



**TABLE**  
*des aînés*  
de la MRC des Pays-d'en-Haut

*Au cœur de la communauté!*

Rapport annuel 2022-2023

## SOMMAIRE

Mot du président intérimaire .....	<b>3</b>
Remerciements .....	<b>4</b>
Conseil d'administration .....	<b>5</b>
Mission, Mandats, Vision, Portrait de la Table .....	<b>8</b>
Composition de la Table en 2022-2023 .....	<b>9</b>
Bénévolat et vie associative de la Table.....	<b>9</b>
Bilan des réalisations par comités de travail 2022-2023 .....	<b>10</b>
Priorités 2023-2024 .....	<b>14</b>

## MOT DU PRÉSIDENT INTÉRIMAIRE DU CONSEIL D'ADMINISTRATION

L'an passé, le président nous posait cette question : ***Que réserve-nous l'avenir à la Table des aînés de la MRC des Pays d'en Haut ?***

Il ajoutait : certes, nul ne peut répondre avec certitude à cette question ?

La table est à la croisée des chemins. Elle est incorporée. Elle a la trilogie de base : une mission, une vision et des valeurs. Des règlements et un mode de gouvernance sont en place. Un code d'éthique va être déposé.

Une des priorités de cette année est de mettre en place de bonnes et saines mesures pour assurer la pérennité de la Table, ce qui nous permettra de jeter profondément ses racines, verdoyer ses branches et produire les résultats escomptés, voire même des fruits inédits.

Tout au cours de l'année, les membres du CA ont eu comme attitude de regarder chaque problème comme un point de départ d'une solution et, ainsi, composer de nos RIENS avec un morceau de TOUT. Au lieu d'aborder les situations avec la crainte du pessimiste ou l'embarras habituel de l'optimiste, il a été privilégié de le faire avec la rigueur de réaliste.

Cela a demandé à l'un, l'une ou l'autre des membres du CA devant certaines problématiques de faire appel à son supplément d'âme.

Le courage des questions et la profondeur des réponses ont à la fois donné un sens à nos rencontres, à côtoyer une de nos valeurs, le **respect** (ce truc dont tout le monde parle, mais dont peu connaissent le mode d'emploi) et à éviter la certitude, le piège de la pensée.

Cela est tout au mérite des membres du CA. Sincèrement, je les remercie.

### Vers une nouvelle quête

Dans la vie de tous les jours, il y a les rêveurs et ceux qui ne se permettent jamais de rêver.

Santayana, le philosophe américain, écrivait au tournant du siècle que le progrès de l'humanité comporte une phase poétique où l'homme (et la femme va sans dire) imagine le monde, et une phase scientifique où il vérifie ce qu'il a imaginé.

Pourrions-nous risquer, le doux instant d'un moment, une fuite dans l'imaginaire pour tenter d'imaginer ce que sera la prochaine quête de la TABLE ?

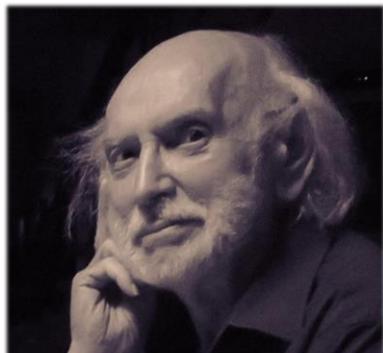
Jean-Paul Déom

Président intérimaire

## Remerciements

*Au nom de tous les membres de la Table des aînés des Pays-d'en-Haut, nous remercions Margot Billat, Norman McPhee, Suzanne St-Michel, Louis-Paul Beaudry et Kim Nymark pour leur dévouement à notre cher organisme dans l'objectif d'améliorer la qualité de vie des aînés des Pays-d'en-Haut.*

## CONSEIL D'ADMINISTRATION (2022-2023)



**Jean-Paul Déom**, président intérimaire  
*Citoyen de Piedmont*

Jean-Paul Déom est professeur retraité depuis **40 ans** avec **30 ans** de contribution à l'École de psychoéducation de l'Université de Montréal et **10 ans** à la direction des ressources humaines. Il siège au comité des proches aidants comme représentant de la Table des aînés des Pays-d'en-Haut en tant que membre du conseil d'administration. Il est aussi, depuis **8 ans**, membre du conseil d'administration de l'organisme Prévoyance envers les aînés des Laurentides.



**Serge Latulippe**, Trésorier  
Président de l'Entraide Bénévole

Après une carrière dans la gestion des ventes dont les 10 dernières années comme vice-président des ventes auprès de deux grandes compagnies alimentaires, Serge Latulippe a pris sa retraite en 2018 et il est devenu bénévole aux services des impôts et de la popote roulante avec l'Entraide bénévole des PDH. Il est administrateur au sein de cet organisme depuis quatre ans dont la dernière année comme président du conseil d'administration. Membre de la Table comme citoyen de St-Sauveur, il est administrateur et trésorier depuis septembre 2022.



**Luc Leblanc**, Administrateur  
*Espace Muni*

Luc Leblanc est retraité depuis 5 ans, il a travaillé dans le domaine du loisir pendant 36 ans tant au niveau communautaire, sportif et culturel. Impliqué dans la communauté de Saint-Sauveur, il a été directeur du service des loisirs de 1988 à 2006. Il participe à la vie sociale et communautaire dans différents organismes (Club Optimiste, Jardin communautaire, Toison d'Or, Comité MADA Saint-Sauveur et la Table des aînés des PDH). Il travaille comme consultant dans la région des Laurentides pour l'élaboration des politiques Aînés et Famille pour Espace MUNI.



### Nancy Martin, administratrice

*Prévoyance envers les aînés des Laurentides*

Nancy Martin travaille depuis plus de 25 ans auprès de diverses clientèles dans le milieu communautaire. Elle œuvre maintenant auprès des aînés depuis 15 ans et travaille au sein de l'équipe de Prévoyance envers les aînés des Laurentides depuis 4 ans. Nancy est dynamique, motivée et dévouée. Elle souhaite contribuer à améliorer la qualité de vie de nos aînés.



### Lise Viens, administratrice

*AQDR, comité des usagers des Sommets et citoyenne de Saint-Adolphe-d'Howard*

Citoyenne de St Adolphe d'Howard en permanence depuis 2018, Mme Viens est une ancienne gestionnaire fédérale qui a occupé un siège de conseillère dans une petite municipalité de Kamouraska pendant 12 ans où elle était responsable du volet famille et aînés et a mis en place le premier plan MADA. Elle travaille depuis plus de 13 ans pour l'amélioration de la qualité de vie des aînés. Impliquée dans plusieurs comités, elle fait preuve de dévouement et de fiabilité dans tout ce qu'elle entreprend. Depuis bientôt deux ans, elle s'est jointe à la Table des aînés des Pays-d'en-Haut en tant que représentante de la population anglophone et représentante de l'AQDR et fière représentante de la municipalité de St-Adolphe.

## SUPPORT / SOUTIEN

**Ève Robinson-Chouinard**, organisatrice communautaire, CISSS des Laurentides

**Kim Nymark**, coordonnatrice de avril à novembre 2022

**Catherine Dupré**, coordonnatrice depuis décembre 2022

## CONSEIL D'ADMINISTRATION (2022-2023) : membres qui nous ont quitté au cours de l'année



**Louis-Paul Beaudry** est résident de la MRC des Pays d'en Haut depuis **45 ans** et y a vécu de sa profession d'arpenteur-géomètre de son bureau de Sainte-Adèle. Il a été membre du club Optimiste de Sainte-Adèle pendant plus de **30 ans**, a contribué activement à la fondation de la Garderie La Barbouille de Sainte-Adèle et à la Maison des Jeunes de Sainte-Adèle, et siège comme administrateur de la Chambre de Commerce de Sainte-Adèle depuis au-delà de **25 ans**. Enfin, il est président de l'Entraide bénévole des Pays d'en Haut depuis 2020 et membre du CA de la Table des aînés depuis 2021.



**Margot Billot** a œuvré pendant plus de **38 ans** dans le réseau de la santé, sa mission au sein de la Table des aînés de la MRC des Pays-d'en-Haut est d'assurer une offre de services de proximité pour les aînés du territoire de la MRC des Pays-d'en-Haut.



**Norman MacPhee** est impliqué dans le bénévolat d'une forme ou d'une autre depuis plus de **40 ans**. Son cheminement dans l'entraide auprès des jeunes (Opti-ski Blainville) ou la distribution de paniers de Noël dans des familles en situation de précarité (Club Optimiste), accompagnateur Nez Rouge pendant quelques années. Il croit sincèrement que, pour tout dire, l'implication bénévole est plus qu'un geste de générosité, c'est une nécessité collective.



**Suzanne St-Michel** s'est impliquée dans plusieurs organismes après avoir pris sa retraite en 2012. Actuellement, elle fait partie des organismes suivants et ses semaines sont bien remplies : Présidente du CA de la Rencontre de Sainte-Marguerite ; présidente du CA de l'Office Municipal de l'Habitation (OMH) ; administrateur pour Prévoyance envers les aînés des Laurentides ; secrétaire-trésorière du CA de la Table des aînés PDH et membre du comité régional des Laurentides pour le logement social.

## MISSION

### *Notre engagement envers vous.*

La Table est un regroupement d'acteurs, en collaboration avec la communauté aînée et tenant compte du champ des compétences des organismes membres :

- a) Elle trouve des solutions, coordonne des actions et porte des projets collectifs et structurants visant l'amélioration des conditions de vie des aînés du territoire de la MRC des Pays-d'en-Haut ;
- b) Elle offre aux aînés la possibilité de prendre en charge leurs conditions de vie (*le vouloir-vivre*) en vivant leur unicité.

Les acteurs représentent différents secteurs vitaux en lien avec la qualité de vie des aînés. Leurs expertises particulières et leur engagement contribuent à enrichir la concertation et à rendre possibles la recommandation et la réalisation des actions.

La Table réalise sa mission par des consultations, des projets ponctuels et à long terme ainsi que par des représentations, ce qui en fait un acteur dynamique et incontournable.

## MANDATS

### *Nous vous représentons.*

- a) Faire une lecture des problématiques et des besoins de la population aînée dans la MRC des Pays-d'en-Haut notamment en s'appropriant les recommandations de la démarche MADA (*Municipalité amie des aînés*) ;
- b) Déterminer des priorités d'action ;
- c) Adopter un plan stratégique et un plan d'action annuel ; s'assurer de leurs réalisations et de la diffusion des résultats ;
- d) Effectuer annuellement un bilan et une évaluation des travaux et du fonctionnement de la Table suivant le plan d'action et les objectifs fixés.

## VISION

### *Comment voyons-nous l'avenir.*

La Table, de par la diversité et la complémentarité de chacun de ses membres, deviendra une référence incontournable pour :

- a) Favoriser l'amélioration des conditions de vie des aînés et la prise en charge respective de leur vie (*le vouloir-vivre*) ;
- b) Inviter celui et celle qui détourne les yeux ou qui ne tend pas oreille à découvrir que l'aîné n'est pas seulement un passager dans l'aventure de la communauté. Il peut faire partie de l'équipage. Leur présence vivante peut être une prise de conscience.

## PORTRAIT DE LA TABLE

### ***Qui sommes-nous?***

Forte de la diversité de ses membres provenant de différents secteurs d'activités, la Table des aînés de la MRC des Pays-d'en-Haut se présente comme un lieu de concertation et d'action qui intervient dans des situations mettant en jeu la qualité de vie, les intérêts et les droits des aînés.

### **COMPOSITION EN 2022-2023**

- **24** organismes membres provenant de différents secteurs: sécurité alimentaire, prévention des abus, bénévolat, culture, défense des droits, entraide, hébergement, proches aidants, santé et services sociaux, secteur anglophone, etc.;
- **4** associations des aînés (Clubs d'âge d'or) ;
- **19** citoyens aînés qui appuient la promotion et l'amélioration des conditions de vie des aînés de la région ou qui s'y impliquent ;
- **9** Responsables Question Aînés (RQA) représentant les municipalités et la MRC des Pays-d'en-Haut ;
- **1** conseil d'administration composé de **7** membres élus par l'ensemble des membres de la Table présents à *l'Assemblée générale* le 3 mai 2023 ;
- **5** comités de travail : le comité Prévention de la Maltraitance envers les aînés (**9** membres), le comité communication (**6** membres), le comité proche aidant (**11** membres) et le comité Maison des grands-parents (**3** membres) ;
- **1** coordonnatrice ;
- **1** organisatrice communautaire du CISSS des Laurentides.

### ***676,5 heures de bénévolat : une vie associative en plein action!***

Cette année on peut dire sincèrement que les aînés sont « passés à l'action. » Les membres de la Table ont consacré non moins de **676,5** heures de bénévolat. On parle ici de rencontres de CA, des divers comités, des assemblées ordinaires ainsi que l'AGA, des représentations aux diverses instances telles la TCRL, le Regroupement des partenaires, ainsi qu'auprès des élus. Il faut noter que cette Table, de nature hybride, à laquelle se côtoient membres citoyens et membres organismes, est enrichie davantage de par le temps qui est disponible aux citoyens retraités et qui nourrit cette dernière. De quoi être fier!

<b>TOTAL</b>	18,5	3	14	435	9,5	12	45	11	128,5
<b>676,5</b>	ComMGP	Prévent'Or	Exec. CA	CA	ComFin	ComCom	ComPPA	TCRAL	TABLE

## BILAN DES RÉALISATIONS 2022-2023

### COMITÉ PROCHE AIDANT

Composé de neuf (**11**) membres représentant soit : *l'Antr'Aidant, l'APPUI Laurentides, le CISSS des Laurentides, L'Entraide bénévole des Pays-d'en-Haut, Palliacco, La Maison Aloïs, 4 Korners, Répit Bien-être, la Société Alzheimer des Laurentides, La Maison des Parents d'enfants handicapés, et Marteau et Plumeau*, le comité proche aidant a été très actif dans les dernières années.

#### Réalisations :

1. Reconceptualisation de la « **Fleur de services pour Proches aidants** » afin d'accueillir un plus grand nombre d'organismes œuvrant auprès des personnes proche aidantes; traduction de la Fleur de service en anglais grâce à 4 Korners; les deux nouvelles éditions française et anglaise seront disponibles bientôt;
2. Nous avons déposé une demande de subvention auprès du Fonds de relance des services communautaires de Centraide Laurentides pour le projet *SOS Proches Aidants* qui constitut la création d'un guide de recrutement pour les proches aidants ainsi que d'une étude de faisabilité pour une plateforme de jumelage pour les proches aidants et les services dont ils ont besoin. Si notre demande est acceptée, nous réaliserons le projet en 2023-2024.

### COMITÉ COMMUNICATION

La Table a continué à œuvrer dans la mise à jour de ses outils de communication.

#### Réalisations :

1. La nouvelle édition de Léo et Rita est complétée et prête à présenter;
2. La nouvelle édition 2022 du **bottin rose de services aux aînés de la MRC des Pays-d'en-Haut** est maintenant disponible et la version 2023 anglophone, traduite par 4 Korners, a également été imprimée. Merci 4 Korners!
3. Réalisation d'un document infographique sur les dernières données saillantes de la population aînée des Pays-d'en-Haut, qui fut par après transmis aux élus afin de les sensibiliser sur la situation démographique phénoménale que traverse présentement notre région. Merci à nos organismes membres et partenaires d'avoir contribué aux données!

# Les aînés des Pays-d'en-Haut

D'ICI 2027, UNE AUGMENTATION DE 3000 AÎNÉS EST ATTENDUE DANS LA MRC DONT LA POPULATION EST DÉJÀ COMPOSÉE DE

**30%**  
—  
**65 ANS ET PLUS**

La population de la MRC des Pays-d'En-Haut est la 4ième des plus vieilles de toutes les MRCs du Québec

RESENCEMENT 2021  
STATISTIQUE CANADA

**41%**

**proximes aidants**  
accompagnés par l'organisme l'Antr'Aidant ont moins de 65 ans et vivent de la détresse face à la double et parfois triple charge  
PPA, parent et travailleur

**56  
ans**

**l'âge médian**

excessivement élevé comparativement à celle du Québec (43,2), l'âge médian des Pays-d'en-Haut sous tend une pyramide des âges inversée, ce qui signifie que notre population est, non seulement plus vieille que celle du Québec, mais vieillie plus rapidement que cette dernière.

**4,9%**

LA RÉGION DES LAURENTIDES EST LA 4E EN IMPORTANCE AU QUÉBEC. ELLE COMpte 7,4 % DE LA POPULATION, MAIS N'OBTIENT QUE 4,9 % DU BUDGET, CE QUI REPRÉSENTE DES MILLIONS DE DOLLARS EN MANQUE À GAGNER.

DANS LES 3 DERNIÈRES ANNÉES, L'ORGANISME L'ANTR'AIDANT ENREGISTRE UNE AUGMENTATION DE

**318% EN 3 ANS**

EN DEMANDES DE SERVICES POUR PERSONNES PROXIMES AIDANTES

## 1 personne sur 4

1 PERSONNE SUR 4 A EMMÉNAGÉ DANS LA MRC DANS LES 5 DERNIÈRES ANNÉES; SUR LES 48 MILIEUX QUI ONT CRU PLUS DE 10% AU CANADA, 8 SONT AU QUÉBEC, DONT 4 SONT AGGLOMÉRÉES AUTOUR DE LA MRC DES PAYS-D'EN-HAUT: UNE PRESSION DE MIGRATION PHÉNOMENALE SUR UNE MRC DÉJÀ SOUS-FINANCIÉE

**21%**

**Personnes seules**

l'isolement est un véritable enjeu dans les Pays-d'en-Haut car 21% des ménages des Pays-d'en-Haut représentent des adultes vivant seuls



## COMITÉ PRÉVENTION DE LA MALTRAITANCE

Les 10 membres du comité sont : Caisse Desjardins de la Vallée des Pays-d'en-Haut, le CAVAC des Laurentides, Centre intégré de santé et de services sociaux (CISSS) des Laurentides, la Coop Marteau et Plumeau, L'Entraide bénévole des Pays-d'en-Haut, le Réseau FADOQ – région des Laurentides, Prévoyance envers les aînés des Laurentides, la Sûreté du Québec, les Résidences du Manoir et le Soutien communautaire en logement social.

Le comité de prévention de la maltraitance des aînés est un regroupement d'organismes qui travaillent en partenariat visant à contrer l'abus et la maltraitance dans tous les milieux de vie des personnes aînées. Le comité travaille à la mise en place des stratégies pour rejoindre les personnes isolées et favoriser les échanges d'information intergénérationnels.

L'objectif visé par le Plan d'action : ***Faire la promotion de la bienveillance et favoriser la collaboration entre les acteurs du milieu.***

Réalisations :

- Poursuite du plan d'action
- Article « La bienveillance; ce langage du cœur » paru dans différents médias locaux à l'occasion de la journée mondiale de lutte contre la maltraitance des personnes aînées, le 15 juin 2022
- Présentation aux membres du comité de la Loi visant à renforcer la lutte contre la maltraitance

## PROJET DES TROUSSES PRÉVENT'OR

Le projet de trousse de sécurité Prévent'Or vise à rejoindre des aînés isolés et vulnérables qui n'ont pas de services du réseau. Par l'entremise de nos partenaires, nous enverrons une sentinelle de l'organisme *Prévoyance envers les aînés* à domicile avec une trousse de sécurité pour établir un premier contact avec l'aîné et, espérons-le, développer une relation de confiance qui permettra aux sentinelles d'accompagner les aînés vers les services qu'ils ont besoin. Déployé officiellement en date du 12 avril 2023, le projet Prévent'Or a débuté sa première phase opérationnelle.

## COMITÉ MAISON DES GRANDS-PARENTS

Le comité est composé de Micheline Richer, Serge Latulippe, Luc Leblanc, Margot Billot et Madeleine Myre

La Maison des Grands-Parents se veut une entité communautaire permettant aux aînés de jouer un rôle actif dans la communauté par des activités intergénérationnelles. Nous avons sondé la population de la MRC des Pays-d'en-Haut pour une première phase exploratoire. 250 personnes ont répondu au sondage et 56 répondants ont laissé leurs coordonnées personnelles car ils sont intéressés à participer à un tel projet. Les commentaires qui nous ont été communiqués sont enrichissants. Nous sommes à créer un rapport de recommandations basés sur l'entièreté des faits saillants recueillis par le sondage.

## COMITÉ DE FINANCEMENT : PROJETS DÉPOSÉS

Le comité est composé de Jean-Paul Déom, Serge Latulippe, Luc Leblanc, Lise Viens et Ève Robinson-Chouinard

### 1-POLITIQUE DE SOUTIEN AUX PROJETS STRUCTURANTS POUR AMÉLIORER LES MILIEUX DE VIE DE LA MRC DES PAYS-D'EN-HAUT

#### *Soutien au fonctionnement*

Ce projet a pour mission : de soutenir la vie associative de la Table des aînés.

Ce projet a été financé pour un montant de \$15,000.

*Merci à la MRC pour le soutien  
financier afin de réaliser nos projets.*



### 2-FONDS DE RELANCE DES SERVICES COMMUNAUTAIRES

#### *Le projet SOS Proches Aidants*

Ce projet a deux objectifs :

- Créer un guide de recrutement pour les personnes proches aidantes (PPA);
- Faire une étude de faisabilité d'une plateforme de jumelage pour PPA.

Ce projet a pour mission :

- D'aider les PPA à trouver les services dont ils ont fort besoin.

**Si nous recevons la somme demandée de 38,592\$, nous allons pouvoir réaliser le projet en 2023-2024.**

### 3-DEMANDE D'AIDE FINANCIÈRE AUPRÈS DE LA MINISTRE DÉLÉGUÉE À LA SANTÉ ET AUX AÎNÉS ET DÉPUTÉE DE PRÉVOST, MME SONIA BÉLANGER

*Un soutien additionnel au projet SOS Proches Aidants a été demandée  
auprès de Mme la Ministre.*

## PRIORITÉS 2023-2024

- Préparation et adoption du code d'éthique;
- Continuer la recherche de financement récurrent;
- Assurer la mise à jour des documents pour le membership;
- Déployer les actions prévues dans les 3 projets de la Table (communication, trousse Prévent'Or et proches aidants) :
  - Communication: Évaluer la possibilité de faire un site web, présenter Léo et Rita, finaliser la Fleur de service (français et anglais);
  - Trousse Prévent'Or: Relancer les milieux de références, refaire l'achat du matériel et les remonter, suivre les statistiques de dépistage, etc.
  - Proches aidant: Créer et distribuer le guide de recrutement, organiser les consultations sur le modèle souhaité, recommander le modèle et trouver un porteur, etc.;
- Finaliser les recommandations du sondage de la Maison de Grands-parents;
- Maintenir nos représentations auprès des décideurs;
- Poursuivre la collaboration avec les organismes membres et partenaires;
- Organiser une activité de consultation et d'identification de pistes de solutions sur les enjeux vécus par les aînés;
- Structurer les moyens de consultation et de rencontres avec les aînés (café-causerie, courriel, sondage, etc.)