

L'Antr'  
Aidant



# Rapport d'activités



Humanité  
Courage  
Souplesse  
Cocréation



Semer • S'allier • Humaniser

2024  
2025



# Messages de la présidente et des directrices

Chers partenaires et collègues, c'est avec honneur que je vous écris ce petit message, en tant que présidente du conseil d'administration de l'Antr'Aidant.

Du fait de ma personnalité et mon parcours professionnel en ressources humaines, j'aime créer des alliances autour de moi et orienter mes actions vers la bienveillance et la solidarité. J'espère y arriver un peu à travers mon implication humaine au sein de L'Antr'Aidant, si minime soit-elle.

Cela est tout à fait en lien avec notre nouveau positionnement stratégique sur lequel nous avons travaillé en partenariat et alliance avec plusieurs parties prenantes. Cette planification stratégique confirme nos orientations axées autour du mouvement solidaire, de l'accessibilité et de l'alliance.

La dernière année a également été marquée par les célébrations entourant notre quinzième anniversaire. Que d'accomplissements en quinze ans ! Le tout parsemé de défis, d'embûches mais aussi de réussites qui nous ont permis de respecter les résultats attendus et les objectifs définis et plus encore.

Notre expansion sur l'ensemble du territoire des Laurentides ne cesse de croître. Ceci ne serait pas possible sans la collaboration de plusieurs partenaires et les diverses alliances créées au cours de toutes ces années. Cela ne vient pas sans son lot de défis de capacité à répondre à la demande florissante de besoins. Mais nous tentons, avec courage, souplesse et humanité de trouver des solutions appropriées en s'adaptant continuellement.

Évidemment, je tiens à remercier tous nos collaborateurs, nos bénévoles, les proches aidants, les membres du conseil d'administration, l'équipe permanente d'intervention et de gestion et plus particulièrement notre directrice générale qui accomplit un travail hors norme, avec passion, courage et dévouement constants. Je suis témoin chaque jour de la solidarité de cette belle équipe.

On ne peut passer sous silence nos bailleurs de fonds et nos membres, sans qui ces belles initiatives ne pourraient survivre et qui nous permettent de continuer à se développer. Nous sommes très heureux de constater l'ampleur de nos alliances toutes orientées vers la bienveillance et la proche-aidance.

Un grand merci à tous !

*Sylvie Voyer - Présidente du conseil d'administration*

---

Chèr.e.s membres

L'année 2024-2025 s'est inscrite sous le signe du mouvement solidaire et de l'alliance – deux piliers parmi nos nouvelles orientations stratégiques, révélées à l'occasion de notre 15e anniversaire. Ce jalon marquant a été l'occasion de revisiter notre mission, de vivre un processus concert. De planification stratégique et de l'ancrer encore plus fermement dans la réalité des Laurentides.

La proche aidance, trop souvent abordée au « ils/elles », doit maintenant se vivre au « je ». Elle est l'affaire de chacun.es dans une société vieillissante où les défis du système de santé exigent de nouvelles solidarités. Les personnes proches aidantes sont les vecteurs de la bienveillance d'une société digne et humaine.

Comme vous pourrez le constater dans ce rapport d'activités, cette année, L'Antr'Aidant a tissé des ponts dans une belle transversalité : du monde de l'emploi aux milieux d'hébergement, en passant par les écoles, les tables jeunesse et les milieux citoyens. Merci à nos précieux partenaires pour leur ouverture et leur confiance – ensemble, nous renforçons le filet social autour des personnes proches aidantes, de manière tangible.

Je termine cette année habitée d'une profonde gratitude. Je me sens privilégiée de cheminer avec une équipe engagée et créative, soutenue par un conseil d'administration impliqué et entourée de membres qui portent avec générosité leur savoir expérientiel. Je suis convaincue que l'écosystème de la proche aidance se solidifie, et qu'il mérite encore d'être nourri, collectivement.

*Julie Gravel - Directrice générale*



Animées par une approche de proximité novatrice et un profond sens de la solidarité, je peux affirmer que nous formons une équipe dynamique, soudée par les valeurs d'humanité, de courage, de souplesse et de cocréation. Grâce à une forte capacité d'adaptation devant la complexification des situations psychosociales en proche aidance et un sens aigu de la reconnaissance des besoins, les activités déployées au cours de l'année 2024-2025 ont bel et bien offert des réponses concrètes, pertinentes et adaptées aux besoins des personnes proches aidantes dans les Laurentides. Je suis reconnaissante de faire partie d'une équipe engagée, à l'écoute, ouverte à la collaboration et à la recherche constante de solutions innovantes, pour contribuer activement à l'amélioration des conditions de vie des personnes proches aidantes. C'est grâce à cette synergie, cette grande attention portée au pour, par et avec les personnes proches aidantes, ce moteur qui nous permet d'avancer ensemble !

*Marie-Josée Parent* - Directrice générale adjointe

## Table des matières

<b>Messages de la présidente et des directrices</b>	<b>2</b>
<b>ADN de L'Antr'Aidant</b>	<b>4</b>
<b>Équipe et conseil d'administration</b>	<b>6</b>
<b>Gouvernance et vie associative</b>	<b>10</b>
<b>Semaine nationale des personnes proches aidantes</b>	<b>14</b>
<b>Prendre soins du «nous»</b>	<b>16</b>
<b>Le portrait des personnes proches aidantes</b>	<b>18</b>
<b>L'Antr'Aidant en un coup d'oeil: enraciné dans notre communauté</b>	<b>20</b>
<b>Zoom sur chaque région des Laurentides</b>	<b>22</b>
<b>Semer, s'allier, humaniser en images</b>	<b>28</b>
<b>Notre lexique</b>	<b>30</b>
<b>Nos activités</b>	<b>33</b>
<b>Transformation sociale et renforcement de notre mission</b>	<b>45</b>
<b>Revue de presse</b>	<b>54</b>
<b>Gestion financière</b>	<b>56</b>
<b>Priorités et perspectives</b>	<b>58</b>



## Notre mission

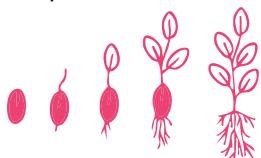
Contribuer à l'amélioration des conditions de vie des personnes proches aidantes d'adultes malades, en situation de vulnérabilité et/ou d'aînés en perte d'autonomie physique et/ou cognitive.

## Notre histoire

L'Antr'Aidant a été fondé en 2009 par un groupe d'une quinzaine de proches aidants engagés dans leur communauté de la MRC des Pays-d'en-Haut. Ceux-ci avaient déjà mis sur pied quelques années auparavant une coopérative de solidarité sociale : la coop Sore, cette dernière offrant des services de répit aux proches aidants. Considérant le manque de ressources ainsi que la multiplicité et l'intensité des besoins des personnes proches aidantes d'adultes et d'aînés des Laurentides, ils se sont solidarisés pour fonder un organisme communautaire autonome ayant comme mission de contribuer à l'amélioration des conditions de vie des proches aidants par des activités et services d'accompagnement psychosocial. Depuis, l'organisme à portée régionale, déploie ses activités régulières principalement dans les MRC de Thérèse-de Blainville, de la Rivière-du-Nord, des Pays-d'en-Haut et des Laurentides; en plus de proposer une offre d'activités accessible aux proches aidants de tous les territoires des MRC de la région des Laurentides.

## Nos visions

- Devenir un partenaire incontournable et un leader en matière d'accompagnement de la proche aidance d'adultes et d'aînés au Québec.
- En 2027, L'Antr'Aidant aura alimenté un mouvement solidaire autour de la réalité proche aidante dans les Laurentides. En renforçant l'écosystème de soutien et en créant des alliances, l'organisme aura su accueillir la demande grandissante tout en maintenant une offre de services humaine, de qualité et pérenne.



## Nos principes qui guident l'action / nos valeurs



Humanité

Croyant fermement que chaque individu mérite d'être traité avec dignité et considération, L'Antr'Aidant s'engage à agir en toute humanité, en portant une attention particulière aux besoins et aux défis liés à la réalité unique des personnes. Nous croyons également que la proche aidance est une réalité et une responsabilité qui devrait être abordée collectivement. Au coeur de notre approche et de chacune de nos actions, se retrouvent l'écoute, la compassion, le respect, le non-jugement, la bientraitance et le soutien mutuel.



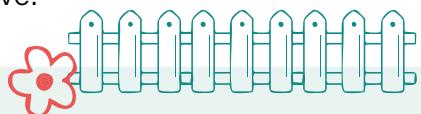
Courage

Interpellé par la réalité de la proche aidance et sans déni des défis que cela peut représenter, à L'Antr'Aidant, nous alimentons au quotidien notre culture de courage en osant rêver grand pour semer l'espoir, en sortant de notre zone de confort et prenant des risques, ainsi qu'en nous engageant dans l'action, et ce, pour améliorer les conditions de vie des personnes proches aidantes.



Souplesse

À L'Antr'Aidant, nous voyons les possibilités même là où elles semblent inexistantes et abordons chaque situation avec un regard neuf et ouvert. Nourris par le désir de contribuer aux changements qui améliorent les conditions de vie des personnes proches aidantes, nous demeurons à l'écoute de leurs besoins, nous saisissons les opportunités, nous nous adaptons en temps réel et nous anticipons pour agir de manière proactive.





Cocréation

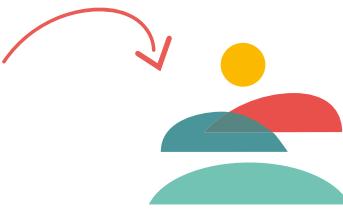
À L'Antr'Aidant, nous croyons en la puissance de la cocréation, où chaque voix compte et où les idées sont partagées et développées ensemble. En collaborant étroitement avec les personnes proches aidantes, les partenaires publics et privés, les organismes communautaires et les entreprises, nous participons à la création de solutions innovantes et adaptées, qui répondent véritablement à la réalité et aux besoins de la proche aidance et améliorent constamment notre impact.



## Nos principes directeurs

- Les personnes proches aidantes **sont les expertes** de leur réalité et doivent être considérées en conséquence ;
- Prendre soin de la population proche aidante est **une responsabilité qui appartient à l'ensemble de la communauté** ;
- Le vieillissement et la proche aidance sont **des réalités à aborder par et avec toutes les générations** ;
- **La vulgarisation, la démocratisation et l'accessibilité des informations** et des contenus à partager avec la population proche aidante sont de précieux paramètres pour actualiser nos activités.

## Notre nouveau logo



Guidé par le leitmotiv **Semer – S'allier – Humaniser**,  
L'Antr'Aidant s'engage dans une transition douce vers sa nouvelle identité.

Notre nouveau logo est constitué de trois éléments graphiques distincts, représentant le trio **Aidant-Aidé-Organisme**, qui convergent tous vers un soleil, symbole de positivité, de lumière et d'espoir. Le trajet illustré est inégal, rappelant le **parcours unique de chaque proche aidant**, mais les pierres bien appuyées tout au long du chemin montrent qu'il est possible d'avancer en toute sécurité. Il interpelle les personnes proches aidantes par une symbolique forte liée à **la notion de passage et de trajet**.

Le passage représenté est conçu avec une ouverture, et l'évolution des couleurs de froides à chaudes marque une progression vers un **sentiment de réconfort et de sérénité**.

La typographie arrondie a été sélectionnée pour évoquer la **bienveillance**, la douceur et l'inclusivité, qui sont les valeurs fondamentales de l'organisme. La séparation nette du mot «Aidant» dans le logo vise à le mettre en évidence et à lui donner plus de poids dans l'ensemble graphique.

Un ajout de couleur rouge a été intégré aux teintes déjà présentes dans le logo. Le rouge, dans sa connotation positive, évoque la force, l'énergie et l'action, soulignant l'impact de l'organisme et les soutiens actifs qu'il offre aux personnes proches aidantes.

Le logo se veut être une représentation fidèle des valeurs d'accompagnement, de soutien et de progression de l'organisme, tout en gardant une dimension accueillante et rassurante.

# Équipe et conseil d'administration

## Notre conseil d'administration



### Sylvie Voyer, présidente

Citoyenne, retraitée du milieu de la gestion des ressources humaines

J'ai vécu l'année 2024-2025 dans un grand élan de solidarité. Que ce soit avec les membres du conseil d'administration lors de nos rencontres et lors de prises de décisions concernant le présent et l'avenir de L'Antr'Aidant, ou avec les collègues de l'équipe permanente lors de choix pour certains programmes de ressources humaines, et finalement avec toute la communauté lors de nos différentes rencontres de planification stratégique.



### Jacques Jolicoeur, trésorier

Citoyen et retraité du secteur coopératif

C'était ma 5ième année au CA de L'Antr'Aidant. C'est toujours aussi enrichissant de s'impliquer auprès de gens aussi dévoués à la mission, tant les membres du CA que les employés. Cela m'a certainement apporté davantage que ma modeste contribution. Les membres actuels et futurs du CA sauront assurer une excellente suite des choses.



### Olga Bazusky, administratrice

Proche aidante, retraitée du secteur communautaire et social

Je m'implique au CA par désir de redonner, forte de mon expérience comme proche aidante. Sensible aux besoins d'écoute et de soutien dans des situations difficiles, je veux contribuer à plus d'empathie et de bienveillance, comme j'en ai moi-même bénéficié au fil de ma vie.



### Alain Chaloux, vice-président

Proche aidant, retraité du secteur privé

Mes moments forts pour 2024 sont incontestablement autour de mon implication dans la planification stratégique. Que ce soit en brainstorming avec L'ilot ou en rencontre participatives avec les membres de L'AA, je garde en mémoire une expérience enrichissante sur le plan humain et m'a permis d'accroître mes connaissances sur le fonctionnement des organismes communautaires. Le respect et la complicité des collègues au CA, nous ont permis de faire avancer des dossiers et prendre les meilleures décisions selon les enjeux.



### Raymonde d'Anjou, secrétaire

Proche aidante, retraitée du secteur privé

L'année 2024-2025 nous a apporté une augmentation importante de membres, des améliorations de l'emploi pour le personnel, la continuité du soutien financier autre que gouvernemental ainsi que la stabilité du conseil d'administration et de l'équipe permanente.



### Chantal Bourassa, administratrice

Citoyenne engagée

Être administratrice de L'Antr'Aidant en 2025, c'est un engagement soutenu au sein d'une équipe humaine et courageuse, dont le focus demeure toujours la personne proche aidante ... et c'est aussi "ben du fun"!





## Réjeanne Pilote, administratrice

Proche aidante et retraitée du réseau de la santé et des services sociaux

L'Antr'Aidant s'est développé avec succès ces dernières années. Des activités et services diversifiés professionnels et humains ont été implantés. Poursuivons cette implantation pour couvrir l'ensemble des Laurentides. Nous pourrons ainsi mieux répondre à la demande des différents milieux.



# Notre équipe



### Julie Gravel directrice générale

Cette année, j'ai été profondément touchée par l'actualisation de nos valeurs organisationnelles, vécues au quotidien. Être alignée avec celles-ci est une source de motivation puissante et stimulante!



### Marie-Josée Parent directrice générale adjointe

Je suis reconnaissante de travailler au sein d'une équipe bienveillante et engagée ! Je suis fière de ma persévérance à travers les défis rencontrés et de contribuer à l'amélioration continue des processus de travail visant à toujours offrir une réponse adaptée aux besoins des personnes proches aidantes.



### Samuèle Campeau coordonnatrice à l'intervention

Je suis fière des activités de L'Antr'Aidant, notamment des échanges enrichissants avec les nombreux étudiants rencontrés cette année. La proche aidance touche toutes les générations, et je suis heureuse de favoriser le dialogue et la compréhension intergénérationnels.



### Flavie Lepage agente de communication

C'est une réelle chance de travailler aux côtés d'une équipe dévouée et passionnée, au service des proches aidants qui enrichissent notre communauté par leur présence et leur engagement.



### Manon Desjardins agente administrative

Cette année je suis très fière d'accomplir les tâches d'agente administrative avec plus d'aisance. Je pense que c'est un atout précieux que j'ai acquis au fil des années. De plus, je maîtrise davantage les outils informatiques, ce qui m'a permis d'augmenter ma capacité à travailler efficacement et d'établir de bonnes relations de travail avec mes collègues. L'Antr'Aidant c'est un milieu où on apprend avec tellement d'humanité!



### Jennyfer Savard Cheffe d'équipe

Cette année mes gratitude sont:

- Avoir la chance de côtoyer des modèles inspirants au quotidien (je parle de vous personnes proches aidantes!).
- Pouvoir contribuer à la cause de la proche aidance par des ateliers de sensibilisation auprès d'étudiants.





### **Alicia Roy-Binette** cheffe d'équipe

Je suis fière de faire partie d'une équipe qui contribue autant à favoriser le bien-être des personnes proches aidantes. Chaque jour, vous venez enrichir mon parcours et vous êtes sources de motivation et d'espoir pour moi



### **Stéphanie Aubin** cheffe d'équipe

Je suis fière d'entamer sous peu une quatrième année auprès d'une équipe engagée et mobilisée envers une même cause. Ensemble avec l'aide précieuse des personnes proches aidantes, nous créons une communauté d'entraide et d'espoir.



### **Brigitte Ménard** intervenante psychosociale

Je rends hommage à notre épataante équipe de travail, qui me rend fière, grâce à son humanisme exceptionnel et les liens forts que nous avons créés, permettant d'offrir aux personnes proches aidantes un soutien et un accompagnement imprégnés de toute cette bienveillance cumulée.



### **Carolane Larocque** intervenante psychosociale

Je suis fière d'avoir le privilège de faire partie d'une équipe passionnée qui œuvre avec dévouement à soutenir les personnes proches aidantes qui nous apportent tellement collectivement.



### **Sylvie St-Marseille** Intervenante psychosociale

Je fais partie de l'équipe de L'Antr'Aidant depuis près de 2 ans maintenant. J'ai du plaisir à oeuvrer dans une équipe où l'humour et le courage cohabitent tous les jours.



### **Christine Larose** Intervenante psychosociale

Je ressens une reconnaissance infinie d'avoir eu la chance d'être choisie cette année afin de joindre l'équipe de L'AA ainsi que pour grandir auprès de ses membres. Je ne peux être plus fière de m'identifier à leurs couleurs. Merci tellement !



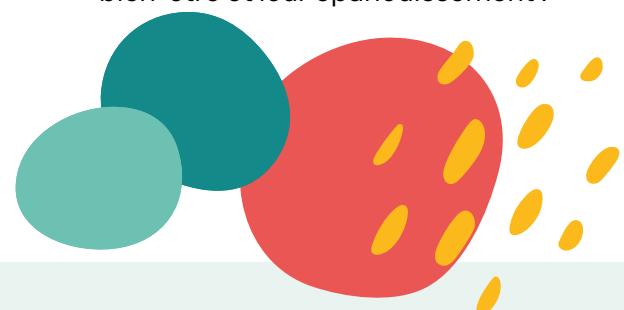
### **Pascale Geerligs** Intervenante psychosociale

Je suis fière de faire partie du groupe de soutien de Saint-Jérôme. Je suis reconnaissante de leur courage, créativité et bienveillance. J'ai eu le privilège de participer au développement de l'outil J'apprends, J'ai appris, Je transmets AVEC ET POUR les personnes proches aidantes et de participer à sa suite: d'un proche aidant à l'autre avec la précieuse collaboration de ma collègue Stéphanie. J'ai de la gratitude de faire partie de cette merveilleuse équipe!



### **Hélène-marie Cornet** Intervenante psychosociale

Intégrer l'équipe de L'Antr'Aidant et en porter les valeurs humaines est une réelle fierté. Accompagner les proches aidants me permet de grandir à leurs côtés (Merci à Vous !). Le projet d'art-thérapie auquel je contribue depuis son lancement, donne tout son sens à mon engagement, en favorisant leur bien-être et leur épanouissement !





**Marie Lévesque**  
Chargée de projet –  
Développement de la Brigade  
proche aidant

Quelle joie que de prendre part à la création d'une Brigade bénévole rassemblant des personnes qui ont à cœur la mission et les valeurs de L'Antr'Aidant! Je suis choyée d'être aux premières loges de ce que l'humain a de plus beau dans son envie de partager et de collaborer.



## Les chargé.e.s de projet



**Emmanuelle  
Chartrand**  
Chargée de projet  
L'Amalgame



**Catherine Dubé**  
Consultante  
clinique



**Nathalie Maillard**  
musicothérapeute  
(janvier à mars 2025)



**Georges Reti**  
Ingénieur  
informatique  
collaborateur à la  
co-construction en  
continu de notre  
base de données



**France Leblanc**  
Chargée de projet  
développement des  
guides de procé-  
dures de nos acti-  
vités



**Annie Bilodeau**  
art-thérapeute  
(septembre à  
décembre 2024)

## Nous avons dit au revoir à



**Frédérique St-Hilaire**

Merci pour ton engagement précieux chère collègue!



## Stagiaires



**Dominic Deschamps- Landry**

Stagiaire AEC en travail social, Collège de Matane  
L'Antr'Aidant a une équipe qui est accueillante, souriante et bienveillante, autant pour ses stagiaires que pour ses personnes proches aidantes.

**Méliane Roy St-Jacques**

Technique de travail social, Collège de Saint-Jérôme

**Mégane Léveillé et Amélia  
Chartrand**

Baccalauréat en travail social,  
Université du Québec en Outaouais

**Mélina Massé**

Technique de travail social,  
Collège de Saint-Jérôme

# Gouvernance démocratique et vie associative

Le conseil d'administration s'est réuni à **11** reprises cette année :

- **8** conseils d'administration réguliers
- **3** conseils d'administration extraordinaires

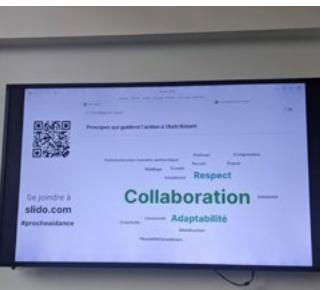
## Nos membres

Cette année nous avons **194 membres** qui ont adhéré aux valeurs, à la mission et à la vision de L'Antr'Aidant, contribuant ainsi à créer un mouvement solidaire fort au sein de l'organisme.

## Accompagnement par L'ÎLOT COOP

Les rencontres spéciales des membres pour la planification stratégique 2024-2027

Le 13 mars et le 7 mai 2024, nos membres ainsi que plusieurs partenaires de l'écosystème de L'Antr'Aidant ont été invités à participer à des rencontres collaboratives et créatives visant à poser les bases de notre planification stratégique triennale. Ces sessions ont été l'occasion d'échanges riches et de partages inspirants, qui ont permis d'obtenir des résultats à la hauteur de l'engagement et de l'esprit de notre communauté



## Assemblée générale annuelle

L'assemblée générale annuelle s'est tenue le 12 juin 2024 à la Place des Citoyens de Sainte-Adèle. Elle réunissait **44 personnes** : 30 membres en règle de L'Antr'Aidant et 14 invité.e.s (proches aidants, partenaires et collaborateurs).

Ce moment de vie associative marquait également le lancement officiel des festivités célébrant le 15e anniversaire de L'Antr'Aidant, avec deux activités symboliques et porteuses de sens.



Nous avons débuté avec une activité de co-construction animée par l'Îlot Coop, qui a permis à nos membres de participer activement à la mise à jour de nos valeurs organisationnelles. Ce fut un moment mémorable, empreint d'effervescence et de solidarité, reflétant pleinement les valeurs qui nous unissent.

C'est aussi lors de l'AGA que L'Antr'Aidant a choisi d'honorer Raymonde d'Anjou, proche aidante, membre fondatrice et secrétaire de L'Antr'Aidant depuis 15 ans!

En chiffres, l'implication de Raymonde c'est

- **1** assemblée de fondation de l'organisme
- **15** assemblées générales
- **8** assemblée générales exceptionnelles
- **151** procès-verbaux de rencontres de CA
- Près de **1000 résolutions**
- Plus de **152 000 mots** rédigés qui ont permis à L'Antr'Aidant de s'implanter dans sa communauté, de créer des alliances avec l'écosystème dans lequel se retrouve les personnes proches aidantes, de devenir ce qu'il est aujourd'hui!



## Nos comités actifs

### Comité

#### Ressources humaines

**7 rencontres**

Merci spécial à nos administrateurs Sylvie et Jacques pour leur leadership de ce comité

### Comité

#### gouvernance et pilotage de la planification stratégique

**8 rencontres**

Merci spécial à notre administrateur Alain pour son leadership de ce comité

### Comité

#### vie associative et 15e anniversaire

**5 rencontres**

Merci spécial à toutes les personnes qui ont gravité autour de ce comité festif.

**Plus de 75 heures** de travail en comités =

**Une participation active et démocratique de nos membres!**

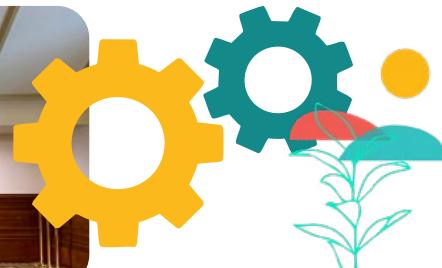


# D'autres activités de vie associative

## Célébration de nos 15 ans

L'Antr'Aidant a souligné avec fierté plus de 15 ans d'engagement actif au sein de sa communauté. Cette contribution remarquable a été officiellement reconnue à l'Assemblée nationale du Québec par Mme Sonia Bélanger, députée de Prévost, ministre responsable des Aînés, ministre déléguée à la Santé, ainsi que ministre responsable de la région des Laurentides.

Des membres de notre équipe, de notre conseil d'administration, ainsi que plusieurs de nos partenaires étaient présents pour recevoir cette reconnaissance, témoignant de la force de notre engagement collectif et du travail accompli au fil des années.



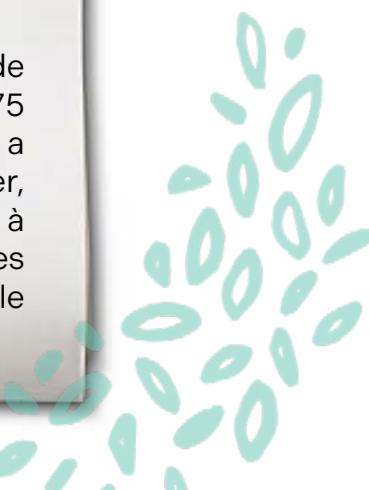
## Le brunch dansant du 15ième anniversaire de L'Antr'Aidant



### « Lumière sur la proche aidance et les 15 ans de L'Antr'Aidant ».

Saint-Sauveur, le 4 novembre 2024 – L'Antr'Aidant, un organisme dédié à l'amélioration des conditions de vie des proches aidants d'adultes et d'aînés dans les Laurentides, a célébré son 15ème anniversaire le dimanche 3 novembre lors d'un événement mémorable : un brunch-dansant intergénérationnel sur le thème « Lumière sur la proche aidance et les 15 ans de L'Antr'Aidant ».

Plus de 125 personnes se sont rassemblées au chalet Bellevue de Morin-Heights pour honorer les proches aidants, dont plus de 75 étaient venues des quatre coins des Laurentides. L'événement a également été marqué par la présence de Mme Sonia Bélanger, députée de Prévost et Ministre des aînés et Ministre déléguée à la santé ainsi que d'une dizaine d'organismes communautaires partenaires, témoignant de l'importance de la solidarité dans le secteur de la proche aidance.





## Les traditionnelles fêtes de l'été et de Noël dans les groupes de soutien aux proches aidants



## Théâtre d'intervention avec nos membres proches aidants Saint-Jérôme | Novembre 2025 La vie des autres, du Théâtre Parminou, en collaboration avec l'AQDR





# Semaine nationale des personnes proches aidantes

Semaine nationale  
des personnes  
*proches aidantes*

3 au 9 novembre 2024

## Activités où L'Antr'Aidant s'est impliqué

### ● Brunch dansant

📍 Région des Laurentides

L'organisme a célébré ses 15 ans d'engagement dans la communauté lors d'un brunch dansant intergénérationnel réunissant plus de 100 personnes en novembre 2024.



### ● Journée reconnaissance des personnes proches aidantes

📍 Mont-Laurier

- Pièce de théâtre
- Atelier par Motiv'action
- Conférence
- Kiosques d'organismes



### ● Soirée reconnaissance des personnes proches aidantes

📍 Rivière-Rouge

- Pièce de théâtre
- Atelier par Motiv'action
- Conférence
- Kiosques d'organismes



## Soirée reconnaissance

📍 MRC Thérèse-De Blainville

Spectacle par 4 diplômé.es de l'École nationale de l'humour



## Journée évasion

📍 MRC des Laurentides

- Atelier d'art-thérapie
- Réseautage
- Activité de célébration de soi



## Présentation de L'Antr'Aidant

📍 Unifor, Boisbriand

Sensibilisation à la proche aidance auprès de syndiqué.e.s retraité.e.s



## Groupes de soutien

📍 Tous nos groupes de soutien

Groupe de soutien sous le thème de "Lumière sur la proche aidance : quand la culture s'en mêle."



## L'Antr'Aidant dans les médias



● 10 publications pour 5842 personnes touchées



● Journal Accès et Journal Le Nord  
Entrevue de Julie Gravel, directrice générale

Le  
nord Accès  
INFORMER + INSPIRER



● Accès Local - TVBL  
Entrevue de Marie-Josée Parent, directrice générale adjointe

tvbl  
Émission Accès Local  
Animée par votre réalité



# Prendre soin du NOUS

## Prendre soin du NOUS c'est :

S'offrir des espaces pour se retrouver, poser des réflexions, discuter de son quotidien, entretenir le plaisir d'être ensemble et s'offrir des outils pour s'actualiser professionnellement et personnellement.



## Amélioration des conditions de travail

L'Antr'Aidant est un milieu de travail dynamique et innovant !

Au cours de l'année 2024-2025, toujours dans une perspective d'amélioration continue des conditions de travail, le Conseil d'administration ainsi que l'équipe de direction ont mis en place plusieurs optimisations telles que :

- Bonification de la politique conciliation travail vie-personnelle
- L'exercice initial d'équité salariale
- Bonification de la politique de déplacement
- Optimisation en continue des échelles salariales
- Création d'une politique de formation continue

Le comité des ressources humaines, issu du conseil d'administration, a également pris le temps de rencontrer à deux reprises l'équipe afin d'entendre leurs besoins, recueillir les améliorations souhaitées pour assurer un plan d'action cohérent et échanger sur la réalité du travail vécues au quotidien.

## Lac-à-l'épaule

Moment où l'équipe se retrouve pour faire le bilan de l'année, travailler sur la cohésion par des activités rassembleuses et optimiser l'esprit d'équipe.

En juin, l'équipe s'est retrouvée en Lac-à-l'épaule dans un décor luxuriant des Laurentides pour y passer une journée ressourçante.



## Formation continu et co-développement de l'équipe

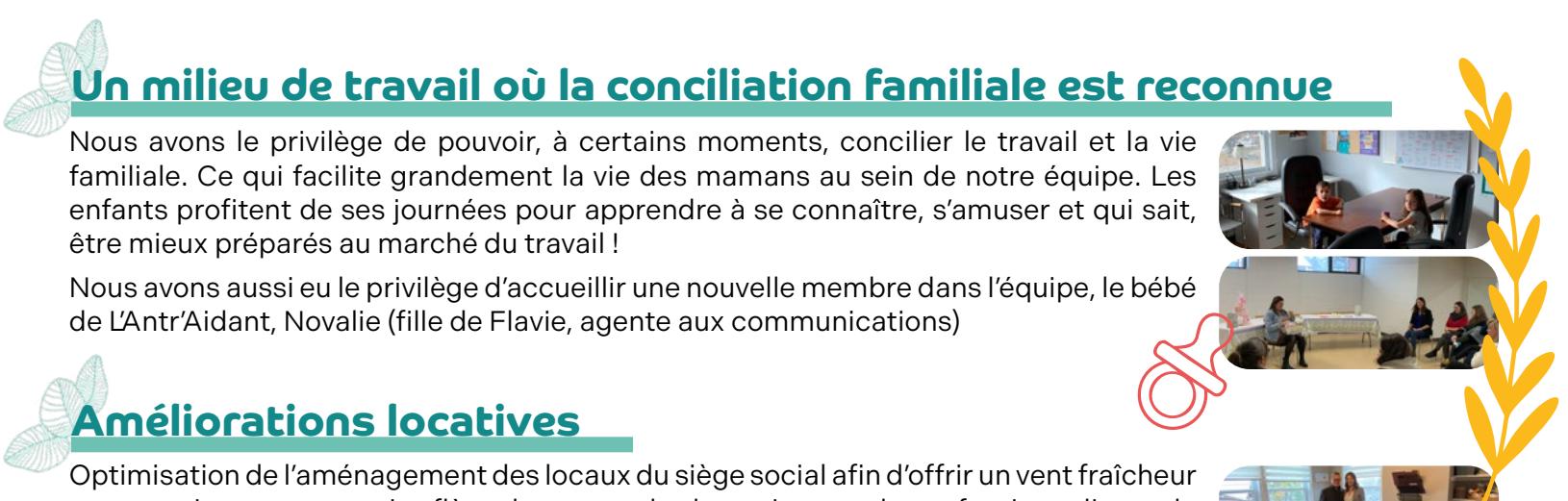
Dans un souci de maintenir à jour les connaissances de l'ensemble de l'équipe d'intervention et de gestion, afin d'assurer des services de qualité répondant de manière optimale aux besoins diversifiés des personnes proches aidantes.

Ce sont **29 formations suivies, 10 rencontres de co-développement réalisées** pour un grand total de **579 heures de formation continue**.

L'éventail de formations suivies par l'équipe abordent différents sujets qui rendent compte de la complexité des situations rencontrées à travers l'accompagnement psychosocial en proche aidance. Par exemple :

- Comprendre les barrières de l'intervention : Oser déranger avec bienveillance
- Famille choisie : sensibilisation aux réalités des personnes proches aidantes LGBTQ+
- Les femmes aînées aux prises avec la violence conjugale
- Parlons du suicide chez les personnes aînées
- Les valeurs, les règles et les normes qui influencent la trajectoire d'aide et les choix des proches aidants.





## Un milieu de travail où la conciliation familiale est reconnue

Nous avons le privilège de pouvoir, à certains moments, concilier le travail et la vie familiale. Ce qui facilite grandement la vie des mamans au sein de notre équipe. Les enfants profitent de ses journées pour apprendre à se connaître, s'amuser et qui sait, être mieux préparés au marché du travail !

Nous avons aussi eu le privilège d'accueillir une nouvelle membre dans l'équipe, le bébé de L'Antr'Aidant, Novalie (fille de Flavie, agente aux communications)



## Améliorations locatives

Optimisation de l'aménagement des locaux du siège social afin d'offrir un vent fraîcheur et un environnement qui reflète davantage le dynamisme et le professionnalisme de l'équipe.

Des nouvelles chaises – **Merci** à la Fondation Médicale des Laurentides pour le don de chaises de bureau permettant une posture plus ergonomique au travail !

Rafraîchissement de la peinture – **Merci** à Stephan Chartrand et Bernard St-Pierre!

Dans un esprit de mutualisation des espaces locatifs au Presbytère de la Paroisse Saint-Sauveur, plusieurs travaux et améliorations des espaces ont été réalisés. Ceux-ci permettent à toute l'équipe de L'Antr'Aidant de jouir d'un espace plus adapté.

- **Merci** au Conseil de la Fabrique, à Martin Tremblay, curé de la Paroisse Saint-Sauveur et son équipe !

## Accueil de stagiaires



L'Antr'Aidant poursuit sa précieuse collaboration avec les milieux d'enseignements collégiaux et universitaires en accueillant des stagiaires. Au cours de l'année 2024-2025, ce sont 5 stagiaires qui ont participés aux activités de groupe pour y effectuer un stage d'observation et d'animation.

- Amélie Chartrand et Mégane Léveillé en première année du programme de Travail Social à l'Université du Québec en Outaouais (UQO) - stage d'observation en intervention de groupe.
- Méliane Roy St-Jacques et Mélina Masse, programme de techniques de travail social au Cégep de Saint-Jérôme - stage d'intervention de groupe.
- Dominic Deschamps Landry, AEC Intervention en travail social au Cégep de Matane – stage d'implication d'une durée de 15 semaines.

## Comité social «Pix'elle»

**Prendre soin de nous, c'est aussi prendre du temps... ensemble.**

Du vrai temps. Pas du travail, pas du team building, pas une formation. Juste des moments simples entre collègues, pour se retrouver autrement.

Les employées se sont offert des petits espaces bien à elles, dans un esprit de détente et de complicité. Deux règles seulement :

1. On ne parle pas de travail
2. On participe seulement si on en a envie

Cette année, l'équipe a eu envie de sortir des murs et de découvrir différentes villes et villages des Laurentides. Comme on est bien enraciné·es dans notre coin de pays – et qu'on aime les gens qui l'habitent – c'était tout naturel d'aller s'installer, le temps d'un moment, dans des restos locaux accueillants.

Le comité s'ajuste au fil du temps, selon les envies et les disponibilités, pour continuer à créer de beaux moments à partager.



# Le portrait des proches aidants accompagnés par L'Antr'Aidant



83%

17%

En emploi

24%

Retraité

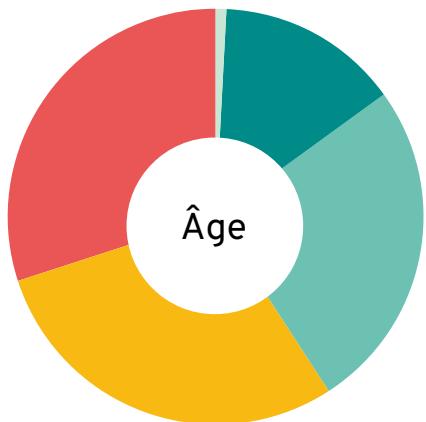
69%

Arrêt de travail

7%

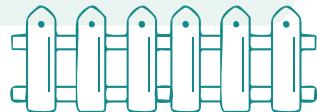
À l'emploi  
(incluant emploi +  
arrêt de travail)

31%



- Moins de 35 ans - 1%
- 35 à 54 ans - 14%
- 55 à 64 ans - 26%
- 65 à 75 ans - 29%
- Plus de 75 ans - 30%

L'âge des PPA accompagnées démontre bien que la proche aidance touche toutes les générations. Plus particulièrement, les PPA de la génération sandwich avec une représentativité de 40%. Ces derniers sont appelés à concilier la proche aidance, la vie professionnelle, familiale et sociale.



Conjoint.e

50%



Parent.s

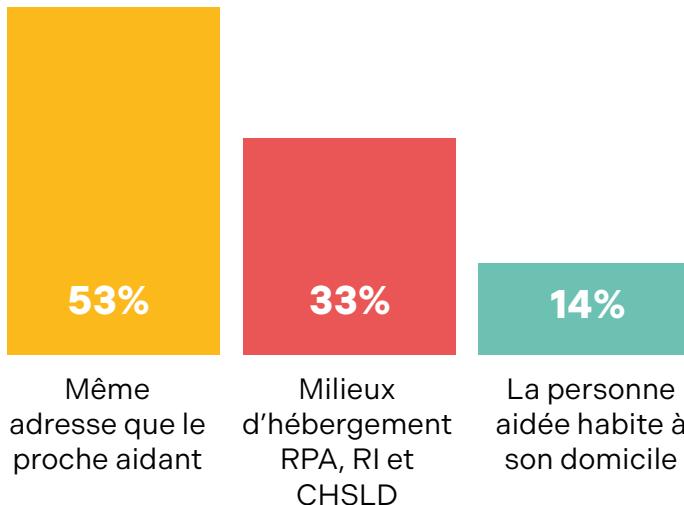
40%



Fratrie, ami, voisin et enfant

10%





Une **hausse de 6%** au cours des deux dernières années est observée au niveau du nombre de proches aidants accompagnés ayant un proche hébergé dans un milieu de vie (CHSLD, RPA, RI, Ressource familiale). Cette réalité concorde avec une hausse de la présence de PPA participants aux groupes de soutien hébergement et démontre la pertinence des partenariats établis avec les milieux de vie tels que les Maisons des aînés et les CHSLD dans lesquels les groupes de soutien sont animés.



## Les activités les plus populaires



Le coaching proche aidant représente **31%** des accompagnements psychosociaux individuels réalisés

Une hausse de **5%**



**32%** des PPA accompagnés ont participé à une formation au cours de l'année



**38%** des PPA accompagnés ont participé à un groupe de soutien.

Une hausse de **20 PPA**

## L'Antr'Aidant a accompagné **3 286** personnes proches aidantes.

Une hausse impressionnante de **63 %** : de plus de personnes proches aidantes ont trouvé soutien et reconnaissance auprès de L'Antr'Aidant cette année.



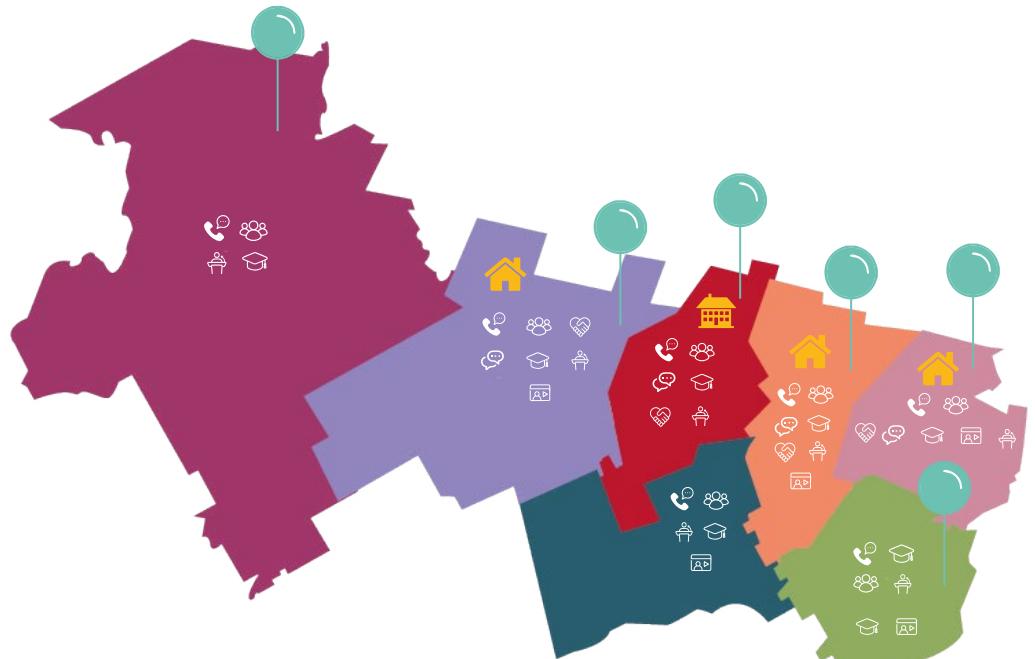
## L'Antr'Aidant a offert **7 524 heures** d'accompagnement direct.

Une croissance marquée de **15,4 %** par rapport à l'an dernier, signe d'un impact qui s'amplifie.

# L'Antr'Aidant en un coup d'oeil : enraciné dans notre communauté !

Ancré dans la région des Laurentides, L'Antr'Aidant agit avec cœur, présence et engagement avec les personnes proches aidantes. Si notre action est régionale, notre approche est résolument locale. Partout où vivent et accompagnent les proches aidants, nous sommes là, à leurs côtés, tissant des liens et développant des réponses concertées avec des partenaires. Notre enracinement communautaire, c'est aussi celui d'un écosystème vivant, où les alliances et les concertations donnent du sens et de la force à notre action.

- Ligne d'accueil**  
psychosocial et d'information
- Accompagnement psychosocial**  
individuel et personnalisé
- Coaching proche aidant**  
pour créer ensemble des stratégies
- Groupes de soutien**  
en présence ou en formule virtuelle
- Formations et ateliers**  
de rehaussement des connaissances
- Activités**  
de sensibilisation
- Outils et capsules**  
outilsprocheaidant.com
- Notre présence en concertation**
- Siège social**
- Points d'enracinement**



MRC Thérèse-De Blainville	MRC Deux-Montagnes / Sud de Mirabel	MRC Rivière-du-Nord / Nord de Mirabel	MRC d'Argenteuil	MRC des Pays-d'en-Haut	MRC des Laurentides	MRC Antoine-Labellé
Blainville	Saint-Eustache	Saint-Jérôme	Lachute	Saint-Sauveur	Saint-Agathe / Tremblant	Mont-Laurier

## Nos points d'enracinement

### Siège social Saint-Sauveur



### Point de service Sud MRC Thérèse-De Blainville

(À l'intérieur du Centre d'action bénévole Solange Beauchamp)



### Point de service Centre MRC Rivière-du-Nord

(À l'intérieur de la Maison Alois)



### Point de service Nord MRC des Laurentides à Sainte-Agathe-des-Monts

(À l'intérieur du Centre d'action bénévole des Laurentides)





# L'écosystème autour de nous



## Regroupement des organismes communautaires des Laurentides

- Membre du comité Analyse et réflexion du ROCL



## Proche Aidance Québec

- L'Antr'Aidant est membre régulier et la direction générale est membre du conseil d'administration de Proche aidance Québec



Ces alliances nous permettent d'évoluer, de se solidariser et d'adapter nos actions aux réalités de terrain.

## Nos engagements concertés – régionaux



Participation aux activités de la Table des concertations régionales des Laurentides



## Comité régional de lutte à la maltraitance et promotion de la bientraitance



## Comité organisateur – Journée régionale en proche aidance 2025

## Concertations locales



### MRC Thérèse-De Blainville

- Table 3e âge de Thérèse-De Blainville
- Comité conseil de la Table 3e âge
- Concertation proche aidance Thérèse-De Blainville



### MRC Rivière-du-Nord

- Comité proche aidant MRC Rivière-du-Nord
- TRARA



### MRC Lac des Deux-Montagnes

- Comité proche aidant Lac des Deux-Montagnes



### MRC Pays-d'en-Haut

- Comité proche aidant des Pays-d'en-Haut
- Table des aînés
- Comité régional de lutte à la maltraitance



### MRC des Laurentides

- CASA (Concert'Action Soutien Autonomie Laurentides)
- CA - CASA
- Comité proche aidant de la CASA
- Comité maltraitance de la CASA
- Concertation jeunesse



### MRC Lac des Deux-Montagnes

- Table pour les personnes proches aidantes de la MRC Antoine-Labellé
- Sous-comité – activité Semaine nationale des personnes proches aidantes
- Table des aînés d'Antoine-Labellé



## 260 heures consacrées à la concertation

Nous avons investi plus de 260 heures cette année pour construire des liens, mutualiser nos forces et développer des visions cohérentes avec les acteurs de terrain.

**La proche aidance est partout. Nous aussi.**



# Zoom sur chaque région des Laurentides



## MRC Thérèse-De Blainville



### Activités communautaires et événements citoyens

- **Brunch des aînés** – Plus de 130 personnes rencontrées dans une ambiance chaleureuse et rassembleuse.
- **Vente de garage** – Centre Regain de vie – Présence sur le terrain avec un kiosque d'information.
- **Congrès de l'APHVAL** – « Un regard vers l'avenir »  
Animation de 2 ateliers et tenue d'un kiosque informatif 
- **Mobilisé pour contrer la fraude** – Sensibilisation et accompagnement via un kiosque lors de cet événement régional.



### Ateliers et sensibilisation

- **UNIFOR** – Présentation de nos activités à 50 membres, dans une optique de valorisation de la proche aidance en milieu syndical.
- **Association Horizon Rosemère** – Animation d'un atelier sur les réalités de la proche aidance.
- **SAD/RI du CLSC de Sainte-Thérèse** – Atelier « Valse à trois temps » offert à l'équipe pour favoriser une meilleure compréhension des dynamiques vécues par les proches aidants.



### Intervention en milieu scolaire

- **Polyvalente Sainte-Thérèse** – Ateliers de sensibilisation offerts à tous les élèves de 5e secondaire, afin de semer l'empathie et la reconnaissance du rôle des proches aidants incluant celui des jeunes proches aidants



### Partenariats avec le réseau public

- **CHSLD Le Boisé** – Formation offerte aux équipes pour mieux accompagner les proches aidants dans les milieux de soins.



### Nouveaux lieux d'ancrage

- **Intégration de la Maison des Aînés et alternative de Blainville** dans notre programmation régulière : un pas de plus pour être présents là où les proches aidants se trouvent.

Dans la MRC de Thérèse-De Blainville, L'Antr'Aidant s'implique avec constance et créativité pour faire rayonner la proche aidance. Nos actions prennent racine dans les écoles, les milieux communautaires, les établissements de santé et les grands rassemblements citoyens.

**Notre objectif : être là, au quotidien, au cœur de la communauté.**





# MRC des Laurentides



## Un enracinement récent et porteur

Bien que la population de la MRC des Laurentides ait accès depuis 2021 à nos activités, **c'est en 2024 que notre présence s'est incarnée pleinement**. Depuis l'automne 2024, L'Antr'Aidant a renforcé sa présence dans la MRC des Laurentides grâce à l'ouverture d'un **nouveau point de service** au sein du **Centre d'action bénévole des Laurentides**.

Cette implantation locale permet une plus **grande proximité** avec les résidents du secteur et une compréhension plus fine de leurs besoins. Un ancrage concret qui témoigne de notre volonté d'être **présents et accessibles** au quotidien.



## Ateliers et formations significatives

### 2 formations au CHSLD de Labelle :

- Démystifier l'usure de compassion
- Accompagner une personne vivant avec un trouble neurocognitif

Une première présence de l'équipe auprès des proches aidants de ce milieu de vie, avec des contenus adaptés à leurs réalités.

### Atelier public « Suis-je proche aidant? »

Présenté à la Bibliothèque de Tremblant, cet atelier a permis de faire émerger une meilleure reconnaissance de la proche aidance dans la population générale.



## Présence communautaire et événements citoyens

- **Salon des organismes communautaires**, organisé par le soutien à domicile du secteur des Sommets – Une journée d'échanges riche et mobilisatrice avec les partenaires du territoire.
- **Salon des aînés de Sainte-Agathe** – Kiosque d'information et de sensibilisation 
- **Fête du Citoyen – Mont-Blanc** – Rencontre avec les familles et les proches aidants du secteur.
- **Kiosque – Pharmacie Jean Coutu de Sainte-Agathe-des-Monts** – Une formule simple mais efficace pour rejoindre les aidants là où ils sont.



## Moments de reconnaissance

**Participation à 3 Journées Évasions**, moments dédiés à la reconnaissance et au ressourcement des proches aidants, coorganisés par des partenaires en proche aidance.

Une participation inspirante pour redonner souffle et dignité à celles et ceux qui accompagnent au quotidien.



**Un enracinement tout récent, mais déjà essentiel.  
Plus près des montagnes, plus près des gens.**



# MRC Rivièr-du-Nord et Nord de Mirabel



## Moments de proximité & de communauté

- **9 dîners en bonne compagnie** – Maison Aloïs 

Des repas partagés qui nourrissent bien plus que le corps. Ces rencontres sont l'occasion d'échanger, de s'informer, de briser l'isolement et de créer des liens durables entre proches aidants.

- **Cafés-rencontres** – APHVAL 

Des espaces conviviaux pour discuter, partager et rehausser ses connaissances entre pairs.



## Sensibilisation en milieu collégial et universitaire

- **Cégep de Saint-Jérôme – Techniques de travail social** 

- 137 étudiants (1ère année) sensibilisés à la réalité des proches aidants.  
- 68 étudiants (3e année) rejoints dans le cadre d'ateliers interactifs.

- **Kiosque à la Foire des organismes** – UQO 

Une vitrine importante pour faire connaître notre mission auprès de la relève en intervention de niveau universitaire.



## Présence dans les milieux de la santé et des services sociaux

- **Salon des Aînés de Saint-Jérôme** – Kiosque d'information, échanges avec des dizaines de visiteurs concernés ou impliqués.



- **CHSLD de Youville** – Atelier auprès de proches aidants, dans une approche d'écoute et de reconnaissance.

- **Carrefour santé mentale** – Hôpital régional de Saint-Jérôme – Sensibilisation autour de la proche aidance en santé mentale, à la croisée de plusieurs réalités humaines.

- **Salon du bénévolat – Saint-Jérôme** – Participation à cet événement rassembleur pour faire rayonner l'engagement communautaire en proche aidance.

- **CUCI** – Présence avec kiosque et animation d'un atelier dédié aux membres, pour soutenir leur rôle et répondre à leurs besoins.



## Présence familiale & inclusive

- **Activité d'Halloween – Maison des Parents d'enfants handicapés des Laurentides** 

Une approche humaine, festive et inclusive pour rejoindre des familles souvent invisibles dans les réseaux traditionnels.

- **Bourg Saint-Antoine – Cité des 3 R** – Atelier centré sur les défis vécus au quotidien par les aidants. 

Dans la MRC de La Rivière-du-Nord, notre présence est constante, multiple et bien ancrée. Des institutions d'enseignement aux milieux de soins, en passant par les événements citoyens, nous tissons des liens pour que la réalité des proches aidants soit mieux comprise, reconnue et soutenue. **Là où la vie communautaire bat son plein, L'Antr'Aidant est présent.**

**Tisser des liens, une présence à la fois.**



## Ici, tout a commencé

La MRC des Pays-d'en-Haut est le berceau de L'Antr'Aidant. C'est la première à nous avoir accueilli et nos racines y sont à la fois profondes et vivantes.

Bien que ce territoire soit familier, nous continuons chaque année à aller à la rencontre des personnes proches aidantes et des partenaires, avec la même volonté d'écoute et d'innovation.



**Siège social**



Amélioration de l'aménagement de notre espace de travail, pour accueillir encore mieux partenaires, collègues et proches aidants.



## Événements rassembleurs et marquants

- **Soirée bénéfice aux Résidences du Manoir** -  *Merci!* Depuis maintenant quatre ans, cette soirée annuelle est un moment fort de notre calendrier. Cette année, un quiz de sensibilisation a été proposé aux résidents et à leurs proches, dans une ambiance ludique et engagée.
- **25e anniversaire de la Table des aînés de la MRC des Pays-d'en-Haut** – Participation active à cet événement marquant pour la concertation locale.
- **30e anniversaire de Soupe et compagnie** – Présence aux dîners thématiques pour aller à la rencontre des communautés et tisser des liens.



## Événements rassembleurs et marquants

- **Table des aînés de la MRC des Pays-d'en-Haut** Contribution à l'élaboration et à la révision du *Guide de recherche d'aide à domicile*, pour mieux outiller les personnes proches aidantes.

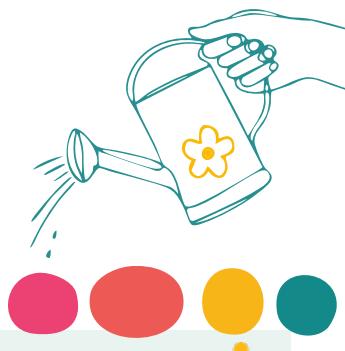


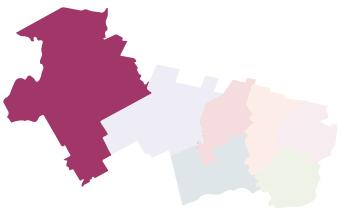
## Présence terrain et rayonnement

- **Kiosque – Événement «Ensemble on se rassemble»**, Municipalité de Morin-Heights
- **Kiosque – Dîner de l'Entraide Bénévole des Pays-d'en-Haut** 



**Là où nos racines plongent,  
la présence s'épanouit**





# MRC Antoine-Labelle



Nos présences dans les événements communautaires sont des occasions clés de sensibilisation, de soutien et de création de liens durables.

## Rayonner, soutenir, s'ancrer.

L'Antr'Aidant poursuit son déploiement répondant à une demande dans la MRC d'Antoine-Labelle, qui représente une vaste portion du territoire laurentien représentant **72 % de la région**. Dans ce territoire où les distances et l'isolement posent des défis majeurs pour les proches aidants, **notre présence est devenue incontournable, tout en demeurant complémentaire aux pertinentes ressources déjà en place.**

Nous n'agissons pas en silo. **Notre approche vise à renforcer l'écosystème local** en collaborant activement avec les partenaires du milieu, en comblant des besoins ponctuels ou persistants. Notre **enracinement se consolide d'année en année**, grâce à des interventions concrètes, un ancrage en concertation locale et des collaborations solides avec les acteurs communautaires et institutionnels du territoire.

## Des actions fortes, un impact réel en 2024-2025

- **58 rencontres psychosociales individuelles** réalisées avec des proches aidants du territoire.
- **5 formations offertes** (4 en présence, 1 en virtuel), dont certaines conçues sur mesure avec les proches aidants (troubles neurocognitifs, sexualité, fiscalité).
- **Plus de 200 personnes, de ce territoire, sensibilisées** à la proche aidance à travers divers événements (Salon des Aînés, Semaine nationale, etc.).
- **12 sentinelles formées** en partenariat avec Prévoyance envers les aînés, devenues des relais informés dans leur communauté.
- **Une collaboration complémentaire avec le Centre d'action Léonie Bélanger :** merci de votre accueil et de votre ouverture!



## Un maillage local solide

Notre ancrage repose sur une **stratégie active de concertation et d'alliances** :

- Membre actif de la **Table des personnes proches aidantes** (8 h de concertation).
- Implication à la **Table des aînés** et dans l'organisation de la **Semaine nationale des proches aidants** (12 h de coordination, deux événements équitables à Mont-Laurier et Rivière-Rouge).
- Partenariats vivants avec :



## Notre approche : aller vers le territoire

En réponse à des défis de ressources humaines temporaires vécus par un partenaire local, notre équipe s'est **déplacée chaque mois** pour maintenir des services de soutien. Cette flexibilité nous a permis de combler des besoins urgents et de bâtir la confiance avec les proches aidants et collaborateurs du milieu.



## Clic.Aidant : une formule virtuelle à portée régionale

Depuis 2021, notre **offre de formations virtuelles ClicAidant** (développée grâce à une entente avec le CISSS des Laurentides) permet de **réduire les barrières géographiques**. Ces formations sont régulièrement suivies par des participants d'Antoine-Labelle, confirmant leur **pertinence pour les milieux ruraux et éloignés**.



## Une reconnaissance territoriale naturelle à officialiser

**L'Antr'Aidant fait désormais partie intégrante du tissu communautaire d'Antoine-Labelle.**

Notre ligne d'accueil reçoit régulièrement des appels d'intervenants et de citoyens du territoire. Nos intervenantes sont connues et reconnues localement. Notre capacité à offrir des services en **présence, à distance, et en collaboration** rend notre approche accessible, souple et efficace.

## Vision 2026-2027 : un point d'enracinement à Mont-Laurier

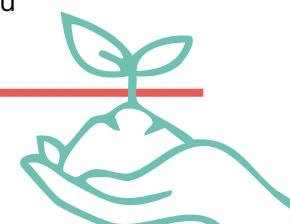
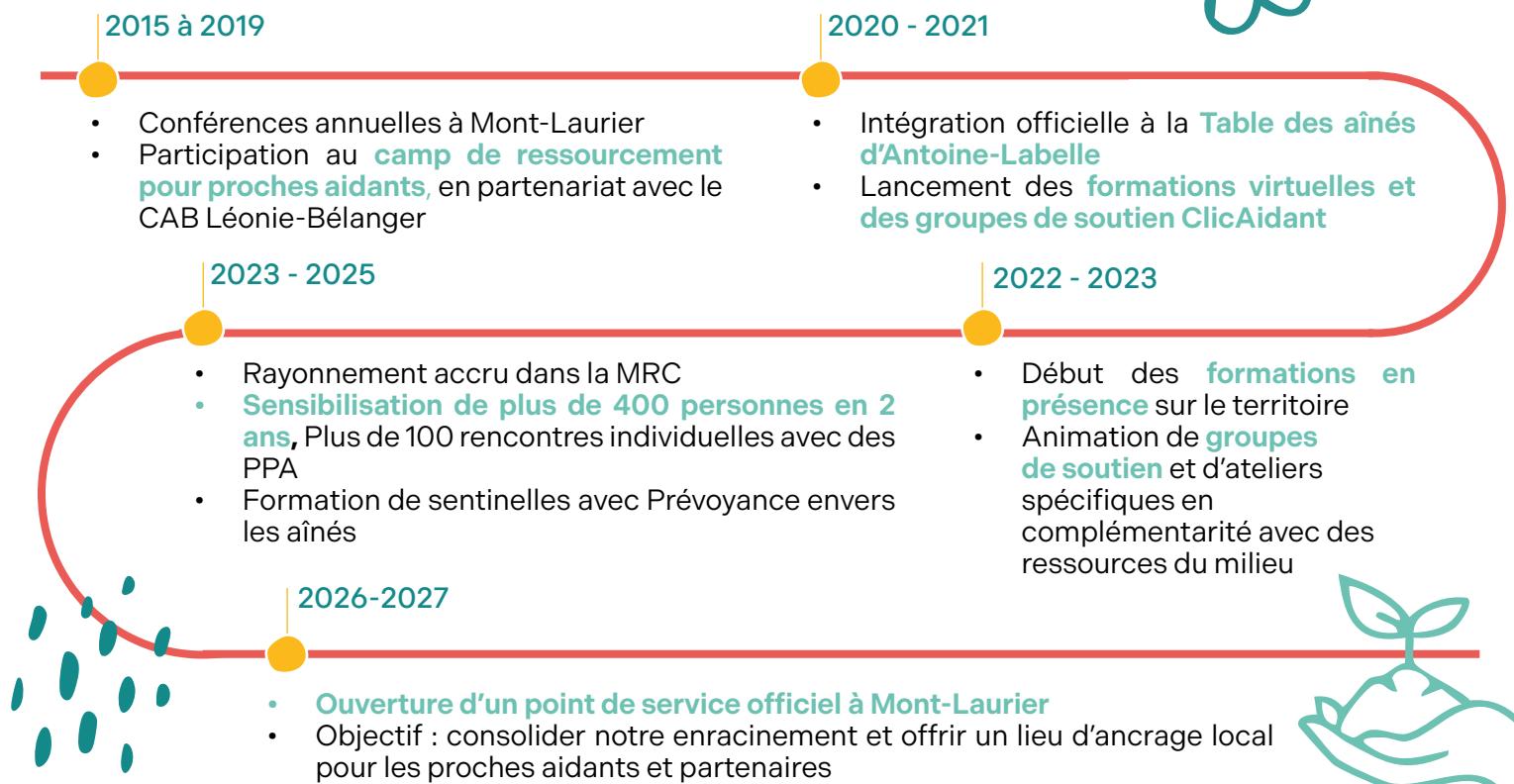
Dans un avenir rapproché, L'Antr'Aidant souhaite implanter un point de services officiel à Mont-Laurier.

- Renforcer notre présence physique dans la MRC d'Antoine-Labelle.
- Offrir un ancrage durable pour les proches aidants de cette vaste région.
- Créer un lieu de référence, de soutien et de collaboration pour les partenaires du milieu.

Ce développement s'inscrit dans notre mission d'**offrir un accompagnement de proximité et de reconnaître pleinement la réalité des proches aidants en région éloignée**.

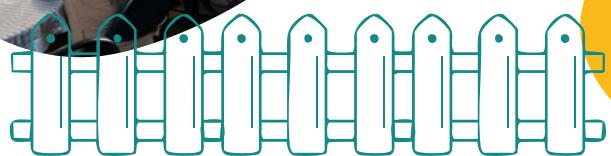
L'Antr'Aidant dans Antoine-Labelle c'est :

- Une présence active et constante
- Des partenariats enracinés
- Un impact mesurable sur le terrain
- Une vision claire et arrimée avec les partenaires pour envisager l'avenir



# Semer, s'allier, humaniser en images







# Notre lexique

## Les mots pour le dire... et pour se comprendre

Ce lexique a été pensé comme une boussole. Il permet à chacun·e – que vous soyez proche, allié·e ou simplement curieux·se – de mieux saisir le monde dans lequel nous évoluons.

Parce qu'en comprenant mieux les mots, on comprend mieux les humains derrière.

### Accessibilité

L'accessibilité va bien au-delà de l'aspect physique ou numérique : elle signifie être près des personnes proches aidantes, créer des liens humains et adapter nos actions à leur réalité. Cela passe par des activités gratuites ou à faible coût, des formats variés (présentiel, virtuel, hybride), des horaires souples, et une approche accueillante, inclusive et sans jugement.

### Coaching proche aidant

Un accompagnement concret pour faire le point et trouver des stratégies adaptées à votre réalité de proche aidant. Un coup de pouce ciblé, pour avancer avec plus de confiance.

### Cocréation

Approche où chaque voix compte, les idées méritent d'être partagées et développées ensemble.

### Collectivisation de la proche aidance

Façon de reconnaître que le soutien aux personnes malades, en situation de vulnérabilité, handicapées ou âgées ne doit pas reposer uniquement sur les proches, mais être partagé collectivement par la société.

### Expertise expérientielle

Connaissances et compétences acquises à travers les défis et les réussites vécus par un proche aidant. Cette expertise, fondée sur l'expérience personnelle, doit être reconnue et valorisée, car elle offre un savoir pratique précieux pour mieux comprendre et soutenir la réalité proche aidante.

### Parcours d'aidance

Cheminement vécu par un proche aidant, influencé par divers facteurs (santé de la personne aidée, ressources disponibles, soutien social, etc.). Chaque parcours est unique, façonné par les expériences individuelles, mais peut aussi être vécu et soutenu au sein d'une collectivité qui partage des ressources et des enjeux communs.



## Partenaires d'accueil

Organismes ou milieux qui nous ouvrent leurs portes à coûts solidaires ou en échange de collaborations. Ces partenariats, basés sur la mutualisation et la proximité, nous permettent d'offrir nos activités au cœur des communautés, là où vivent les personnes proches aidantes.



## Point d'enracinement

Espace physique où L'Antr'Aidant est présent sur le territoire, offrant un accès direct à ses activités et à l'accompagnement des proches aidants. Ces points facilitent l'engagement communautaire et le maillage avec les partenaires locaux, tout en respectant les choix et la confidentialité des personnes proches aidantes.



## Post-aidance

Période qui suit la fin du rôle de proche aidant·e, souvent marquée par un deuil (de la personne, du rôle ou de l'identité liée à l'aidance). Elle implique des ajustements émotionnels, sociaux et parfois physiques. La post-aidance est une étape importante, parfois méconnue, qui mérite reconnaissance et soutien.



## Posture contributive en concertation

Approche adoptée par L'Antr'Aidant dans les espaces de concertation, fondée sur l'écoute active, le partage d'expertise terrain et la co-construction. Notre contribution vise à enrichir les réflexions collectives en mettant de l'avant la voix des personnes proches aidantes, tout en valorisant la complémentarité avec les autres acteurs du milieu. C'est une posture d'engagement humble, constructive et ancrée dans notre mission.



## Référencement inversé

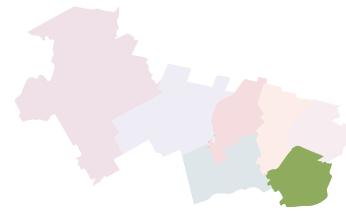
Démarche où, avec le consentement de la personne proche aidante, un partenaire la contacte directement. Cela facilite la prise de contact et l'alliance, tout en respectant son choix et sa confidentialité.



## Tolérance à l'ambiguïté

Capacité à gérer l'incertitude et les situations floues tout en restant ouvert, souple et bienveillant dans l'accompagnement.





## MRC d'Argenteuil et MRC du Lac des Deux-Montagnes

### Territoires excentrés, présence ciblée mais significative



#### Des actions ciblées, des retombées concrètes

Malgré un nombre plus restreint d'activités de grands groupes dans ces territoires, L'Antr'Aidant a réussi à rejoindre plus de 100 personnes grâce à des initiatives locales stratégiques.

Notre approche itinérante permet de maintenir un lien avec les communautés éloignées et d'offrir un soutien pertinent aux proches aidants de ces régions



#### Formations et sensibilisation adaptées

- **Atelier à la Petite Maison de Pointe-Calumet**



Une activité de formation sur la proche aidance, offerte dans un milieu communautaire accessible, au cœur du territoire.

- **Formations à Lachute**



Proche aidance et fiscalité (en partenariat avec notre partenaire Prévoyance envers les aînés) Cete activité a permis d'outiller concrètement les sentinelles qui rencontrent des proches aidants sur des enjeux à fort impact dans leur quotidien.



#### Présence communautaire et proximité

- **Kiosque à la Health Caravan – 4Korners**



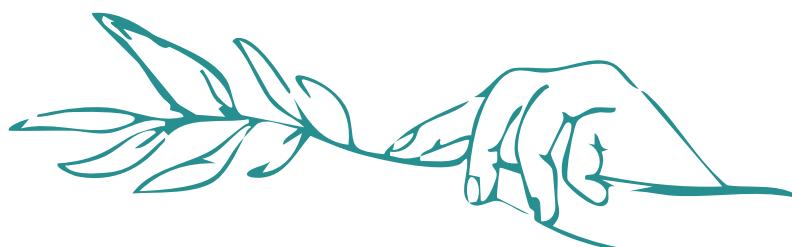
Un événement rassembleur qui a permis de faire connaître nos services et de créer des ponts avec les organismes anglophones et multiculturels de la région.



#### Un enracinement progressif et engagé

Chaque présence dans ces territoires contribue à poser les bases d'une relation durable avec les communautés locales.

Même à distance, L'Antr'Aidant reste **proche, mobilisé et désireux d'agir en complémentarité avec les acteurs du territoire**



# Nos activités



## Ligne d'accueil psychosocial et d'information

Soutenu financièrement par :

CISSS  
PSOC

### Ligne d'accueil semaine

Entente spécifique  
Mesure 38 PAG en  
proche aidance

Centraide  
Laurentides

### Ligne d'accueil fin de semaine

Centraide  
Laurentides

Mirella & Lino  
Saputo  
Optimisation

Porte d'entrée pour accéder à l'ensemble des activités offertes par L'Antr'Aidant, la ligne d'accueil est assurée en semaine par une cheffe d'équipe intervenante psychosociale attitrée à ce poste. La disponibilité de la ligne d'accueil les fins de semaine est assurée par l'alternance de la prise des appels de l'ensemble des intervenantes de l'équipe d'intervention.

Pour chaque appel reçu, une analyse des besoins et de la situation par une approche personnalisée est privilégiée, l'inscription aux activités de L'Antr'Aidant ainsi que la référence vers d'autres ressources de l'écosystème de la proche aidance dans les Laurentides est assurée par la ligne d'accueil.

**1199** heures d'intervention directes réalisées à la ligne d'accueil

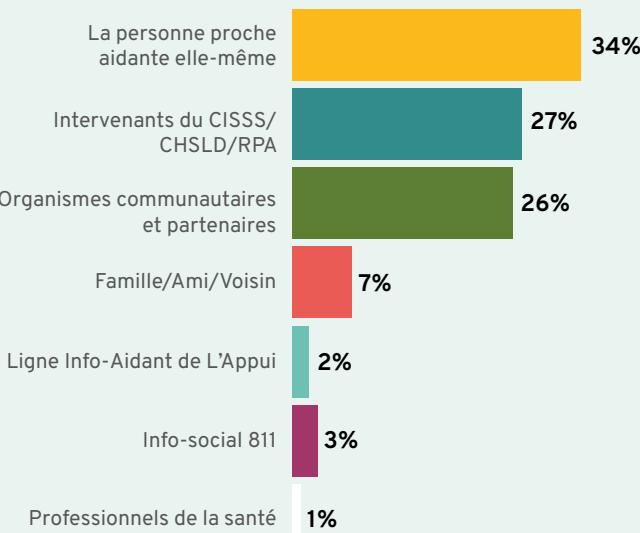
**1099** appels reçus

### Heures d'intervention directes

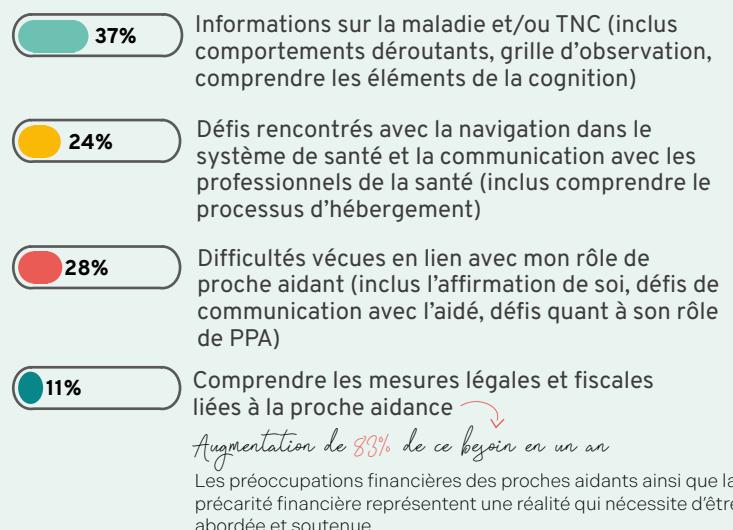


Une augmentation de **21%** par rapport à 2023-2024

### Provenances des références



### 4 principaux besoins exprimés lors d'appels à ligne d'accueil



### Saviez-vous que ?

L'outil [Demander de l'aide : comment y arriver](#) aborde les freins et les bienfaits à demander de l'aide ainsi que des repères pour formuler une demande d'aide.

# L'accompagnement psychosocial individuel de proximité et personnalisé

Soutenu financièrement par :

Régional (toutes MRC des Laurentides)

Centre intégré de santé et des services sociaux des Laurentides  
Québec  
Entente spécifique  
Mesure 38 PAG en  
proche aidance  
Optimisation



PSOC

MRC Thérèse-de-Blainville /  
Rivière-du-Nord / Pays d'en haut

Appui  
proches aidants  
Centre intégré  
de santé et des services sociaux  
des Laurentides  
Québec

Entente spécifique  
Mesure 38 PAG en  
proche aidance  
Optimisation

MRC Laurentides

Centre intégré  
de santé et des services sociaux  
des Laurentides  
Québec  
Entente spécifique  
Mesure 38 PAG en  
proche aidance  
Optimisation



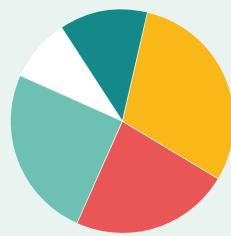
À travers leur parcours et l'actualisation de leur rôle, les personnes proches aidantes souhaitent toutes contribuer au mieux-être du proche qu'elles accompagnent. Cet engagement, bien que profondément humain et essentiel, génère une importante charge émotionnelle, physique et mentale. Les responsabilités quotidiennes liées au soutien qu'elles apportent peuvent entraîner du stress, de la fatigue, de l'isolement et un sentiment d'épuisement.

C'est dans ce contexte que le besoin d'être accompagné et écouté est accueilli à L'Antr'Aidant afin de mieux composer avec les défis et poursuivre le rôle d'aidant dans les meilleures conditions.

 **5093** heures d'accompagnement psychosocial

 **576** personnes proches aidantes accompagnées en soutien psychosocial individuel

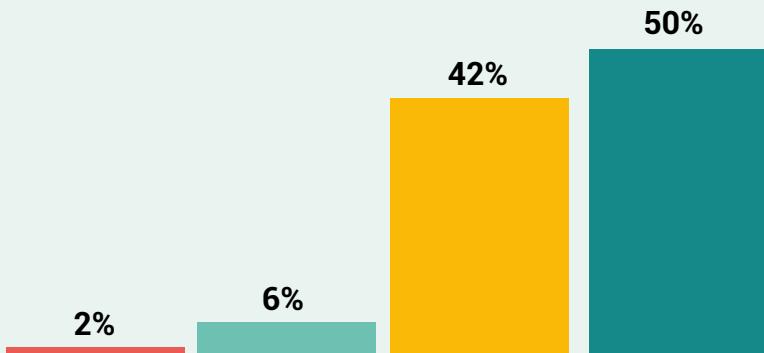
## Répartition des heures d'intervention psychosociale par territoire



- Rivière-du-Nord (30%)
- Des Laurentides (25%)
- Pays-d'en-Haut (25%)
- Thérèse-De Blainville (13%)
- Antoine-Labelle et autres territoires (9%)

## Affection de l'aidé

- Déficience intellectuelle et trouble du spectre de l'autisme
- Troubles de santé mentale
- Déficiences physiques
- Troubles neurocognitifs



## Saviez-vous que ?



Pour en apprendre davantage sur l'accompagnement psychosocial individuel de proximité et personnalisé, consultez l'outil [Être accompagné quand on est proche aidant : un accompagnement psychosocial à L'Antr'Aidant, c'est quoi ?](#)



34

Rapport d'activités 2024-2025



# Coaching proche aidant

Soutenu financièrement par :



Le coaching proche aidant se distingue par son ancrage dans l'accompagnement psychosocial auprès des personnes proches aidantes.

Il vise à offrir des stratégies, permettre un espace d'expérimentation de nouvelles façons de faire tout en renforçant le pouvoir d'agir et la résilience. Cette approche permet aux personnes proches aidantes de se sentir outillées pour relever les défis rencontrés à travers le parcours de proche aidance, en s'appuyant sur leurs forces, leurs ressources internes et celles qui les entourent.

Un coup de pouce ciblé pour avancer avec confiance



**714** rencontres de coaching réalisées pour 1747 heures de coaching vécu



**214** personnes proches aidantes ont été accompagnées en coaching

Une hausse globale de **17%** de la demande de coaching



## Défis rencontrés par les PPA qui sont abordés en coaching



Je pense être au bout de mes capacités... peut-être que j'aurais besoin de mieux identifier mes limites...



Je dois parler avec mon frère d'un transfert en hébergement de notre mère et je ne sais pas comment aborder ça...



Mon conjoint répète de plus en plus les mêmes choses en boucle, j'ai de plus en plus de la difficulté à communiquer avec lui...



Je dois rencontrer le médecin et la travailleuse sociale pour leur parler de l'évolution de la perte d'autonomie de mon proche, j'ai besoin d'aide pour préparer ces rencontres...



J'ai pris ma retraite rapidement pour plonger dans mon rôle de proche aidant, mais je me demande si au niveau fiscal, j'aurais le droit à certains crédits d'impôts...

## Saviez-vous que ?

Les outils **#Solidairementprocheaidant** sont utilisés quotidiennement par l'équipe d'intervention lors de rencontres de coaching avec les proches aidants. Ils permettent d'approfondir les réflexions, d'échanger, de développer ses connaissances et renforcer son réseau.





# Groupes de soutien

Soutenu financièrement par :



Entente spécifique  
Mesure 38 PAG en  
proche aidance

## Caractéristiques des groupes de soutien à L'Antr'Aidant

- Groupes ouverts (on peut s'y joindre à n'importe quel moment dans la programmation)
- Programmation trimestrielle
- Thématiques variées élaborées pour, par et avec les proches aidants
- Formules en présence et en virtuel disponibles
- Rencontres ayant lieu dans des endroits fréquentés par les personnes proches aidantes



**1008** heures d'intervention de groupes



**241** personnes proches aidantes accompagnées en groupes de soutien

## 4 types de groupes de soutien à L'Antr'Aidant



**5 groupes de soutien régulier dans 4 MRC**  
(TDB, RDN, PDH, Des Laurentides)



**3 groupes de soutien virtuels Clic.Aidant**  
(Jour, soirée et anglophone)



**2 groupes de soutien hébergement**  
(Nord et Sud)



**Nouveauté!!**  
**Groupe d'art thérapie**  
(MRC des Laurentides)

**11 groupes différents**

## Saviez-vous que ?

L'Antr'Aidant a élaboré un encart de diffusion pour les groupes de soutien. Cet encart permet aux personnes proches aidantes d'approfondir leurs réflexions sur leur besoins et intérêts à participer à un groupe de soutien ainsi que pour connaître les territoires sur lesquels ils sont offerts.



**36**

Rapport d'activités 2024-2025



# Groupes de soutien réguliers

Soutenu financièrement par :

Centre intégré  
de santé  
et de services sociaux  
des Laurentides  
Québec

Appui  
proches aidants

Entente spécifique  
Mesure 38 PAG en  
proche aidance



**Groupe de soutien  
Thérèse-De-Blainville**  
Maison des aînés et  
alternative de Blainville  
40 rencontres



**Groupe de soutien  
Rivièr-du-Nord**  
Maison Aloïs  
40 rencontres



**Groupe de soutien  
MRC des Laurentides**  
Maison des aînés de  
Sainte-Agathe  
40 rencontres



**Groupe de soutien  
MRC des Laurentides -  
Secteur Tremblant**  
Centre d'action bénévole  
des Laurentides  
40 rencontres



**206** personnes proches aidantes  
accompagnées en groupes de soutien  
réguliers



Hausse de **11 %** de la participation aux  
groupes de soutien réguliers



**200** rencontres hebdomadaires de groupe de soutien en 2024-2025



# Groupes de soutien hébergement

Soutenu financièrement par :



Entente spécifique Mesure  
38 PAG en proche aidance

Les groupes de soutien hébergement s'adressent aux personnes proches aidantes ayant un proche hébergé dans des milieux de vie tels que : ressource intermédiaire, CHSLD, Maison des aînés, hébergement de type familial ou privé (RPA).

- **36 PPA** participants à ces groupes spécialisés, soit une **augmentation de 29%**
- Les rencontres ont lieu à toutes les 2 semaines pour un total de 20 rencontres pour chaque groupe
- L'équipe de L'Antr'Aidant est fière de pouvoir compter sur des partenariats précieux pour accueillir les PPA aux groupes de soutien :
  - CHSLD de St-Jérôme
  - Sunrise maisons de vie pour retraités

## Pourquoi offrir des groupes de soutien destinés aux proches aidantes ayant un proche hébergé ?

- Les PPA vivent une nouvelle réalité à la suite de l'hébergement de leur proche.
- Ils sont à la recherche de repères différents
- Des défis relationnels sont vécus dans la triade aidant-aidé-soignant
- Ils nomment avoir besoin d'un espace pour aborder l'adaptation et la redéfinition de leur rôle



## Saviez-vous que ?

Les personnes proches aidantes participant aux groupes de soutien hébergement ont souhaité élaborer un outil afin de transmettre leurs connaissances et expertise, du milieu d'hébergement et des défis rencontrés, à d'autres PPA qui se questionneraient sur cette réalité. L'outil «*J'ai appris, j'apprends et je transmets...*» a été élaboré dans le but de donner une voix à ceux et celles qui ont vécu cette expérience, afin de favoriser des décisions éclairées et de soutenir la réflexion de ceux qui s'engagent ou envisagent de s'engager dans cette étape.



Un **grand merci** aux personnes proches aidantes ayant participé à l'élaboration de cet outil si pertinent !



# Groupes de soutien virtuels Clic.Aidant

Soutenu financièrement par :



Entente de services

Les groupes de soutien virtuels Clic.Aidant sont offerts afin de répondre aux besoins des personnes proches aidantes qui peuvent vivre de l'isolement en raison de leur lieu de résidence, qui peuvent être limitées dans leurs déplacements, ou pour qui ce mode de rencontre convient mieux à leur réalité. Ces espaces d'échange en virtuel permettent d'aborder les enjeux vécus du quotidien, de briser l'isolement, de partager des expériences et de recevoir du soutien dans un cadre bienveillant, confidentiel et accessible.



Accessible sur  
l'ensemble du  
territoire des  
Laurentides



Rencontres  
hebdomadaires en  
journée et en soirée



**40 rencontres** de groupes virtuels de jour + **40 rencontres** de groupes virtuels en soirée = **80 rencontres par année**



**11 formations** animées en virtuel auprès des personnes proches aidantes



Ces groupes rejoignent particulièrement les personnes proches aidantes sur le marché du travail



**La distance  
n'empêche pas la  
création de liens forts  
que permettent les  
échanges entre les  
proxes aidants !**

## Saviez-vous que ?

Prendre part à un groupe de soutien peut aussi permettre de renouer avec certaines passions. La preuve, une personne proche aidante qui avait délaissé la peinture s'est vue inspirée par le groupe et a offert une toile représentant le groupe.





# Groupes de soutien art-thérapie

Soutenu financièrement par : **Appui**  
proches aidants

Toujours à la recherche d'approches innovantes, L'Antr'Aidant ajoute à son arc d'activités, des groupes d'art-thérapie, bonifiant ainsi l'intervention de groupe existante tout en misant sur la complémentarité.

**Cette initiative s'inscrit dans des démarches de passation de cette activité entre le Centre d'action bénévoles des Laurentides et L'Antr'Aidant dans une visée de pérennisation et de régionalisation de l'activité. Le tout, permettant de répondre aux besoins variés des personnes proches aidantes dans les Laurentides.**

Nous remercions chaleureusement le Centre d'action bénévoles des Laurentides pour sa confiance et son engagement dans la communauté

*Merci*



 **87** heures d'art-thérapie offertes

 **35** personnes proches aidantes y ont participées



**Merci à Annie Bilodeau, art-thérapeute certifiée pour son implication !**



## Musicothérapie

Offre de groupes de musicothérapie débutée à l'hiver 2025 avec **Nathalie Maillard, MA, MTA** Musicothérapeute certifiée



*“En tant que musicothérapeute spécialisée principalement auprès d'adultes, j'ai à cœur de vous offrir des expériences musicales alignées avec vos intérêts musicaux ainsi qu'avec les besoins qui vous habitent en lien avec la proche aidance.”*



## Saviez-vous que ?

Pour participer à des groupes de musicothérapie tout comme pour les autres types d'art-thérapies, aucune aptitude musicale ou artistique n'est requise. L'objectif étant d'explorer de nouvelles approches visant à prendre de soi dans l'actualisation du rôle de proche aidant.





# Outils #SolidairementProcheAidant

Soutenu financièrement par :



**Recueil des besoins des personnes proches aidantes, les défis vécus, les enjeux**



**l'équipe d'intervention qui met en lumière cette réalité de la proche aidance à l'aide d'informations vulgarisées, pistes de réflexions et schématisation**



**Outils #Solidairementprocheaidant**



**11 479** vues sur le microsite



**2 800** visiteurs ont navigué sur le microsite d'outils

**Total de 9 outils élaborés et diffusés en 2024-2025**



Moi et mon rôle de proche aidant



Le conflit, un étage à la fois



Est-ce que le courant passe?



J'apprends, j'ai appris, je transmets



Cultiver la légèreté



La grille d'observation des éléments de la cognition



La tendance est à la bientraitance



La charge mentale en proche aidance : une réalité difficile à identifier



Faciliter la communication avec mon proche

L'équipe de L'Antr'Aidant a élaboré un nouveau format de publication du microsite afin d'offrir un format convivial d'informations permettant aux personnes proches aidantes, partenaires, intervenants et toute personne touchée de près ou de loin par la proche aidance dans la communauté d'y avoir accès facilement.



## Saviez-vous que ?

Les outils #Solidairementprocheaidant ouvrent plusieurs horizons et suscitent plusieurs interactions. L'Antr'Aidant est approché par d'autres partenaires pour développer de concert, en mutualisant notre expertise, de nouveaux outils. Cet outil développé grâce au financement de Proche Aidance Québec et la collaboration du CISSS des Laurentides en est un bel exemple.

Demeurez à l'affût, d'autres outils issus de partenariats à venir !



# Formations

Soutenu financièrement par : **Appui**  
proches aidants



Entente spécifique Mesure  
38 PAG en proche aidance



## Accompagner une personne vivant avec un trouble neurocognitif 1

**13** formations données  
**101** participants  
**66** heures de formations



## Accompagner une personne vivant avec un trouble neurocognitif 2

**7** formations données  
**41** participants  
**40** heures de formations



## Démystifier l'usure de compassion

**14** formations données  
**81** participants  
**60** heures de formations



## Fiscalité et proche aidance, mieux comprendre pour mieux s'y retrouver

**5** formations données  
**67** participants  
**12** heures de formations



## Intimé et proche aidance : se donner le droit et l'espace d'en parler

**5** formations données  
**23** participants  
**18** heures de formations



## Ateliers post-aidance

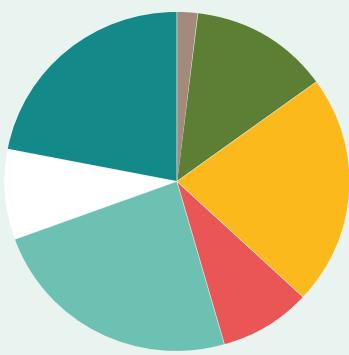
**5** formations données  
**19** participants  
**16** heures de formations

## 46 formations animées = 212 d'heures de formation offertes

332 Personnes proches aidantes ayant rehaussé et partagé leur connaissances et compétences



En concordance avec les besoins exprimés des personnes proches aidantes, les formations sont offertes en présence sur 6 territoires de MRC ainsi que de façon régionale en virtuel pour assurer une large couverture du territoire des Laurentides.



- Argenteuil (1 formation)
- Thérèse-De Blainville (6 formations)
- Rivièrel-du-Nord (10 formations)
- Pays-d'en-Haut (4 formations)
- Des Laurentides (11 formations) → Une hausse de 43%
- Antoine-Labelle (4 formations) → Une hausse de 57%
- Formation régionale en formule virtuelle (10 formations) → Une hausse de 46%

## Saviez-vous que ?

Selon l'enquête de l'Appui (2022), le rehaussement des connaissances et des compétences fait partie des trois services les plus utiles selon les personnes proches aidantes.



42

Rapport d'activités 2024-2025



# Conférences et ateliers

Soutenu financièrement par : **Appui**  
proxches aidants



Entente spécifique Mesure  
38 PAG en proche aidance

Les ateliers formatifs s'adressent à différents milieux qui accompagnent de près ou de loin les personnes proches aidantes ou encore, qui souhaitent s'informer sur la réalité de la proche aidance.

Ces ateliers visent à :

- s'offrir un langage commun en proche aidance
- valoriser ce rôle essentiel dans la communauté
- fournir des outils concrets pour accompagner les personnes proches aidantes
- encourager une meilleure reconnaissance des personnes proches aidantes

## Partenariats

Partenariats développés dans le cursus scolaire au secondaire ainsi que dans deux programmes collégiaux d'intervention psychosociale.



### Polyvalente Ste-Thérèse

- **315 élèves** de secondaire 5 rencontrés et sensibilisés dans le cadre du cours *Culture et citoyenneté québécoise*



### Cégep St-Jérôme

#### Programme Techniques de travail social

Dans le cadre du cours *Santé et vieillissement* en 1ère année de formation

- **6** groupes
- **137** étudiants

Dans le cadre du cours *Intervention individuelle et familiale* en 3e année de formation

- **3** groupes
- **68** étudiants

Activité d'entrevues simulées dans laquelle L'Antr'Aidant a rencontré 3 étudiantes finissantes du programme en vue de leur préparation vers le marché de l'emploi.

#### Programme Techniques d'éducation spécialisée

Dans le cadre du cours de relation d'aide en 2e année de formation

- **3** groupes
- **66** étudiants



**Pour un grand total de 589 étudiants entre  
16 à 25 ans rencontrés et sensibilisés**

Un **GRAND MERCI** à Mme Sonia Thibeault, enseignante à la Polyvalente Ste-Thérèse, Mme Lyne Souchereau, enseignante en Technique de travail social ainsi qu'à Christophe Gaignon et Chantal Lampron en Technique d'éducation spécialisée pour leur accueil et leur engagement envers la reconnaissance de la proche aidance.



## Communauté de pratique des intervenantEs en proche aidance des Laurentides

« Prendre soin de celles et ceux qui prennent soin », cette phrase demeure le fondement de la communauté de pratique L'Amalgame. En ces temps sociopolitiques troubles, l'accessibilité à des espaces de soutien, de partage, d'entraide et de dialogue constitue un levier nécessaire et prometteur pour alimenter la résilience des intervenant·e·s en proche aidance sur le territoire des Laurentides. Encore cette année, L'Amalgame traduit son engagement auprès de la communauté en proche aidance en valorisant les différents savoirs précieux qui en émergent. Le maillage entre le vécu des proches aidant·e·s, l'expertise des intervenant·e·s et les meilleures pratiques reconnues dans la littérature nous permet de poursuivre cette co-construction enrichissante avec tous les acteurs du champ de la proche aidance. Cette année, L'Amalgame a exploré de nouvelles opportunités en offrant un accompagnement aux étudiant·e·s à la technique en éducation spécialisée du Cégep de Saint-Jérôme dans le cadre du projet TANDEM. En créant des ponts avec le milieu de l'éducation, L'Amalgame est fière de contribuer à la formation de la relève et de sensibiliser les futur·e·s intervenant·e·s à la réalité des personnes proches aidantes.



**12** discussions cliniques



**9** ateliers formatifs offerts par et pour la communauté

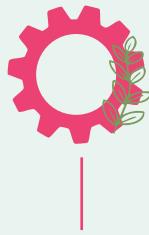


**4** formations offertes aux membres par des professionnel·le·s

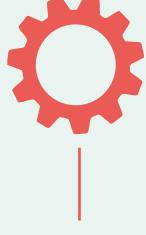
**Merci** à toutes les personnes qui ont participé aux activités de la communauté !



**8** rencontres de la communauté avec les étudiant·e·s



**137** abonné·e·s sur la page Facebook



**1** projet photovoix initié par la communauté



**35** membres actifs

...et le départ d'une collègue engagée qui poursuit d'autres défis professionnels! **Merci Catherine** pour ta contribution au développement de L'Amalgame ! Nous te souhaitons un bon succès dans la poursuite de tes activités



**Emmanuelle Chartrand**  
Chargée de projet  
L'Amalgame



# Transformation sociale et renforcement de notre mission

## Partenariat avec **cible-emploi**

**Projet** : Ensemble pour AIDER – Une alliance régionale pour soutenir les entreprises face aux défis de la proche aidance

Dans un contexte où de plus en plus de personnes doivent concilier emploi et proche aidance, **Cible-Emploi** et **L'Antr'Aidant** unissent leurs forces pour soutenir à la fois les entreprises et les proches aidants des Laurentides.

Ce projet novateur, **porté en co-construction**, propose une approche **réaliste, humaine et adaptée aux réalités du terrain**. Il vise à améliorer les conditions de vie des proches aidants en emploi, tout en aidant les employeurs à faire face à cette réalité grandissante.

Les actions clés du projet :

- **Ateliers pour les employeurs (en ligne)** – Crées et animés conjointement par Cible-Emploi et L'Antr'Aidant.
- **Ateliers pour les employés (en ligne ou en présentiel)** – Offerts au sein des entreprises participantes.
- **Accompagnement personnalisé** – Diagnostic et soutien pour les employeurs souhaitant améliorer leurs pratiques.
- **Guide des pratiques gagnantes** – Un outil concret à l'intention des entreprises.
- **Formation «d'aidants-relais»** – Des employés formés pour devenir les ambassadeurs de la réalité proche aidante dans leur milieu de travail.



### Pourquoi s'intéresser à la proche aidance en milieu de travail ?



1 personne sur 3 est proche aidante, souvent sans le savoir.



35 % des personnes proches aidantes ne se reconnaissent pas comme telles et ne demandent pas d'aide.



L'épuisement et le manque de soutien sont des causes majeures d'absentéisme et de roulement.



Une entreprise proactive améliore sa marque employeur, fidélise son personnel et se positionne comme un employeur de choix.

ensemble pour **AIDER**

Le projet s'échelonne jusqu'à **décembre 2026**, avec des retombées concrètes à la fois pour les individus et pour le tissu économique régional.

**Un immense merci à Cible-Emploi** pour cette co-création engagée, fondée sur la force de nos complémentarités !

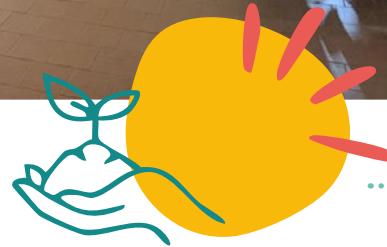


# Projet Tandems



Dans le cadre du cours de relation d'aide du programme en Technique d'éducation spécialisée, L'Antr'Aidant a vivement collaboré au projet Tandems.

Ce projet vise à permettre aux personnes étudiant.e.s d'offrir un accompagnement aux personnes proches aidantes sur une période de 3 à 4 rencontres d'environ 30 à 60 minutes afin de les soutenir dans leurs réalités et leurs besoins. Ce projet se veut complémentaire aux services déjà offerts par les organismes en proche aidance et un espace pédagogique d'apprentissage pour les étudiants.



L'implication de L'Antr'Aidant dans ce projet:

- Rencontres avec les enseignants du programme de TES dans le cadre de la mise sur pied du projet afin d'explorer les avenues de collaboration possibles pour répondre aux besoins des personnes proches aidantes;
- Animation d'un atelier formatif aux enseignants du cours de relation d'aide du programme de TES dans un partage d'expertise de l'accompagnement psychosocial et de la réalité d'intervention auprès des personnes proches aidantes;
- Rencontres dans les 3 groupes d'étudiants du cours de relation d'aide pour offrir une conférence sur la réalité de la proche aidance;
- Participation à la journée de sensibilisation de la communauté collégiale à la proche aidance, dans l'objectif de faire connaître le rôle des proches aidants et les défis qu'ils rencontrent, valoriser leurs expériences en donnant la parole aux organismes qui les côtoient quotidiennement et mettre en valeur les organismes de la région.
- Agent de liaison entre l'équipe d'enseignants du cours de relation d'aide et les personnes proches aidantes en promouvant le projet et en offrant la référence.

# Outils de sensibilisation à la bientraitance



L'Antr'Aidant et le CISSS des Laurentides se sont alliés pour créer et diffuser largement une fiche abordant le contenu de la trousse d'outils de sensibilisation à la bientraitance des personnes proches aidantes développées par Proche aidance Québec. Cette fiche (une page recto verso) s'inspire de la formule simple des outils #SolidairementProcheAidant, permet à différents acteurs des milieux communautaires, privés et publics de s'approprier un vocabulaire commun, facilitant l'échange et la réflexion sur nos actions individuelles et collectives sur la bientraitance en;

- Rendant accessibles les contenus clés de la trousse de bientraitance afin d'en faciliter l'utilisation;
- Permettant à des acteurs souhaitant contribuer aux efforts de sensibilisation, qu'ils soient intervenants ou non, (kiosque, café-échange, rencontre d'équipe) d'aborder simplement, avec plus de confort et de pertinence des éléments de sensibilisation à la bientraitance des PPA et ce, dans des milieux diversifiés;
- Offrir un outil supplémentaire simplifié, vulgarisé et constructif et donc facile et non-confrontant à présenter dans divers milieux, leur permettant ainsi de mettre de l'avant des actions où la bientraitance serait à favoriser.

Un **merci particulier** à Mélanie Therrien coordonnatrice régionale en proche aidance, Kathleen Gagnon coordonnatrice régionale Laurentides en matière de lutte contre la maltraitance envers les personnes âgées ainsi que Judith Parent coordonnatrice au PIC en maltraitance.

## Mémoire P-38



### Partage du vécu expérientiel et de l'expertise de l'intervention en proche aidance

L'Antr'Aidant a souhaité partager le vécu expérientiel des personnes proches aidantes en répondant à l'appel à mémoires portant sur les enjeux entourant la loi sur la protection des personnes dont l'état mental présente un danger pour elles-mêmes ou pour autrui, communément appelée P-38, de l'Institut québécois de réforme du Droit et de la Justice.

À travers ce mémoire, les personnes proches aidantes ont été invités à faire connaître leurs expériences et leurs connaissances en lien avec la P-38. C'est aussi l'expertise de l'équipe d'intervention qui a pu être relevée étant concernée lors d'interventions délicates auprès des personnes proches aidantes qui se retrouvent confrontées à des réflexions et des prises de décisions dû à une crise en santé mentale chez leurs proches.

Un mémoire de 10 pages a été remis à l'Institut québécois de réforme du Droit et de la Justice.

À la lecture du mémoire que L'Antr'Aidant a déposé, l'Institut québécois de réforme du Droit et de la Justice a souhaité sa présence au forum de consultation des acteurs associés à la mise en œuvre de la P38, ayant eu lieu le 15 avril au Centre Saint-Pierre à Montréal.

Le mémoire de L'Antr'Aidant ainsi que tous les autres mémoires portant sur les enjeux entourant la P-38 rendus publics sont disponibles en ligne à l'adresse : [www.iqrjd.ca/consultations-memoires](http://www.iqrjd.ca/consultations-memoires)



### LE CGSL

#### Une démarche collective pour répondre à des besoins

Depuis les dernières années, le mandat et la charge des organismes communautaires s'est accru proportionnellement à l'augmentation des besoins et le manque de services pour y répondre. L'environnement physique locatif est maintenant insuffisant, ne répondant plus à l'offre de services en place et ne pouvant pas soutenir leur développement. Certaines organisations souhaitent donc se reloger, ou offrir de nouveaux points de services, ce qui soulève toutefois de nombreux défis puisque le coût des loyers est très élevé dans la région et la disponibilité limitée. De plus, le phénomène de pénurie de main-d'œuvre se fait ressentir dans le milieu communautaire.

#### Un projet unique

**La solution :** La construction du CGSL permettra de réunir sous un même toit plusieurs organisations et professionnel.les qui offrent une multitude de services personnalisés et des activités complémentaires, accessibles, adaptées et en continu aux adultes ayant un profil gériatrique, aux aîné.es et aux personnes proches aidantes. Ce projet d'économie sociale est porté par une approche de mutualisation des services et de partage des ressources.

**Mission :** Être un pôle qui rassemble les acteur.trices de la communauté qui visent le maintien de l'identité et de l'autonomie à travers le parcours de vieillissement et de proche aide.

#### Un OBNL d'économie sociale

Le CGSL a tenu sa première assemblée générale annuelle le 4 décembre 2024. Afin de célébrer cette étape majeure pour le projet, les membres et les partenaires ont été invités à souligner la première année de l'OBNL de ce grand projet de mutualisation et de prise en charge collective du vieillissement de la population.

#### Le conseil d'administration

Initialement cofondé par la Maison Aloïs et L'Antr'Aidant, le CGSL a rallié les organismes 4Korners et Prévoyance envers les aînés des Laurentides. Des représentant.es de ces organismes, ainsi que des membres de la communauté forment le CA. Le CGSL compte deux types de membres : membre fratrie et membre communauté.

#### Les parties prenantes

Le CGSL a fait appel à divers collaborateurs pour l'accompagnement de sa réalisation, dont Économie sociale Laurentides, la Coopérative de développement régional Outaouais-Laurentides et la firme d'architectes Atelier Idea.

#### Un premier Prix pour le CGSL !

Le CGSL a été nommé lauréat dans le volet création d'entreprise catégorie économie sociale lors de la 26<sup>e</sup> édition du Défi OSEntreprendre en avril 2024, pour son projet rassembleur qui crée une synergie entre les acteurs du domaine et pour son projet qui répond à un besoin criant.



Administrateur.trices du CA du CGSL : Julie Gravel, Guylaine Charlot et Gilbert Lafrenière en compagnie des présentatrices du prix. Crédit photo : Isabelle Michaud



Administrateurs.trices et membres lors de la première AGA du CGSL, 4 décembre 2024

## LES DEUX AXES INTÉGRÉS

### Le lieu : un immeuble collectif communautaire

#### Une offre de services inclusive, accessible et souple

- Location d'espaces (bureaux privés et espaces communs) pour les organisations et les professionnel·les qui offrent des services et des activités complémentaires destinés aux adultes ayant un profil gériatrique, aux aîné·es et aux personnes proches aidantes
- Une programmation conçue pour la clientèle en collaboration avec les organisations locataires et les professionnel·les de la santé
- Une offre de services complémentaires adaptés aux besoins des employé·es

#### Mutualisation des services et partage des ressources

- Au-delà d'un espace de travail, les organisations pourront partager des espaces communs, des équipements, des ressources humaines, ainsi que divers frais communs (assurances, régimes collectifs, avantages sociaux, etc.)

### Une mission qui s'articule par une vision et des valeurs

#### Vision

Transformer le parcours du vieillissement et de proche aidance en implantant le modèle du Carrefour de gériatrie sociale au sein des communautés du Québec.

#### Valeurs

- **Inclusion** : ouverture aux apports et aux richesses de l'humain, peu importe son stade de vie, son identité, son parcours et sa réalité (ici et maintenant) ;
- **Souplesse** : courage de permettre l'adaptabilité et la personnalisation des activités, des services et des politiques afin d'innover et répondre aux besoins en temps réel ;
- **Mouvement** : posture vivante et dynamique favorisant le partage de perspectives, l'engagement, la transformation et la co-création.

## LES ÉTAPES ACCOMPLIES ET CELLES À VENIR

### Étapes accomplies

- 2016** - L'idée de la première version du CGSL naît
- 2017** - Le projet de cohabitation Maison Aloïs et L'Antr'Aidant prend officiellement forme
- Mars 2020 et en continu** - Augmentation accrue besoins soutien et accompagnement
- 2021** - Le projet initial de cohabitation se transforme et la vision du CGSL se définit davantage
- Novembre 2021** - Embauche d'une chargée de projet
- Avril 2022** - Réalisation des premières esquisses
- Juin 2022** - Première version du plan d'affaires
- Décembre 2022** - Création du comité provisoire
- Mars 2023** - Fondation de l'OBNL (réception des lettres patentes)
- Avril 2023** - Mise en place de la gouvernance
- Juin 2023** - Assemblée générale de fondation
- Septembre 2023** - Appui au projet Des collectivités solidaires pour bien vieillir dans sa communauté porté par le TIESS
- Novembre 2023** - Embauche d'une adjointe administrative
- Janvier 2024** - Mise en place de la structure administrative
- Avril 2024** - Lauréat Volet Crédit d'entreprise  
- Défi OSEntreprendre
- 2024** - Participation au Living Lab de L'UQO - émergence de solutions aux enjeux que vivent des aînés
- 2024** - Embauche d'une nouvelle chargée de projet
- 2024** - Représentations politiques pour leg d'un terrain
- Printemps 2025** - Étude de marché
- En continu** - Demandes et réception de subventions
- En continu** - Gestion de projet
- En continu** - Tests de mutualisation de services
- En continu** - Rencontres avec divers partenaires et intervenant.es

### Étapes à venir

- 2025-2026** - Confirmation du terrain
- 2026-2027** - Étude de potentiel et de faisabilité financière
- 2027-2028** - Plans architecturaux et recherche de financement
- Hiver 2028** - Début de la construction
- Automne 2025** - Planification opérationnelle et RH
- Printemps 2030** - Ouverture



# Bonification et optimisation de nos activités et services en 2024-2025

## L'entente spécifique liée à la mesure 38 du Plan d'action gouvernemental en proche aidance 2021-2026

 **Création de 2 postes - Intervention psychosociale (1 temps complet et 1 temps partiel)**

### **Ligne d'accueil psychosocial et d'information**

-  Optimiser la réponse à la ligne d'accueil et aux divers traitements et analyses qu'exigent ce genre d'activités de proximité.
-  **2023-2024 : 908 appels**  
**2024-2025 : 1099 appels** REÇUS, TRAITÉS ET SUIVIS par la ligne d'accueil régionale de l'organisme  
**1199 heures** d'intervention  
**+21% d'augmentation en 1 an**

### **Soutien psychosocial individuel**

-  Augmenter le nombre d'heure de soutien psychosocial individuel offert sur 4 territoires de MRC des Laurentides, afin de répondre à ce besoin qui est le plus en demande chez les personnes proches aidantes et favoriser l'élimination d'une liste d'attente afin d'agir en précoce et en prévention plutôt qu'en gestion de crise.
-  **2024-2025 : 5093 heures** de soutien psychosocial sur tous les territoires de MRC des Laurentides.

### **Coaching individuel**

-  Couvrir l'ensemble des demandes de soutien de type "coaching individuel". Activités la plus en hausse depuis 2021 et ce, sur un minimum de 4 territoires de MRC.
-  **2024-2025 : 214 proches aidants** ont vécu du coaching proche aidant.  
**714 séances** de coaching  
**+17% d'augmentation en 1 an**

### **Groupes de soutien hébergement**

-  Pérenniser les groupes de soutien dédiés aux proches aidants qui accompagnent une personne hébergée.
-  **2024-2025 : 2 groupes** ont été actifs toute l'année :
  - Groupe hébergement secteur SUD des Laurentides
  - Groupe hébergement secteur CENTRE des Laurentides

Total de **26 PPA** rejoints | **40 groupes** de soutien





## Dîners en bonne compagnie

Collaboration et mutualisation avec la **MAISON ALOïS**



Créer des dîners-conférences mensuels destinés aux personnes proches aidantes.



**2024-2025 :** 5 dîners

**54 proches aidants** ont participé à cette activité qui favorise le développement d'un réseau social soutenant et la création de liens significatifs entre pairs



## Création outils #SolidairementProcheAidant



Diffuser plus largement les outils #SolidairementProche Aidant et créer de nouveaux outils à l'aide de demandes de personnes proches aidantes et la recension de leurs besoins.



**2024-2025 :** 9 outils différents intégrés au microsite

**4 559 sessions** ont été ouvertes (**hausse de 55%** en 1 an)



## Formations / ateliers sur les territoires



Augmenter significativement la capacité de l'organisme à partager son offre de formation en présence et en formule virtuelle sur l'ensemble des territoires de MRC des Laurentides.



**2024-2025 :** Des formations en présence et en formule virtuelle ont été offertes à l'extérieur des groupes de soutien et ce, sur plusieurs territoires

**46 formations** offertes sur 7 territoires de MRC des Laurentides différentes = **48% d'augmentation.**

**10 formations** régionales ont été partagées en formule virtuelle = **42% d'augmentation.**



## Sensibilisation



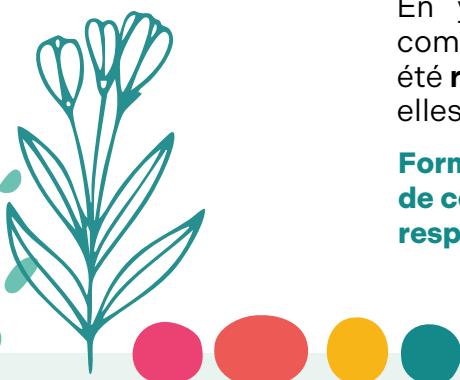
Optimiser nos contacts avec la population générale pour participer à la création d'un filet social soutenant pour les personnes proches aidantes. Au minimum 200 personnes rejoindes directement.



**2024-2025 :** Plus de **1500 personnes** ont été directement rejoindes par **nos ateliers formatifs de sensibilisation** déployés aux **quatre coins des Laurentides**. Ces activités ont permis d'éveiller les consciences, de partager des outils concrets et de faire connaître les réalités vécues par les personnes proches aidantes.

En y ajoutant nos nombreuses **activités de représentation** auprès de la communauté et des partenaires, c'est **plus de 3 000 personnes** qui ont été **rencontrées et sensibilisées** à la proche aidance au cours de l'année. Parmi elles, **589 jeunes âgés de 15 à 25 ans** ont été directement impliqués.

**Former et sensibiliser les jeunes à la proche aidance, c'est miser sur une prise de conscience intergénérationnelle et sur une collectivisation durable de la responsabilité du soin et du soutien.**





Le soutien financier accordé par la **Fondation Mirella et Lino Saputo** à la mission de L'Antr'Aidant a eu un impact structurant majeur en 2024-2025. Grâce à cet appui précieux, nous avons pu poser des gestes concrets pour **renforcer nos capacités d'intervention et accroître l'accessibilité de nos services** sur l'ensemble du territoire des Laurentides.



## Création et pérennisation de postes-clés

### ● Poste d'intervenante psychosociale spécialisée à la ligne d'accueil

-  Assure l'accessibilité, l'analyse des besoins, et la mise en place de stratégies d'intervention précoce.
-  **2024-2025 :** Ce poste a permis :
  - L'ouverture de plus de **200 nouveaux dossiers** via la ligne d'accueil.
  - La réalisation de plus de **1199 heures d'intervention**, dans des délais raisonnables et adaptés aux réalités des personnes proches aidantes.

### ● Poste de coordination de l'intervention

-  Sur un territoire aussi vaste que les Laurentides, coordonner une équipe de 9 intervenantes psychosociales et 2 consultantes est un défi de taille.
-  **2024-2025 :** La création et la pérennisation de ce poste ont permis :
  - Une **meilleure coordination des activités** sur l'ensemble des MRC.
  - Un **accompagnement clinique individualisé** (coaching, outils, intégration) :
    - Moyenne de **8 coachings cliniques individuels par semaine**.
  - L'optimisation de la **planification opérationnelle** (journal de bord, animation des groupes, calendrier stratégique).
  - L'amélioration continue des **outils cliniques et de travail**.
  - Le renforcement de nos alliances et partenariats d'intervention.



## Renforcement de l'équipe et de la présence territoriale

### ● Ajout d'heures d'intervention lors des périodes de forte demande

-  Permet de répondre rapidement aux situations complexes ou urgentes, notamment dans les MRC rurales ou plus éloignées.
-  **2024-2025 :** Facilite un accompagnement plus soutenu et personnalisé pour les proches aidants dans ces territoires éloignés.

## ● Optimisation de la représentation régionale

Grâce au financement de la Fondation, nous avons pu :

- **Sensibiliser plus de 1000 personnes supplémentaires** à la proche aidance cette année.
- **Renforcer nos liens de concertation** sur les territoires les plus éloignés (ex. : MRC Antoine-Labelle).
- Favoriser la **mutualisation des ressources et la création d'alliances** territoriales durables.

### Partenaires clés dans la MRC Antoine-Labelle



## La bridage proche aidant : un engagement solidaire au service des proches aidants

### ● Objectifs et orientations

La Brigade bénévole incarne nos valeurs fondamentales en offrant un nouveau modèle d'implication. Elle permet à des bénévoles passionnés de soutenir les proches aidants, tout en favorisant une expérience enrichissante et gratifiante pour tous. Chaque bénévole apporte sa touche unique à cette initiative, contribuant à renforcer la solidarité dans la communauté.



### ● Actions accomplies

#### Trois axes ont guidés notre action :

- **Recrutement stratégique** : Attirer et soutenir des bénévoles engagés.
- **Mise en place de processus** : Créer un cadre sécurisé et aligné avec nos valeurs.
- **Émergence communautaire** : Renforcer les liens avec la communauté.

### ● Un appel à l'engagement

Les bases sont posées, la Brigade bénévole est prête à grandir. **Rejoignez ce mouvement humain et solidaire, et ensemble, tissons un filet de soutien autour des proches aidants!**

Le soutien de la Fondation Mirella et Lino Saputo n'a pas seulement permis de bonifier notre offre : il a solidifié les fondations mêmes de notre capacité d'intervention et a contribué à bâtir des réponses plus durables, coordonnées et humaines pour les personnes proches aidantes des Laurentides.





## Centraide Laurentides : un levier pour la reconnaissance de la proche aidance comme enjeu social



Le soutien de Centraide Laurentides a permis à L'Antr'Aidant de stabiliser ses ressources humaines pour offrir une ligne d'accueil et une intervention psychosociale les fins de semaine, favorisant une réponse précoce en cas de crise. Cela nous permet d'agir de manière plus souple, en offrant des interventions à domicile et en respectant le rythme des proches aidants, quelle que soit la distance ou l'heure.

Depuis 2020, Centraide nous a également permis de créer des outils pratiques et des contenus de formation pour vulgariser les enjeux de la proche aidance et soutenir le réseau autour des proches aidants, favorisant ainsi un engagement communautaire et une solidarité collective.

En soutenant L'Antr'Aidant, Centraide contribue à reconnaître la proche aidance comme un enjeu social majeur, mobilisant la communauté pour un soutien durable et inclusif des proches aidants d'adultes et d'aînés dans les Laurentides.



## Revue de presse



### Dans les journaux



**Journal Accès et Le nord**  
Juin 2024



**Main Street**  
Août 2024



**Journal Accès et Le nord**  
Novembre 2024



**Journal Accès et Le nord**  
Novembre 2024



**Journal Accès et Le nord**  
Mars 2025

Les Résidences du Manoir sont fiers de remettre la somme 4 337 \$ à l'Antr'Aidant



## À la télévision

### Entrevue TVBL

Novembre 2024



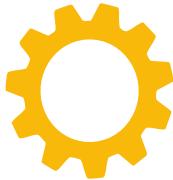
ACCÈS  
LOCAL

UNE CAMPAGNE POUR VALORISER LES PROCHES AIDANTS

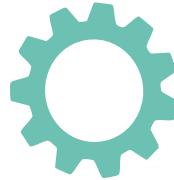
tvbl



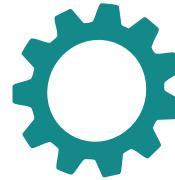
## Sur notre Facebook



**1200**  
abonnés



**218**  
publications



**118 500**  
interactions



**1900**  
personnes suivent la  
page Facebook



La proche aidance est une réalité qui touche et traverse toutes les générations. Son importance mérite d'être reconnue et soutenue par tous pour favoriser l'entraide et la bienveillance.

Lors de nos récents ateliers de sensibilisation à la Polyvalente Ste-Thérèse, nous avons demandé aux jeunes de partager leur relation avec la proche aidance. C'est incroyable de constater qu'à leur âge, plusieurs se reconnaissent déjà comme proches aidants.

Comme quoi la proche aidance joue définitivement un rôle essentiel dans le renforcement des liens intergénérationnels.



Commenter en tant que L'Antr'Aidant



# Gestion financière

## Nos bailleurs de fonds et partenaires financiers



### Centre intégré de santé et de services sociaux des Laurentides (CISSS)

Programme de soutien aux organismes communautaires (PSOC)	251 263,00\$
PSOC - Montant non-récurrent 2024-2025	6 196,00\$
Entente spécifique - Mesure 38 du Plan d'action gouvernemental en proche aidance	117 926,00\$
Entente de services - Groupe de soutien territoire RLS des Pays-d'en-Haut	14 411,12\$
Entente de services - Groupe de soutien territoire RLS des Sommets	27 905,50 \$
Entente de services - Projet virtuel Clic Aidant	60 000,00 \$
Fonds régional d'accessibilité aux services de santé en langue anglaise (FRASLA)	2 410,00\$
<b>( 7 redditions de compte différentes )</b>	
	<b>480 111,62\$</b>



### Appui pour les proches aidants

Appui (Entente projet 2022-2025) / année de réalisation 2024-2025	250 229,60\$
Projet - Ateliers sur mesure pour les organismes en contact avec des proches aidants de moins de 65 ans	27 745,00\$
Projet territoire de la MRC Laurentides (qui succèdent au Centre d'action bénévole des Laurentides pour l'offre de services aux personnes proches aidantes)	37 383,00\$
<b>( 3 redditions de compte différentes )</b>	
	<b>315 357,60\$</b>



### Fondation Mirella et Lino Saputo

Soutien aux capacités organisationnelles - L'Amalgame	12 000,00\$
Soutien à la mission	185 000,00\$
<b>( 2 redditions de compte différentes )</b>	
	<b>197 000,00\$</b>



### MRC des Laurentides - Fond sociocommunautaire

Fond de relance des services communautaires	3 000,00\$
<b>( 1 reddition de compte )</b>	
	<b>3 000,00\$</b>



### Centraide Laurentides

Don à la mission	50 000,00\$
<b>( 1 reddition de compte )</b>	
	<b>50 000,00\$</b>



## Proche Aidance Québec

Projet bientraitance

(1 reddition de compte)

5 200,00\$

**5 200,00\$**



## Fondation médicale des Laurentides

Don pour location de salle

(1 reddition de compte)

13 600,00\$

**13 600,00\$**

## Dons et financement de la communauté

Dons de particuliers

27 803,00\$

Financement de la communauté / députés provinciaux et autres

15 500,00\$

Fondation Laure-Gaudreau

806,00\$

Cégep de Saint-Jérôme

1 151,24\$

**43 360,24\$**

## Autofinancement

Conférences et ateliers de formation au profit de L'Antr'Aidant

7 100,00\$

Vente de Cœur de la proche aidance

420,00\$

Vente de recueils d'outils #SolidairementProcheAidant

60,00\$

Billets brunchs dansant du 15ième anniversaire

1 330,00\$

Levée de fonds des résidences du Manoir au profit de L'Antr'Aidant

Manoir Merci!

3 564,65\$

3 564,65\$

**16 311,65\$**



Total des revenus 2024-2025

**1 124 000,00\$**



Un total de **15 redditions de comptes à présenter**, chacune avec ses propres cibles et méthodes, un travail considérable qui souligne la charge administrative liée au financement des organismes communautaires.

# Priorités et perspective 2024-2027

## Nos orientations stratégiques



### Mouvement solidaire

Alimenter un mouvement solidaire autour de la réalité proche aidante dans les Laurentides.



### Objectifs stratégiques

- A. **Démystifier** et **normaliser** la proche aidance auprès de la population générale.
- B. **Devenir des ambassadeurs** de la collectivisation de la proche aidance.
- C. **Sensibiliser** les employeurs des Laurentides afin qu'ils puissent faire face à la prévalence, la réalité et aux conséquences de la proche aidance, ainsi qu'aux mesures de soutien qui peuvent être mises en place.
- D. **Bénéficier** du levier artistique et culturel pour aborder la proche aidance.



### Alliance

S'allier pour plus d'impact et renforcer l'écosystème de soutien autour des personnes proches aidantes et des personnes qui les côtoient.

### Objectifs stratégiques

- A. **Créer** et **mobiliser** un réseau d'ambassadeurs de Pair-aidants bénévoles.
- B. **Faire connaître** l'approche de l'Antr'Aidant dans le réseau de la santé et les milieux de vie, de soins et d'hébergement.
- C. **Accompagner** les organisations et les entreprises souhaitant devenir un milieu «allié des personnes proches aidantes».



## Accessibilité

Accueillir la demande grandissante, tout en maintenant une offre de services humaine, de qualité et pérenne

### Objectifs stratégiques

- A. Élargir** l'offre de service à toutes les MRC des Laurentides, en complémentarité avec les acteurs du milieu.
- B. Avoir** des **points de service** adaptés aux besoins des différentes MRC, à travers les Laurentides.
- C. Diversifier** et **optimiser** les stratégies de financement des ressources de l'organisme (incluant la mutualisation).
- D. S'approprier** avec succès les processus organisationnels revisités en termes d'efficience et de cohérence.
- E. Développer** des mécanismes qui soutiennent la croissance de l'organisme.





**Siège social**

205, rue Principale, Saint-Sauveur (Québec) J0R 1R0



**Nos points d'enracinement**

**MRC Rivière-du-Nord**

651 5ième rue, Saint-Jérôme

**MRC Thérèse-De Blainville**

24, rue Saint-Joseph, Sainte-Thérèse

**MRC des Laurentides**

1, rue Saint-Vincent, Sainte-Agathe-des-Monts



**579 888-0211**

[ligne.daccueil@lantraidant.com](mailto:ligne.daccueil@lantraidant.com)

[www.lantraidant.com](http://www.lantraidant.com)



**Cultivons l'humanité**



**L'Antr'  
Aidant**