



43^e Rapport d'activités 2024-2025



Mission et services du CAB



Notre mission

- Développement de l'action bénévole et communautaire
- Soutien à la communauté
- Gouvernance et vie associative



Le Centre d'Action Bénévole Vallée de La Matapédia est un organisme communautaire sans but lucratif. Il a pour mandat de promouvoir l'action bénévole dans les différents secteurs de l'activité humaine et de susciter une réponse à des besoins du milieu. Le CAB Vallée de La Matapédia a été fondé en février 1982. Il compte plusieurs années de loyaux services à la communauté. L'organisme est enregistré sous la Partie III de la loi sur les compagnies (L.R.Q., Chap. C-38).



Nous sommes ouverts tout au long de l'année. Une petite pause de deux semaines est prise durant le temps des Fêtes. Nos heures d'ouverture sont de 8h30 à 16h30 du lundi au jeudi, et de 8h30 à 12h30 le vendredi. Cela nous donne la couverture nécessaire pour bien répondre aux besoins de la population.

Territoire

Le Centre offre ses services sur le territoire de la MRC La Matapédia qui comprend dix-huit (18) municipalités, pour une population de 17 788 habitants. Avec une superficie totale de 5434 km².

Source : <https://www.mamh.gouv.qc.ca/repertoire-des-municipalites/fiche/mrc/070/>

Ressources humaines

Le Centre se compose de 12 employés : 11 temps pleins, 1 temps partiel. Durant l'été 2024, nous avons accueilli un emploi étudiant pour une durée de 8 semaines. Pour compléter l'équipe, il y a 7 administrateurs du CA et une centaine de bénévoles inscrits.

Nos bénévoles et le Conseil d'Administration



<u>Nos Bénévoles</u>	<u>Nombre</u>
Nouveaux bénévoles	18
Bénévoles réguliers	60
Occasionnels	122
Total	200



Les membres du Conseil d'Administration

Présidente : Céline Raymond, communauté

Vice-présidente : Céline Lévesque, communauté

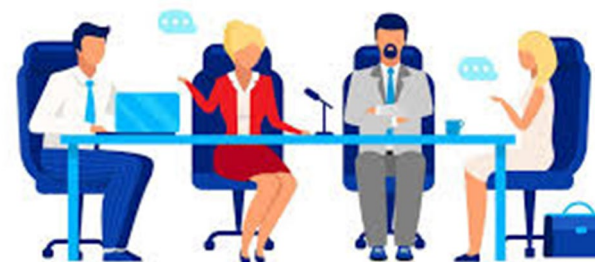
Trésorière : Josée Roussel, communauté

Secrétaire : Éric Langlois, communauté et bénévole

Administrateur : Richard Fournier, communauté et bénévole

Administrateur : Jean-Guy Lévesque, communauté et bénévole

Administrateur : Francine Gagné / Patricia Charest, communauté



Développement de l'Action Bénévole et Communautaire

C'est avec une parfaite harmonie que nous avons souligné la semaine de l'action bénévole. Plusieurs activités ont eu lieu dans différentes municipalités de notre MRC. Le Centre d'Action Bénévole et la ville d'Amqui ont accueilli 348 bénévoles pour un brunch. La ville Sayabec et le CAB ont accueilli 80 bénévoles et la ville de Causapsal et le CAB ont reçu 102 bénévoles lors d'un 5 à 7.



Invitations aux Municipalités

Durant l'année, la directrice du Centre s'est déplacée à une réunion du Conseil des Maires pour les sensibiliser à l'importance de reconnaître leurs bénévoles. Le Comité PIB (Partenaire Impliqué en Bénévolat) communique avec les 18 municipalités de la MRC de La Matapédia pour les inviter à remercier leurs bénévoles. Il y a quatre activités de reconnaissance parmi lesquelles ils peuvent collaborer :

1. Le Prix Bénévolat Québec
2. La Fête des Moissons a eu lieu en octobre 2024 à Lac-au-Saumon pour la reconnaissance des bénévoles et des jeunes bénévoles
3. La journée des bénévoles (5 décembre 2024)
4. La Semaine de l'Action Bénévole en avril. (du 14 au 20 avril 2024)
5. Nos représentations pour le recrutement de bénévoles (Kiosque à Causapsal)
6. Présentation à Lac-au-Saumon (Club 50 ans et plus et RMAO)
7. Salon des aînés

Soutien aux bénévoles



Tout au long de l'année nous accompagnons les bénévoles dans leurs activités. Nous sommes toujours disponibles pour leur donner de l'information.

- Accueil et orientation: 18 nouveaux bénévoles
- Formation: 46 bénévoles ont reçu premier soin psychologique des Éclaireurs
- Reconnaissance: Activité du 5 décembre, petites attentions au bureau
- Soutien: Rencontre individuelle des bénévoles
- Activité sociale: Activité de quilles pour souligner la rentrée du mois de septembre



Promotion dans les médias

- Entrevues télévision communautaire (Semaine de l'action bénévole, semaine des popotes roulantes, recrutements bénévoles, salon des aînés)
- Publicité au cinéma Figaro
- Journaux locaux municipaux
- Promotion de la plateforme Jebénévole.ca



Je bénévol♥le

Regroupement des
popotes
roulantes

Accueil et orientation

L'accueil et l'orientation sont des moments privilégiés entre les futurs bénévoles et l'agente de promotion de l'action bénévole. Tout en informant les gens à propos de notre organisme et sur le bénévolat en général, nous prenons le temps de faire ressortir les besoins des bénévoles. Ces différentes étapes d'accueil, d'information et d'orientation sont essentielles. Il faut que le bénévole comprenne les besoins de notre organisme (ou d'un autre) en plus de réaliser ses propres limites. Sans cette connaissance mutuelle, un jumelage pourrait échouer, résultant en une mauvaise expérience pour l'intéressé qui pourrait mener à un abandon complet de son implication.



Appui du Milieu

Le Centre d'Action Bénévole Vallée de la Matapédia a besoin de nombreux collaborateurs pour réaliser sa mission et tous participent au succès des activités du Centre. Nous tenons à les remercier personnellement pour leur appui qui nous permet d'être présents dans notre milieu.

Partenaires

MSSS
L'Appui
Centraide
FCABQ
Regroupement CAB BSL
RABQ
Regroupement Popotes Roulantes
Moisson Vallée
La Caravelle
Table Concertation des Aînés BSL
Corporation développement communautaire
MRC La Matapédia
TVC Communautaire La Matapédia
Sureté du Québec

Tremplin Travail
Table vieillir en Santé
Alliance pour la solidarité et inclusion sociale
COSMOSS de La Matapédia
Ville d'Amqui
Héma Québec
Autisme BSL
Fondation Mirella et Lino Saputo
CISSS BSL
Service Québec
Curateur Public
Club 50 ans et plus Amqui



Dons

Pascal Bérubé, Député
Citoyens anonymes

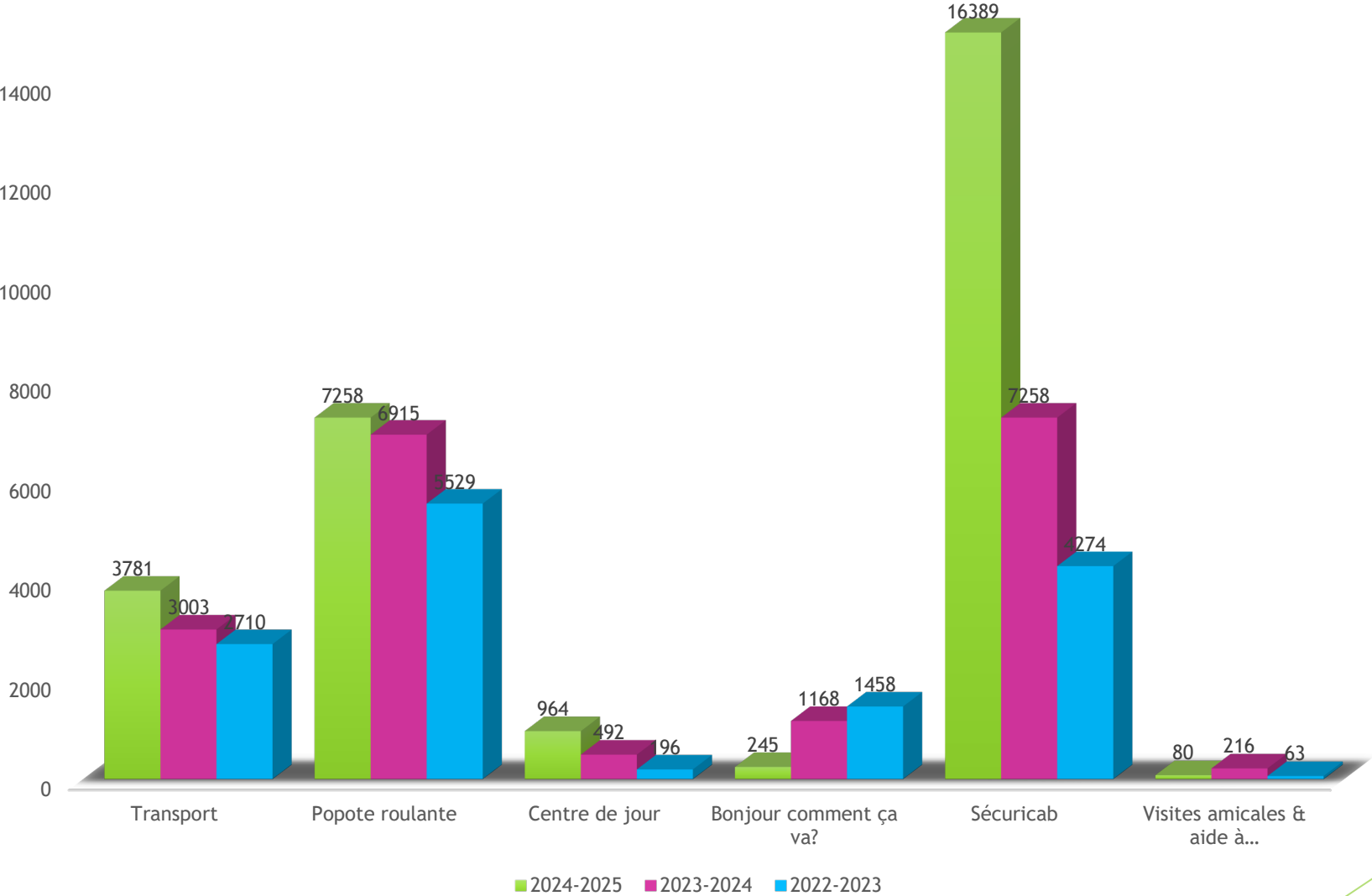
Collaboration au développement de l'Action Bénévole



Concertation au développement de l'Action Bénévole	Nombre de rencontre
Le regroupement des CAB du Bas-St-Laurent	6
Projets éclaireurs	7
Fédération des centres d'action bénévole du Québec	15
Table régionale des organismes communautaires	1
Corporation Développement Communautaire Vallée Matapédia (CDC)	3
Centre Intégré de Santé Services Sociaux Bas-St-Laurent (CISSS) Centre de Jour	2
Course Centraide	3
Centraide Bas-St-Laurent (AGA)	3
Nouveaux Horizons	3
PSOC (Programme soutien organisme communautaire)	1
Appui National, Équipe Volante	3
TCABSL (Table de concertation des personnes âgées)	1

Concertation au développement de l'Action Bénévole	Nombre de rencontre
Comité Vieillir en santé	2
ITMAV	3
Comité Partenaires impliqués en Bénévolat	2
SécuriCAB	2
Fête des Moissons/MRC	6
Autisme BSL	1
Méritas écoles secondaires de La Matapédia (3) et Tremplin travail reconnaissance bénévole	5
Société Alzheimer	4
Salon des aînées	14
Concertation régionale pour contrer la maltraitance envers les personnes âgées du Bas-St-Laurent	6
Alliance pour la solidarité du BSL (chantier Transport, chantier Épanouissement, chantier Bien Manger pour tous)	3
Bien vieillir chez soi	7

Soutien à la communauté - Services aux individus



Nombre de services offerts dans la Vallée de La Matapédia au cours de la dernière année

Services	Nb effectués	KM parcourus	Nb heures	Nb bénévoles	Nb bénéficiaires
Transport	3781	365957	15350	39	321
Popote roulante	7258	30851	840	15	118
Les P'tits givrés	341	-	-	-	21
Bonjour comment ça va?	245		64	7	23
Visites amicales & aide à la marche	80	235	104	2	9
SécuriCAB	295	-	-	-	3
Rappel médical	15041				53
Rappel alimentaire	1053				4
Centre de jour	964		68	5	38

488 transports ont été annulés durant l'année 2024-2025

Soutien aux organismes

Prêt de locaux	Nombre d'activités
CAB	45
Société d'Alzheimer	25
Conférences	5
Soins des pieds	6

Référence de bénévoles	Nombre d'activités	Nombre de bénévoles	Heures de bénévolat
Héma Québec	1	20	78

Accompagnement transport de la clientèle des organismes

Organismes	2024-2025	2023-2024
Caisse Desjardins	11	29
CAB Vallée Matapédia	2	0
Moisson Vallée	75	104
Centre de jour	347	218
Centre Jeunesse BSL	53	125
Les Grands Amis	0	9
La Caravelle	210	155
Services Québec	457	609
CISSS BSL (THPH, L'Entrain)	643	510
Curateur Public	79	81
Programme transport soins de santé	42	119
La Maison des Familles	0	2
Bibliothèque Madeleine Gagnon	0	2
Domaine Lac-au-Saumon	0	5
Pascal Bérubé (Don Qc)	4	0
A.P.H.V BSL	3	8
S.A.A.Q	42	0
Salon ELVIE	3	0
Fondation Saputo	7	0
Autres	1779	1027
Total	3781	3003

Il y eu une augmentation de 25,91% en 2024-2025 comparée à l'année 2023-2024

Clientèle visée

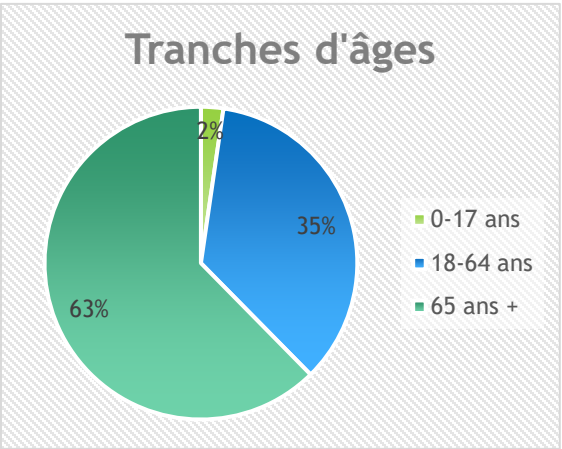
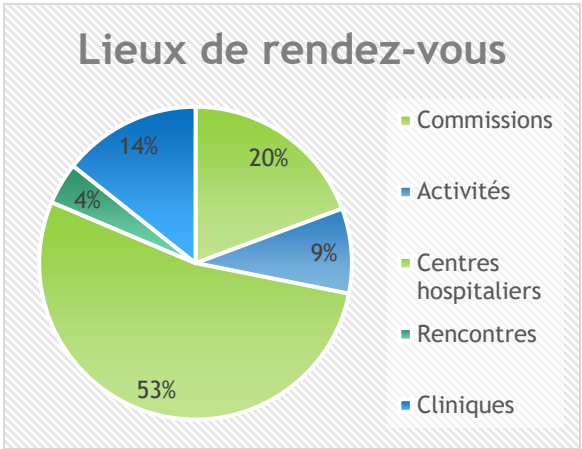


Personnes âgées	Aînés vulnérables	CISSS
Santé mentale	Familles défavorisées	Organismes
Personnes en convalescence	Enfants CJ et CLSC	Adultes avec besoins particuliers

Le Centre d’Action Bénévole Vallée de la Matapédia réalise la majorité de ces interventions pour le maintien à domicile des personnes âgées. Nous offrons de l’information de façon ponctuelle aux familles et individus qui en font la demande ou qui sont référés par le CISSS. Nous avons dans le local du Centre de jour, un présentoir de dépliants pour les services disponibles pour les aînés et personnes vulnérables dans la Vallée de la Matapédia

Services offerts

Accompagnement transport médical	Équipe volante répit aux proches aidants	Clinique d’impôt
Référencement aux organismes	Information à la population	Accompagnement transport commissions et social
Aide à la marche et visites amicales	Bonjour comment ça va?	ITMAV Intervenant de milieu
Popote roulante	SécuriCAB	Centre de jour



Agente de promotion

Stratégies de développement

Plan stratégique

- Stratégie de recrutement des bénévoles
- Stratégie de rétention des bénévoles
- Suivi des cibles via un tableau de bord CRM (Hubspot)
- Organisation d'entrevues de départ des bénévoles pour améliorer la rétention
- Analyse des causes de départ des bénévoles et mise en place de solutions avec le sondage de départ et analyse des résultats avec l'outil Monkey

Plan de communication

- Définition des objectifs à court, moyen et long terme
- Analyse de la présence médiatique et des outils de communication
- Optimisation du recrutement et de la rétention
- Calendrier des publications sur Facebook, Instagram
- Budget publicitaire dans les différents médias, réseaux sociaux et panneaux publicitaires
- Mise en place d'une infolettre avec l'outil Mailchimp
- Création de balises pour mieux cibler le message des infolettres (exposants salon, bénévoles, bénévoles transport, bénévoles popote, bénévoles activités, bénévoles événement, collaborateurs, ambassadeurs du Cab)
- Création d'une chaîne YouTube, d'un compte Instagram, LinkedIn.
- Création de la trousse de l'ambassadeur du CAB (guide de promotion de l'ambassadeur, carte d'identification, articles promotionnels du CAB, dépliants promotionnels et carte d'affaires)

Autres initiatives

- Lancement du réseau voisinage avec une campagne publicitaire
- Organisation des rencontres conférences : Jeudis de la Sagesse. Bilan : 3 conférences sur 7. 4 annulations par manque d'inscriptions.
- Gestion de communauté (interagir avec les collaborateurs sur les réseaux sociaux et les abonnés, partager leurs contenus)
- Suivi mensuel des statistiques de performance sur les publications des réseaux sociaux



Agente de promotion (Suite)

Comparatif des statistiques des différentes plateformes de création de contenu (période entre 2023-2024 et 2024-2025)

	PÉRIODE 1 (12 MOIS)	PÉRIODE 2 (9 MOIS)	
Plateforme	2023-2024 (jusqu'au 31 juillet 2024)	2024-2025 (1 août 2024 – 28 avril 2025)	Variation
Facebook			
Nombre d'interactions	1 800	3100	72%+
Clics sur des liens	382	1200	214%+
Nombre d'abonnés en plus	132	336	154%+
Vues	26 000	181 200	566%+
Nombre de publications	221	402	81%+
- Photos	19	165	768%+
- Vidéos	2	9	350%+
- Live vidéos en direct	0	6	100%+
- Reels	0	5	100%+
Instagram			
Nombre d'abonnés	0	43	+++
Nombre de publications	0	97	+++
- Photos	0	97	+++
- Vidéos	0	3	+++
- Live	0	0	+++
- Reels	0	3	+++
Mailchimp			
Infolettres	0	37	+++
Balises créées	0	14	+++
Total des envois	0	1,492	+++
Taux d'ouverture	0	67.8	+++
Taux de clics	0	6.3	+++
Taux de désabonnement		0,07	
YouTube			
Nombre de vidéos épinglées	0	91	+++
Nombre de tableaux épinglés	0	14	+++
Nb de création de vidéos	0	0	

	PÉRIODE 1 (12 MOIS)	PÉRIODE 2 (9 MOIS)	
Application Graphisme	2023-2024	2024-2025 (1août 2024- 28 avril 2025)	Variation
Designs créés	140	527	276%+

Agente de promotion (Suite)

Salon des Aînés – Bilan et Perspectives

1. Organisation et Communication

Actions réalisées

- Communiqué de presse annonçant l'événement
- Campagne publicitaire, diffusion de 100 affiches
- Création d'une page web dédiée au Salon avec bannière et documents téléchargeables

Supports et Visibilité

- Guide du visiteur et de l'exposant
- Deux entrevues à la TVC communautaire
- Deux lives Facebook
- Publicité sur Facebook et Instagram
- Vidéo Facebook et Instagram avec remerciements de la pub radio de Desjardins
- Sacs de bienvenue aux visiteurs avec articles promotionnels

2. Bilan du Salon des Aînés

- 35 exposants (organismes, entreprises, institutions dédiées aux aînés)
- Population cible :
 - 29 % de la population de la MRC de la Matapédia est âgée de 50 ans et plus
 - Plus de 5 000 personnes touchées (bénévoles, aînés, proches aidants)
 - 200 visiteurs sur un objectif de 500
 - Campagne publicitaire ayant atteint plus de 20 000 personnes

Défi majeur : Fermeture du stationnement en raison de travaux de construction.



L'équipe volante

Nous offrons du répit, du soutien psychosocial et de l'information aux proches aidants tout au long de l'année 46 heures par semaine. L'équipe volante est composée de deux personnes, elles sont très appréciées par les usagers et leur proche aidant. Ce moment de répit permet aux proches aidants de penser à eux-mêmes. On s'adapte aux besoins des usagers et selon l'évolution de la maladie. Au besoin, certains proches aidants participent à l'accompagnement et pendant le soutien ils se confient à nous et nous leur offrons de l'écoute et du réconfort, ils ont un rôle très important et parfois difficile. Une de nos intervenantes nous raconte: « j'ai une usagère qui n'aimait vraiment pas l'eau et toucher à ce qui est mou, donc j'ai apporté des activités sensorielles et tranquillement des jeux avec de l'eau et maintenant cette dame a beaucoup plus confiance face à cette peur. C'est dans ces moments-là que je sais que je fais le bon métier qui me touche tant. »

- ❑ 1650 heures par année
- ❑ 37 proches-aidants ont reçu du répit, 16 femmes et 21 hommes
- ❑ Sayabec à Ste-Florence et de Lac-Humqui à St-Vianney



Mesure 38

La mesure 38 est un programme qui est présent depuis 2024, le répit vient combler les besoins que l'équipe volante ne peut pas offrir. La collaboration avec la Société Alzheimer du Bas-Saint-Laurent pour offrir un après-midi de centre de jour pour les gens avec un diagnostic d'Alzheimer, a lieu tous les mardis dans nos locaux.

- ❖ 23 proches aidants ont reçu du répit
- ❖ 138 répits ont été offerts
- ❖ 25 présences au Centre de jour
- ❖ 100 heures d'une employée du CAB.

Société Alzheimer

La mesure 38 vient combler les demandes que le CAB reçoit.

Au niveau du services ITMAV c'est-à-dire les Initiatives de Travail de Milieu auprès des Aînées Vulnérables de plus de 50 ans. 894 personnes ont été rejointes, 18 municipalités rencontrées (Directeurs Généraux et Maires) ainsi que plusieurs organismes communautaires : Rayon de Partage, Office Municipale d'Habitation, Centre de Femme, etc. C'est un total de 86 accompagnements de personnes différentes qui ont été réalisés au cours de la dernière année. De ce nombre, on compte 38 hommes et 48 femmes.

- Moins de 65 ans : 37
- 65-74 ans : 25
- 75-84 ans : 15
- 85 et plus : 8



C'est un total de 389 interventions qui ont donc pu être réalisées auprès de la clientèle au cours de la dernière année. Au niveau des références, 191 références ont été effectuées pendant la période visée.

• Référence vers un organisme communautaire :	104
• Référence vers le réseau de la santé et des services sociaux :	52
• Référence vers la ligne Aide Maltraitance Adultes Aînés :	3
• Référence pour les entreprises en économie sociale en aide à domicile (EÉSAD) :	9
• Référence vers d'autres services (corps de police, services juridiques, tribunal administratifs) :	16
• Autres	7

À noter que le 24 mars dernier a eu lieu l'embauche d'un deuxième intervenant ITMAV pour le territoire afin de desservir nos aînés plus vulnérables.



ITMAV (Rimouski-Neigette)

Pour le programme ITMAV de la MRC de Rimouski-Neigette, c'est une nouvelle travailleuse de milieu pour aînée qui est en poste depuis juillet 2024. ITMAV veut dire Initiative de Travail de Milieu auprès des aînées vulnérables.

Le travail de l'ITMAV est d'aider les aînés de 50 ans et plus en faisant des actions pour améliorer l'autonomie des personnes, augmenter leur connaissance des services pour aînés de leur communauté et d'aider les personnes aînées à faire des démarches pour trouver des solutions à leur problème. Pour cela, l'ITMAV crée des liens de partenariats avec les divers organismes et ressources de la région et fréquente les lieux publics pour aller à la rencontre des gens.

Elle se déplace à domicile dans les municipalités de Rimouski, de Saint-Anaclet, de Saint-Fabien, de Saint-Eugène, de Saint-Marcellin, de Saint-Narcisse ainsi que de Saint-Valérien. En ce qui concerne, les municipalités d'Esprit-Saint et de Trinité-des-Monts ce sont les ITMAV du Centre d'Action Bénévole du Témiscouata qui desservent ces municipalités.

- De juillet 2024 à avril 2025, elle a rencontré 1632 personnes en participant à des événements, dans des lieux publics, en faisant du porte-à-porte ou en faisant de la publicité avec les partenaires et leurs utilisateurs de service.
- Elle a accompagné 177 personnes sur un maximum de 3 mois, dont 115 femmes et 62 hommes. Ce qui donne un nombre total de 391 interventions pour une moyenne de 1h30 par intervention.
- Ces rencontres ont donné lieu à 149 références à des organismes communautaires, 135 références au CISSS, 33 à L'ESAD, 23 à des services juridiques et policiers, 5 à la Ligne d'Aide Maltraitance Adultes Aînées et 56 vers d'autres services.



Centre de jour

En 2024-2025, le centre de jour a fait sa première année complète. La clientèle est mixte, principalement référée par le CISSS. La moyenne d'âge est de 70 ans. Nous comptons 80% de femmes pour 20% d'hommes. Les rencontres ont lieu de 10h00 à 15h00 à trois endroits différents. Une stagiaire a fait 28 heures de stage.

- Causapsal, le mardi
- Amqui, le mercredi
- St-Moïse, le jeudi

Déroulement d'une journée au centre de jour

1. Nous commençons la rencontre avec une collation causerie
2. Ensuite, nous faisons des activités cognitives écrites, d'abord individuellement. Ensuite, nous faisons un retour sur l'activité en groupe suivi d'activités orales ou manuelles.
3. Vers midi le dîner est servi, après avoir bien mangé nous devons bouger donc ce seront les exercices physiques.
4. Nous travaillons ensuite les activités de motricité fine (bricolage), jeux de société
5. Nous terminons la journée avec différents jeux : jeux de poche, jeux de cerceaux, pétanque, etc.



Halloween, Semaine des loisirs, Période des Fêtes, Carnaval, Pâques



Clinique d'impôt

Pour notre deuxième année, nous avons aidé plusieurs personnes à faible revenu sur le territoire de la MRC de la Vallée de La Matapédia.

Notre bénévole a pris en charge le volet impôt, avec brio. La participation de notre adjointe administrative a diminué, elle a seulement soutenu la supervision du volet impôt. Nous avons eu aussi l'aide d'une bénévole du secteur de Causapscal pour environ une semaine.

Merci aux bénévoles pour leur apport dans ce service à la population au sein du CAB. Nous envisageons revenir l'an prochain afin d'offrir à nouveau le service.

- ❖ 56 rapports d'impôt
- ❖ Augmentation de 20% d'affluence
- ❖ 53 heures de bénévolat
- ❖ 2 bénévoles



Collaboration avec d'autres organismes

- ❖ Rayon de partage
- ❖ Centre éclosion
- ❖ Société Alzheimer
- ❖ La Caravelle
- ❖ CDC
- ❖ MRC
- ❖ CISSS
- ❖ Ville Causapscal (Kiosque)



Réseau Voisinage

Le projet financé par Québec Ami des aînés (QADA) vise à favoriser la sécurité pour demeurer chez soi le plus longtemps possible et à contrer l'isolement social des personnes âgées. L'organisme met en place un réseau bénévole dans les 18 municipalités de la Vallée de La Matapédia. Ces bénévoles pourront renforcer le sentiment de sécurité et contribuer à la socialisation des personnes âgées de leur entourage.

Présentation de la pièce de théâtre **La vie des autres** en collaboration avec la MRC de La Matapédia et les politiques MADA (municipalité Ami des Aînés)

- ❖ Lac-au-Saumon 146 personnes présentes
- ❖ St-Damase 82 personnes présentes
- ❖ L'image de marque du Réseau Voisinage
- ❖ Création d'outils promotionnels
- ❖ Rencontre des agents de développement de la MRC de La Matapédia
- ❖ Distributions d'affiches
- ❖ Création d'une page web sur notre site internet

Ce projet va se terminer en février 2026. D'ici là, il faut mettre les bouchées doubles pour étendre le réseau aux 18 municipalités.



CENTRE
D'Action BÉNÉVOLE
VALLÉE DE LA MATAPÉDIA

RÉSEAU VOISINAGE

la bienveillance entre voisins



DEVENEZ LA PERSONNE AIDÉE OU AIDANTE
INSCRIVEZ-VOUS

Tél. : 418 629-4456
Courriel : benevolevallee@cgocable.ca
www.actionbenevolebsl.org/cab-la-matapedia

En partenariat avec :
Québec 

Semaine québécoise des Popotes Roulantes

Sous le thème « **Proximité et Soutien: des ingrédients essentiels pour un filet social solide** » s'est tenue du 23 au 29 mars, la semaine québécoise des Popotes Roulantes avec Monsieur Denis Bouchard comme porte-parole. Durant cette période, la promotion a été réalisée sur la plateforme Facebook et une entrevue à la TVC a aussi été faite.



Regroupement des CAB BSL

Il y a eu 8 rencontres au total parfois en présentiel et parfois en virtuel.

Nous avons travaillé:

- Stationnement hôpitaux du Bas-Saint-Laurent
- Intranet avec Géant du web
- VAJ vérification antécédent judiciaire
- Pôle régional pour SécuriCab
- Formation pour notre personnel
- Publicité régionale pour promouvoir les services des Centres d'Action Bénévole
- ITMAV
- Reconduction entente avec la DPJ
- Bénévoles d'expertise

CENTRES
d'Action **BÉNÉVOLE**
DU BAS-SAINT-LAURENT

Les Éclaireurs

Le comité Éclaireurs est composé d'organismes communautaires et de partenaires institutionnels. Soutenus par des intervenants du CISSS du Bas-Saint-Laurent, les Éclaireurs sur le terrain assurent un rôle de vigie. Ils contribuent à favoriser la santé mentale positive et le mieux-être de leur communauté. L'objectif de ce comité est d'augmenter la capacité d'adaptation et la résilience des communautés. Cela se traduit par l'organisation d'activités, d'événements et de formations pour la population de tout le territoire de la MRC de La Matapédia. Le CAB a présenté quelques projets :

- ❖ Salon des aînés
- ❖ Sortons nos aînés
- ❖ La joyeuse correspondance
- ❖ Fiduciaire des Éclaireurs



FCABQ

La directrice siège sur le conseil d'administration fédération centre d'action bénévole du Québec depuis 2022. Cette année nous avons eu 9 rencontres. Nous avons travaillé durant la dernière année :

- ❖ Prix hommage bénévolat Québec
- ❖ Géant du Web
- ❖ SécuriCAB
- ❖ ITMAV
- ❖ Conseil Climat
- ❖ Saputo
- ❖ Rencontre de regroupement
- ❖ Colloque 2025/2026



Bien vieillir chez soi

La directrice siège sur le comité directeur de **Bien vieillir chez soi**. C'est une démarche de recherche-action qui vise à permettre aux personnes âgées du Bas-Saint-Laurent de vivre le plus longtemps à domicile et dans leur communauté en innovant et en adaptant l'offre de services. Cette recherche-action a débuté en 2021 et va se terminer en 2026.

8 Projets de recherche-action en développement

- [Offre de services en accompagnement-transport des personnes âgées de La Matanie](#)
- [Adaptons les domiciles des personnes âgées vivant dans le Bas-Saint-Laurent](#)
- [Des menus travaux pour bien vieillir chez soi](#)
- [Paramédecine communautaire](#)
- [Plateforme Web de répit pour les personnes proches aidantes](#)
- [Résidence innovante pour personnes âgées à Sayabec \(RIA\)](#)
- [Une communauté tissée serrée pour du répit flexible au Bas-Saint-Laurent](#)
- [VESTA – Véhicule Équipé pour les Soins intensifiés à domicile](#)

*Bien vieillir
chez soi*

Comité vieillir en santé

- ❖ Présentation du portrait des aînés par la santé publique
- ❖ Suivi politique MADA
- ❖ Présentation recherche action Vieillir en santé
- ❖ Semaine de prévention de la lutte contre la maltraitance



Concertation régionale pour contrer la maltraitance envers les personnes âgées du Bas-St-Laurent

- Présentation de la ligne aide maltraitance adulte âgée (LAMAA)
- Rencontre concertation régionale
- Formation «Ce n'est pas correct»
- Présentation portrait des aînés 2023
- Présentation du cadre de référence en bientraitance



Formations

Durant l'année 2024-2025, la direction et le personnel ont pu participer à diverses formations, rencontres et réunions dans le but de mieux répondre aux besoins de notre clientèle:

- ❖ Formation éclaieur en premier soutien psychologique (bénévoles et personnels)
- ❖ Formation amasement compulsif (ITMAV)
- ❖ Formation Géant du Web
- ❖ Formation Conseil d'administration (directrice)
- ❖ Formation impôt (bénévoles et personnel)
- ❖ Formation à l'interne (répartitrice, popote roulante)
- ❖ Plateforme de formation Viesage (équipe volante, emploi étudiant)
- ❖ Formation Alzheimer (équipe volante)
- ❖ Contrer la maltraitance envers les aînés et personnes vulnérables (personnel)
- ❖ Formation La créativité (centre de jour)
- ❖ Formation société Alzheimer (centre de jour)
- ❖ Formation Ce n'est pas correct 2.0.



Gouvernance et vie associative

Le Centre d'Action Bénévole Vallée de la Matapédia doit être un modèle de comportement éthique pour son milieu et doit contribuer au soutien des organismes. Il doit aussi avoir une gestion démocratique issue des meilleures pratiques qui démontre le dynamisme et la vitalité de sa vie associative.

De plus, il doit favoriser la bonne gestion de ses bénévoles internes. À ce titre, le CAB procède à une Assemblée Générale Annuelle des membres, une fois par année, avec une participation de 28 personnes le 21 juin 2024.



Assemblée Générale



Réunions du Conseil d'Administration et Comités

Conseil d'Administration (7 membres)

7 rencontres au cours de la dernière année

- ❖ Planification stratégique
- ❖ Salon des aînés
- ❖ Demande 2^{ème} ITMAV pour La Matapédia
- ❖ Centre de jour en collaboration avec la Société Alzheimer
- ❖ Passer en revue les règlements généraux
- ❖ Passer en revue la tarification des usagers
- ❖ Passer en revue le manuel de l'employé
- ❖ Évaluation de la direction



Gestion administrative

- Entrevues, sélection, supervision et gestion du personnel et bénévoles;
- Demande de subvention : CISSS du BSL, Centraide, l'Appui, Projet étudiant Canada et FTQ;
- Préparation et contrôle du budget, tenue de livres;
- Élaboration de politique et suivi;
- Réunions du Conseil d'Administration (préparation, participation et suivi);
- Compilation des statistiques :
- Préparation du rapport annuel et de l'Assemblée Générale Annuelle
- Facturation pour le service d'accompagnement bénévole et de la popote roulante;
- Évaluation des bénévoles et bénéficiaires;
- Gestion et évaluation des Ressources humaines;
- Projet PAAQ
- Nouveaux Horizons

Gestion des plaintes

Au cours de l'année, le comité de gestion des plaintes n'a reçu aucune plainte formelle. Certains commentaires ont toutefois été recueillis et des suivis ont été effectués.

Activités administratives

Comptabilité, compilation des statistiques, entretien de l'immeuble, planification et orientation des services.



Objectifs 2025-2026



Pour l'année 2025-2026, plusieurs projets sont au programme:

- Poursuivre la planification stratégique : nous concentrons nos efforts pour mettre en place les objectifs déterminés.
- Revoir les règlements généraux de l'organisation.
- Refaire les politiques et procédures pour la popote roulante.
- Continuer la mise en place du nouvel intranet, la gestion des bénéficiaires, des bénévoles et de services pour une plus grande efficacité.
- Continuer d'offrir des services de qualité en répondant aux besoins de notre communauté.
- Participer aux différentes Tables de concertation et aux rencontres des comités de développement.
- Étendre les services ITMAV, initiatives de travail de milieu auprès des aînés vulnérables.
- Promouvoir les services de l'Équipe Volante et soutenir les proches aidants.
- Poursuivre le projet de Voisins Solidaires dans notre MRC : Programme Québec Amis des Aînés.



Merci à nos partenaires



Centraide
Bas-Saint-Laurent
Nous tous, ici

**Santé
et Services sociaux**
Québec



Appui
proches aidants



**RÉSEAU DE
L'ACTION BÉNÉVOLE
DU QUÉBEC**



itmav

Initiatives de travail de milieu
auprès des aînés vulnérables