

RAPPORT D'ACTIVITÉ 2021

**SOCIÉTÉ CANADIENNE
DE LA SCLÉROSE EN PLAQUES
SECTION EST DE MONTRÉAL**



**35e
Anniversaire**



NOTRE MISSION

Depuis plus de 35 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 psychosocial 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'elles aient une qualité de vie respectable.

ADRESSE

**Société canadienne de la SP,
Section Est de Montréal
12125, rue Notre-Dame, local 315
PAT, Québec H1B 2Y9
Téléphone : 514 640-5472
Télécopieur : 514 640-4141
info.estdemontreal@scleroseenplaques**



TERRITOIRE DE LA SECTION EST:

Les villes qui sont situées dans l'Est de Montréal : Anjou, Mercier-Hochelaga-Maisonneuve, Montréal-Est, Montréal-Nord, Rivière-des-Prairies, Pointe-aux-Trembles, et Saint-Léonard.



Table des matières

Notre Mission.....	2
Résumé.....	3
Mot de la Direction.....	4
La Section Est.....	5
Médias et réseaux sociaux.....	6
Les services: Information.....	7
Les services: Soutien.....	8
Les services: Activités sociales.....	9
Les services: Activités de loisir.....	10
La Section Est fête son 35e.....	11
La Section Est fête Noël.....	12
Le Bénévolat.....	13
Les Événements.....,.....	14
Points saillants 2021.....	15
L'Action sociale.....	16
Portrait financier 2021.....	17
Orientation 2022.....	18
Remerciements.....	19

Résumé

L'année 2021 n'a pas été facile étant donné la situation entourant le COVID et tout ce que cela implique (règlements, confinement, augmentation du coût de la vie, etc...). Nous avons travaillé fort pour offrir un soutien optimal à nos membres. Nos priorités ont été de briser l'isolement, de tenir les membres actifs et d'alléger le fardeau économique vécu par la plupart de nos membres. Nous avons donc programmé des activités gratuites virtuelles quotidiennement et variées pour plaire à tous les goûts tel que le café-rencontre, Brain Gym, Yoga, Zumba, Karaté, Journée de Jeux.

Les café-rencontres nous ont permis de rester en contact avec nos membres, de partager et de s'encourager. Les activités d'exercices adaptés variés ont favorisé la mise en forme et la rétention des acquis. Journée de jeux virtuel s'est transformé en Bingo et à contribuer à ce que les membres partagent un bon moment ensemble, à aiguiser leur matière grise, et à travailler la dextérité, et leur a aussi offert l'opportunité de gagner des prix sous forme de certificat cadeaux. Malgré tout, on peut dire que l'année 2021 a été un virtuel succès!

Ce rapport a été rédigé par Cynthia Morgan et fait état des faits saillants de l'année et les données financières pour l'exercice se terminant le 31 décembre 2021.

MOT DE LA DIRECTION

Président du Conseil d'Administration

Mot du Président

Après deux années de pandémie ponctuée d'une multitude de restrictions et de règles sanitaire imposés par les divers gouvernements. Je tiens à remercier et féliciter tous nos employés et bénévoles qui ont réussi à s'adapter et maintenir notre section très active avec une multitude d'activités virtuel. De plus ils ont réussi à garder contact avec la majorité de nos membres de différente façon (téléphone, courrier ...).

Le gouvernement ayant déjà annoncé le retrait de plusieurs restrictions de façons progressive, nous devrions être en mesure de reprendre plusieurs de nos activités en présentiel progressivement au cours des prochaine semaines. En terminant je nous souhaite une année 2022 avec un retour à la normale et j'espère vous revoir en présentiel en cours d'année.

Luc Hébert

Président du Conseil d'Administration



LA SECTION EST DE MONTRÉAL



LE CONSEIL D'ADMINISTRATION

**9 réunions et
1 extraordinaire**

Luc Hébert	Président
Mario Delisle	Vice-Présidente
Lisette Brosseau	Secrétaire
Danielle Cardinal	Trésorière
Ginette Bouvier	Administratrice
Maria Cannata	Administratrice
Nicole Jolander	Administratrice

Équipe de la Section Est de Montréal

Aminata Milaire	Directrice Régionale
Cynthia Morgan	Coordonnatrice des programmes et services
Johanne Thibault	Adjointe administrative

Les membres de la Section Est de Montréal

- Plus de **70** membres en règle qui sont utilisateurs de services.
- **23** présences lors de notre 35e Assemblée Générale Annuelle virtuelle qui a eu lieu le 24 mars 2021.
- Plus de **440** abonnés à notre page Facebook de la Section Est et **165** abonnés de la page Yoga en 2021 !

Les bénévoles

Guyline Rivest, Danielle Cardinal, Ginette Bouvier, Sylvie Thibodeau, Ginette Roy, Nancy Smith, Jocelyne Pierre, Marc Bérubé, Michel et Liette Robillard.

Comité des événements

Danielle Cardinal, Ginette Bouvier, Sylvie Thibodeau, Mario Delisle, Nicole Jolander, Maria Cannata, Johanne Thibault et Cynthia Morgan.

PRÉSENCES DANS LES MEDIAS ET LES RÉSEAUX SOCIAUX

LE FLAMBEAU ET L'AVENIR DE L'EST

Merci à Jim Orell qui publie de l'information concernant nos services, activités, et événements, en plus d'afficher la sollicitation pour des dons pour la recherche dans les journaux locaux.

35^e Assemblée générale annuelle de la SP

Cynthia Morgan, coordinatrice des services de la Société canadienne de la Sclérose en plaques – Section Est de Montréal, annonce la tenue de leur 35^e AGA, le mercredi 24 mars, à compter de 10h30. Celle-ci devrait se terminer aux alentours de midi.

J'ai appris qu'il y a trois postes à combler lors des élections au conseil d'administration. Pour soumettre votre candidature, il y a un document formel à compléter.

Les personnes intéressées contacteront Cynthia au 514 640-5472 ou encore à cynthia.morgan@scleroseenplaques.ca



AVENIR 03-03-2021

FLAMBEAU 27-01-2021

■ Pour faire suite à notre article sur la reprise des activités de la Société canadienne de la sclérose en plaques (SP) – section Est, je tiens à saluer les loyaux bénévoles impliqués tels Guylaine Rivest, Ginette Bouvier, Sylvie Thibodeau, Ginette Roy, Nancy Smith, Jocelyne Pierre, Marc Bérubé, Michel et Liette Robillard. Sans oublier les membres de leur dynamique conseil d'administration en occurrence Luc Hébert, Karine Gommier, Danielle Cardinal, Lisette Brosseau, Danielle Samson, Ginette Bouvier et Nicole Jolander. Chapeau à vous tous!

RÉSEAUX SOCIAUX

Depuis l'arrivée du COVID, la plupart de nos activités ont été offertes de façon virtuel. Grâce à notre page Facebook, la Section Est continue de partager l'information concernant des activités, services et événements d'intérêts pour nos membres. La page Facebook 'Yoga Section Est de Montréal' d'où les gens peuvent assister à des séances LIVE de Yoga adapté animées par Stéphanie Kitembo est aussi très populaire. La participation est ouvert à tous et ce, gratuitement. Les vidéos demeurent disponibles sur la page et ont permis à tous d'en profiter à leur guise. Suivez-nous sur Facebook :

<https://www.facebook.com/estdemtl/>

Le site Arrondissement.com continue de nous offrir de la visibilité et nous permet de diffuser l'information sur nos services, activités et événements. Notre page a été consulté 482 fois dans l'année, les publications 103 fois et 37 personnes ont été redirigé vers notre site internet. Consultez le lien :

<https://www.arrondissement.com/montreal/associationscleroseenplaquesdelestdemontreal>

Les Services

Information

Demandes reçues : La Section Est a répondu à de nombreux appels, des courriels et des messages reçus via les réseaux cet année. La grande majorité des demandes concernait nos activités virtuelles, les ressources financières disponible, services à domicile ainsi que des questions sur des symptômes et médicaments de la **SP**.

Un grand nombre de demandes de notre clientèle ont été répondues grâce à l'information révisée et mise à jour régulièrement sur le site de la Société de la **SP**. On y retrouve une vaste panoplie d'information concernant la **SP**, les médicaments, les ressources, ainsi que des nouvelles récentes sur la recherche et les droits, etc... Nous avons aussi référé plusieurs membres désirant de l'information sur la maladie au **Réseau de connaissances** sur la **SP**. Les **agents info-SP** nous ont offert un appui considérable et ont été disponibles pour répondre à toutes questions que pourrait avoir une personne ou un proche vivant avec la **SP**. Les **agents info-SP** sont accessibles dans tout le pays, du lundi au vendredi, de 9 h à 17 h (HE).

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

Calendrier d'activités : Il y a eu trois publications du calendrier d'activités, à l'automne, à l'hiver et au printemps. Les gens ont pu y retrouver la programmation des activités offertes comme les conférences, les activités de loisirs et les groupes de rencontres. Il a été envoyé à toutes les membres par courrier électronique ou par courrier régulier pour ceux qui n'ont toujours pas d'accès aux outils informatiques. Il a également été affiché sur notre page Facebook et notre site web.

Journal SP de la Section Est de Montréal : Le Journal **Au Courant** a été publié quatre fois en 2021 : à l'automne, à l'hiver, au printemps et une édition dévouée au **35e** Anniversaire à l'été. On y a annoncé la programmation des activités à venir, les faits saillants d'évènements passés, l'information sur la maladie de la **SP**, les services offerts, ainsi que des petits mots d'encouragement de nos élus locaux. Des nouvelles sur la recherche et de bons conseils ont également été inclus dans ces précieux bulletins. Ils ont été envoyés à toutes les membres par courrier électronique ou par courrier régulier pour ceux qui n'avaient pas d'accès aux outils informatiques. Le journal **Au Courant** a également été affiché sur notre page Facebook et notre site web.

Les Services

Le Soutien

WEBINAIRES SP – CONFÉRENCES SP

Les sujets des **Webinaires SP – Ce qu'en disent les experts** offert pendant l'année comportais des sujets de divers intérêts pour nos membres. Les membres ont pu ainsi bénéficier de conseils d'experts sur de tels sujets comme : **le Bien-être sexuel et sclérose en plaques, les jeunes atteints de SP : transition des soins pédiatriques aux soins pour adultes, comprendre la recherche sur la SP, les médicaments génériques ou biosimilaires pour le traitement de la SP, la santé psychologique: un potentiel invisible, la SP et vaccins contre la COVID-19,**

La Société de la **SP** a offert plusieurs conférences pendant l'année animé par des professionnels de la santé. Le Dre Ruth Ann Marrie à aborder le **Cancer, dépression et troubles anxieux en cas de SP**, le Dr Alexandre Prat nous a informer sur **l'Utilisation de technologies innovantes en vue de la détection de biomarqueurs de l'évolution de la SP** ainsi que le Dre Dalia Rotstein qui nous a renseigner sur **La SP chez les immigrants : incidence de l'environnement canadien sur le risque d'avoir la SP**. Les gens ont aussi été invités à participer à une des séances de discussion sur la diversité et l'inclusion qui sont essentielles à l'innovation et à l'amélioration des résultats en matière de santé au profit des personnes atteintes de sclérose en plaques.

Ruth Rose, ancienne professeure en économie de l'UQAM a présenter un **portrait général des services, des mesures et des programmes sociaux visant à soutenir le revenu des personnes en situation de handicap et leurs proches**, tandis que Jocelyn Caron, directeur général de Finautonome a présenter **les mesures fiscales pour les personnes en situation de handicap** lors d'une rencontre d'information sur la fiscalité : **À quoi avez-vous droit sur le plan fiscal.**

GROUPE DE SOUTIEN – PROCHES AIDANTS

10 ateliers ont été offert aux proches aidants leurs permettant de briser la solitude, de partager avec d'autres personnes qui vivent la même réalité et abordait des sujets sur le rôle d'un proche aidant.

La période de confinement a été lourde pour certains de nos membres. Nous avons grandement encouragé nos membres à profiter du **Programme de soutien entre pairs** offert par la Société. Ce programme tente de jumelé le membre à un bénévole qui vit avec la **SP** ou prend soin d'un être cher aux prises avec cette maladie.

Les Services

Activités sociales

CAFÉ-RENCONTRE

Nos café-rencontres ont eu lieu de façon virtuel a tous les lundis après-midis. Du 18 janvier au 29 mars , du 12 avril au 28 juin et du 20 septembre au 13 décembre, il y a eu 34 rencontres, accueillant **422** participants, pour une moyenne de 12 participants par rencontre. Les café-rencontre ont pu alléger le besoin des membres de partager, de s'informer et d'être rassurer. Les café-rencontres de la Section Est ont bien été apprécié par les membres et durent souvent plus de deux heures. Cette activité sert notamment de moments de discussion et de support entre pairs et nous permet aussi de s'assurer du bien-être de nos membres.

DÎNER-CAUSERIE

Nous avons eu la chance d'organiser un dîner-causerie en présentiel le 10 novembre dernier. Un repas complet a été offert aux membres, moyennant une contribution de \$5. C'est alors vingt-quatre (**24**) membres de la Section Est se sont réunis pour déguster un bon repas, en bonne compagnie au Montaza de Pointe-aux-Trembles.Ceci a également été l'occasion d'échanger, de partager et de se familiariser avec les nouveaux membres.Le plaisir des personnes présentes était évident : La bonne humeur et les rires étaient au rendez-vous !

SORTIE BINGO P.A.T.

Pendant la brève période de déconfinement, nous avons eu l'occasion d'organiser deux sorties pour aller jouer au Bingo entre ami(e)s. Le 08 octobre, seize (**16**) membres se sont réunis pour jouer ensemble tandis que le 19 novembre,vingt-deux (**22**) membres étaient présents. La sortie du 08 octobre au BINGO P.A.T. à porter fruits—3 de nos membres se sont partagés 150\$ tandis qu'une de nos membres à gagner un gros lot de 500\$! même si les membres n'ont pas gagné lors de la sortie du mois de novembre, ils ont tout de même apprécié l'occasion de se voir et de partager ce bon moment ensemble.

JOURNÉE DE JEUX – GAME DAY

Introduit dans l'Est par Maria Cannata, Journée de Jeux-Game Day a continué d'attirer des participants qui désirent passer l'après-midi à s'amuser en bonne compagnie, tout en s'aiguissant la matière grise. Pour donner suite à une demande fait par les membres, Journée de Jeux a été intégrer à notre programmation virtuelle et s'est transformer en après-midi Bingo. Il y a eu neuf (9) après-midi BINGO de septembre à décembre et **96** présences inscrites, pour une moyenne de 10 personnes. Un total de \$900 de certificats cadeaux Walmart ont été remis aux heureux gagnants.

Les Services

Activités de loisirs

Les activités de loisirs adaptés sont très importantes pour nos membres et servent non seulement à briser l'isolement, mais sont aussi efficace pour traiter les symptômes de sclérose en plaques. Sa pratique contribue à l'amélioration ou au maintien des capacités fonctionnelles (se déplacer, faire ses transferts, etc.), des capacités cardiovasculaires, de la force, des fonctions cognitives et de la qualité de vie. Les bienfaits ressentis sont multiples et sont bien constatés par les participants: amélioration de l'endurance, de la souplesse et de la posture, meilleure humeur, ainsi que la réduction de la fatigue, du stress et de l'anxiété.

EXERCICES ADAPTÉS NEUROMOTRIX

Les entraînements assise de groupe par vidéoconférence animé par **NeuroMotrix** (une entreprise en kinésiologie spécialisée en vieillissement et en troubles neurologiques) ont été offerte gratuitement aux membres trente-quatre fois (34) de façon virtuel en 2021, avec un total de **241** présences. La séance est interactive, les participants sont en contact entre eux et avec la kinésiologue. Le type de mouvement, l'intensité de l'activité physique et le niveau de supervision sont adaptés afin de tirer le maximum de bénéfices de l'entraînement tout en maintenant la sécurité des participants.

BRAIN GYM

Animé par Lisa Marcovici, l'atelier Brain Gym est présenté comme outil pratique au quotidien et a été offert gratuitement aux membres trente-trois (33) fois et a permis à **254** personnes d'en profiter pendant l'année. Les sessions hebdomadaires d'une durée d'une heure, débute avec l'identification du stress et son impact négatif sur le système cerveau-corps. Les participants apprennent à observer comment les exercices de détente de Brain Gym peuvent être bénéfiques dans leur vie quotidienne et comment adapter et appliquer ces activités pour répondre aux besoins de leurs proches.

YOGA ADAPTÉ

En 2021, 34 ateliers de Yoga ont été offerte gratuitement et ouvert à tous. Les présences ont été nombreuses, étant donné que l'activité a été ouvert à tous et que les vidéos sont disponibles à visionner par la suite. Au 31 décembre, il y avait **165** abonnés à la page. Selon les statistiques de Facebook, les vidéos de Yoga adapté et animé par Stéphanie Kitembo ont eu une portée de **4090**, **736** réactions / commentaires / partages et **319** spectateurs simultanés. Cette activité est une source inestimable de bien-être pour nos membres qui participent et offre une belle visibilité à notre cause.

ZUMBA ET KARATÉ ADAPTÉ

Grace à une collaboration avec l'organisme **Vie Autonome**, des nouvelles activités virtuels tel que le Zumba adapté et le karaté adapté ont pu être offert à nos membres. Neuf (**9**) membres intéressés ont été inscrits aux sessions hebdomadaires d'une durée d'une heure, et disent apprécier surtout le Zumba, qui est un ensemble d'exercices énergisantes adaptés au rythme de la musique.

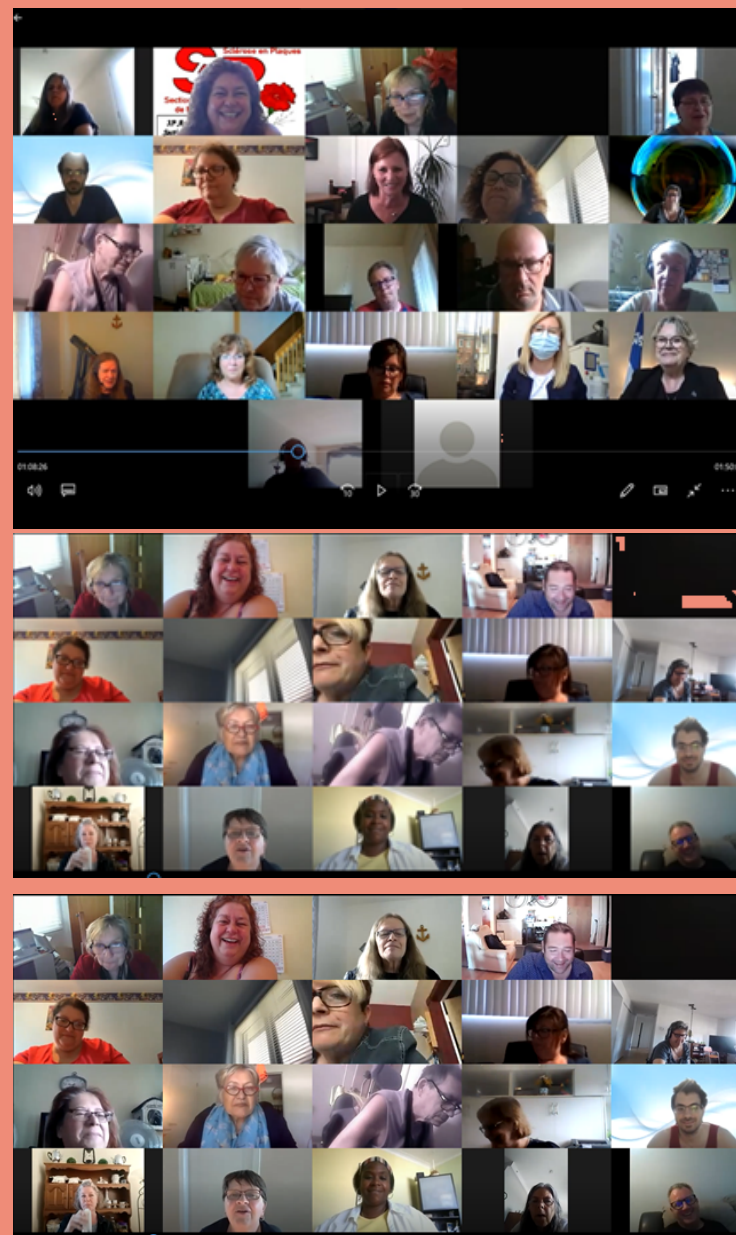
LA SECTION EST FÊTE 35E ANNIVERSAIRE

FÊTE VIRTUEL 35E ANNIVERSAIRE

Il y avait plus d'une **vingtaine** de personnes présentes lors de la fête virtuel du **35e** Anniversaire de la **Section Est** le 04 juin dernier. Un montage de photos a été partager soulignant les bons moments vécus par les membres lors des activités et évènements passés. Des bons souvenirs ont été partager et les sourires étaient au rendez-vous.



Un logo a été fait à l'honneur du **35e!**
Merci à **Valérie Cardinal** pour sa conception



BINGO VIRTUEL 35E ANNIVERSAIRE

Le 11 juin, dix-neuf (**19**) personnes ont assisté au Bingo virtuel soulignant le 35e Anniversaire de la Section Est. Quatre cent quatre-vingts dollars (\$480) de prix en forme de cartes cadeaux Walmart ont été envoyés à nos grands gagnants: Geneviève Ayotte, Gaétan Poulet, Lucien Langevin, Andrew Iacoeo, Maria Cannata, Manon Ciarlo, Sylvie Beauchamp, Danielle Cardinal, Luc Hébert, Mario Delisle, Nicole Jolander, Chantal Croteau, Romy Regis et Danielle Samson.



CADEAUX AUX MEMBRES

Afin de souligner le **35e** Anniversaire de la Section Est, des cadeaux personnalisés avec le logo du **35e** ont été livré aux membres résidant sur le territoire et qui ont participé à nos activités.

Merci à notre comité du 35e:

Danielle Cardinal, Sylvie Thibodeau, Ginette Bouvier, Lisette Brosseau, Nicole Jolander, Johanne Thibault et Cynthia Morgan.

La Section Est fête

Noël!



Noël virtuel 2021

La situation entourant le COVID ne nous a pas permis de faire notre merveilleuse fête de Noël annuel avec un bon repas traditionnel prévue pour le 20 décembre. Nous avons donc organisé une fête virtuelle auquel **28** membres étaient présents pour partager un bon moment ensemble. Un petit extrait du comédien Simon Leblanc du spectacle Malade a été partagé dans le but d'agrémenter l'occasion.



Noël 2021

Encore cette année la Section Est a formé un comité de Noël qui s'est occupé de préparer de beaux cadeaux pour les membres atteints de la SP qui ont participé aux activités dans la dernière année. Ils ont préparé 18 paniers cadeaux qui ont été livré dans le quartier et des cartes cadeaux ont aussi été envoyé par la poste. Les membres étaient agréablement surpris!



Nous avons profité de l'occasion du temps des fêtes pour souligner les retraites de Suzanne Décarie et Gilles Déziel, nos conseillers d'arrondissement qui sont toujours aussi présents pour notre Section, ainsi que la retraite de notre chère Marie-Josée Filion, ergothérapeute des plus dévouées. Merci pour vos nombreuses années d'implication au sein de la Société canadienne de la sclérose en plaques Section Est de Montréal. Bonne retraite bien méritée à vous trois!



LE BÉNÉVOLAT

Le soutien de nos bénévoles lors de nos activités et évènements est bien précieux!

- Plus de **90** heures de bénévolat a été enregistré. Ginette Bouvier et Sylvie Thibodeau ont continué d'offrir leur soutien et des services à nos membres pendant la pandémie.
- Plus de **150** heures ont été dévouées par le comité d'événements pour la préparation et la livraison des cadeaux du 35e Anniversaire et de Noël aux membres.
- Les membres du Conseil d'Administration ont continué de participer aux réunions et de nous soutenir dans notre mission tout au long de l'année. Les membres du C.A. nous ont donc consacré plus de **220** heures.

Un grand **MERCI** à tous nos bénévoles! Quelles perles rares!

Bénévole de l'année 2021!



La Société canadienne de la sclérose en plaques de la Section Est-de-Montréal tient à souligner l'implication de Danielle Cardinal lors des fêtes et des événements organisés par la Section. Étant membre et elle même atteinte de sclérose en plaques, Danielle comprend l'incertitude et les difficultés avec lesquels nos membres doivent vivre quotidiennement. Sa générosité et son grand cœur est apparent dans tout ce qu'elle fait. La touche spéciale de plus qu'ajout Danielle avec ses petits délices et belles décorations agrémente la vie des gens, comme un rayon de soleil. Merci à Danielle Cardinal pour sa contribution qui embellit la vie de nos membres.



Soirée de Reconnaissance des Bénévoles 2021.

Merci aux élus d'Arrondissements de R.D.P. et P.A.T. pour la belle soirée de reconnaissance des bénévoles virtuelle.

Félicitations à Sylvie Thibodeau qui a été choisi parmi tous les candidats pour le **Lauréat Coup de Cœur** pour ces qualités digne de mention.



LES ÉVÉNEMENTS

Pour la Recherche

Grâce à la générosité de la collectivité de la **SP**, des participants à nos événements et de nos donateurs, le rythme de la recherche sur la **SP** au Canada a pu être maintenu en 2021, et ce, malgré les défis que nous avons connus. Cette année, la Société canadienne de la **SP** a affecté plus de **2,6 millions** de dollars au financement des études les plus prometteuses et aux retombées potentielles les plus importantes pour les personnes touchées par la **SP**.



La Marche de l'eSPoir a eu lieu de façon virtuel encore en 2021. Le groupe de marcheurs de la Section Est se sont rassemblé pour marcher ensemble au parc de la Belle Rive. **LES MARCHEURS DE L'EST** ont amassé plus de **2000\$** de dons en ligne pour la recherche!

La Section
a remis

Est de Montréal
un montant de

25 000\$

à la Division du Québec
pour contribuer à
la Recherche
en 2021!



La collectivité de la **SP** s'est surpassée cette année à l'occasion du Rendez-vous A&W pour stopper la **SP** et a permis d'amasser la somme exceptionnelle de **1,4 million** de dollars afin de soutenir les personnes atteintes de sclérose en plaques!



En novembre et décembre, cinq (5) succursales des **Épiceries Valmont**



situés à l'Est de Montréal

se sont impliqués pour stopper la **SP**.

La boulangerie alternative Inéwa a remis **0,50\$** par pain à la Société canadienne de la sclérose en plaques de la Section Est. Plus de **1200\$** ont donc été remis pour permettre l'avancement de la recherche d'un traitement contre la **SP** et améliorer la qualité de vie des personnes atteintes.

BONS COUPS

Cette année, la Section Est a tenu de souligner l'anniversaire de chaque membre. Tous les membres auraient reçu une carte de fête ainsi qu'un billet de loterie. Les membres ont bien apprécié la pensée.



En collaborant avec les autres Sections de la Société de la **SP** ainsi que l'organisme **Vie Autonome**, nous avons pu défrayer les coûts de certaines activités partagés.

La Section Est a donc pu ajouter des ateliers de Brain Gym, Zumba et Karaté adapté à la programmation. Les membres ont été bien choyés en ayant un choix d'activités variés.



Merci au Maire Robert Coutu qui a organisé et assisté la vaccination contre la COVID-19 le 19 mars dernier pour les résidents de l'immeuble de la Sclérose en Plaques à Montréal-Est en compagnie de son collègue Jean-Paul Dahm et en collaboration avec le CIUSS de l'Est de Mtl. Les résidents ont été bien heureux et soulager de ne pas avoir à se déplacer.

Au mois de juin, lors d'une Assemblée au Parlement du Québec, la **Députée Chantal Rouleau** (ministre responsable de la Métropole et de la région de Montréal) à mentionner avoir assister à notre fête virtuelle du 35e Anniversaire de notre Section. Madame Rouleau souligne le travail des employés et bénévoles et nous félicite pour le support que nous offrons. Elle termine en nous souhaitant un Joyeux 35e Anniversaire.



l'Action Sociale

Collaborations

- La Section Est de Montréal est membre de la Société canadienne de la sclérose en plaques Division du Québec 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. L'appui que nous recevons est inestimable.
- Jim Orell journaliste du Flambeau et de l'Avenir de l'Est nous favorise en écrivant des informations concernant nos activités, le recrutement de bénévoles et même de la publicité pour faire des dons à la recherche par l'entremise de ces chroniques.
- Le CIUSSS de la Pointe-de l'île nous fournit les services d'une ergothérapeutes et d'une à deux auxiliaire-familiale hors-pairs de septembre à juin qui animent et supervisent 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 est très aimable, accommodant et serviable. Nous avons bien hâte d'y retourner et reprendre nos activités en présentiel.
- Les intervenants des CIUSSS du territoire ainsi que du Centre Lucie Bruneau nous réfèrent des gens ayant besoin de services et de soutien, et vice-versa.
 - Louise Croussett de l'Association bénévoles de Pointe-aux-Trembles nous partage des informations sur les services d'intérêts pour nos membres résident le territoire, tel que les ressources de banques alimentaires, l'aide à l'épicerie et le déneigement gratuit.
 - Arrondissement : Nous sommes membres du site Arrondissement.com qui nous permet d'avoir de la visibilité , de faire la promotion de nos activités et évènements et même du recrutement de personnel.
 - Nous sommes membre de la CDC de la Pointe qui assure la participation active du communautaire au développement socioéconomique en faisant la promotion des intérêts des membres du territoire et en représentant le milieu communautaire aux instances locales, régionales et nationales.
 - Nous sommes membre de DéPhy Montréal qui offre une banque d'information pour les organismes communautaires qui ont une clientèle à limitations fonctionnelles et propose des moments de rencontre entre les organismes pour partager les préoccupations et recommandations sur divers sujets.
 - Nous sommes membre de CSMO-ÉSAC (Comité sectoriel de main-d'œuvre Économie sociale et action communautaire) qui est un carrefour d'expertises et de référence en développement de la main-d'œuvre. Ils ont un site d'information sur la gestion des organismes et offre des formations payées aux employés d'organisme à but non lucratif, permettant le développement des compétences de ceux-ci.
- Cette année, nous avons assister régulièrement à diverses rencontres et webinars dans le but de maximiser la collaboration entre organismes et d'augmenter nos connaissances dans le but de mieux desservir nos membres. (Direction régionale de santé publique CIUSSS du Centre-Sud-de-l'île-de-Montréal, Table de concertation des aînés de l'île de Montréal - TCAÎM, Table nationale des Corporations de développement communautaire (TNCDC), Mouvement PHAS 'Personnes handicapées pour l'accès aux services',

LE PORTRAIT FINANCIER 2021

La section Est de Montréal est subventionnée en grande partie par le CIUSSS de la Pointe-de-l'île, via le programme de soutien aux organismes communautaires (PSOC).

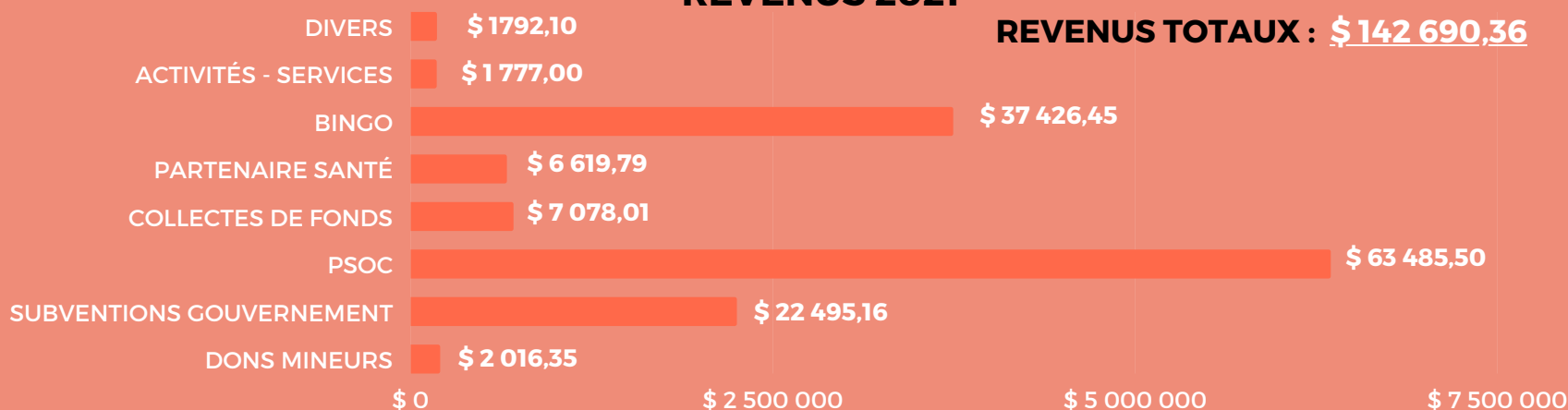
Merci pour votre soutien!

Malgré les difficultés causées par la fermeture temporaire de la salle de Bingo de Pointe-aux-Trembles(dû au COVID-19), notre Section a tout de même reçu plus de 37 000\$ provenant des profits de Bingo en 2021! Le financement provenant du Bingo Pointe-aux-Trembles est strictement utilisé pour les services aux membres. L'utilisation des profits est vérifiée annuellement.

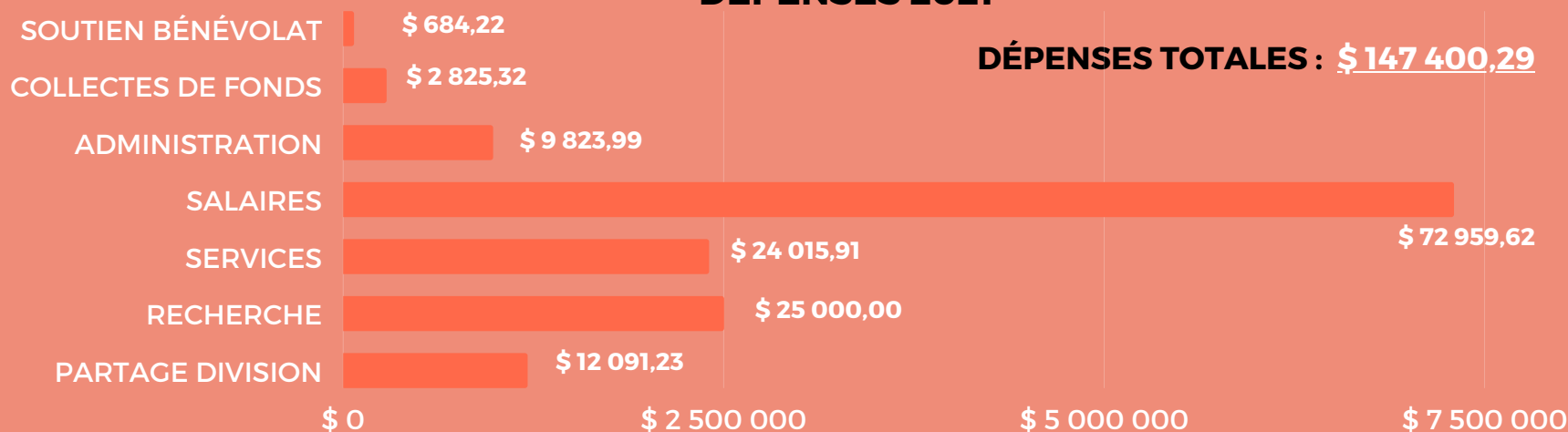
Merci de votre générosité M. Bougie!

Les élus de Montréal-Est et Pointe-aux-Trembles sont des plus dévoués envers nos membres et n'hésitent pas à contribuer lors de nos événements et pour nos activités! Merci Caroline Bourgeois, Chantal Rouleau, Gilles Déziel, Mario Beaulieu, Robert Coutu et Suzanne Décarie!

REVENUS 2021



DÉPENSES 2021



DÉFICIT (\$ 4 709,93)

Objectifs

Orientation 2022

Continuer d'offrir :

- Un soutien aux membres, leurs familles et proches aidants
- Des occasions de regroupement des personnes atteintes de **SP**.
- De fournir de l'information pertinente aux personnes vivant avec la **SP** et leurs proches
- D'encourager les membres à mener une vie active
- De promouvoir et défendre les droits et les intérêts des membres
- Des activités variées d'intérêts à prix modique pour les membres

- Offrir un séjour dans un camp de vacances adapté de la région à nos membres, à prix raisonnable.
- Repérer des endroits adaptés pour permettre aux membres de faire des sorties.
- Permettre à nos membres de participer à la fin de semaine e**SP**oir Famille à prix modique.
- Rejoindre davantage de gens atteints de sclérose en plaques qui résident l'est de Montréal afin de leur offrir du soutien et des services.

• Poursuivre la collaboration avec les organismes du quartier afin d'être à l'affut et d'offrir des services d'intérêts pour nos membres.

• S'impliquer dans notre collectivité dans le but de favoriser la collaboration et d'élargir notre présence dans la communauté.

• Offrir des formations pertinentes aux employés et bénévoles.

- Augmenter notre contribution à la Recherche.
- Recruter des restaurateurs pour participer à la campagne Savourez pour la SP.
- Faire une à deux évènements de levées de fonds annuellement afin d'amasser des fonds
- Continuer de fleurir grâce à l'implication de tous.

La Société canadienne de la sclérose en plaques tient à remercier tous les bénévoles impliqués:

*Guylaine Rivest, Ginette Bouvier, Danielle Cardinal, Sylvie Thibodeau,
Ginette Roy, Nancy Smith, Jocelyne Pierre, Marc Bérubé,
Michel et Liette Robillard*

ainsi que les membres du Conseil d'Administration:

*Luc Hébert, Maria Cannata, Lisette Brosseau,
Danielle Cardinal, Mario Belisle, Ginette Bouvier
et Nicole Jolander.*

Sans oublier nos précieux partenaires et collaborateurs :

Merçi



Centre intégré
universitaire de santé
et de services sociaux
de l'Est-de-
l'île-de-Montréal

Québec