

Rapport d'activités 2018



Section Est de Montréal

Société
canadienne
de la sclérose
en plaques



Section Est de Montréal

Notre mission

Depuis plus de 30 ans, notre mission est d'offrir des activités, des services et des événements aux personnes atteintes de la sclérose en plaques et leur entourage dans le but de briser leur isolement, de stimuler leur corps et leur esprit.

Nous nous évertuons à fournir un support téléphonique psycho-sociale afin de les soutenir dans les transitions de leur condition de vie, de les orienter aux ressources d'appoint, de représenter leur droit civique et de s'assurer qu'ils aient une qualité de vie respectable.

Résumé

L'année 2018 a été rempli de bons moments.

L'accent a été mis sur l'engagement d'une coordonnatrice des programmes et des services qui travaille fort pour ramener de la vitalité à la Section.

Nos activités habituelles ont fleuri, ainsi que les amitiés parmi nos membres, créant une atmosphère des plus chaleureuse et accueillante.

Plusieurs nouveautés se sont retrouvées dans le calendrier, tel que l'activité Game Day/Journée de Jeux et l'atelier culinaire.

Ce rapport fait état des faits saillants de l'année et les données financières pour l'exercice se terminant le 31 décembre 2018.

Table des matières:

RÉSUMÉ	2
LE MOT DE LA DIRECTION	3
LA SECTION EST DE MONTRÉAL.....	4
VISIBILITÉ.....	5
LES SERVICES OFFERTS	6
NOUVELLES ACTIVITÉS.....	8
ACTIVITÉS PONCTUELLES.....	9
GRANDS ÉVÈNEMENTS.....	10
LA COLLABORATION ET L'ACTION SOCIALE	11
POINTS SAILLANTS	12
LE PORTRAIT FINANCIER 2018	13
ORIENTATIONS ET OBJECTIFS 2019	14
CONCLUSION	15



Membres du **CA 2018**: Benoit Guitard, Luc Hébert, Karine Gommier, Yvette Royal, Lisette Brosseau et Danielle Cardinal. (Absente : Manon Ciarlo)



Un grand MERCI au CIUSSS de la pointe-de-l'île pour leur personnel extraordinaire!



La Section Est de Montréal continue de contribuer à la recherche. Merci pour votre générosité !

Le mot de la Direction

L'année 2018 a été une année charnière dans la gestion et le développement de notre section. Au cours des dernières années, de nombreux départs ont eu lieu, fragilisant la structure et la qualité des services offerts à nos membres. L'embauche de Mme Cynthia Morgan, au poste de coordonnatrice des programmes et services, a marqué le début de notre grande aventure SP, tant au niveau organisationnel que relationnel.

Cynthia s'est avérée être un atout très important dans le succès que nous avons connu cette année. Depuis son arrivée en poste en avril, elle a su consolider nos relations avec nos partenaires existants, en dénicher de nouveaux, augmenter la visibilité et le rayonnement de la section, recruter des bénévoles dédiées à la cause et insuffler un vent de fraîcheur dans nos rangs. Elle est grandement appréciée par tous les membres et les acteurs gravitant autour de nous. Avec son expérience, son dynamisme et son dévouement, elle a relevé le défi avec brio !

En terminant, surveillez nos publications sur nos différentes plateformes (site internet, page Facebook, journal Au Courant, calendrier des activités, etc...), car de nouvelles activités sont déjà planifiées et débiteront dès le printemps 2019 !



Luc Hébert

Luc Hébert

Président du Conseil d'Administration

La Section Est de Montréal

Le Conseil d'Administration - 7 réunions et 1 extraordinaire

- Luc Hébert..... Président
- Yvette Royal..... Vice-Président
- Benoit Guitard..... Trésorier
- Karine Gommier..... Secrétaire
- Danielle Cardinal..... Administratrice
- Lisette Brosseau..... Administratrice
- Manon Ciarlo..... Administratrice
- Roseline Fournier..... Administratrice (jan.- fév.)

Équipe de la Section Est de Montréal

- Marie-Claude Dufour Directrice des programmes et services et relations avec les gouvernements
- Cynthia Morgan Coordinatrice des programmes et services
- Ann Comtois Infirmière auxiliaire

La clientèle

- 43 membres en règle (à partir du 1er janvier 2018, une cotisation annuelle de 10\$ est exigée afin d'être considéré membre en règle)
- Plus de 200 appels et 1660 présences dans nos activités en 2018 !

Les bénévoles

- 6 membres impliqués comité organisateurs
- 6 bénévoles dévoués aux activités
- 7 bénévoles siégeant au CA
- Total de 679 heures travaillés



Présence dans les médias et les réseaux sociaux

Le Flambeau et L'Avenir de l'Est

Avenir de l'Est 2018-08-18



Game Day ou Jeux de société attire déjà beaucoup de participants. Cette activité et les services connexes sont offerts à tous les résidents atteints de la Sclérose en Plaques de MHM ainsi qu'Anjou. Les jeux de société leur permettent de travailler leur capacité cognitive, aident à maintenir la motricité globale, et favorisent la participation sociale. Cynthia Morgan à la Société canadienne de la SP me faisait savoir que le prochain Game Day aura lieu le vendredi 17 août à 13 h 30, au 2^e étage chez le magasin PROVIGO, en face de la Place Versailles. Cynthia est prête à vous renseigner sur tous les aspects de la journée au 514 640-5472 ou encore à cynthia.morgan@scleroseenplaques.ca

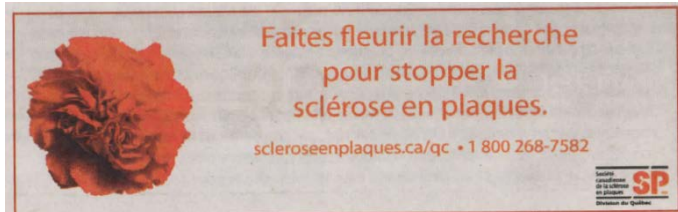


BESOIN URGENT DE BÉNÉVOLES

La Société Canadienne de la Sclérose en Plaques-Section Est de Montréal a besoin de bénévoles pour l'activité d'exercices en douceur (animée par deux ergothérapeutes du CIUSSS de l'Est de l'île de Montréal), suivie d'un café-rencontre. Le tout aura lieu les lundis, de 12 h 45 à 15 h 30, jusqu'au 10 décembre, au Centre communautaire Roussin. La coordonnatrice, Cynthia Morgan, m'informe que les tâches impliquent l'accueil des participants, les assister pour l'habillage-déshabillage (lorsque nécessaire), l'accompagnement pendant l'activité d'exercices et lors de la collation, ainsi que la supervision durant l'attente des transports. Pour plus de détails, contactez Cynthia au 514 640-5472.

Avenir de l'Est 2018-09-19

Belle collaboration avec Jim Orell qui nous offre une belle visibilité. Merci Jim !



Réseaux Sociaux

Facebook : En plus de pouvoir partager l'information concernant nos multiples activités, une grande quantité d'informations est publiée sur la page Facebook de la Section

- 322 abonnés à la page Facebook de la Section
- Suivez-nous sur Facebook : <https://www.facebook.com/estdemptl/>

Arrondissement.com : Vous pouvez aussi retrouver notre calendrier d'activités ainsi que nos événements sur la page du bottin des organismes d'Arrondissement.com

- La page a été consulté par 553 personnes en 2018 et reflète leurs intérêts (Game Day -Journée de jeux 214 fois / Dîners-Conférence 156 fois / Fête de Noël 129 fois / Dîners-Conférence 83 fois / Réunion du CA 76 fois / Exercices en douceur 62 fois / Espoir Famille 57 fois, etc...)
- Consultez le lien : <https://www.arrondissement.com/tout-admin-bottin/u47176>

Les services

Information

Téléphone : La grande majorité des appels téléphoniques reçus sont des demandes de soutien : information sur la maladie, les ressources disponibles, et sur les activités et services offerts par la Section.

Centre de documentation : Entièrement révisé et mis à jour régulièrement, notre centre de documentation contient un nombre impressionnant de publications fort intéressantes sur divers sujets. La plupart de ces publications sont gratuites et également disponibles sur le site de la Société canadienne de la SP www.scleroseenplaques.ca.

Nous avons aussi un service de prêt de DVD et de livres qui traitent de différents sujets en lien avec la maladie.

Journal SP de la Section Est de Montréal : Le Journal *Au Courant* est publié trois fois par année, à l'automne, à l'hiver et au printemps. On y annonce la programmation des activités offertes comme les conférences, les activités de loisirs et les groupes de rencontres. Des nouvelles sur la recherche et de bons conseils sont également inclus dans ce précieux bulletin. Il est envoyé à toutes les membres par courrier électronique et par courrier régulier pour ceux qui n'ont pas d'accès aux outils informatiques. Il est également disponible sur notre page Facebook et notre site web : https://scleroseenplaques.ca/section/section-est-de-montreal?fbclid=IwAR3-SYNQI0-Ti1JULOrY0OP63DnGXii5ph9rjz9NUd_pykv87Es0JdnHLY

La page Facebook de la Section : Plus de 300 personnes font partie de la communauté Facebook de la Section Est de Montréal, c'est alors un excellent moyen de repartir de l'information ou de partager, que ce soit au niveau des activités, des dernières découvertes dans le domaine de la recherche ou pour échanger sur des sujets pertinents. La page Facebook est entretenue plusieurs fois par semaine : <https://www.facebook.com/estdemtl/>

Loisirs

Exercice en douceur (CLSP)

L'exercice en douceur est l'activité de loisir la plus convoité par nos membres. Cette activité est organisée en partenariat avec le CIUSSS de la Pointe-de-l'île qui nous fournit deux ergothérapeutes ainsi qu'une auxiliaire-familiale pour assister les participants peu mobiles. Cet atelier a lieu chaque lundi de septembre à juin, et implique un groupe d'environ 15 à 20 personnes. En 2018, 31 cours de 1 h ont été dispensés et 453 présences enregistrés. Plus de trente participants ont pu réaliser les exercices en position assise ou en position debout, selon leur mobilité. C'est donc une version adaptée qui permet aux personnes à mobilité réduite de rester actives, ce qui contribue grandement à leur bien-être et à l'amélioration de leur état de santé.

Merci à Marie-Josée et Marilyn de leur engagement.

Les services

Soutien

Café-rencontre

Les participants sont ravis de se retrouver chaque semaine dans le cadre des café-rencontres. Nous accueillons en moyenne de 15 à 25 personnes à ces rencontres. Les rencontres ont lieu au local R-44 du centre communautaire Roussin les lundi après-midi (suite aux ateliers d'EXERCICE EN DOUCEUR). Un breuvage et une collation sont servis. Les membres profitent de l'occasion pour socialiser, s'informer et partager. Nous profitons aussi de l'opportunité pour répartir de l'information tel que le programme de soutien entre pairs, les services d'accompagnement PIMO, et services offerts gratuitement des bibliothèques du quartier (bibliobus, billets musée gratuits), etc...

Dîners-conférences

Nos dîners-conférences se sont déroulé au Mikes de Pointe-aux-Trembles. Les participants ont pu recevoir un repas à coût modique suivi d'une conférence d'environ 1 heure. Au cours de l'année 2018, nous avons organisé trois conférences à l'intention de nos membres. La première, le 26 septembre, était animée par Marie-Claude Dufour de la SCSP Division du Québec qui a su répondre aux diverses préoccupations des participants concernant les nouveaux développements en recherche et médicaments. La deuxième, le 26 septembre, visait la prévention de la SP par l'alimentation, animée par Rosemary Tiklé. La troisième, du 21 novembre était une présentation par Pier-Luc Turcotte (erg., M.Sc., étudiant au Ph.D), le sujet étant la *Participation sociale: quels leviers avons-nous pour repenser le soutien à domicile ?*

Nous avons enregistré 67 présences lors de ces conférences, donc une moyenne 22 personnes par conférence.

Photo : Conférence du 21 novembre
Animé par Pier-Luc Turcotte.



De nouvelles activités offertes en 2018

Activités sociales

Game Day – Journée de Jeux

Grâce à une invitation de la Section de Montréal et au dévouement de Maria Canata (bénévole responsable) Game Day - Journée de Jeux est offert aux membres de la Section Est de Montréal. Depuis juillet, cette activité a lieu au 2e étage du Provigo Versailles, un vendredi sur deux, de 14 h à 16 h 30. Les gens sont invités à jouer leurs jeux préférés avec leurs pairs. C'est non seulement un moment de s'amuser mais aussi l'opportunité de travailler leurs fonctions cognitives, ce qui contribue grandement à préserver leur autonomie. Cette activité a beaucoup de succès, ayant attiré plus d'une douzaine de participants provenant de l'Est.



Activité culinaire – Provigo Versailles

Nous avons saisi l'occasion de participer à des activités culinaires du Provigo Versailles. Nous avons eu quinze présences de nos membres qui ont assisté à deux démonstrations culinaires : le 30 novembre nous avons savouré une soupe Tonkinoise et le 05 décembre on nous a servi un repas complet comprenant un délicieux saumon fumé. Les participants ont dit avoir bien apprécié.



Soirée Dansante

Le 17 novembre dernier, 10 personnes de la Section Est se sont réunies afin d'assister à une soirée dansante animé par The Electric Street Band et ayant comme invité Patsy Gallant. Cette soirée fût organisée par la Section Lanaudière dans le but d'amasser de l'argent pour notre cause préféré : La sclérose en plaques !
Quelle belle soirée mémorable !



Les activités ponctuelles

Section Est en fête

Fêtes de fin de session: Exercices CLSP

La fête de fin de session des ateliers d'exercices a réuni 38 personnes, soulignant les efforts des membres participants qui nous ont fait la démonstration d'une danse composée par Marie-Josée Filion.



Fête de Noël

La fête de Noël de la Section Est a eu lieu le 17 décembre au Centre Roussin. Plus de 55 personnes se sont réunis afin de partager un bon repas traditionnel avec de bons amis. L'ambiance a été des plus chaleureuse et festifs ! Un grand merci à tous nos bénévoles qui ont le bonheur de nos membres à cœur! Ce fût l'occasion parfaite d'annoncer notre benévole de l'année : Guylaine Rivest!



Dîner Vacances Soleil

Le dîner Vacances Soleil s'est déroulé au Boston Pizza cet année. Bien que nos 28 participants étaient un peu coincés, les gens ont bien apprécié partager ce dernier moment avec leurs pairs avant l'arrivée des vacances. Ce fût une petite découverte pour certains car plusieurs membres disent avoir adopté le restaurant Boston et y vont maintenant de façon régulière car ils ont beaucoup apprécié le bon service et le bel accueil.



Nos grands événements

Pour les familles...

Congrès Espoir Famille

Cet événement annuel s'adresse aux personnes atteintes de sclérose en plaques et à leur famille et permet à tous les participants d'échanger et de s'entraider, dans le but de mieux composer avec la SP. Des ateliers et des conférences sont offerts sur différents thèmes en lien avec la SP, et un programme d'activités est organisé pour les jeunes de 6 à 17 ans. Cette année l'événement a servi à réunir 240 familles.

Camps d'été

Le Camp de vacances SP s'adresse aux jeunes de 7 à 17 ans dont un parent a la sclérose en plaques. Deux camps de vacances ont lieu au courant de l'été. Environ soixante jeunes peuvent y participer : Trente jeunes de 7 à 11 ans au Camp Richelieu Saint-Côme à Saint-Côme (Lanaudière) et trente jeunes de 11 à 17 ans au Camp Edphy International, à Val-Morin (Laurentides).



Et pour la recherche...



Le jeudi 16 août dernier plus de 930 restaurants A&W ont participé au Rendez-vous A&W pour stopper la SP et on réussit à amasser plus de 1,9 million de dollars pour la recherche ! Merci A&W

À l'occasion de la #Marchedelespoir, ce sont plus de 1 500 000 \$ qui ont été amassés dans 20 villes du Québec. Un merci spécial à tous les participants et aux bénévoles pour leur inestimable travail. Nous remercions également Debbie Lynch-White, porte-parole, et GENZYME, partenaire présentateur de la Marche de l'espoir !



La collaboration et l'Action sociale

Financement

- La section Est de Montréal est subventionnée en partie par le CIUSSS de la Pointe-de-l'île, via le programme de soutien aux organismes communautaires (PSOC).
- Le financement provenant du Bingo Pointe-aux-Trembles est utilisé pour les services aux membres. L'utilisation des profits est vérifiée annuellement.

Collaborateurs

- La Société canadienne de la sclérose en plaques Division du Québec nous offre leur soutien tout au long de l'année. L'appui que nous recevons est inestimable.
- Jim Orell journaliste du Flambeau et de l'Avenir de l'Est nous favorise en postulant des informations concernant nos activités et fait même du recrutement de bénévoles pour nous par l'entremise de ces chroniques.
- Le CIUSSS de la Pointe-de l'île nous fournit les services de deux ergothérapeutes et une auxiliaire-familiale hors-pairs de septembre à juin qui anime et supervise les exercices en douceur CLSP.
- AlterGo offre des formations, le prêt d'équipement adapté et des opportunités de participer à des projets tel que l'accessibilité universelle.
- Le Centre communautaire Roussin, lieu du bureau de la Section Est de Montréal ainsi que la plupart de nos activités est très bien adapté et sécuritaire pour nos membres. Le personnel du Centre sont très aimables, accommodants et serviables. Leur appui est considérable.
- PIMO qui est un organisme qui offre des services d'accompagnement, est un service indispensable pour certains membres.
- Les intervenants des CLSC du territoire nous réfèrent des gens ayant besoin de services et de soutien.

Action sociale

- Accès bénévolat: Nous sommes inscrits dans la banque d'offres pour bénévoles.
- Arrondissement : Nous sommes membres du site Arrondissement.com qui nous permet d'avoir de la visibilité et de faire la promotion de nos activités et événements.
- Jonathan de la CDC nous avise que nous sommes toujours membre et demeure à notre disposition pour nous assister selon nos besoins (demande de financement, formations, etc...)
- La Section Est de Montréal est membre de la Société canadienne de la sclérose en plaques et partage une mission commune : la recherche dans le but d'améliorer la vie des gens atteints de sclérose en plaques et dans l'espoir de retrouver un remède universel pouvant guérir toutes les formes de SP.

Points saillants 2018

Marilyn Savard, une de nos ergothérapeute préféré a dû nous quitter pour prendre son congé de maternité. Nous lui souhaitons tout le bonheur du monde et espérons son retour !



Bons coups

- Création d'un comité de levée de fonds
- L'engagement de 6 bénévoles
- Revitalisation du site web de la Société de la sclérose en plaques
- Augmentation de la visibilité de la Section (l'Avenir de l'Est, réseaux sociaux)
- Des sorties intéressantes et diversifiées à prix modique, des occasions de rencontres et d'échanges pour briser l'isolement tout au long de l'année
- 23 membres présents lors du dernier AGA , le jeudi 22 mars 2018
- La Section Est a fait un don pour la recherche de 5 000 \$ cette année

Nouveau partenariat avec MedicAlert :

Celui-ci permettra aux personnes atteintes de SP et à leur famille de profiter des avantages, auxquels elles accéderont en utilisant la ligne téléphonique réservée de MedicAlert :

Pour obtenir davantage d'information à propos de MedicAlert, rendez-vous sur le site Web de l'organisme : <http://www.medicalert.ca/>

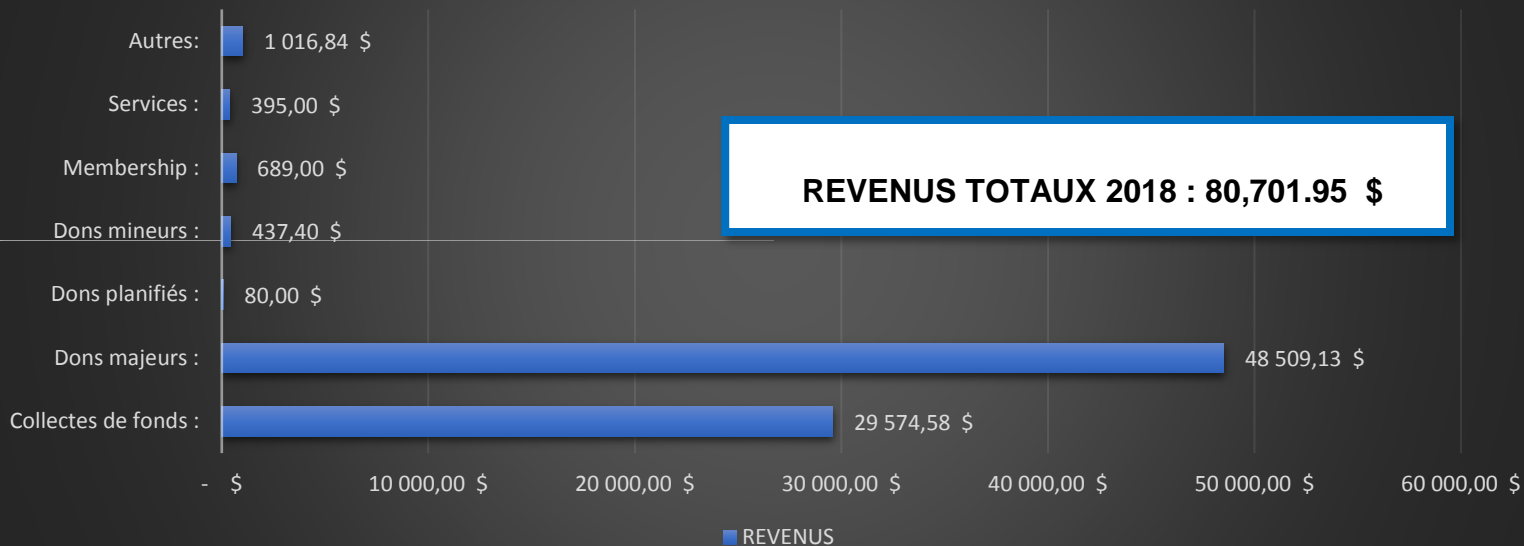
Nouvelles découvertes en recherche :

Le site de la Société canadienne de la sclérose en plaques est à l'affut des nouveaux développements en recherche et traitements. On y retrouve aussi de bons conseils de santé pour les gens atteints de sclérose en plaques. Consulter le site de la Société Canadienne de la sclérose en plaques : <https://scleroseenplaques.ca/ressources/nouvelles?province=QC>

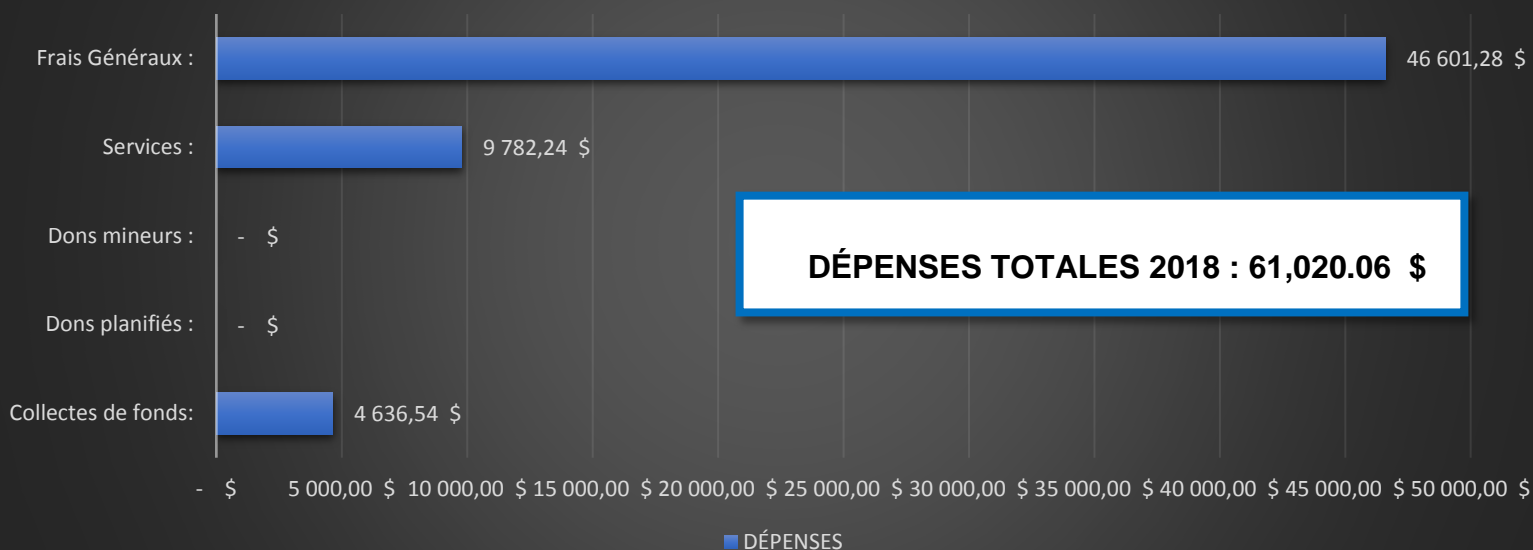
Le Portrait Financier 2018

Bilan 2018

REVENUS



DÉPENSES



SURPLUS : 19,681.89 \$

Orientations et Objectifs 2019

Orientation

- Répondre aux besoins et intérêts de la clientèle existante qui nous a été dévoiler lors d'un sondage auquel 19 participants ont répondu en juin dernier.

Voici les intérêts retenus : avoir accès à des billets de spectacle, avoir plus de conférences (alimentation, gérer son stress, la SP, les traitements) faire plus de sorties (cinéma, musée), des activités culinaire et d'art, avoir une autre activité physique de plus (yoga, piscine) ainsi que des activités sociales (karaoké, jeux de société).

Suggestions de conférences recueillis lors du sondage : conséquences de la maladie, vivre avec la SP, logis adapté, droits de la personne, fiscalité, comment gérer son temps pour faciliter les tâches.

Autres suggestions recueillis : sexothérapie, discussions de groupe, thérapies de groupe avec psychologue.

Objectifs

- Développer des activités variées d'intérêts pour les membres existants et pour attirer de nouveaux membres.
- Rejoindre davantage de gens atteints de sclérose en plaques résident l'est de Montréal afin de leur offrir du soutien et des services.
- Offrir des formations aux bénévoles.
- Recruter des bénévoles pour toutes les activités, tel que *Game Day-Journée de Jeux*.
- Faire une à deux évènements de levées de fonds annuellement afin d'amasser des fonds pour les activités et services aux membres.
- Trouver de nouvelles sources de revenus.
- Trouver du financement pour assurer la présence d'une ou deux auxiliaires familiales/infirmières auxiliaires afin d'assurer la sécurité des participants pendant toutes les activités.
- S'impliquer dans notre collectivité, élargir nos relations et notre présence dans la communauté.
- Contribuer davantage à la recherche.
- Participer aux campagnes nationales tel que *Savourez pour la SP* et la *Marche de l'Espoir*.

Conclusion

Remerciements

L'équipe de la Section Est de Montréal profite de ce moment pour remercier tous les membres, bénévoles, partenaires et collaborateurs qui permettent de rendre notre mission possible. Les efforts unis de tous feront assurément une différence dans la vie des gens atteints et fera sans doute avancer la cause de la **SP**. Cynthia Morgan, la nouvelle coordonnatrice des programmes et services nous assure que l'année 2019 connaîtra encore beaucoup de développements et que la Section Est continuera de prospérer!

A tous et chacun, merci de votre implication!



Notre bureau

Société canadienne de la sclérose en plaques Section Est de Montréal

12 125, rue Notre-Dame, local : 315
PAT, Québec H1B 2Y9
Tel: (514) 640-5472
Fax: (514) 640-4141

info.estdemontreal@scleroseenplaques.ca
www.facebook.com/estdemtl

Société
canadienne
de la sclérose
en plaques



Section Est-de-Montréal

Le bureau est ouvert toute l'année, de 9 h à 17 h, du lundi au vendredi.
Il faut prendre rendez-vous avant de s'y présenter.