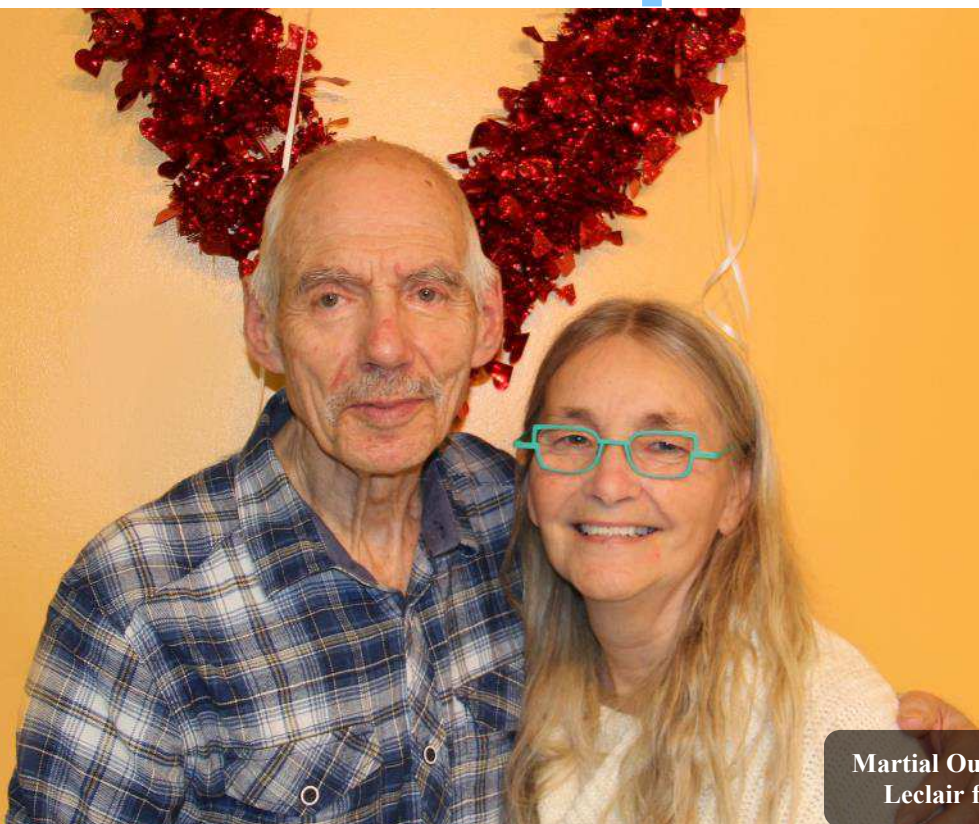


LIVRET D'INFORMATION

Printemps 2018



Martial Ouellet et Carole
Leclair février 2018

Renouvellement de la carte de
membre

Dès maintenant

Préinscriptions

Du 6 au 9 mars 2018

Inscriptions

13 mars 2018

Début des activités

9 avril 2018

Pour les personnes de 55 ans et plus

7958, rue Hochelaga Montréal

Téléphone : 514 354-5131

lecheznous@lecheznous.org

www.lecheznous.org

Suivez-nous sur Facebook, YouTube et LinkedIn



30 ans d'histoire

Fiers de notre passé

Résolument tournés vers l'avenir

Mot de bienvenue

Chers membres,

Le printemps marque traditionnellement le renouveau de la nature, le retour du beau temps, du soleil, des sourires et des moments à partager! Le Chez-Nous de Mercier-Est n'y échappe pas. On a donc profité de cette saison où le renouveau est à l'honneur pour vous présenter les activités et les services offerts par le Chez-Nous. Aussi, nous sommes heureux de partager avec vous les activités qui auront lieu dans les différents secteurs du Chez-Nous.

Comme vous le savez tous, le Conseil d'administration a décidé de mettre fin au Dîner de l'amitié en raison du déficit engendré de saison en saison, de la difficulté de trouver des bénévoles pour le service de la plonge et de l'insatisfaction liée à la qualité des repas. Cependant, nous sommes ouverts à toute suggestion des membres pour une activité alternative. Par ailleurs, nous vous invitons à continuer de dîner en groupe en apportant votre lunch.

Cette année, le Chez-Nous accueille des stagiaires : Elyane Asselin, Camille Lauzon, Jennifer Rochon et Marie-Jeanne Champagne-Lambert. Le Chez-Nous est fier de pouvoir les compter parmi nous. Nous sommes en présence de jeunes professionnelles rigoureuses et enthousiastes et leur engagement leur permet de créer des ateliers dynamiques et originaux selon vos goûts et intérêts, auxquels vous êtes invités à participer.

Le 2 février dernier, les employés et les membres du Conseil d'administration ont participé à la formation « Pour que vieillir soit gai » de la Fondation Émergence. Celle-ci nous a informés et sensibilisés sur les réalités des personnes lesbiennes, gaies, bissexuelles et transgenres (LGBT). Le Chez-Nous compte devenir un établissement certifié allié à la lutte contre l'homophobie et la transphobie.

Mot de bienvenue

C'est avec plaisir que nous avons accueilli M^e Isabelle Rivest comme nouvelle membre du Conseil d'administration. M^e Rivest, qui est toujours active professionnellement, est membre de la Chambre des notaires du Québec et participe aux travaux de nombreux comités en lien avec sa profession. Mentionnons qu'elle est spécialisée en droit successoral.

De plus, nous tenons à souligner avec nos membres la journée internationale des femmes qui aura lieu le 8 mars 2018. Ce sera l'occasion de souligner les réalisations des femmes et de prendre conscience des obstacles qui restent à aplanir pour qu'elles accèdent à l'égalité.

Nous ne vous retenons pas plus longtemps, toute l'équipe vous souhaite un beau printemps.

L'équipe du Chez-Nous de Mercier-Est

De gauche à droite:

*Daisy Kipré
Marie-Soleil Tessier
Jennifer Lobréau
France Moreau
Pauline Roussel
Léo Fortin
Marie-Pier Gosselin
Caroline Moïse
Emmanuella
Niyonzima*



Informations utiles

Documents importants

Nous vous invitons à prendre connaissance de

la politique de remboursement

la procédure de médiation et de plainte et

la procédure d'intervention

qui sont présentement affichées sur le babillard du centre.

Modes de paiement

N'oubliez pas que vous pouvez payer vos inscriptions aux activités et cours **en argent ou par chèque** au nom du Chez-Nous de Mercier-Est.

Heures d'ouverture

Le secrétariat et l'accueil sont ouverts entre 9 h à 12 h et entre 13 h à 16 h. Pendant l'heure de dîner, un membre de l'équipe est disponible à l'accueil pour répondre à vos questions et assurer le service.

Jours fériés

Le centre sera fermé

2 avril 2018

Pâques

21 mai 2018

Journée nationale des patriotes

Boîte à suggestions

Si vous souhaitez aborder des sujets d'intérêt commun qui vous tiennent à cœur, n'hésitez pas à utiliser la **boîte à suggestions** qui se trouve à côté du comptoir à l'accueil.

Bénévoles recherchés

Avez-vous quelques heures à donner par semaine ou par mois? Avez-vous envie de vivre une expérience enrichissante? Alors, devenez bénévole!

Le centre est présentement à la recherche de bénévoles pour:

- L'accompagnement et le transport pour rendez-vous médicaux et commissions (remboursement des frais d'essence et d'usure du véhicule)
- Les visites d'amitié
- Les activités de socialisation
- Les tâches de commis à l'administration

Stationnement

Le stationnement arrière du centre est réservé exclusivement aux membres ayant des difficultés à la marche. Nous vous remercions de laisser ces places aux membres qui en ont vraiment besoin. Nous étudions la possibilité d'émettre une vignette spécifiquement pour le stationnement arrière. Utiliser plutôt le stationnement avant. N'oubliez pas, vous devez placer votre vignette sur le tableau de bord, côté chauffeur pour éviter que votre auto soit remorquée.

Journée d'essai

Si vous êtes intéressés à essayer une activité, vous avez droit à une journée d'essai sans frais. Veuillez vous adresser au secrétariat.

Semaine portes ouvertes

La semaine « portes ouvertes » est l'occasion idéale pour essayer gratuitement les différentes activités offertes à la session de printemps. Venez participer en grand nombre et n'hésitez pas à amener des invités, membres ou non membres (ouvert aux 55 ans et plus). La liste des activités sera dévoilée le 19 mars.

Clinique d'impôt : 5, 12, 19, 26 mars 2018

Besoin d'aide pour remplir votre déclaration de revenus? Des bénévoles du Chez-Nous de Mercier-Est vous aideront gratuitement (contribution volontaire appréciée).

Critères d'éligibilité :

- Avoir 55 ans et plus
- Habiter le quartier Mercier-Est
- Avoir un revenu en dessous du seuil de pauvreté : 25 000 \$ pour une personne seule et 30 000 \$ pour un couple.

Places limitées, inscriptions en cours.

Activités artisanales

<i>Activité</i>	<i>Jour</i>	<i>Horaire</i>	<i>Salle</i>	<i>Coût</i>
Confection de cartes Responsable Johanne Chevrier	Mercredi 11 avril au 30 mai 8 semaines	9 h 30 à 11 h 30	103	0 \$
Joyeuses tricoteuses Responsables Renée Beauchemin Pierrette Gendron	Mercredi 11, 25 avril 9, 23 mai 4 semaines	13 h 30 à 15 h 30	104	0 \$
Bijoux Responsable Gaëtane Touchette	Mercredi 18 avril 2, 16, 30 mai 4 semaines	13 h 30 à 15 h 30	104-A	0 \$
Crochet Responsable Diane Pépin	Mercredi 18 avril 2, 16, 30 mai 4 semaines	13 h 30 à 15 h 30	104	0 \$

Activités culturelles

Activité	Jour	Horaire	Salle	Coût
Peinture à l'huile Professeure Sylvia Paquette	Mardi 10 avril au 22 mai 7 semaines	9 h à 11 h 30	104	62 \$
Théâtre du Chez-Nous <i>Cours fermé</i> Responsables Richard Desroches Jocelyne Dumais	Mardi 10 avril au 22 mai 7 semaines	9 h à 12 h	103	20 \$
Chorale Professeure Julie Beaulieu	Jeudi 12 avril au 31 mai 2018 Intensive : 6 mai Générale : 31 mai Concert : 2 juin 2018	13 h 30 à 16 h	103, 104, 104-A	* Voir note

* Note:

170\$

Paiements :

Session hiver 85 \$

Session printemps 85 \$ avec un chèque postdaté le 5 avril 2018 Incluant partitions et CD de pratique

Activités physiques

<i>Activité</i>	<i>Jour</i>	<i>Horaire</i>	<i>Salle</i>	<i>Coût</i>
Baladi Professeure Pauline Caux	Lundi 9, 16, 23 et 30 avril 28 mai et 4 juin Jeudi 26 avril 7 semaines	10 h 30 à 12 h	114	40 \$
Yoga sur chaise Professeures Jocelyne Gagnon Catherine Beaudoin	Lundi 9 avril au 21 mai 7 semaines Annulé : 21 mai Reprise : 28 mai	13 h 30 à 14 h 30	114	30 \$
Yoga sur chaise Professeures Jocelyne Gagnon Catherine Beaudoin	Lundi 9 avril au 21 mai 7 semaines Annulé : 21 mai Reprise : 28 mai	14 h 45 à 15 h 45	114	30 \$
Club de marche santé Responsable Joanne Gauthier	Mardi 10 avril au 29 mai 8 semaines	10 h à 11 h	Extérieur	0 \$
Club de marche dynamique Responsable Solange Aubin	Mardi 10 avril au 29 mai 8 semaines	10 h à 12 h	Extérieur	0 \$
Qi Gong Professeure Diane Couillard	Mardi 10 avril au 22 mai 7 semaines	13 h 30 à 15 h	114	50 \$
Étirements au sol Professeure Louise De Barbuat	Mercredi 11 avril au 23 mai 7 semaines	8 h 55 à 9 h 55	114	50 \$

Activités physiques

<i>Activité</i>	<i>Jour</i>	<i>Horaire</i>	<i>Salle</i>	<i>Coût</i>
Renforcement musculaire et étirements sur chaise Professeure Louise De Barbuat	Mercredi 11 avril au 23 mai 7 semaines	10 h à 11 h	114	50 \$
Mise en forme Professeure Louise De Barbuat	Mercredi 11 avril au 23 mai 7 semaines	11 h 05 à 12 h 05	114	50 \$
Tai chi avancé et expert Professeure Diane Couillard	Judi 12 avril au 24 mai 7 semaines	10 h à 11 h 30	114	50 \$
Club de marche santé Responsable Joanne Gauthier	Judi 12 avril au 31 mai 8 semaines	10 h à 11 h	Extérieur	0 \$
Zumba Gold Professeure Sara Sabouri	Vendredi 13 avril au 25 mai 7 semaines	9 h 30 à 10 h 30	104	20 \$
Zumba Gold Professeure Sara Sabouri	Vendredi 13 avril au 25 mai 7 semaines	10 h 30 à 11 h 30	104	20 \$
Yoga sur chaise Professeures Jocelyne Gagnon Catherine Beaudoin	Vendredi 9 h 30 à 10 h 30 13 avril au 25 mai 7 semaines	9 h 30 à 10 h 30	114	30 \$
Yoga sur chaise Professeures Jocelyne Gagnon Catherine Beaudoin	Vendredi 10 h 45 à 11 h 45 13 avril au 25 mai 7 semaines	10 h 45 à 11 h 45	114	30 \$

Activités de socialisation

Activité	Jour	Horaire	Salle	Coût
Bridge Responsables André Lemay Lise Létourneau	Lundi 9 avril au 28 mai 8 semaines Annulé : 21 mai Reprise : 4 juin	13 h à 16 h	103	10 \$
Club de 500 Responsables Lise Carrier Ginette Vallières	Mardi 10 avril au 29 mai 8 semaines	13 h à 16 h	103-104	10 \$
Scrabble Responsable Gilberte Lantin	Mercredi 11 avril au 30 mai 8 semaines	13 h à 16 h	114	10 \$
Bridge Responsables André Lemay Lise Létourneau	Mercredi 11 avril au 30 mai 8 semaines	13 h 30 à 16 h	103	10 \$
Cours de bridge <i>Cours fermé</i> Responsable Lise Létourneau	Mercredi 11 avril au 30 mai 8 semaines	13 h 30 à 16 h	104-A	10 \$
Crible Responsables Serge Lapointe Carroll Gauthier	Jedi 12 avril au 31 mai 8 semaines	13 h à 16 h	114	10 \$
Club de 500 Responsables Francine Malouin	Dimanche 15 avril au 3 juin 8 semaines Annulé : 6 mai Reprise: 10 juin	13h à 16 h	103-104	10 \$
Scrabble Responsable Nicole Larivée	Dimanche 15 avril au 3 juin 8 semaines	13 h à 16 h	114	10 \$

Repas collectifs

<i>Activité</i>	<i>Jour</i>	<i>Horaire</i>	<i>Salle</i>	<i>Coût</i>
Dîners communautaires avec les employés	2^e mardi du mois 10 avril 8 mai 12 juin	12 h à 13 h	104	Apportez votre repas!
Dîners communautaires	Tous les jours 9 avril au 25 mai 7 semaines	12 h à 13 h	104, 104-A	Apportez votre repas!

Cours

<i>Activité</i>	<i>Jour</i>	<i>Horaire</i>	<i>Salle</i>	<i>Coût</i>
Initiation à l'Internet Professeure Marie Saintonge	Mardi 10 avril au 22 mai 7 semaines	13 h 30 à 15 h 30	104-A	5 \$ par cours payable le jour même

Activités extérieures

Dîners «Parle parle, jase jase »

L'équipe des bénévoles est heureuse de vous convier au restaurant une fois par mois à 11 h 30. Merci de vous inscrire à l'avance au secrétariat au coût de 2 \$. Le repas est à vos frais. Nouveaux et anciens membres sont les bienvenus.

Lundi 16 avril Pho Appétit, Carrefour Langelier (C-11) 7373 boulevard Langelier - St-Léonard

Lundi 7 mai Le Cupidon d'or 6830 Rue Hochelaga

Déjeuners en folie

Pour bien commencer la journée, quoi de mieux qu'un déjeuner entre amis? C'est ce que vous proposent les bénévoles un lundi par mois.

Les inscriptions se font à l'avance au secrétariat au coût de 2 \$. Le repas est à vos frais. Nouveaux et anciens membres sont les bienvenus.

Lundi 30 avril Fruit Œufolie, Carrefour Langelier 7265, boulevard Langelier - St-Léonard

Lundi 28 mai Allô! mon coco, Galeries d'Anjou 7999 boulevard des Galeries d'Anjou - Anjou

Cinéma à Station Vu

Amateurs de grand écran, profitez du partenariat du Chez-Nous avec Station Vu pour découvrir ou redécouvrir de grandes œuvres.

9 avril **La Passion de Van Gogh**
14 mai **Titre à venir**

Rendez-vous à Station Vu au 8075, rue Hochelaga dès 13 h 30. Billets en vente au secrétariat ou à la porte le jour même au coût de 2 \$.

Concert du Chez-Nous

Cette année encore, la dynamique chorale du Chez-Nous vous invite à assister à son concert du printemps le 2 juin à 18 h à l'Église St-François-d'Assise au 700, rue Georges-Bizet, Montréal. Un beau voyage musical en perspective!

Activités extérieures

Théâtre du Chez-Nous

Les comédiens du Théâtre du Chez-Nous sont fiers de vous convier à leur nouvelle production, dimanche 10 juin 2018 à la Maison de la culture Mercier, 7958 Hochelaga Montréal. Une pièce comique écrite par Richard Desroches et mise en scène par Jocelyne Dumais et Richard Desroches, qui revisite le quotidien du Chez-Nous. Venez profiter de ce spectacle vivant et applaudir les comédiens!

Activités ponctuelles

Les Concerts populaires

L'entente entre le Chez-Nous et les Concerts populaires de Montréal se poursuit! Cet été, assistez à 6 concerts au tarif préférentiel de 30\$ pour 2 places. Rendez-vous au secrétariat pour consulter le programme et réserver vos places.



Cuisinons ensemble

Vous voulez être cuisinier amateur le temps d'une journée? Vous avez envie d'apprendre à cuisiner de nouvelles recettes dans une ambiance conviviale? L'atelier « Cuisinons ensemble » est pour vous! Pour ce printemps, le thème du menu est « Les classiques revisités ». Un programme prometteur à découvrir **jeudi 12 avril de 9 h à 12 h**. Inscriptions au secrétariat au **coût de 5\$**.

Café-causeries avec Elyane, stagiaire en sexologie

Cette session, Elyane vous invite à échanger autour de 3 thèmes :

- | | |
|----------------------|--|
| Jeudi 1 mars | Vision de soi: développer une meilleure relation avec soi-même |
| Jeudi 15 mars | Les stéréotypes liés au vieillissement |
| Jeudi 5 avril | Développer une vision positive de la sexualité et du vieillissement |

Inscriptions au secrétariat. Ouvert aux non-membres. Nombre de places limitées. Collations offertes.

Activités ponctuelles

« Vendredis Bingo »

Nous vous invitons de nouveau une fois par mois au vendredi bingo !

Prochains bingos :

16 mars 2018

20 avril 2018

18 mai 2018

15 juin 2018

20 juillet 2018

Dîners communautaires

Votre activité se termine un peu avant midi ou commence tout juste après le dîner?

Restez donc dîner au Chez-Nous! Nous invitons les membres à dîner au Chez-Nous à tous les jours apportez votre lunch et installez-vous à la salle 104!

Reconnaissance des bénévoles

Avec la douceur du printemps qui vient, la semaine de reconnaissance des bénévoles se tiendra du 16 au 22 avril. Afin de souligner l'engagement sans faille des bénévoles du Chez-Nous, une fête de reconnaissance aura lieu le jeudi 3 mai sous forme de 5 à 7 et ayant pour thème : Tous en blanc!

Dîners communautaires avec les employés

Nous vous invitons à venir partager votre repas avec les employés afin de discuter de tout et de rien! Prenez note des prochaines dates et apportez votre lunch :

10 avril 2018

8 mai 2018

12 juin 2018

Café-causerie avec le directeur général : Lundi 21 mai 2018 à 10 h

Venez discuter avec Léo Fortin de sujets d'actualité et de ce qui vous préoccupe dans notre centre communautaire.

Conférence consentement aux soins : Lundi 9 avril 2018 à 9 h 30

Venez en apprendre plus sur vos droits de refuser des traitements, vos droits d'être pleinement informés des traitements, les recours possibles, le déroulement des procédures judiciaires, etc. Inscriptions au secrétariat, activité ouverte aux non-membres.

Assemblée annuelle des membres : Vendredi 15 juin 2018 à 9 h 30

Prenez part à cette importante réunion afin de :

- Recevoir le rapport annuel des activités
- Recevoir le bilan et le rapport financier annuel
- Discuter des priorités et du budget annuel
- Élire les nouveaux membres au Conseil d'administration

Tournois

Les tournois sont de retour en mars 2018. Inscriptions à venir.

Crible	29 mars 2018
Club de 500	27 mars 2018
Scrabble	28 mars 2018
Bridge	30 mars 2018

Fêtes de socialisation

Vous souhaitez mettre un brin de folie dans les fêtes du Chez-Nous? Le comité de socialisation est présentement à la recherche de bénévoles prêts à offrir temps et énergie au comité. Vous êtes dynamique, enthousiaste et dégourdi? On vous attend!

Nous vous invitons à manifester votre intérêt en nous écrivant à l'adresse suivante : lecheznous@lecheznous.org ou à venir rencontrer Marie-Soleil en personne.

Charte de la bientraitance envers les personnes âgées lesbiennes, gaies, bisexuelles et trans.

Le 22 février dernier, les employés du Chez-Nous ainsi que les membres du Conseil d'administration ont participé à la formation « Pour que vieillir soit gai » de la Fondation Émergence. Celle-ci visait à nous informer et sensibiliser sur les réalités des personnes âgées LGBT et à nous interroger sur les façons que les aînés lesbiennes, gais, bisexuels, trans (LGBT) peuvent se sentir et comment bien les accueillir au Chez-Nous.

Suite à la formation, quelques pistes de solutions qui seront appliquées dans les prochaines semaines au Chez-Nous :

Le 8 mars, le CA devra décider si le Chez-Nous adhère aux 11 principes de la Charte de la bientraitance envers les personnes âgées LGBT.

Un autocollant sera affiché, indiquant que le Chez-Nous est un établissement allié et qui bannit donc tout comportement d'homophobie ou de transphobie (par exemple, discrimination, harcèlement, rejet, violence, etc.).

Nous vous encourageons à démontrer votre ouverture et votre tolérance en respectant les différences de chacun et chacune et en évitant les propos ou gestes discriminants envers les personnes LGBT.

N'hésitez pas à venir discuter avec les membres du personnel si vous avez des questions sur le sujet.

Apprivoiser sa solitude et développer son réseau

Le programme *Apprivoiser sa solitude et développer son réseau* est une série d'ateliers pour les 55 ans et plus, développé par l'Association canadienne pour la santé mentale (L'ACSM-Montréal). Il vise à améliorer le bien-être des Montréalaises et Montréalais en misant sur le maintien de l'autonomie et l'importance d'un bon réseau social et de soutien.



Pour qui?

- Toute personne âgée de 55 ans et plus qui souhaite développer ses relations interpersonnelles et son réseau :
- Célibataire ou en couple;
- Habitant seul ou avec d'autres personnes.

Quand? Chaque mercredi de 9 h à 12 h du 11 avril au 16 mai. Une rencontre de retrouvailles aura lieu 1 mois plus tard.

Participer à ce programme consiste à :

- Assister à 6 ateliers;
- Prendre part activement aux rencontres en partageant ses opinions, ses expériences, tout en écoutant celles des autres;
- S'engager dans une démarche personnelle, autonome et libre.

Contenu des ateliers:

- Discussions et échanges
- Outils de réflexion
- Activités, exercices et jeux, en individuel ou en groupe
- Journal de bord

Thèmes abordés :

- La différence entre solitude et isolement
- Se connaître soi-même, ses besoins et ses émotions
- Le stress et les peurs liés au vieillissement
- La recherche du sens et de l'équilibre dans sa vie
- Les différents réseaux et leur utilité
- La participation sociale et le bénévolat
- Les ressources du milieu
- L'autonomie et le passage à l'action

Inscrivez-vous au secrétariat au coût de 15\$ non-remboursable.

Secteur de l'entraide

Le Chez-Nous de Mercier-Est offre des services d'entraide pour les personnes en perte légère d'autonomie et à faible revenu de Mercier-Est :

- **Accompagnement –transport médical et commissions (conditions d'admissibilité)**
- **Livraisons de paniers alimentaires en collaboration avec le Sésame (conditions d'admissibilité)**
- **Visites d'amitié**
- **Clinique d'impôt**
- **Informations et références**

Petites douceurs

Activités de socialisation afin de passer un moment agréable : discussions, activités physiques douces et ateliers ludiques. Lundi de 13 h 30 à 15 h 30, **une fois par mois**. Activités pour les aînés qui ne peuvent se déplacer seuls, transport du domicile au Chez-Nous par un bénévole. Frais de 5\$ par participation. Renseignements et inscriptions au 514 354-5404.

Les Cousettes

Les Cousettes vous accueillent chaque vendredi de 9 h 30 à 12 h au centre. Elles effectuent des retouches sur mesure à prix modique sur vos vêtements.

- Fermeture éclair :
 - jupe, jean, pantalon : 5 \$ 2 \$ supplémentaires pour la fermeture éclair
 - Chandail, coupe-vent, veste : 10 \$ sur évaluation, fournir la fermeture

éclair

- Bord de jupe/jean/pantalon/manche :
 - Fait à la machine : 5 \$
 - Fait à la main : 8 \$

Rideau : 5 \$ / le mètre à la machine

Coussin : 10 \$ sans fermeture éclair, tout le matériel doit être fourni

- Pose d'un velcro : 2 \$
- Rétrécissement d'un vêtement : entre 5 \$ à 10 \$ sur évaluation
- Pose d'un élastique : 5 \$

Aucune réparation sur manteaux d'hiver. Les prix peuvent varier selon la complexité du travail à faire. Autres réparations mineures sur évaluation. Les Cousettes peuvent refuser une réparation sur un vêtement sale ou douteux. Les vêtements doivent être propres avant d'être apportés pour réparation. Veuillez contacter le secrétariat pour plus d'informations.

Élection du bénévole de l'année 2017

Cette année, un bénévole sera élu bénévole de l'année et participera à la fête des bénévoles de M. Maka Kotto, député de Bourget, le 16 avril prochain.

Vous connaissez un bénévole qui, par son engagement exceptionnel, a accompli une action digne de mention durant l'année 2017, soumettez donc sa candidature!

Vous trouverez des formulaires de candidature au secrétariat à partir du 1^{er} mars à compléter et à signer dans une enveloppe à l'attention du comité de reconnaissance du bénévole de l'année.

La date limite de mise en candidature est le 30 mars à 16 h. Seuls les membres du Chez-Nous peuvent soumettre une candidature. N'hésitez pas à contacter un membre de l'équipe pour qu'il vous aide à remplir le formulaire au besoin. Le dépouillement sera effectué par un comité présidé par la présidente du CA et soutenu par une employée du Chez-Nous. Le nom du bénévole sélectionné par le comité sera diffusé durant la semaine de reconnaissance des bénévoles débutant le 16 avril 2017.

Secteur de l'intervention

Intervention de proximité

Après deux ans, le Chez-Nous de Mercier-Est termine son programme Québec Ami des Aînés financé par le Secrétariat aux aînés du ministère de la Famille qui a permis de renforcer le Secteur de l'intervention en embauchant deux intervenants de proximité, Emmanuella Niyonzima et Octavian Ion.

Après une année et demie d'action sur terrain, alors que le projet tire à sa fin les besoins des aînés vulnérables sont toujours présents au quotidien. Voilà pourquoi en septembre dernier, une nouvelle demande de subvention a été déposée afin de d'assurer la continuité des interventions et même déployer le programme dans Anjou. La demande de renouvellement ayant été refusée, la direction fait des représentations auprès des députés concernés et de la ministre responsable des aînés afin d'obtenir le financement requis.

Le Secteur de l'intervention présente ici le bilan des interventions à ce jour et le profil des personnes rencontrées par les intervenants de proximité. Les besoins des,

Secteur de l'intervention

personnes rencontrées sont diversifiés. Certaines ont besoin de se nourrir, se vêtir, se loger, sortir pour briser l'isolement. D'autres doivent composer avec des problèmes de santé physique, mentale et des troubles cognitifs.

103 personnes ont été suivies dont 69 femmes et 34 hommes

929 interventions ont été réalisées dont :

171 rencontres à domicile

586 conversations téléphoniques

72 rencontres au CNME

31 rencontres dans des organismes du quartier

32 rencontres en lieu public

37 accompagnements

Lors de l'activité porte-à-porte en juin dernier, sur les **1008 logements** visités par les intervenants, **405 aînés** ont été rencontrés dont **25 aînés** demandaient une intervention immédiate des intervenants de proximité. Parmi nos réalisations, la mise en place d'un comité des partenaires a été d'un succès inestimable.

Programme nouveaux horizons des aînés (PNHA)

Nous constatons que, dans la circonscription de Mercier-Est, les aînés qui choisissent de s'engager socialement représentent une minorité. C'est pour cette raison qu'à partir de ce printemps nous lancerons le projet Programme nouveaux horizons des aînés (PNHA). Caroline Moïse, intervenante de proximité et HLM sera la personne chargée de ce projet.

Il y aura plusieurs activités mises en place pour favoriser l'engagement social chez les aînés dans un contexte intergénérationnel.

Vous serez tous invités à participer à des ateliers et à former différents comités avec des jeunes du quartier pour atteindre les objectifs du projet. Si vous tenez à créer une différence sociale, à partager vos connaissances auprès d'autres générations et apprendre de nouvelles technologies en leur compagnie, ce projet répondra entièrement à vos besoins.

Alors, ce printemps vous verrez des postes de bénévoles s'afficher au Chez-Nous de Mercier-Est pour vous engager en tant que citoyen.

Plus d'informations à venir, restez à l'affût!

Philanthropie

Vous êtes plus réseauté que vous ne le croyez!

Dans les numéros subséquents du Livret d'information, les membres étaient invités par le programme philanthropique à intéresser leur réseau à la mission du Chez-Nous. Madame Hélène Marcil a donné suite à cet appel et a parlé à son fils Hubert des activités du centre. Sensible aux propos de sa mère, Hubert Lavallée, courtier RE/MAX, a décidé d'acheter un espace publicitaire placé à la page 23 du Livret d'information.



Madame Marcil, depuis combien de temps fréquentez-vous le Chez-Nous?

Je participe aux activités du Chez-Nous depuis ma retraite de l'enseignement. Comme je suis de nature enjouée et que j'aime les gens, la programmation variée du centre m'offrait l'occasion de suivre des cours avec des personnes dynamiques. Je me suis inscrite à des cours de langue, d'informatique, de conditionnement physique, et même de théâtre. J'ai particulièrement aimé les ateliers d'improvisation. Avec mes activités au Chez-Nous, ma vie de famille, mes responsabilités d'aidante naturelle auprès d'une sœur handicapée et mes sorties culturelles, mes journées sont bien occupées.

C'est le directeur du Chez-Nous, Léo Fortin, qui vous a approchée afin que vous parliez du Chez-Nous à votre fils. Est-ce que la demande de M. Fortin vous a froissée?

Pas du tout, j'étais même très flattée. M. Fortin avait noté qu'Hubert était un courtier RE/MAX très actif dans le secteur. Les pancartes de mon fils se trouvent effectivement devant plusieurs maisons à vendre dans Mercier-Est et Anjou. Hubert participe également à la série Bye Bye maison diffusée sur Canal vie. Je n'étais donc pas étonnée que M. Fortin ait remarqué ses différentes promotions. Me demander d'inviter Hubert à acheter de la publicité est un signe que les stratégies publicitaires de mon fils sont efficaces. Et tant mieux s'il peut offrir ses services à mes amis du Chez-Nous. Hubert est un agent compétent et un homme d'affaires bien établi dans le quartier.

Savez-vous à quoi sont utilisées les sommes amassées par la vente de publicité dans le Livret d'information?

Les frais d'inscription pour participer aux activités du centre sont raisonnables. On se doute bien que ce n'est pas avec la vente des cartes de membre que le Chez-Nous arrive à offrir des services d'entraide, d'intervention et des activités. C'est normal que l'organisation cherche à trouver du financement. De plus, le Conseil d'administration et la direction gèrent avec éthique et transparence le budget de l'organisation. C'est en toute confiance que j'ai parlé à Hubert de l'achat d'un espace publicitaire. Au final, c'est moi qui, grâce à l'apport de mon fils, profite de tout ce que le Chez-Nous peut m'offrir.

Que diriez-vous à une copine qui souhaiterait intéresser ses proches à la recherche de financement du Chez-Nous?

Chaque membre du centre est probablement plus réseauté qu'il ne le croit : enfants, famille, voisins, anciens collègues de travail. Plusieurs d'entre nous connaissons des gens qui sont en affaires ou à la tête d'entreprises qui pourraient donner un coup de pouce financier au Chez-Nous. Je recommanderais à ces personnes de venir en parler au directeur général. Les démarches auprès d'Hubert ont été faites avec professionnalisme et respect. Rien n'a été entrepris sans qu'on m'en parle. Je suis fière d'avoir contribué au partenariat entre mon fils et le Chez-Nous.

Vous connaissez quelqu'un que le Chez-Nous pourrait approcher? Prenez cinq minutes pour en parler avec le directeur Léo Fortin. ■

France Moreau
Conseillère, Partenariats avec les donateurs

Merci à nos partenaires

**HUBERT
LAVALLÉE INC.**
Société par actions d'un courtier
immobilier agréé



LE courtier de
VOTRE secteur

514.259.8884

Visitez mes propriétés sur www.hubertlavallee.com



**STATION
EST^{MC}**

UNE RÉSIDENCE DU **GROUPE MAURICE**
4800, RUE CONTRECOEUR, MONTRÉAL



Quincaillerie de L'Est

8240, rue Hochelaga
Montréal (Québec) H1L 2L1

téléphone: 514.353.0030
télécopieur: 514.353.8871
courriel: quinc.de.lest@videotron.ca
www.quincailleriedelest.ca

Éric Tessier
propriétaire



**COOPÉRATIVE
FUNÉRAIRE
DU GRAND MONTRÉAL**

9480, rue Notre-Dame Est
Montréal (Québec) H1L 3N9
514 303-4888
cfgrandmontreal.com

RÉDACTION Léo Fortin, Jennifer Lobréau, Caroline Moïse, France Moreau, Emmanuella Niyonzima, Pauline Roussel, Marie-Soleil Tessier ; **MISE EN PAGE** Marie-Soleil Tessier

Pour placer une publicité sur notre livret d'information et atteindre la population de Mercier-Est et d'ailleurs, contactez France Moreau, conseillère partenariat avec les donateurs, au 514 354-5131 partenariat-donateurs@lecheznous.org

Merci à nos partenaires



PIERRE LESSARD-BLAIS
MAIRE D'ARRONDISSEMENT
MERCIER-HOCHÉLAGA-MAISONNEUVE

514 872-8759
pierre.lessard-blais@ville.montreal.qc.ca



LAURENCE LAVIGNE LALONDE
CONSEILLÈRE MUNICIPALE
DISTRICT DE MAISONNEUVE-LONGUE-POINTE

514 872-9899
laurence.lavigne.lalonde@ville.montreal.qc.ca



SUZIE MIRON
CONSEILLÈRE MUNICIPALE
DISTRICT DE TÉTREAULTVILLE

514 872-9899
suzie.miron@ville.montreal.qc.ca




KARINE BOIVIN ROY
CONSEILLÈRE DE LA VILLE
DISTRICT DE LOUIS-RIEL

514 872-9899
karine.boivin.roy@ville.montreal.qc.ca




MARIO BEAULIEU
Député de La Pointe-de-l'Île

12500, boulevard Industriel, Montréal, Québec, H1B 5P5
514 645-0101 Mario.beaulieu@parl.gc.ca



Maka Kotto
Député de Bourget

6070, rue Sherbrooke Est
Bureau 105
Montréal (Québec) H1N 1C1
514 251-8126
maka.kotto.bour@assnat.qc.ca



Suivez-nous

