



2^e Rapport Annuel 2020-2021



**Premela Pearson, présidente fondatrice
Prix citoyen engagé Ville de Brossard 2020
Médaille de l'Assemblée nationale 2021
Prix Hommage Bénévolat-Québec 2021
Reconnaissance des bénévoles d'exception de Taillon 2021**

Table des matières

Introduction.....	3
Statut juridique.....	3
Mission.....	3
Vision	3
Valeurs.....	3
Membres	3
Mot de la Présidente.....	4
Conseil d'administration	5
Liste des administrateurs de 2020-2021 et des 4 postes à combler à l'AGA de 2021 pour la période 2021-2023	5
Gestion administrative.....	5
Activités du CA.....	5
Principales activités et projets d'ARS en 2020-2021	6
Offre d'activités publiques réalisées en 2020-2021	6
Projets 2020-2021	8
Mise en place d'une plateforme virtuelle.	8
Sondages	9
Projet Prise en charge.....	9
Planification pour 2021-2022.....	10
Établir les politiques et procédures pour une structure stable d'opération	10
Renforcer les stratégies de financement et d'opération pour la stabilité et continuité d'ARS.	11
Statistiques pour 2020-2021.....	11
Action bénévole	12
Soutien bénévole	12
Liste des bénévoles actifs en 2020-2021 (incluant le CA)	12
Formation	12
Communication et représentation virtuelles.....	13
Publications, parutions.....	13
Représentations auprès d'instances gouvernementales, et d'organismes locaux et régionaux	13
Réseautage et participation à des événements - Virtuel	13
Participation à plusieurs tables de concertation et comités.....	14
Activités de financement.....	14
Collaboration et partenariat	15
Remerciements.....	16

Introduction

Statut juridique

Arthrite Rive-Sud (Arthritis South Shore) est un organisme sans but lucratif (OSBL) constitué le 26 avril 2019 en vertu de la partie III de la Loi du Québec sur les compagnies. Son numéro d'entreprise du Québec (NEQ) immatriculé au Registre est 1174517889.

Le siège social d'ARS est situé au 5811 avenue Auteuil, Brossard (QC), J4Z 1M9; son numéro de téléphone est (438) 630-7215 et son courriel est info@arthriterivesud.org

Le territoire desservi par l'organisme est la région connue comme la rive-sud de Montréal.

Mission

L'ARS est une organisation communautaire dédiée à informer, à soutenir et à aider les individus et leurs proches à mieux vivre avec toute forme d'arthrite.

Vision

Vivre dans un monde où les personnes atteintes de toute forme d'arthrite obtiendront les informations et les services leur permettant de prendre en charge leur condition visant toujours l'amélioration de leur qualité de vie.

Valeurs

Les valeurs de l'ARS sont le respect, l'entraide, l'égalité, l'empathie et la transparence.

Membres

ARS comptait 62 membres en règle et une liste de distribution du Flash Arthrite de plus de 550 personnes et organismes au 31 mars 2021.

Mot de la Présidente

C'est un privilège et un honneur en tant que fondatrice et présidente de présenter le deuxième rapport annuel d'Arthrite Rive-Sud. L'année 2020-2021 restera dans l'histoire de l'humanité comme l'année de la pandémie, mais elle restera aussi dans l'histoire d'Arthrite Rive-Sud comme l'année où l'organisation a survécu et résisté à l'épreuve. Nous sommes toujours là et, ensemble, nous faisons des merveilles.

Je profite de cette occasion pour remercier chacun des participants à nos activités, chaque membre pour sa présence et le renouvellement de son adhésion, chaque bénévole pour son temps généreux, chaque donateur pour son soutien financier continu, chaque conférencier pour son bénévolat, chaque député fédéral et provincial pour sa contribution financière, chaque partenaire pour son incroyable partenariat, chaque collaborateur pour son aide et ses conseils, chaque organisme communautaire pour la promotion de nos activités, chaque ami et partisan pour la diffusion du message, la Ville de Brossard pour la reconnaissance de nos efforts inlassables et le conseil d'administration dévoué qui n'a jamais cessé de donner tout au long de cette pandémie. Un million de mercis.

L'année 2020-2021 a été un défi mais aussi une année incroyable pour Arthrite Rive-Sud. Elle nous a appris non seulement à faire preuve de résilience face à cette maladie chronique incurable, mais aussi à relever les défis de la pandémie. Notre deuxième année a commencé avec des fermetures et de l'imprévisibilité. Nous avons dû réévaluer, réajuster et réorganiser notre mode de fonctionnement pour la communauté arthritique. Nous savions que grâce à la bonté humaine, les gens se manifesteraient et qu'ensemble, nous pourrions y arriver. Nous avons rapidement fait une demande de financement d'urgence auprès de la Croix-Rouge et du gouvernement du Canada afin de maintenir la collectivité arthritique vivante, active et en santé, tant au niveau de la maladie chronique que de la pandémie. Nous avons pu offrir tous nos programmes et services virtuellement. Nous avons pu connecter, communiquer et mettre en mouvement la collectivité arthritique sur une plateforme virtuelle. Les gens se sont joints à nos conférences, à nos ateliers de mieux-être, au groupe de soutien et aux exercices physiques adaptés. Nous avons pu obtenir du financement grâce au programme Nouveaux Horizons du gouvernement du Canada qui nous a permis de monter un nouveau programme intitulé « Mon arthrite, je m'en charge » avec l'aide d'une ergothérapeute, Mme Ada Pagnotta. Notre bulletin d'information Flash Arthrite, notre site Web et notre page Facebook sont maintenant nos grands outils de publicité.

Cette année, nous avons représenté vos nombreux besoins et intérêts au sein de diverses tables de concertation et comités. Nous sommes constamment en train de créer des réseaux, de représenter, de promouvoir et de faire savoir qu'Arthrite Rive-Sud est fidèle à sa mission. Notre plan stratégique nous a permis de nous assurer que vos besoins sont satisfaits et d'identifier les nôtres. Un employé permanent est essentiel à la viabilité d'Arthrite Rive-Sud et cela impliquera un financement récurrent. Nous avons donc fait une demande de reconnaissance auprès du PSOC. Nous avons également demandé le statut d'organisme de bienfaisance. Nous travaillons à l'établissement de partenariats avec deux hôpitaux, des cliniques et les différents CISSS de notre région. Nous espérons pouvoir offrir nos programmes et services dans d'autres villes de la Rive-Sud. Nous vous accueillons et avons besoin de vous tous. Ensemble, nous pouvons faire des merveilles.

Premela Pearson
Présidente fondatrice d'Arthrite Rive-Sud

Conseil d'administration

Liste des administrateurs de 2020-2021 et des 4 postes à combler à l'AGA de 2021 pour la période 2021-2023

Nom	Nb de mandat	Durée de mandat	À combler	Fonction 2020-2021	Note
Premela Pearson	1	2019-06-12 AGA 2021	AGA 2021	Présidente	Fondatrice
Virginia Cisneros	1	2019-06-12 AGA 2021	AGA 2021	Vice-Présidente	Co-Fondatrice
Danielle Jacob	2	2021-11-17 AGA 2022		Trésorière	Co-Fondatrice
Johanne Boisvert	2	2021-11-17 AGA 2022		Secrétaire	Co-Fondatrice
André Faucher	1	2019-06-12 AGA 2021	AGA 2021	Administrateur	
Linda Boudreault	1	2020-07-01 AGA 2021	AGA 2021	Administratrice	
Ron Latchman	1	2021-11-17 AGA 2022		Administrateur	

Gestion administrative

10 rencontres du Conseil d'Administration (CA)
Plus de 20 rencontres de travail (incluant des rencontres SCRUM hebdomadaires)

Activités du CA

Pour l'année 2020-2021, en plus de s'assurer de l'administration du siège social, des affaires courantes et des communications, les administrateurs bénévoles, assistés de bénévoles, se sont investis dans les réalisations spécifiques suivantes :

- ✓ Développement de nouveaux partenariats, collaborateurs et réseaux
- ✓ Finalisation et adoption du plan stratégique 2020-2023
- ✓ Préparation et soumission d'une demande d'inscription comme organisme de bienfaisance
- ✓ Soumission d'une demande d'admissibilité au programme PSOC
- ✓ Demande et obtention de financement de la Croix-Rouge et du Gouvernement du Canada dans le cadre du Fonds d'urgence pour l'appui communautaire
- ✓ Demande et obtention de financement du Gouvernement du Canada dans le cadre du programme Nouveaux-Horizons
- ✓ Développement d'une plateforme virtuelle, d'un site Web et une page Facebook ainsi qu'un guide de l'utilisateur
- ✓ Établissement de politiques et procédures dont un énoncé de confidentialité pour les bénévoles
- ✓ Administration financière : collecte de fonds, établissement et suivi des budgets
- ✓ Recrutement et formation de bénévoles
- ✓ Sensibilisation de la ville de Brossard à une activité d'exercices adaptés en piscine
- ✓ Développement et approbation de 4 nouveaux ateliers de mieux-être
- ✓ Mise-à-jour et revue des documents existants
- ✓ Développement d'un calendrier d'activités virtuelles bilingues et supervision des activités
- ✓ Obtention d'une licence du Centre de recherche et d'expertise en gérontologie sociale

(CREGÉS) du Centre intégré universitaire de santé et services sociaux du Centre-Ouest-de-l'Île-de-Montréal pour l'utilisation du programme Mon arthrite je m'en charge (MAJMC)

- ✓ Planification et montage d'une première séance du programme de 6 semaines MAJMC
- ✓ Appels téléphoniques à tous les membres à quelques reprises
- ✓ Deux sondages
- ✓ Etc.

Principales activités et projets d'ARS en 2020-2021

Offre d'activités publiques réalisées en 2020-2021

Les activités publiques menées par ARS en 2020-2021 se sont alignées sur les objectifs stratégiques suivants :

Promouvoir la santé en fournissant information, aide et soutien aux personnes atteintes de toutes formes d'arthrite en vue de leur faire mieux connaître et comprendre leur état, d'encourager leur autonomie et leur prise en charge, afin d'améliorer leur qualité de vie.

Faire connaître l'arthrite au grand public en général afin de : sensibiliser la communauté aux conditions de vie des personnes atteintes d'arthrite et collaborer avec celle-ci; inciter les personnes présentant des symptômes arthritiques à consulter et à se faire soigner.

Pour assurer le fonctionnement de l'ARS et l'atteinte de ses buts, recevoir des dons, legs et autres contributions de même nature en argent, en valeurs mobilières ou immobilières, administrer de tels dons, legs et contributions; organiser des campagnes de souscription dans le but de recueillir des fonds pour des fins charitables.

En 2020-2021, ARS a relevé le défi de la pandémie de Covid-19 en développant des moyens de communications virtuels afin de poursuivre à distance plutôt qu'en présentiel ses activités de programmation initiées en 2019-2020. Offertes en ligne, les activités publiques d'ARS sont devenues facilement accessibles à toute la clientèle de la Rive-Sud, ainsi qu'aux personnes avec mobilité réduite.

Le 8 décembre, la ville de Brossard a invité les membres d'ARS à aller visiter et évaluer leurs nouvelles installations aquatiques. Environ 18 personnes d'ARS ont participé. Les commentaires étaient positifs.

Pour atteindre ses objectifs, ARS a bénéficié de l'appui financier de la Croix-Rouge et du gouvernement du Canada dans le cadre du Fonds d'urgence pour l'appui communautaire. Grâce au projet subventionné, ARS a pu mettre en place une plate-forme virtuelle bilingue afin de donner aux personnes atteintes d'arthrite un accès à distance adapté aux services d'accompagnement et de formation d'Arthrite Rive-Sud interrompus par la pandémie. Ce financement a permis d'avoir accès à l'expertise nécessaire pour développer un site WEB, d'installer des logiciels pour la gestion des activités virtuelles et faire l'acquisition de logiciels et d'équipements vidéo. Ceci a doté ARS d'une meilleure structure de gestion de ses opérations courantes et ses rencontres de CA et de travail, dans un environnement Office Microsoft.

En mars 2021, ARS a obtenu une subvention du programme Nouveaux-Horizons du Gouvernement du Canada pour le financement d'un projet Prise en charge. Grâce à ce financement, ARS bénéficiera de l'expertise de Mme Ada Pagnotta pour animer une première session du programme Mon arthrite, Je m'en charge (MAJMC). Dans le cadre de ce projet, ARS compte offrir en 2021-2022 au moins 4 sessions de MAJMC, recruter des bénévoles aînés et mettre sur pied de nouvelles activités comme une banque de vidéo de témoignages et une trousse de ressources et dépannage (trucs, astuces, informations) pour les personnes atteintes d'arthrite et leurs proches.

Conférences

But : Inviter des spécialistes du domaine à venir partager leurs expertises, les derniers développements scientifiques et répondre aux questions.

- 23 octobre, 13h30-15h30. Les bienfaits de l'activité physique adaptée aux arthritiques avec Mme Caroline Berthiaume, kinésiologue. En collaboration avec la bibliothèque de Brossard Georgette Lepage. (30 participants). Mme Caroline Berthiaume est une kinésiologue, diplômée de l'Université de Montréal, professionnelle en activités physiques cumulant déjà plus de 25 ans d'expérience. Elle est aussi détentrice d'un certificat en réadaptation en contexte de douleurs chroniques. Elle travaille surtout comme formatrice et entraîneur privé mais offre aussi des cours de groupe au public, tant en piscine qu'en salle (incluant aussi Pilates, musculation, danse). Son exposé a porté sur les bienfaits de l'activité physique adaptée aux arthritiques
- 17 février 13h30-15h30. Comment mieux vivre avec l'arthrose/arthrite en utilisant des stratégies d'auto-gestion, comme l'exercice, la planification du quotidien, la conservation de l'énergie, la gestion de la douleur et la protection des articulations, avec Mme Ada Pagnotta, ergothérapeute et Mme Lora Salvo, physiothérapeute. Mme Pagnotta cumule 40 ans d'expérience en réadaptation physique avec une clientèle atteinte de maladies rhumatologiques. Elle forme et supervise des étudiants, présente des conférences et publie des articles de recherche. Mme Salvo œuvre entre autres auprès d'une clientèle adulte arthritique et neurologique. Elle collabore à des projets de recherche et la supervision de projets de maîtrise à l'université McGill.

Ateliers mieux-être (français et anglais). But : Vulgariser et synthétiser l'information disponible sur différents thèmes. Les informations partagées proviennent d'organismes reconnus tels : La Société de l'arthrite, Santé Canada, Joint Health.

- 1) Développement de 4 nouveaux ateliers dans les 2 langues (A : anglais, F : français) qui s'ajoutent aux 3 déjà existants :
 - Introduction à l'arthrite/ Introduction to arthritis
 - Outils pour mieux vivre avec l'arthrite/Tips and tricks on how to cope with arthritis
 - Alimentation et arthrite/Nutrition and arthritis
 - La douleur chronique et l'arthrite: la reconnaître et la traiter/Chronic pain, how to recognize and treat (nouveau)
 - Le stress et son impact sur l'arthrite/Stress and its impact (nouveau)
 - Exercices et activités adaptées à l'arthrite pour maintenir ou améliorer sa mobilité/Arthritis adapted fitness exercises and activities to maintain or improve mobility (nouveau)
 - Vivre quotidiennement avec l'arthrite. En famille, au travail, en voyage/Daily living with arthritis. Family life, workplace, travelling. (nouveau)
- 2) Tenue de 8 ateliers dont 5 en visioconférence zoom et un présentiel en collaboration avec la bibliothèque de Brossard et 2 en visioconférence TEAMS (4 français, 4 anglais) :
 - Le stress et son impact 2020-09-14 (en présentiel)
 - Stress and its impact 2020-10-19
 - La douleur chronique : la reconnaître et traiter 2020-11-09
 - Introduction à l'arthrite 2020-11-23
 - Introduction to arthritis 2020-12-14
 - Chronic pain, how to recognize and treat it 2021-01-11
 - Exercices et activités adaptés à l'arthrite pour maintenir ou améliorer sa mobilité 2021-02-08

- Arthritis adapted fitness exercises and activities to maintain or improve mobility 2021-03-08

2 séries de 10 semaines de séances d'exercices adaptés

But : l'exercice physique est primordial pour les arthritiques mais il doit être encadré. Le professeur qualifié est M. Jean Proulx. Ce dernier a une très grande expertise dans les exercices adaptés à sa clientèle et il est très apprécié pour son approche professionnelle, son humour, ses encouragements, ses capsules d'information et sa pensée de la semaine après chaque session.
2020-10-06 au 2020-12-08, 10h-11h (29 inscriptions, 18 personnes en direct au moins une fois)
2021-01-12 au 2021-03-16, 10h-11h (50 inscriptions, 33 personnes en direct au moins une fois)

Nous avons bénéficié d'une subvention de la Croix-Rouge pour pouvoir offrir les ateliers virtuellement en direct et filmer les séances qu'on a distribué à tous ceux inscrits. Les exercices comprennent des échauffements, des étirements, de la relaxation, de l'aérobic, sur chaise et debout, avec élastique, balles, bâton, et haltères. 20 vidéos sont disponibles en ligne et téléchargeables.

Café entraide, Causons d'arthrite, Share and Shine together (13h30-15h). But : permettre un échange plus personnalisé et des rencontres sociales constructives à des personnes arthritiques et des proches aidants. Créer une communauté d'entraide pour les personnes arthritiques et leurs proches.

Les rencontres ont eu lieu les 2^e vendredi du mois en français et les derniers vendredis du mois en anglais. Les rencontres étaient en petits groupes de 4-6 personnes environ et portaient sur différents thèmes. Soulignons la contribution particulière de Mme Sabrina Bouferguene du Réseau québécois des étudiants-chercheurs sur la douleur de l'université McGill lors du Café entraide du 27 novembre sur la douleur.

Résilience (2020-10-09), Stress (2020-11-13), Douleur (2020-12-11), Arthrite 101 (2021-02-12), Alimentation (2021-03-12), Resiliency (2020-09-25), Stress (2020-10-30), Pain (2021-11-27), Arthritis (2021-01-29), Arthritis (2021-02-26), Nutrition (2021-03-26).

Projets 2020-2021

Mise en place d'une plateforme virtuelle.

Le projet a été réalisé entre le 6 août et le 30 novembre 2020 avec une subvention de \$9 810. Il a permis de mettre en place une plateforme virtuelle bilingue. La plateforme comprend un bureau virtuel Office de Microsoft (Outlook, OneDrive, Word, Excell, Power Point, TEAMS), des adresses de courriel dédiées, un site Web, un accès de visio-conférence, un système de gestion des membres (HubSpot) et des listes de distribution, un système de distribution personnalisé des courriels d'information et de rappels (EasyMail). Tout est intégré. Ainsi HubSpot fournit des listes à EasyMail pour distribution personnalisée via Outlook. La gestion des rencontres visio-conférence se fait avec TEAMS mais à travers Outlook.

Des capsules d'information et un guide de l'utilisateur de la plateforme ont été produits. Du soutien technique a été apporté à tous les utilisateurs qui l'ont demandé (plus de 30 personnes). Il y a eu mise en place d'un système de gestion personnalisé des contacts incluant la base de contacts, et la gestion des membres, des bénévoles et de 3 listes de distribution. Finalement le projet a permis de produire les 10 premières vidéos d'exercices adaptés pour l'arthrite d'une heure chacune. Ces vidéos ont été distribuées gratuitement à toutes les personnes inscrites.

Sondages

Pour connaître un peu mieux la situation des membres, nous avons mené deux sondages en 2020-2021.

Le premier sondage au début de la pandémie a servi à évaluer l'intérêt des membres et les obstacles à la continuation virtuelle des activités publiques d'ARS. Grâce aux réponses obtenues, nous avons pu préparer la demande de subvention à la Croix-Rouge pour la mise en place de la plateforme virtuelle. Nous remercions tous ceux qui ont pris le temps de nous répondre.

Un deuxième sondage a été mené en décembre et visait les utilisateurs de la plateforme mise en place. Nous voulions obtenir une évaluation de la pertinence des activités virtuelles que nous avons offertes. Les répondants avaient une semaine pour répondre, et 53% des gens sollicités ont répondu. Nous avons appris que 22% des répondants avaient éprouvés des difficultés techniques reliés à un manque d'équipement, le téléchargement d'application ou la mauvaise compréhension des instructions; et que 11% avaient eu recours à l'aide de notre technicien. Environ 88% des répondants ont dit que les activités avaient répondu à leurs besoins (information 69%, briser l'isolement 20%; partage 28%; aide et soutien 30%; le besoin d'exercices 22%). Environ 55% nous ont dit que le maintien de nos activités les avait aidés à passer plus sereinement les 9 premiers mois de la pandémie. Cela les avait aidés à diminuer le stress du confinement, à rester connecté, à garder le moral, à prévenir l'isolation, briser la solitude et ajouté un rayon de soleil dans leur journée. Les gens étaient heureux de se voir et clavarder sur TEAMS. Nous avons recueilli de nombreux témoignages, dont plusieurs publiés dans le Flash arthrite, et des suggestions.

Les membres du CA ont aussi appelé tous les membres à quelques reprises au cours de l'année pour s'assurer que tous allaient bien et vérifier s'ils avaient des besoins particuliers.

Projet Prise en charge

Le projet, qui sera réalisé entre le 23 mars 2021 et le 23 mars 2022, inclus quatre volets : le recrutement de bénévoles, la formation de bénévoles qualifiés avec le programme MAJMC, la préparation de trousse de ressources et dépannage et la collecte de témoignages inspirants. Le programme Nouveaux-Horizons contribuera de \$25000 à la réalisation du projet.

Le volet « formation » vise à rendre les aînées plus autonomes et capables de prendre en charge leur arthrite en suivant le programme Mon arthrite, je m'en charge (MAJMC). Arthrite Rive-Sud a obtenu une licence d'utilisation du Centre de recherche et d'expertise en gérontologie sociale (CREGÉS) du Centre intégré universitaire de santé et services sociaux du Centre-Ouest-de-l'Île-de-Montréal. Le programme vise à aider d'une façon personnalisée les personnes souffrant d'une des nombreuses formes d'arthrite à s'auto outiller et s'auto motiver pour maintenir ou améliorer leur qualité de vie. Le programme consiste en une session de 6 semaines à raison d'une rencontre de 2 heures par semaine combinant théorie, soutien et applications pratiques. Mme Ada Pagnotta, ergothérapeute, impliquée dans ce programme depuis son début, a accepté d'aider Arthrite Rive-Sud à l'adapter et le rendre disponible dès ce printemps. Arthrite Rive-Sud planifie offrir 4 fois ce programme en 2021-2022, en français et en anglais. C'est aussi un bon outil pour former des bénévoles compétents au service d'Arthrite Rive-sud, en particulier pour la co-animation des futures sessions du programme, d'ateliers et de rencontres d'entraide, ou encore pour répondre aux questions lors de la tenue des kiosques. Cette formation comblera aussi le besoin de bénévoles qualifiés d'ARS et permettra d'offrir des activités plus fréquentes.

Le volet « trousse de ressources et dépannage » inclura des astuces, des documents de références et des outils simples, faciles à trouver dans le commerce mais souvent méconnus. Le volet « collecte de témoignages inspirants » se fera par des entrevues sur vidéo ou imprimé et visera à aider les aînés à améliorer leur qualité de vie physique et psychologique. La collecte se fera auprès d'aînés souffrant

d'arthrite qui ont vécu des moments difficiles et qui les ont surmontés.

Planification pour 2021-2022

Objectifs A : fournir information, aide et soutien aux personnes souffrant d'arthrite

Continuer la programmation des activités publiques développés en 2020-21, consolider les activités à Brossard et promouvoir les exercices adaptés en piscine.

- Ateliers de mieux-être en français et anglais
- Rencontres d'entraide dans les deux langues
- Flash Arthrite (3 bulletins bilingues)
- Exercices adaptés de conditionnement physique
- Sessions du Programme Mon arthrite je m'en charge
- Exercices adaptés en piscine à Brossard
- Développer une trousse de ressources et dépannage
- Collecter des témoignages et monter une vidéo

Objectif B: sensibiliser la communauté à l'arthrite

- Poursuivre la programmation de 2020-21 visant la communauté en général par la poursuite de la tenue de conférences en présence et/ou virtuellement.
- Assurer la présence d'ARS aux événements publics (kiosques) de Brossard et de l'agglomération de Longueuil.
- Maintenir la présence d'ARS sur internet et les réseaux sociaux et utiliser les nouveaux outils de communications virtuels visant la sensibilisation du public.
- Répondre aux invitations de participation à des événements provenant d'organismes des villes de l'agglomération de Longueuil et de villes limitrophes.
- Rechercher proactivement des opportunités de présence d'ARS à des événements visant la sensibilisation du grand public avec des organismes de l'agglomération de Longueuil et de villes limitrophes.
- Continuer à promouvoir ARS à diverses tables de concertation et groupes pertinents de la région.

Objectifs C & D : assurer le fonctionnement/financement d'ARS et mettre en place l'infrastructure requise

Capacité de communication

- Annoncer les activités d'ARS pour 2021-22 sur son site internet et sa page Facebook
- Faire de la publicité dans les médias pour promouvoir ARS
- Déterminer la capacité d'étendre les activités d'ARS dans d'autres villes de l'agglomération de Longueuil
- Établir des ententes d'ici mars 2022 sur l'utilisation de salles et autres infrastructures pour offrir nos activités dans ces villes

Ressources humaines

- Établir une politique de bénévolat en 2021, comprenant un plan d'action de recrutement à travers le territoire d'ARS pour assurer l'offre de service (habilités et expérience requises, formation des animateurs, motivation des bénévoles)
- Engager un(e) employé(e) à temps plein ou partiel permanent afin d'assurer le maintien et l'adaptation des activités, ainsi que la pérennité et la stabilité de l'organisation
- Développer un manuel du nouvel administrateur
- Établir les politiques et procédures pour une structure stable d'opération

Ressources financières

- Organiser des campagnes de souscription dans le but de recueillir des fonds (activités de sollicitation par des lettres, rappels, rencontres, lobbying/réseautage, publicité)
- Renforcer les stratégies de financement et d'opération pour la stabilité et continuité d'ARS
- Établir la capacité administrative pour recevoir des dons et transmettre des reçus d'impôt pour l'année fiscale 2021-2022
- Transmettre des lettres de sollicitations à des organismes publics comme les bureaux des députés fédéraux et provinciaux du territoire, et la ville de Brossard
- Transmettre des lettres de sollicitations à des entreprises, des individus et des fondations privées

Statistiques pour 2020-2021

Au 31 mars 2021, il y avait eu plus de 330 inscriptions aux 21 activités et deux sessions d'exercices (2 fois 10 semaines). Près de 200 personnes ont participé à au moins une des 23 activités. Lors de la session des exercices adaptés de l'automne il y a eu 29 inscriptions et 18 personnes ont participé au moins une fois en direct; à la session d'hiver, le nombre d'inscriptions est passé à 50 et 33 personnes ont pu participer au moins une fois en direct. En hiver la moyenne de participation par séance a été de 25 personnes.

Pour connaître l'état de santé et l'âge de nos participants, nous avons fait appel à un sondage maison. Il y a eu 68 questionnaires d'envoyés et le taux de réponse a été de 52%. On note les proportions suivantes : 82% de femmes, avec des problèmes d'arthrite (72%) ou proche-aidant (8,3%). Les aînés de plus de 65 ans comptent pour 61%, les minorités visibles et les immigrants chacun pour 16,6%. Un peu plus de 19% se disaient handicapés par l'arthrite.

Le fait d'offrir des activités virtuelles a élargi le bassin de notre clientèle pour la période de septembre à mars, nous notons que 66% des participants venaient de Brossard, 11% de la ville de Longueuil et 82% de l'agglomération. Les villes les plus significatives à l'extérieur de l'agglomération ont été La Prairie, Montréal et Ste-Julie. Cependant 52% des personnes inscrites n'ont pas indiqué leur ville de résidence.

Activités	Bénévoles/événements	Nombre d'événements	Heures totales de bénévolat
Conférences	5	2 conférences	70
Ateliers	5	8 ateliers	200
Café-entraide	3	11 rencontres	110
Exercices adaptés	4	2x10 semaines	154
Flash arthrite	6	3 publications	300
Représentation et collecte de financement	7		1500
Gestion d'ARS, du WEB, et de Facebook	9		1500
Préparation, Rencontres et affaires en découlant du CA*	7	10 rencontres	540

* : CA : conseil d'administration.

Action bénévole

Soutien bénévole

Malgré les restrictions imposées par les consignes sanitaires et la réduction de ses activités publiques, ARS a bénéficié de la contribution de 19 bénévoles au cours de l'année 2020-2021 pour un total de 4376 heures de bénévolat.

Nous aimerions souligner la générosité et le soutien de certains bénévoles. Mme Caroline Berthiaume, kinésiologue, Mme Ada Pagnotta, ergothérapeute, et Mme Lora Salvo, physiothérapeute, ont accepté de donner une conférence dans leur domaine d'expertise. M. Gaston Huot a agi comme personne ressource pour l'enregistrement de plus de 20 vidéos offrant aussi les installations nécessaires. Mme Sabrina Bouferguene a donné bénévolement un atelier sur la douleur et écrit des articles dans le Flash Arthrite. M. Jean Proulx a travaillé à un taux réduit comme professeur des sessions d'exercices adaptés. Mme Anouk Lauzon Groleau a développé et entretenu notre page Facebook. L'équipe des jeunes de JMAC (Jul, Mel, Alex, Cat) nous a gracieusement créé des jeux pour le Flash Arthrite. M. Richard Yates nous a fourni des documents et des conseils.

Liste des bénévoles actifs en 2020-2021 (incluant le CA)

Ada Pagnotta	Gaston Huot	Premela Pearson
André Faucher	JMAC	Richard Yales
Anouk Lauzon Groleau	Johanne Boisvert	Ron Lee Latchman
Caroline Berthiaume	Johanne Fortier	Sabrina Bouferguene
Caroline Veilleux	Linda Boudreault	Virginia Cisneros
Danielle Jacob	Lora Salvo	
Denis Philie	Louise Montpetit	

Vous désirons aussi remercier Mme Paulette Zielinski, présidente de AWISH, pour ses conseils et son soutien comme mentor; Mme Diane de Bonneville, directrice à la Société de l'arthrite, pour les documents, le soutien et les conseils généreux; Mmes Maryse Lessard et Danielle Auclair, organisatrices communautaires au CISSSMC pour leur soutien; M. Jean-Philippe Desrochers, kinésiologue au CISSSMO pour ses conseils, ses documents et capsules vidéos sur les exercices adaptés; Mme Christine Berry, coordonnatrice à Com'Femme pour la promotion de nos activités; Mme Eva Liscano, animatrice Volet 50 ans +, avec Action Prévention Verdun pour la promotion de nos ateliers de mieux-être; M. Philippe Angers de COCo pour ses conseils opportuns; Mmes Maude Boulay et Marie-Ève Campbell et toute l'équipe de CDC, pour leur support continu; M. Mame Moussa directeur MIRS pour sa lettre de soutien; Mme Marguerite Cadieux et Lise Benoit, Joie de vivre, pour leur généreux soutien; Mme Diane Alexander, présidente de SSBICA, pour la promotion de nos activités. Mme Ginette Mantha, directrice générale et fondatrice de Préma-Québec, pour le soutien et les conseils.

Formation

Sept bénévoles et 130 utilisateurs ont reçu une formation pour l'utilisation de la plateforme virtuelle et de ses outils. Un guide de l'utilisateur est disponible.

Communication et représentation virtuelles

Publications, parutions

Flash Arthrite est un bulletin d'information publié en français et anglais et distribué à plus de 550 organismes et individus. Il est principalement distribué dans l'agglomération de Longueuil (99%) et plus spécifiquement à Brossard (77%). On y retrouve le calendrier des activités d'ARS et des références sur l'arthrite. Trois numéros : septembre 2020, janvier 2021 et mars 2021.

Entrevue à TVRS avec Brian Peddar, le 26 juin 2020. <https://www.tvrs.ca/emissions/vibe/episode-25>

Publicité dans les journaux et autres médias : Le Coursier (CDC), Mon Loisard (ville de Brossard), Ma Bibliothèque (Bibliothèque de Brossard), la Société de l'arthrite, The MEPECER (Monteregie East Partnership for the English-Speaking Community – Partenariat de l'est de la Montérégie pour la communauté d'expression anglaise), MWCN (Montérégie West Community Network; réseau communautaire Montérégie Ouest, The „Advisor South Shore (ARC Assistance and Referral Centre), Action prévention Verdun et la Station.

Autres diffusions à travers des organismes dont la Table de concertation de Brossard, la Table des Aînés- RSL Champlain, la Regional Health and Social Services Partnership Table.

Représentations auprès d'instances gouvernementales, et d'organismes locaux et régionaux

Ministres/Députés fédéraux et leurs adjoints incluant :

Alexandra Mendez/Stav Tsamitros, Sherry Romanado/Catherine Brigden, Denis Trudel/Cathy Lepage et Stéphane Bergeron/Benjamin Gagnon

Ministres/Députés provinciaux et leurs adjoints incluant :

Christian Dubé/Claudine Binette, Gaétan Barrette/Raphael Velez, Nicole Ménard/Maxime Labrecque & Anne Poisson Paré, Lionel Carmant/David Raynaud & Liette Cousineau, Ian Lafrenière/Benoit Morin, Jean-François Roberge/Catherine Papineau

Villes

Brossard : Bureau de la mairesse, Service des loisirs et Bibliothèque Georgette Lepage
Longueuil : Service de Loisir

Autres :

Hôpital Charles Lemoyne
Fondation de l'hôpital Pierre Boucher
Clinique Dix 30 et de nombreuses autres cliniques à Brossard
Abbvie, une compagnie pharmaceutique
CDC de l'agglomération de Longueuil

Réseautage et participation à des événements - Virtuel

- Webinaires sur l'arthrite de la Société de l'arthrite
- Assemblée générale annuelle (AGA) de AWISH et webinaires
- Réseautage et participation à de nombreuses activités de la bibliothèque de Brossard
- Conférence et groupes d'entraide à l'Association québécoise de la douleur chronique (AQDC)
- AGA de la Société d'alzheimer
- Sessions d'information de Innoweave

- AGA de COCo, Centre des organismes communautaires
- Réseautage avec la communauté culturelle du Centre sino-Québec : AGA et Nouvel an Chinois
- Événement de Qigong - Sa Long Cuong
- Laughter Yoga - Session de rire
- Com'Femme- panel à l'occasion de la journée internationale des femmes
- Maison International de la Rive Sud– Vivre Ensemble
- Réseautage avec l'Assistance and Referral Centre (ARC)- Health and Social Services et liaison avec la communauté anglophone
- CRC – Centre de ressources communautaires, 3 présentations ZOOM
- Participation à l'évaluation des nouvelles installations du complexe aquatique de Brossard

Participation à plusieurs tables de concertation et comités

- Table de Concertation de Brossard
- Portrait Social De Brossard -Développement social et qualité de vie
- Table des Aînés, RLS Champlain
- Comité d'experts sur les handicapés, ville de Brossard
- Regional Health and Partnership Table English Community
- Centres de développement Communautaire (CDC) de la Montérégie
- DASAL – démarche de l'Alliance pour la solidarité de l'agglomération de Longueuil
- Comité inter-réseau-COVID19
- Cellule d'urgence Aînés-Longueuil
- COCo Vigil DSVL – Grande rencontre collective
- DSVL- Comité Mobilisation citoyenne
- Comité de résilience de l'agglomération de Longueuil
- Rencontre du vendredi/Reaching-out en temps de pandémie, de l'agglomération de Longueuil
- QCGN-Quebec Community Group network, Building a more vital community together.

Activités de financement

Des sollicitations ont été faites en personnes via des rencontres exploratoires et d'information (20+) et par lettres (30+) auprès de députés provinciaux et fédéraux ainsi que d'autres organisations (voir section Communication et représentation).

Arthrite Rive-Sud a soumis un projet et obtenu une subvention de la Croix-Rouge et du Gouvernement du Canada dans le cadre du Fonds d'urgence pour les organismes communautaires.

Arthrite Rive-Sud a soumis un projet et obtenu une subvention du Gouvernement du Canada dans le cadre du programme Nouveaux-Horizons.

Collaboration et partenariat

Partenaires

- Ville de Brossard : réservation de salles et répertoire Web
- Société de l'arthrite : soutien et donation de documentation éducative
- Association d'entraide d'arthrite de l'Ouest de l'île (AWISH) : mentorat, partage de documents et support administratif
- Centre intégré de santé et de services sociaux de la Montérégie-Centre (CISSSMC) : mentorat et support administratif

Collaborateurs

- Bibliothèque de Brossard Georgette-Lepage : collaboration pour offrir des ateliers et des conférences sur différents sujets
- La Paroisse de la Résurrection : soutien au projet
- Centre intégré de santé et services sociaux de la Montérégie-Ouest (CISSSMO) – conseils pour nos activités adaptées
- Chartwell Greenfield Park résidences pour retraités
- GSSAA : autorisation d'utiliser leurs documents
- Alliance Carrière et Travail : prêt de locaux d'entreposage.
- Corporation de développement communautaire de l'agglomération de Longueuil (CDC): support organisationnel
- Centre d'aide aux organismes communautaires (COCO) : aide au démarrage et support logistique
- Le réseau québécois des étudiants-chercheurs sur la douleur de l'université McGill (RQECD) : collaboration pour un café-entraide et deux articles
- Action Prévention Verdun et La Station pour la promotion de nos activités
- Préma-Quebec : pour le soutien et les conseils

Principaux organismes communautaires collaborateurs

- Réseau Communautaire de la Montérégie Ouest / Montérégie West Community Network (MWCN)
- Assistance and Referral Center Health and Social Services
- La Communauté Filipino canadienne de la Rive Sud
- Joie de Vivre
- Maison de la Famille
- Association des Femmes d'ici et d'ailleurs
- Le Centre pour femmes Com'femme
- Association de la communauté noire de la Rive-Sud de Montréal/ South Shore Black Community Association
- Maison internationale de la Rive-Sud
- Association Canada-Pérou
- Centre Sino-Québec de la Rive-Sud
- Partenariat de l'Est de la Montérégie pour la communauté d'expression anglaise (MEPEC)

Remerciements

Merci à tous les membres, les bénévoles, les supporteurs et les participants aux activités, d'Arthrite Rive-Sud.

ARS remercie ses collaborateurs et partenaires qui lui ont permis de surmonter les défis et réaliser sa mission. Ces collaborations et partenariats ont résulté en l'organisation d'ateliers, de participation à des kiosques, de publicité dans leurs médias de communication, de dons en nature et en espèces, de réseautage, de prêts de locaux et autres ressources, etc.

Nous remercions l'ensemble des donateurs, commanditaires, subventionneurs et particuliers qui contribuent financièrement au maintien et au développement des activités d'Arthrite Rive-Sud.

- Christian Dubé, député de La Prairie
 - Gaétan Barrette, député de La Pinière
 - Lionel Carmant, député de Taillon
 - Ian Lafrenière, député de Vachon
 - Sherry Romanado, députée fédérale de Longueuil-Charles-Lemoyne
 - Alexandra Mendès, députée fédérale de Brossard-Saint-Lambert
 - Denis Trudel, député fédéral de Longueuil-Saint-Hubert
 - Nicole Ménard, députée de Laporte
 - Jean-François Roberge, député de Chambly
 - Stéphane Bergeron, député fédéral de Montarville
-
- Donateurs privés : Mme Paulette Zielinski, Mme Jean Roger, un donateur anonyme, Mme Christiane Merle, M. et Mme Pauline Chu et Dan Shields, Mme Ilse Schubert, MM Alex et Reinhard Schubert, Mme Rollande Labelle, M. et Mme Mily et Phil Villafranca, Mme Johanne Fortier, M. et Mme Susan Leclair et Claude Perrault, Mme Colette Alarie.

Nous remercions la Croix-Rouge canadienne et le Gouvernement du Canada pour l'appui financier reçu de dans le cadre du Fonds d'urgence pour l'appui communautaire.

Nous remercions également le Gouvernement du Canada pour la subvention reçue du programme Nouveaux-Horizons.




JE SUIS LÀ POUR VOUS!

NOUS JOINDRE :
 450 619-7313 450 619-7519
 CHRISTIAN.DUBE.LAPP@ASSNAT.QC.CA

CHRISTIAN DUBÉ
 DÉPUTÉ DE LA PÎNÈRE
 MINISTRE DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX



ASSEMBLÉE NATIONALE DU QUÉBEC

Gaétan Barrette
 Député de La Pinière

Bureau de circonscription
 6200, avenue Radisson, bureau 425
 Brossard (Québec) J4Z 3P2
 Tél. : 450 678-5511
 Téléc. : 450 678-1738
 Gde :
 tan.Barrette.LAPP@assnat.qc.ca

@drjbarrette



ASSEMBLÉE NATIONALE DU QUÉBEC

LIONEL CARMANT
 Député de Tallon et ministre délégué à la Santé et aux Services sociaux

NOUS JOINDRE :
 498, boulevard Roland-Therrien
 Longueuil (Qc) J4H 3V9
 Téléphone : 450-463-3772



ASSEMBLÉE NATIONALE DU QUÉBEC

IAN LAFRENIÈRE
 Député de Vachon
 Adjoint parlementaire de la ministre de la Sécurité publique

TOUJOURS LÀ POUR VOUS!




ASSEMBLÉE NATIONALE QUÉBEC

JEAN-FRANÇOIS ROBERGE
 Député de Chambly



ASSEMBLÉE NATIONALE DU QUÉBEC

Nicole Ménard
 Députée de Laporte

Bureau de circonscription
 228, rue de Woodstock
 Saint-Lambert (Québec) J4P 3R5
 Téléphone : 450 672-1885
 Télécopieur : 450 465-6046
 nménard-laport@assnat.qc.ca




Alexandra Mendès
 Députée fédérale / MP
 Brossard – Saint-Lambert

225-6955 Taschereau, Brossard, QC J4Z 1A7
 450-466-6872
 Alexandra.Mendes@parl.gc.ca
 AlexandraMendesLiberal2015



Sherry Romanado
 Députée fédérale / Member of Parliament
 Longueuil—Charles-LeMoine

www.sherryromanado.ca
 sherry.romanado@parl.gc.ca
 450 671-1222
 Sherry Romanado, députée/MP
 @SherryRomanado




CHAMBRE DES COMMUNES

Stéphane Bergeron
 Député de Montarville

1990, Léonard-de-Vinci, bur. 201
 Sainte-Julie, Québec J3E 1Y8
 Tel. : 450 922-BLOC (2562)
 Stephane.Bergeron@parl.gc.ca
 StephaneBergeron.net



Denis Trudel
 Député de Longueuil—Saint-Hubert
 Chambre des communes
 Porte-parole Solidarité sociale

BLOC Québécois

192 rue Saint-Jean, bureau 200
 Longueuil (Québec) J4H 2X5
 450-928-4288
 denis.trudel@parl.gc.ca

Le Rapport annuel 2020-2021 est disponible en version électronique à
Arthriterivesud.org/publication
info@arthriterivesud.org