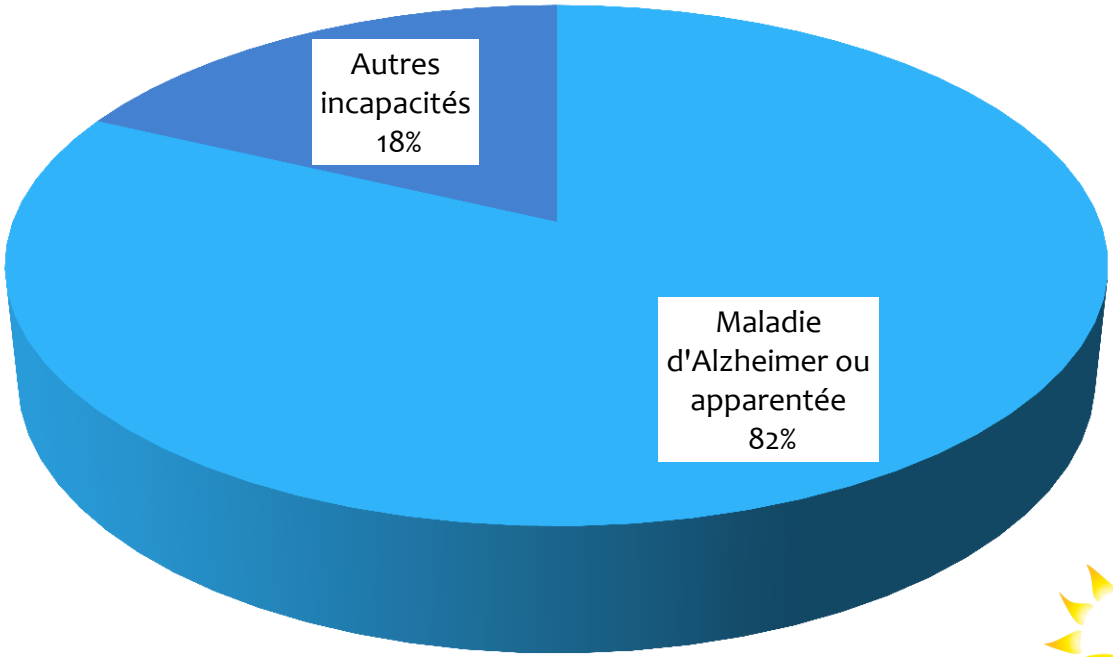
Nous privilégions toujours le jumelage de la même intervenante dans la même famille selon un horaire régulier, cette façon de procéder a fait ses preuves.

Pour le répit hors domicile, nous avons quatre haltes-pauses qui sont situées à Vanier, Loretteville, Charlesbourg et Beauport. Lorsqu'une personne aidée est accueillie dans l'un de nos groupes comme participante, sa personne aidante peut profiter d'un temps de répit de 13 h à 17 h. Ce service est aussi financé par l'Appui avec une contribution de 2$ l'heure de la part des membres. Grâce à un financement supplémentaire du CIUSSS, nous avons ajouté une intervenante à notre halte-pause de Charlesbourg. Cela nous a permis de recevoir quatre personnes aidées de plus.

En 2022-2023, nous avons maintenu un taux élevé de satisfaction pour nos services. Je tiens à remercier le personnel qui offre ces services aux PPA.  Notre but : Vous aider !

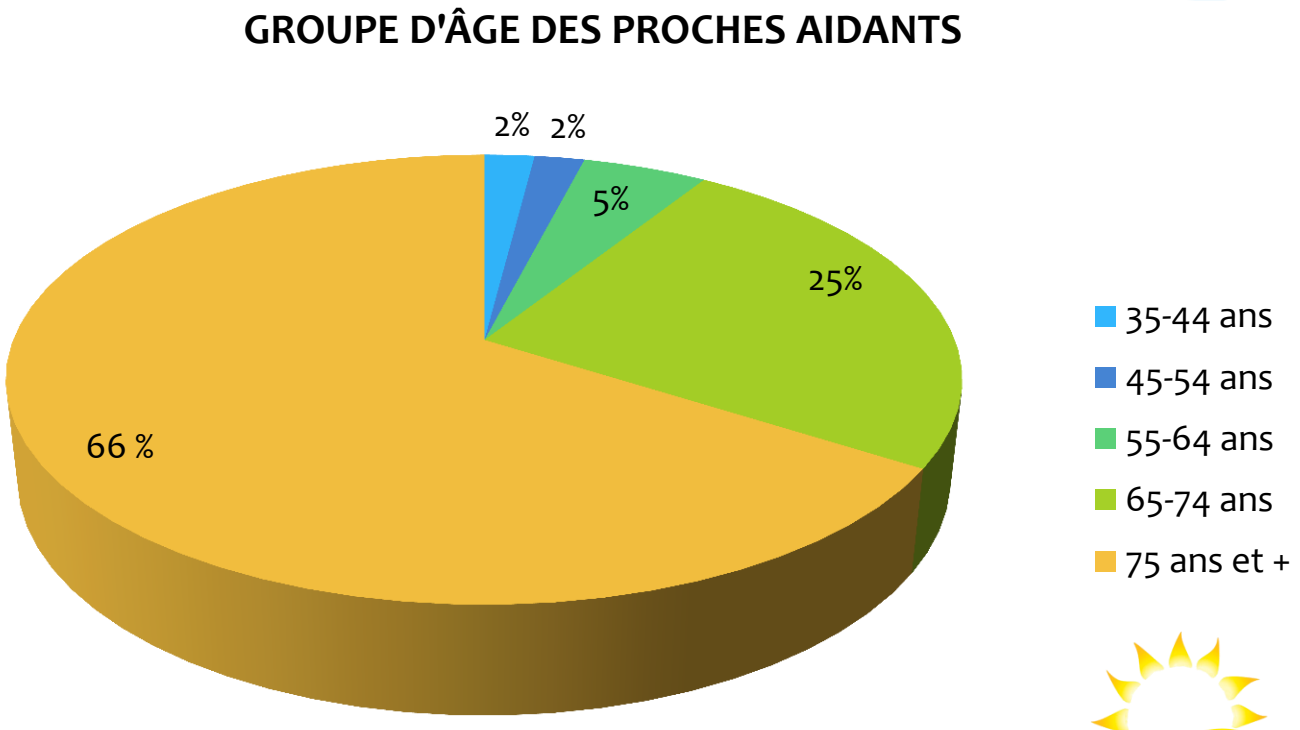
# Service de répit à domicile

**DIAGNOSTIC DES PERSONNES AIDÉES**




CARREFOUR DES PROCHES AIDANTS DE QUÉBEC

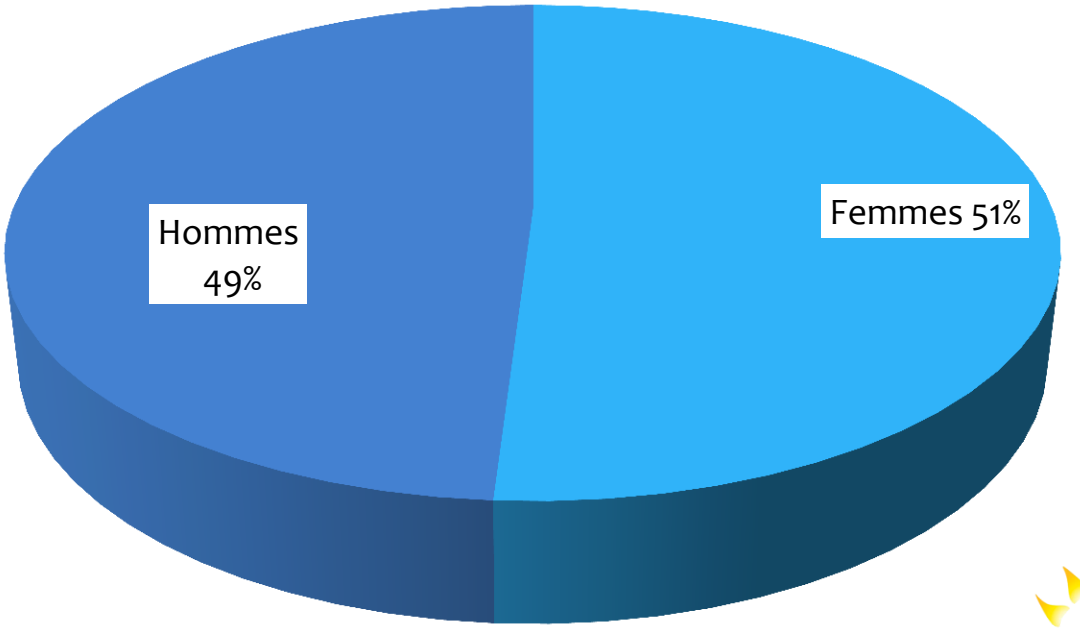
# Service de répit à domicile




CARREFOUR DES PROCHES AIDANTS DE QUÉBEC

# Service de répit à domicile

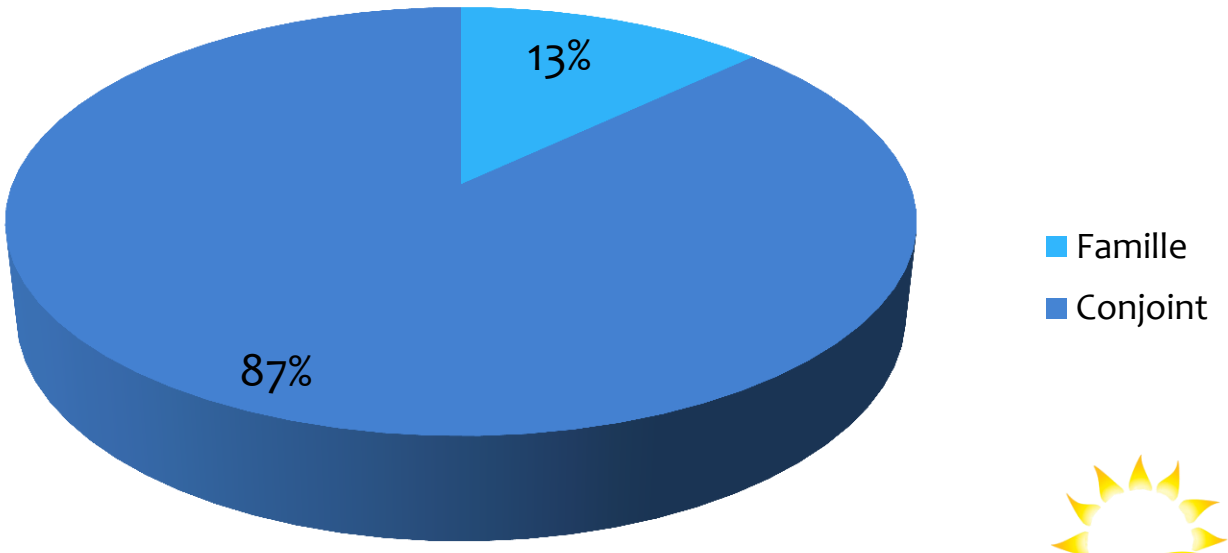
**SEXE DES PROCHES AIDANTS UTILISANT LE RÉPIT À DOMICILE**




CARREFOUR DES PROCHES AIDANTS DE QUÉBEC

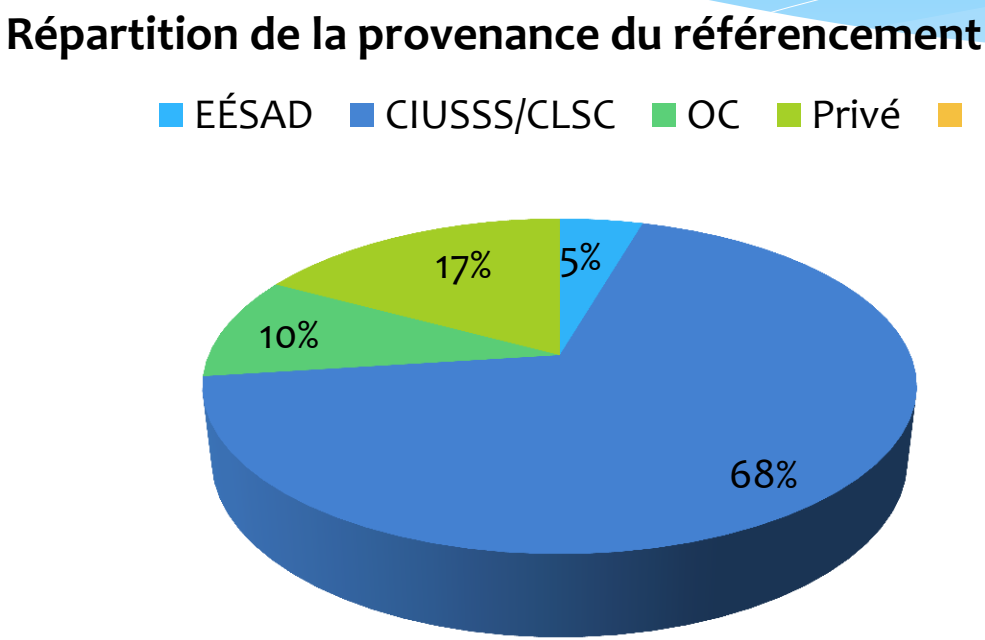
# Service de répit à domicile

**LIEN DE PARENTÉ ENTRE LE PROCHE AIDANT ET L'AIDÉ**



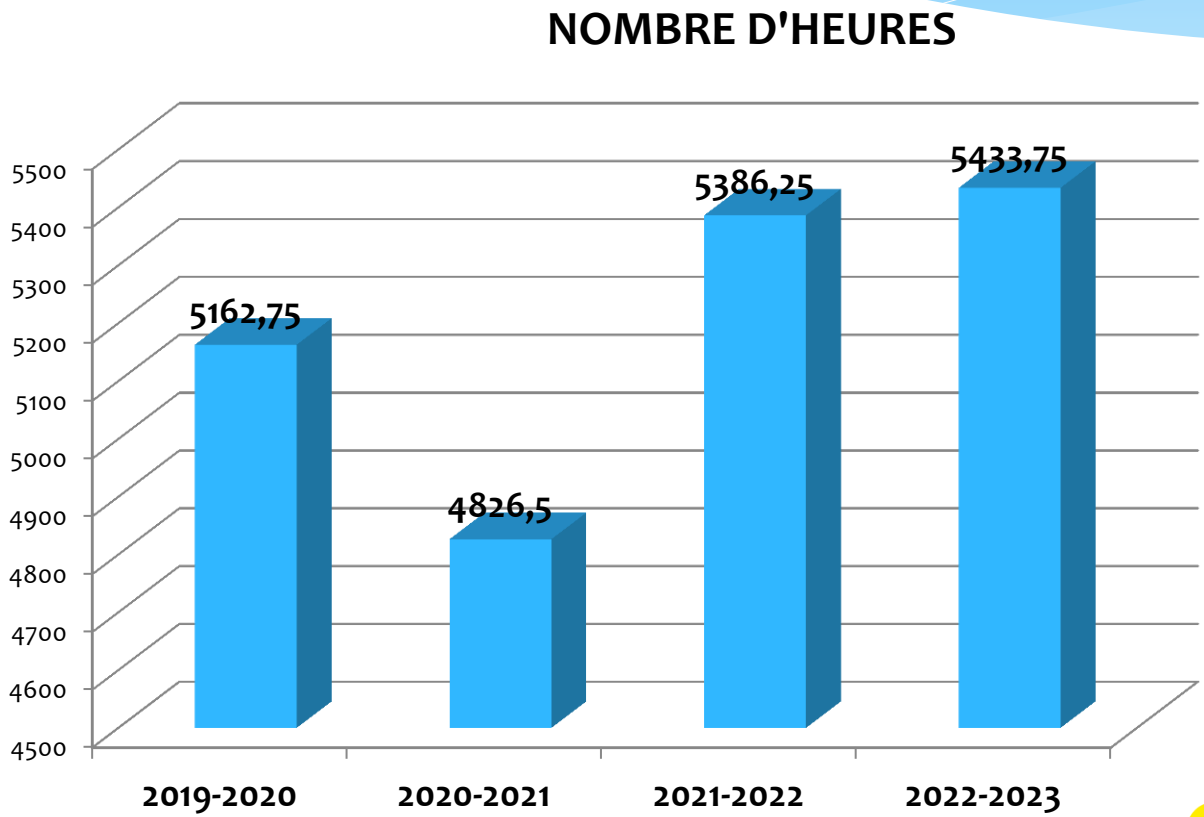

CARREFOUR DES PROCHES AIDANTS DE QUÉBEC

# Service de répit à domicile



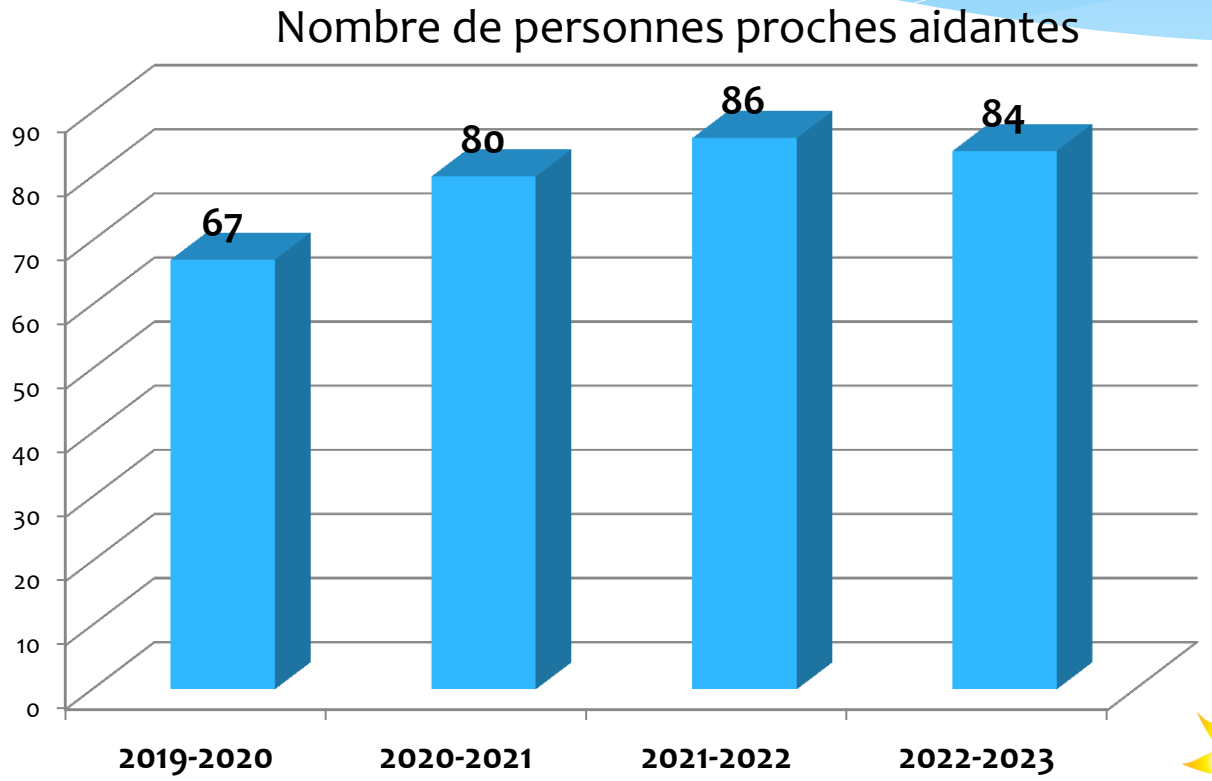

CARREFOUR DES PROCHES AIDANTS DE QUÉBEC

# Service de répit à domicile




Carrefour des proches aidants de Québec

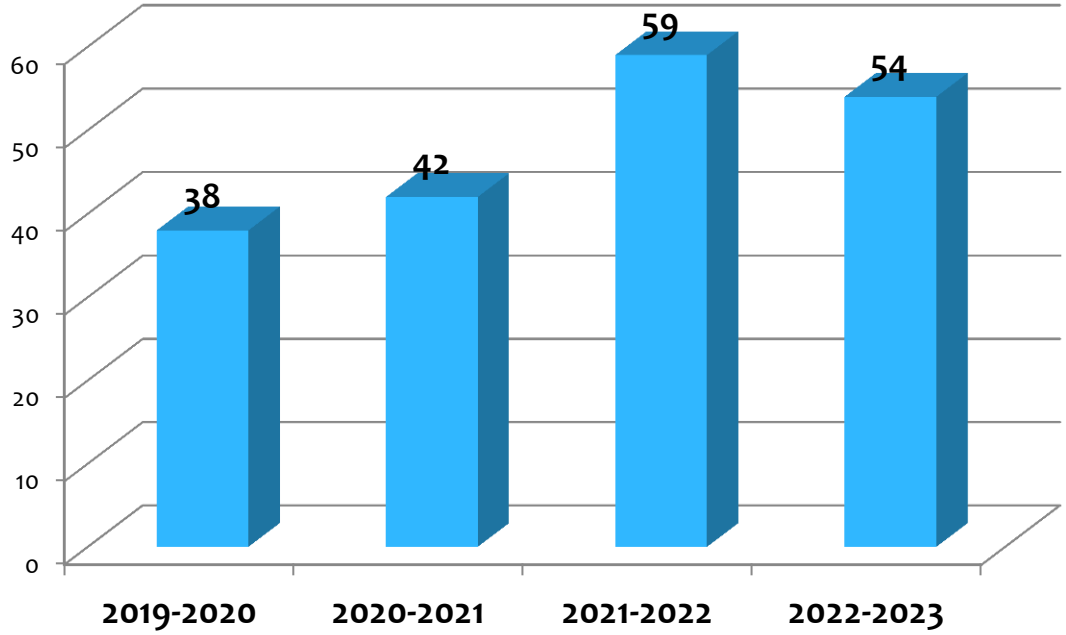
# Service de répit à domicile




CARREFOUR DES PROCHES AIDANTS DE QUÉBEC

# Service de répit hors domicile

**Nombre de personnes proches aidantes ayant bénéficié de répit hors domicile**

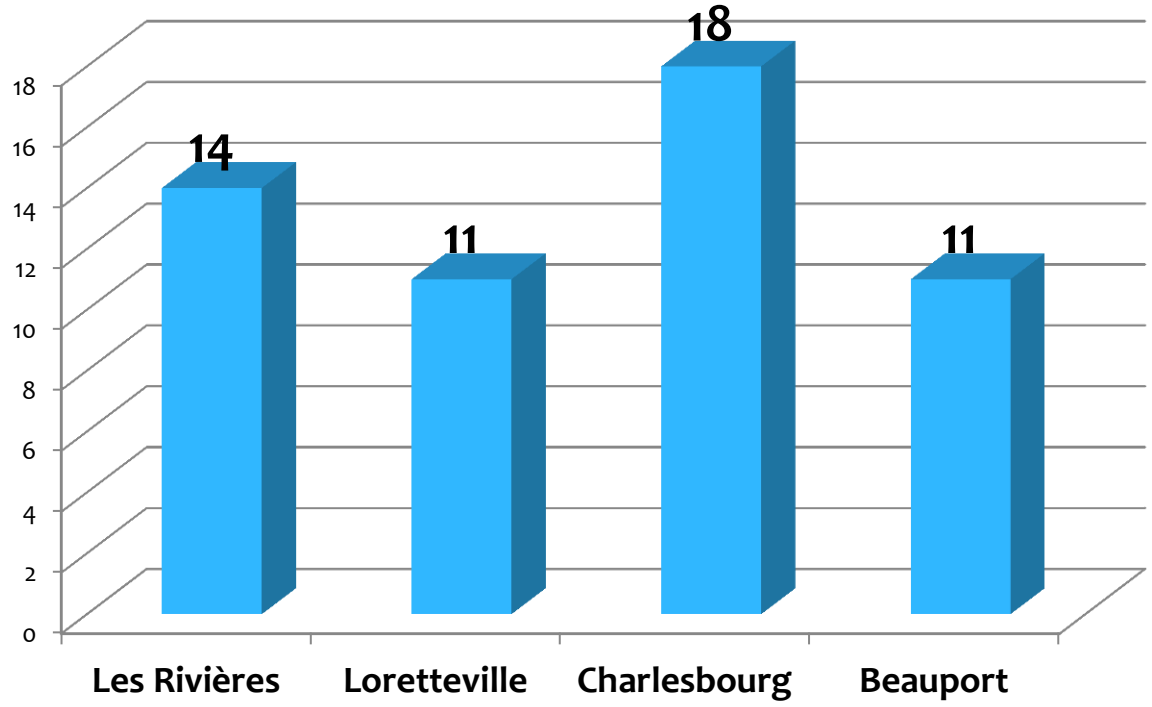



N. B. : Depuis 2021 à 2023, plus de participants grâce à l'ajout d'un financement (CIUSSS).

CARREFOUR DES PROCHES AIDANTS DE QUÉBEC

# Service de répit hors domicile

**Nombre de personnes différentes accueillies par halte-pause**






Carrefour des proches aidants de Québec

# Mot de la coordonnatrice des activités Annabelle Hypolite

L'année financière 2022-2023 a été une année où d'importants changements ont eu lieu et ont affecté le volet des activités sans toutefois occasionner de coupure. Myriam Fleury-Bérubé, coordonnatrice des activités, est partie en congé de maternité le 14 avril 2022. C'est Carole Blais et Éric Chassé qui ont pris la relève des activités et des communications respectivement au printemps.

À la session d'automne, il a été nécessaire de faire quelques essais et ajustements sur le poste. Suzanne, femme de cœur et de tête, a dû assumer les tâches de coordonnatrice des activités en même temps que les tâches de direction de l'organisme.

En décembre 2022, nous avons déménagé dans des nouveaux locaux, plus grands, plus clairs. Grâce à cette amélioration locative, nous pouvons désormais tenir toutes nos activités de la programmation (excepté le dîner de Noël et le lunch-détente) et la halte-pause de Charlesbourg sur place.

J'ai rencontré Suzanne en janvier pour un stage professionnel d'une durée d'un mois, et par la suite, elle m'a proposé de prendre la relève du poste de coordonnatrice. J'ai accepté le défi le 14 février 2023. Suzanne a vu sa santé décliner et nous a quittés pour une retraite bien méritée le 31 mars 2023. Depuis cette date, Myriam est revenue au travail avec ses nouvelles responsabilités de maman et occupe le poste de directrice générale.

Pour les activités, notre organisme peut vraiment être fier ! Nous avons su maintenir notre programmation et augmenter la participation de nos membres. On termine notre année au 31 mars 2023 avec 223 participants aux activités. Rien de tout cela n'aurait été possible sans le soutien de notre conseil d'administration et de nos collègues, et l'implication des Ailes du Carrefour – nos bénévoles.

Nous vous remercions pour votre appui. Sachez que nous faisons notre possible pour proposer des activités qui répondent aux intérêts de nos membres.

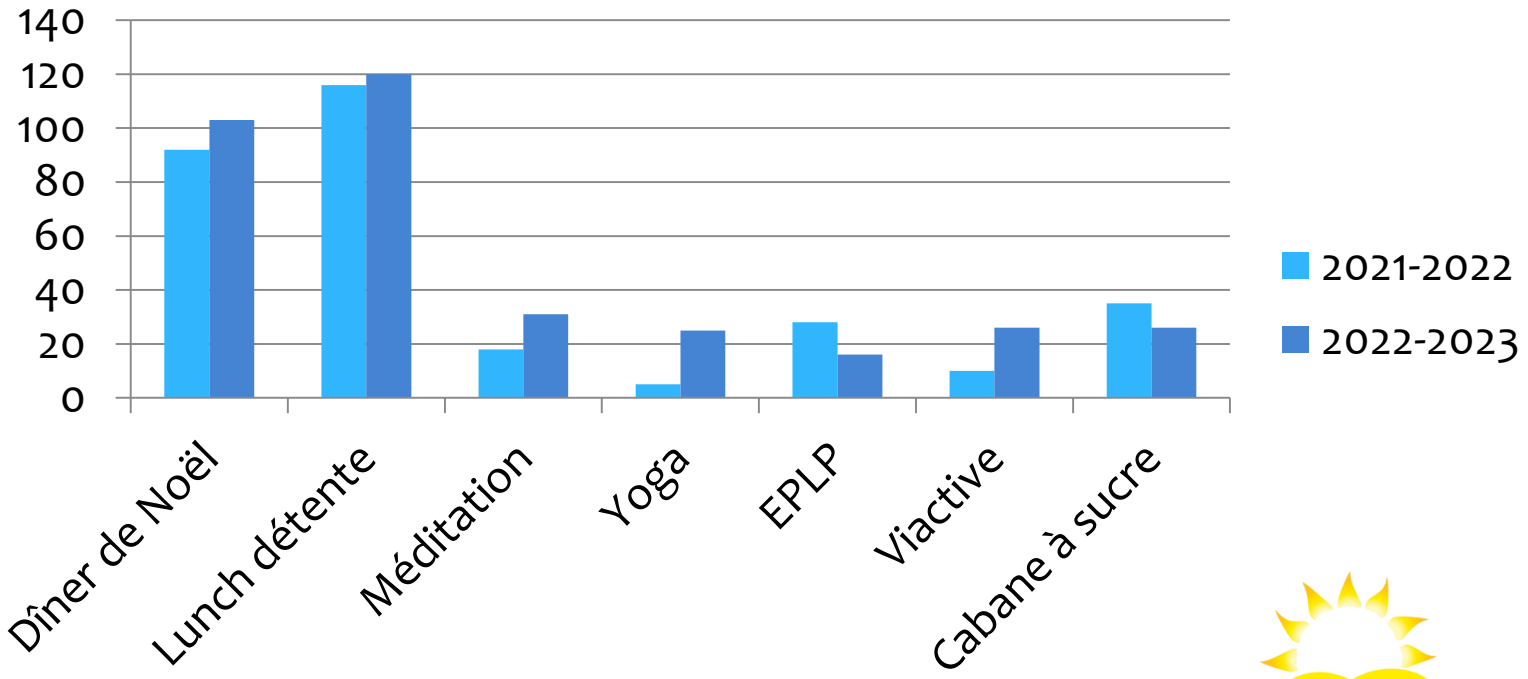


CARREFOUR DES PROCHES AIDANTS DE QUÉBEC

# Participation à nos activités

- **Sortie à la cabane à sucre 2022** : 26 personnes
- **Lunch-détente du lancement de la programmation** : 56 personnes
- **Sortie aux pommes** : 4 personnes
- **Méditation** : 31 personnes
- **Yoga** : 25 personnes
- **Programme d'activités physiques *Viactive*** : 26 personnes
- **Les cafés-rencontres** : plus de 75 personnes (la voix du cœur ; la trousse de soin bien-être ; la bientraitance ; aménagement de son chez soi ; de la culpabilité à la paix intérieure)
- **Cultivons notre vitalité mentale** : 32 personnes
- **Ensemble pour le plaisir (EPLP)** : 8 dyades (proche aidant/aidé)
- **Dîner de Noël** : 103 personnes
- **Lunch-détente de mars** : 64 personnes

# Participation à nos activités




CARREFOUR DES PROCHES AIDANTS DE QUÉBEC

# Notre soutien psychosocial

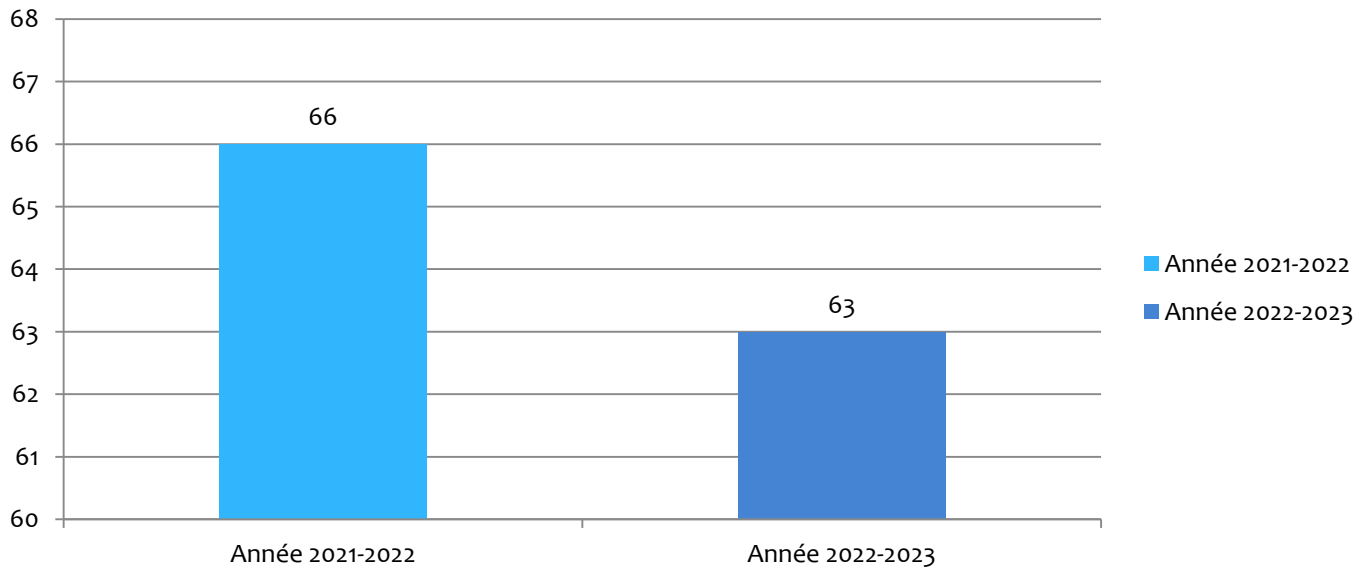
Nous soulignons le financement de l'Appui pour les divers groupes de soutien : groupe de soutien pour les personnes proches aidantes avec Lucie Filion, groupe SEMA (sensibilisation et éducation à l'expérience morale des aidants) et le groupe Marché du travail avec Audrey-Anne Pinet, et le groupe de deuil avec Danielle Séguin (A2022) ou Annabelle Hypolite (H2023) . Nous soulignons également le financement du programme Soutien à l'autonomie des personnes âgées (SAPA) du CIUSSS-CN et celui du Programme Actions Aînés du Québec (PAAQ) du Gouvernement du Québec qui nous permettent d'offrir du soutien individuel et de l'accompagnement aux personnes proches aidantes d'aînés.



Carrefour des proches aidants de Québec

# Notre soutien psychosocial

**Nombre de personnes différentes ayant bénéficié d'un groupe de soutien**

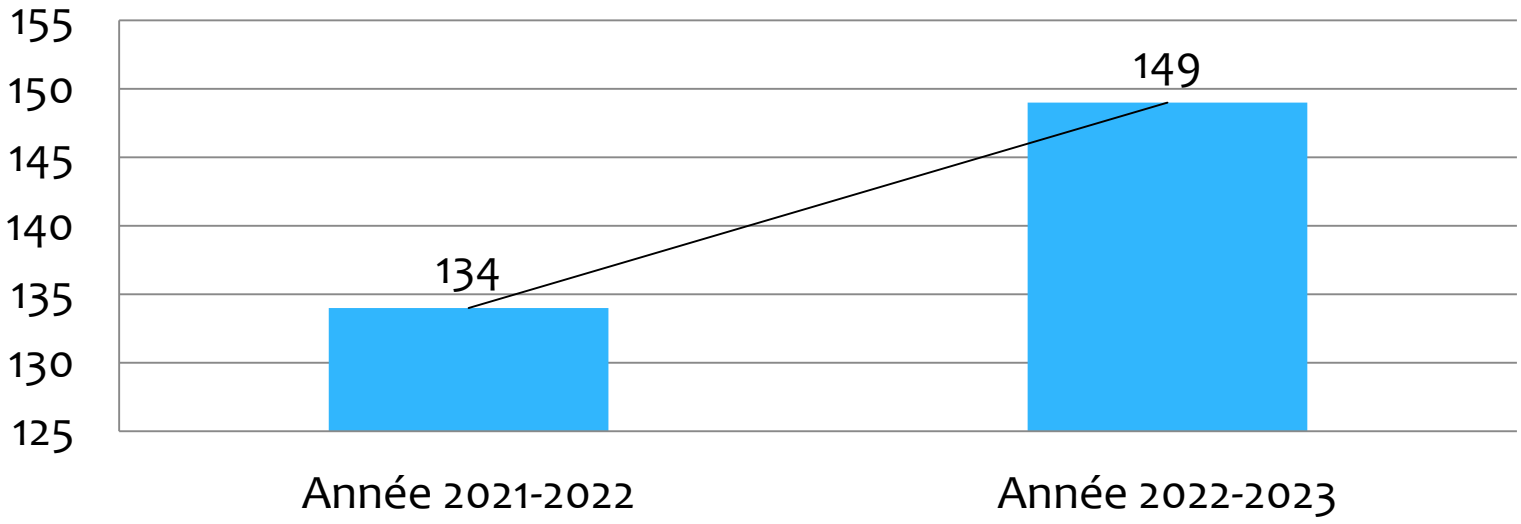



**Pour un total de 171 heures de groupe**

CARREFOUR DES PROCHES AIDANTS DE QUÉBEC

# Notre soutien psychosocial

**Nombre de personnes ayant bénéficié d'un soutien individuel**




**Pour un total de 979 heures d'interventions individuelles**

# Nos bénévoles
# les Ailes du Carrefour

Vous connaissez maintenant un peu plus le portrait de l'année 2022-2023. C'est dans ce même contexte que l'équipe des bénévoles a dû faire preuve d'une grande compréhension. Ils ont peut-être été confrontés à un manque de communication à certains égards, car il n'y avait pas de coordonnatrice des bénévoles en poste pendant l'année. Malgré tout, on sent plus que jamais un haut niveau d'engagement de leur part. MERCI !

À l'issue de l'année financière, les plus aguerris ont vu leurs rôles changer et ont reçu la responsabilité d'encadrer et de former la relève. On parle de relève, car nous avons intégré plusieurs nouvelles personnes et nous voulons mettre davantage l'accent sur leur bien-être et leur reconnaissance.

***En étant bénévole, on intègre les « Ailes du Carrefour ».***

***Cette année a été très particulière, et ils nous ont soutenus. Cela doit être souligné !***

***Vous êtes notre force et notre vitalité pour faire toujours mieux.***

***Merci à nos anges !***

**C'est plus de 700 heures de bénévolat qui nous ont été offertes cette année, sans compter plusieurs heures qui nous ont échappé.**

CARREFOUR DES PROCHES AIDANTS DE QUÉBEC

# Nos communications

***Nous cherchons à améliorer nos communications en continu pour mieux rejoindre les personnes proches aidantes !***

- Une base de données des membres de l'organisme : 324 membres actifs
- 3 parutions du *Journal Si Proche*… (mai, septembre et décembre)
- 12 infolettres (dernier jeudi du mois)
- Page Facebook : 745 abonnements

CARREFOUR DES PROCHES AIDANTS DE QUÉBEC

# Nos implications dans la communauté

- CA du Centre de développement communautaire de Charlesbourg (CDC)
- Table de concertation des aînés de la Capitale-Nationale
- GPI La Source 2.0 (groupe privilégié d'intervention, maltraitance)
- Table des organismes SAPA



Carrefour des proches aidants de Québec

# Nos représentations

Observatoire québécois de la proche aidance (notre présidente est membre chercheure)

États généraux sur les conditions de vie des aînés par la Coalition pour la dignité des aînés (3 mai 2022)

AGA Comité des usagers du C.H. Champlain-des-Montagnes, kiosque et présentation de nos services (15 mai 2022)

Salon FADOQ 50 ans+ (octobre 2022)

Kiosque au Salon Alzheimer (janvier 2023)

Cercle des fermières de Charlesbourg (février 2023)

# Notre aperçu de l'année 2023-2024

Loi 25

Réglement général sur la protection des données

PROGRAMME ENSEMBLE POUR LE PLAISIR! | APSS Approche par le plaisir dans les services et les soins

Et bien plus encore…

CARREFOUR DES PROCHES AIDANTS DE QUÉBEC

# Nos prévisions budgétaires 2023-2024

| Revenus | 2022-2023 | 2023-2024 |
|---|---|---|
| Appui - Répit à domicile | 233 853 | 162 580 |
| Appui - Répit hors domicile | | 76 038 |
| APPUI - Soutien + Formation | 23 716 | 24 201 (incluant SEMA) |
| PSOC | 139 483 | 165 200 |
| Fédération des médecins spécialistes (FFMSQ) | 22 134 | |
| CIUSSS | 33 050 | 33 050 |
| Ensemble pour le plaisir | | 3 305 |
| Fondation proche aimant | | 7 500 |
| PAAQ | - | 37 940 |
| Autre (Rotary, Québec Phil., Caisse…) | 2 000 | |

# Nos prévisions budgétaires 2023-2024

| **Revenus** (suite) | **2022-2023** | **2023-2024** |
|---|---|---|
| Contributions cotisations membres (20$) | 4 000 | 4500 |
| Contributions répits à domicile 3$/heure | 10 868 | 16 302 |
| Contributions répits hors domicile 3$/heure | 6 528 | 21 600 |
| Dons avec reçu | 1 500 | 2500 |
| Dons sans reçu | 500 | 500 |
| Revenus de publicité | 2 500 | 2500 |
| 20e anniversaire | - | |
| Autres | | |
| Contribution aux activités | 4 000 | 6 000 |
| **Total revenus** | **484 132** | **563 716** |

# Nos prévisions budgétaires 2023-2024

| Dépenses | 2022-2023 | 2023-2024 |
|---|---|---|
| **Volet Répits** | | |
| **Répits à domicile** | **159 216** | **170 080** |
| • Taux forfaitaire répit Appui | 159 216 | *162 580* |
| • Intervenantes répits FFMSQ / proches aimants | | *7500* |
| • Déplacements FFMSQ | | |
| • Temps non rémunéré par Appui intervenantes | | |

# Nos prévisions budgétaires 2023-2024

| **Dépenses** (suite) | 2022-2023 | 2023-2024 |
|---|---|---|
| **Répits hors domicile** | **74 637** | **76 038** |
| • Coordination | | |
| • Éducatrices halte-pauses | 65 567 | *66 887* |
| • Transports et fonds démunis | | |
| • Collations | 1 016 | *1 030* |
| • Location de salles H-P | 2 500 | *2 500* |
| • Frais administratifs | 3 554 | *3 621* |
| • Honoraires graphistes | | |
| • Équipements | 2 000 | *2 000* |
| • Impression dépliants et affiches | | |

# Nos prévisions budgétaires 2023-2024

| **Dépenses** (suite) | **2022-2023** | **2023-2024** |
|---|---|---|
| **Volet administratif** | **136 000** | **158 740** |
| • Salaires direction | 64 350 | *62 790* |
| • Honoraires + IT | 22 000 | *25 000* |
| • Loyer + entretien | 27 000 | *37 000* |
| • Autres salaires | 5 000 | *8 000* |
| • Vie associative | 1 500 | *2000* |
| • Téléphone et internet | 5 000 | *6000* |
| • Photocopie | 2 000 | *2000* |
| • Impressions de dépliants et nouveau roll-up | 500 | *1500* |
| • Assurances | 900 | *1900* |

# Nos prévisions budgétaires 2023-2024

| **Dépenses** (suite) | 2022-2023 | 2023-2024 |
|---|---|---|
| **Volet administratif (suite)** | **136 000** | **158 740** |
| • Frais de paie | 1 600 | *2 250* |
| • Courrier | 2 000 | *2 000* |
| • Formation du personnel | 2 000 | *5 000* |
| • Réparations et entretiens | 500 | *500* |
| • Frais de déplacement | 500 | *500* |
| • Fournitures de bureau | 800 | *1500* |
| • Cotisations annuelles | 350 | *800* |
| | | |
| | | |

# Nos prévisions budgétaires 2023-2024

| **Dépenses** (suite) | **2022-2023** | **2023-2024** |
|---|---|---|
| **Volet activités** | **90 005** | **80 215** |
| • Salaire agent aux activités | 46 000 | *55 315* |
| • Activités saisonnières (2) | 3 000 | *3 000* |
| • Ensemble pour le plaisir | 3 305 | *8400* |
| • Lunch-détente (2) | 3 500 | *3 500* |
| • Journal | 2 000 | *2 000* |
| • Yoga et méditation | 3 000 | *3 500* |
| • Dîner de Noël | 3 000 | *3 000* |
| • 20e anniversaire | 25 000 | *(Remis en 2025)* |
| • Cafés-rencontres (4) | 1 200 | *1 500* |

# Nos prévisions budgétaires 2023-2024

| **Dépenses** (suite) | **2022-2023** | **2023-2024** |
|---|---|---|
| **Volet psychosocial** | **56 766** | **95 191** |
| • Projet appui SEMA | | |
| • Soutien individuel (salaires et frais de déplacements) | | |
| • Groupes de soutien | 23 716 | 24 201 (inclus deuil, SEMA, collations, matériel) |
| • CIUSSS | 33 050 | 33 050 (rencontres individuelles, halte-pause) |
| • PAAQ | | 37940 (accompagnements Lucie) |
| **Total dépenses** | **516 624** | **580 264** |
| **Surplus ou déficit** | **- 32 492** | **-16 548** |

# Nos partenaires

En partenariat avec :

L'APPUI POUR LES PROCHES AIDANTS

Québec

Ville de Québec
Arrondissement de Charlesbourg

Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de la Capitale-Nationale
Québec

Desjardins
Caisse populaire de Charlesbourg

CDC du Grand Charlesbourg

FMSQ

Association des traumatisés cranio-cérébraux des deux-rives
Québec & Chaudière-Appalaches

Fédération québécoise du loisir en institution
Organisme national en loisir reconnu par : Québec

Proche aidance Québec

# MERCI
# DE VOTRE
# PARTICIPATION