

RAPPORT ANNUEL 2019–2020

GASO
DEPUIS 1995

Nous avons votre réalité à cœur

PRODUIT PAR

LE GROUPE DES AIDANTS DU SUD-OUEST

Bureau 405 — 7475 boul. Newman,

LaSalle, QC, H8N 1X3

514 564-3061

info@gaso.ca

www.gaso.ca

DATE DE PARUTION

4 novembre 2020

ORGANISME FINANCÉ PAR

Santé et Services sociaux Québec

L'APPUI POUR LES PROCHES AIDANTS D'AÎNÉS MONTRÉAL

Le rapport annuel 2019-2020 a été rédigé
et conçu par Sébastien Houle et Jiri Snitil.

Tout droits réservés © 2020 Groupe des aidants du Sud-Ouest

TABLE DES MATIÈRES

Mentions importantes 5

L'organisme 6

Message de la présidente 6

Message du directeur 7

Mission 8

Organigramme 8

Nouveautés et refonte visuelle 9

Conseil d'administration 10

Équipe de travail 11

25 ans d'histoire : ça se fête ! 12

Les membres 14

Services et activités 16

Services : volet individuel 16

Services : volet de groupe 18

Atelier de relaxation 20

Atelier de musique et bien-être 21

Atelier santé 22

TABLE DES MATIÈRES

Aide financière au répit..... 23

Activités : conférences..... 24

Activités : événement spéciaux..... 24

Planification stratégique..... 26

Partenariats..... 27

Communications..... 29

Formation..... 31

Évaluation des services..... 32

Horaire et coordonnées..... 34

MENTIONS IMPORTANTES

Suite aux changements vécus à cause de la pandémie et le confinement volontaire, nous avons adapté l'ensemble de nos services. Les recommandations ministérielles, ainsi que les diverses mesures sanitaires préventives ont freiné l'offre de nos services en personne. En somme, cette crise a entièrement transformé la façon que nous offrons nos services. L'élaboration du rapport annuel est donc adaptée en conséquence de ceci.

En raison du confinement volontaire qui a débuté en mars 2020, soit dans la dernière moitié de l'année d'activité, il n'est pas étonnant que nos données soient affectées. Ainsi, pour que les données soient le plus juste et précises que possible, l'année 2019-2020 sera divisée en deux phases :

1. **La première phase est nommée « Avant pandémie : AP »** et réfère à la période du 1er septembre 2019 au 17 mars 2020 (début du confinement volontaire).
2. **La deuxième phase est nommée « Pandémie phase 1 : P1 »** et réfère à la période du 17 mars 2020 au 31 août 2020 (fin de l'année financière).

Cette distinction nous permettra de mettre l'accent sur nos avancées, mais aussi sur le soutien offert pendant la pandémie. Voici une légende qui vous permettra de vous retrouver plus facilement dans ces distinctions importantes.

Légende	Description
Couleur orange	Informations importantes
AP	Avant pandémie *(1er sept. 2019 au 17 mars 2020)*
P1	Pandémie phase 1 *(18 mars 2020 au 31 août 2020)*

L'ORGANISME

MESSAGE DE LA PRÉSIDENTE

2019-2020 a été une année de grands défis et de grands changements. C'est avec un immense plaisir que je vous présente notre rapport d'activités.

Nous avons eu le départ de trois membres de l'équipe, soit : la direction, une intervenante psychosociale et l'agente d'accueil. Toutefois, l'organisme a retrouvé un élan de jeunesse. **Notre nouveau directeur général, Jiri Snitil, jeune homme dynamique, a repris les rênes de l'équipe avec brio et compétence. De plus, nous avons le plaisir d'accueillir une nouvelle intervenante, Valérie Hill, qui connait bien le vécu des personnes proches aidantes, et pour compléter l'équipe, un nouveau responsable des communications, Sébastien Houle.**

Comme vous le savez, la situation sanitaire a changé beaucoup de chose pour les personnes proches aidantes en général et nos membres. Les interventions ont dû se faire par téléphone – les divers ateliers en ligne tandis que nous avons malheureusement dû annuler nos différentes conférences. Comme la plupart des organismes, l'équipe a fait et continue de faire du télétravail, mais l'imagination de toute l'équipe a été très fertile. **Je suis convaincue que les personnes proches aidantes ont apprécié la disponibilité de nos intervenantes et malgré la fermeture temporaire de notre bureau, chacune et chacun a réussi à garder contact avec l'équipe.**

Je ne peux que les féliciter d'avoir autant innové afin d'offrir à nos membres certaines activités de soutien, notamment par l'entremise des rencontres d'entraide à l'extérieur, un forum dédié à la discussion ainsi que des capsules vidéo informatives.



Cette année, l'organisme devait fêter ses 25 années d'existences. Malheureusement, en raison de la crise actuelle, nous avons dû annuler toutes nos festivités. Or, nous avons tout de même entamé une planification stratégique et renouvelé notre système informatique. Rien de mieux pour repartir plus fort.

Un merci tout spécial aux membres du CA pour leur disponibilité à cette nouvelle formule de rencontres Zoom.

Je suis persuadée que la situation actuelle ne sera que bénéfique pour l'équipe et pour l'organisme afin d'offrir un meilleur soutien aux personnes proches aidantes. Encore une fois, le Groupe des Aidants du Sud-Ouest saura démontrer la pertinence de son existence et poursuivra sa mission :

« Favoriser la qualité de vie des personnes proches aidantes. »

Denise Brault

Denise Brault
Présidente

MESSAGE DU DIRECTEUR

« C'est en donnant que l'on reçoit. »

Une citation bien connue qui touche sans doute beaucoup de personnes proches aidantes. Permettez-moi de prendre l'opportunité d'offrir ces remerciements à celles et ceux qui donnent sans cesse.

J'aimerais remercier l'équipe formidable qui m'entoure et qui a permis à l'organisme de résister aux défis imposés par cette année tumultueuse. Mes collègues intervenantes, Marie-Eve, Stéphanie et Valérie ; je vous remercie pour votre débrouillardise et votre motivation hors pair. Sébastien, notre nouveau responsable des communications, je te remercie pour ta proactivité et ton adaptabilité impressionnante. Aux membres de notre conseil ; je vous remercie pour votre flexibilité, votre soutien et votre ouverture d'esprit. À nos collègues animateurs, je vous remercie pour votre disponibilité et votre engagement auprès de nos membres. Puis, à nos anciens collègues, Luc Chulak et Iris Simard-Tremblay, embarqués dans de nouveaux chapitres de leurs vies, je vous remercie pour toute l'énergie et les succès auxquels vous avez corroboré pendant votre présence mémorable au GASO.

Finalement, je veux remercier nos membres qui se sont montrés conciliants et patients durant cette épreuve qu'était l'adaptation au télétravail.

Les récentes intempéries sociétales qui ont semé incertitude et chaos ont permis de mettre en lumière certaines réalités méconnues du public. Notamment, la situation catastrophique dans certains CHSLD suite à la première vague du nouveau coronavirus.

Plusieurs de nos membres ont perdu un proche face à ce virus sans remords. Le Groupe des Aidants du Sud-Ouest vous offre ses sympathies et réitère que nos services seront toujours disponibles à celles et ceux dans le besoin.

Pour souligner le 25e, nous avions planifié un grand événement en hommage à nos membres qui portait comme thème de prendre soin de soi. Sachez que nous sommes extrêmement déçus d'être obligés de reporter cette célébration, qui devait accueillir une centaine de participants.es.



Avec la politique nationale pour les proches aidants (P56) en plein mouvement, l'organisme continuera d'assurer une présence pour faire reconnaître et valoir l'importance des personnes proches aidantes dans notre société.

Enfin, pour souligner le vingt-cinquième et pour redonner un vent de fraicheur, l'organisme adopte une nouvelle palette de couleurs revitalisantes, un nouveau logo épuré et une image qui se démarque des autres.

Comme vous le savez, la situation sanitaire actuelle remet en question toutes nos procédures pour offrir nos services. Dans un monde ou les technologies digitales sont en plein essor, l'organisme a fait de son mieux d'accommoder la majorité de nos membres afin de maintenir une facilité d'accès au soutien psychosocial.

L'année qui suit risque d'être particulièrement difficile pour les personnes proches aidantes. Il sera encore plus essentiel pour les organismes comme le nôtre d'être prêt à agir, soutenir, et épauler les personnes proches aidantes dans le besoin. Ayant entamé une planification stratégique centrée sur les valeurs et la mission de l'organisme, le GASO sera présent, plus que jamais, pour soutenir les personnes proches aidantes dans le besoin.

Jiri Snitil

Directeur général

MISSION

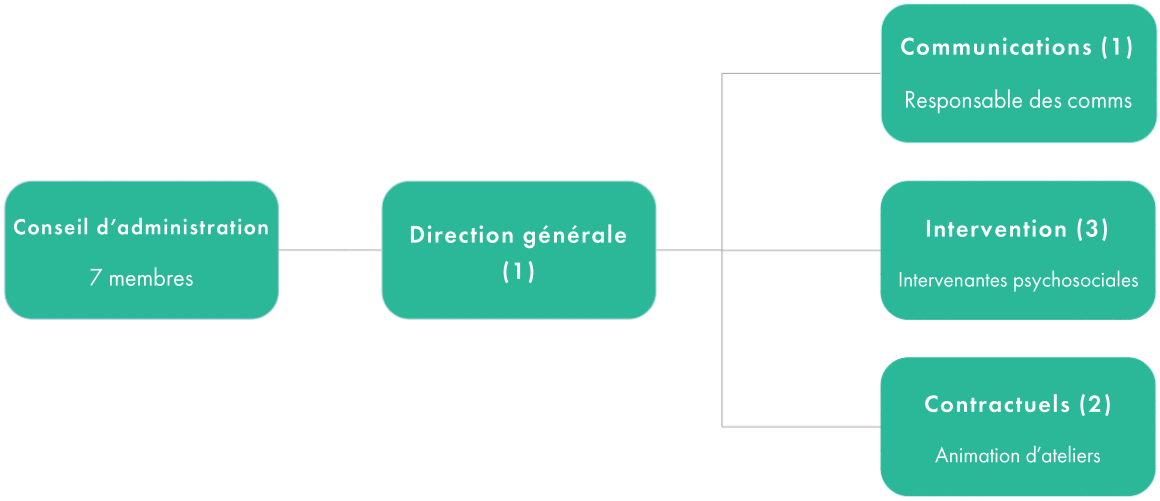
Depuis 1995, le Groupe des Aidants du Sud-Ouest (GASO) veille au bien-être et au soutien des personnes proches aidantes. Sa mission est à la fois d'améliorer la qualité de vie des personnes proches aidantes, de prévenir leur épuisement, mais aussi de promouvoir leur reconnaissance et leurs intérêts dans notre société.

Les objectifs principaux du GASO sont :

- Aider les personnes proches aidantes à se reconnaître comme tels
- Prévenir leur épuisement
- Briser l'isolement et les aider à surmonter les difficultés apportées par la prise en charge d'un.e proche malade, handicapé.e ou en perte d'autonomie
- Les outiller pour mieux gérer leur quotidien et leur environnement
- Promouvoir leurs intérêts et leur reconnaissance au sein de la communauté

Notre mission s'adresse à toute personne proche aidante d'aîné.e, peu importe la problématique vécue par la personne aidée. Nous soutenons des personnes proches aidantes qui prennent soin notamment de leur conjoint.e, d'un parent, d'un enfant, d'un.e frère/sœur ou d'un.e ami.e. Les personnes aidées ont une maladie, une limitation fonctionnelle (physique ou cognitive) ou une perte d'autonomie (permanente ou temporaire).

ORGANIGRAMME



NOUVEAUTÉS ET REFONTE VISUELLE

Le Groupe des aidants du Sud-Ouest s'est retrouvé devant un scénario décevant lorsqu'il devait annuler les célébrations de son 25e anniversaire. Soudainement propulsé dans les moyens de communications numériques, le GASO s'est rapidement penché sur l'amélioration de son image de marque et de ses outils de communication. La décision de s'engager dans une refonte visuelle s'est conclue par l'inévitable réalité que le GASO devait assurer une meilleure visibilité virtuelle. Puisque la pandémie a fondamentalement changé l'accès aux services de proximité non essentiels, l'optimisation des outils virtuels et numériques de l'organisme était essentielle. **Ainsi, le GASO revêt de nouvelles couleurs en célébration du 25e et présente plusieurs nouveautés au niveau de ses outils de communication.**

AVANT

GROUPE DES AIDANTS DU SUD-OUEST

APRÈS

GROUPE DES AIDANTS DU SUD-OUEST DEPUIS 1995

GASO DEPUIS 1995

Logo principal

Logo acronyme

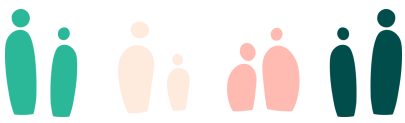
Signification et philosophie

L'organisme sélectionne le vert comme couleur principale pour représenter ses valeurs et sa mission. Symbole de l'équilibre et de l'énergie, le vert représente aussi l'environnement, l'empathie, le besoin de l'autonomie et le besoin de prendre du recul. Ces divers thèmes représentent fondamentalement la philosophie du Groupe des aidants du Sud-Ouest.

L'organisme aimerait remercier Visualeaf ® Creative Studio pour la création de l'image de marque et des nouvelles couleurs du GASO.

NOUVEAUTÉS

- De nouvelles adresses courriel professionnelles sont instaurées en avril 2020 (@gaso.ca)
- L'organisme envoie désormais une Infolettre mensuelle aux membres et aux partenaires
- Un nouveau site web est développé par l'équipe permanente en août 2020 (www.gaso.ca)
- Les cartes professionnelles, le pamphlet, tous les fichiers du GASO, ainsi que la bannière déroulante de l'organisme sont refaits en août 2020
- Le journal mensuel l'Info-Aidants est entièrement remodelé en août 2020
- La page Facebook et la chaîne YouTube revêtent les nouvelles couleurs en août 2020
- De nouvelles illustrations (silhouettes) pour personnaliser l'image de marque du GASO



CONSEIL D'ADMINISTRATION



De gauche à droite

NANCY LOPORCARO, *administratrice,* membre régulière, utilisatrice de service, Sud-Ouest;

DENISE BRAULT, *présidente,* membre régulière, utilisatrice de services, LaSalle;

ARIANE CHARLEBOIS, *vice-présidente,* membre associée, membre de la communauté, hors territoire;

MICHELINE LEBLANC, *administratrice,* membre régulière, membre de la communauté, LaSalle;

LORRAINE BÉLANGER, *secrétaire,* membre régulière, membre de la communauté, LaSalle;

ANDRÉ VALOIS, *trésorier,* membre régulier, membre de la communauté, hors territoire;

ANITA GIROUARD, *administratrice,* membre régulière, utilisatrice de service, LaSalle.



6 rencontres ont eu lieu au cours de l'année 2019-2020, dont **3 rencontres virtuelles sur Zoom**.

ÉQUIPE DE TRAVAIL

L'équipe permanente



MARIE-EVE NORMANDIN
Intervenante psychosociale
(depuis septembre 2019)



VALÉRIE HILL
Intervenante psychosociale
(depuis mars 2020)



STÉPHANIE OUELLET
Intervenante psychosociale



SÉBASTIEN HOULE
Responsible des communications
(depuis mars 2020)



JIRI SNITIL
Directeur général
(depuis février 2020)

L'équipe contractuelle



ANNABELLE BRAULT
Musicothérapeute, MTA
Atelier de Musique et bien-être



BENOIT CÔTÉ
Massothérapeute certifié
Atelier de relaxation

Départs



LUC CHULAK
Directeur général
(fin février 2020)



IRIS SIMARD-TREMBLAY
Agente à l'accueil et aux communications
(fin mars 2020)



STÉPHANIE JULIEN
Naturopathe certifiée
Atelier santé (fin août 2020)

25 ANS D'HISTOIRE : ÇA SE FÊTE !

En raison de la pandémie actuelle, le GASO s'est malheureusement vu suspendre les célébrations de son 25e anniversaire qui aurait eu lieu en juin dernier. Toutefois, nous avons pensé vous faire vivre 25 ans d'histoire. Le GASO aimerait chaleureusement souhaiter un joyeux vingt-cinquième à ses membres !

1995 Cinq personnes proches aidantes décident de se regrouper et de se rencontrer tous les mois pour se soutenir et s'entraider. C'est la naissance d'un nouvel organisme.



2000 Le Groupe des Aidants de LaSalle est officiellement incorporé le 30 août 2000.

2003 Le Groupe participe au Manifeste des [personnes] proches aidantes par le RAANM.



2005 À l'occasion de son 10e anniversaire, le Groupe organise un colloque sur les Besoins, les Droits et les Services d'une personne proche aidante.

2006 Le Groupe reçoit une mention d'honneur de la Caisse populaire LaSalle comme soutien à la communauté.

Le Groupe participe au projet d'organisation clinique PPALV (Personne en perte d'autonomie liée au vieillissement) du CSSS Dorval-Lachine-LaSalle.

L'Arrondissement LaSalle remet au Groupe le prix « Moulin d'or » dans la catégorie organisme de l'année.



2007 Le Groupe participe à la consultation publique sur les conditions de vie des personnes aînées.

2008 L'organisme participe au trousseau (Portrait québécois des pratiques auprès des proches aidants).

2011 L'organisme publie un recueil de témoignages intitulé : « Ces femmes et ces hommes qui aiment et qui aident tant. »

2012 L'organisme étend ses services à Dorval, Lachine, Verdun.





2013 L'organisme change de nom pour devenir le Groupe des Aidants du Sud-Ouest.

2014 L'organisme établit un partenariat avec les CIUSSS pour offrir des ateliers de prévention de l'épuisement.

2015 À l'occasion de son 20e anniversaire, l'organisme dévoile son nouveau logo.

2017 Le GASO étend ses services à l'arrondissement du Sud-Ouest

2018 L'organisme participe à la rédaction de la stratégie nationale pour les [personnes] proches aidantes.

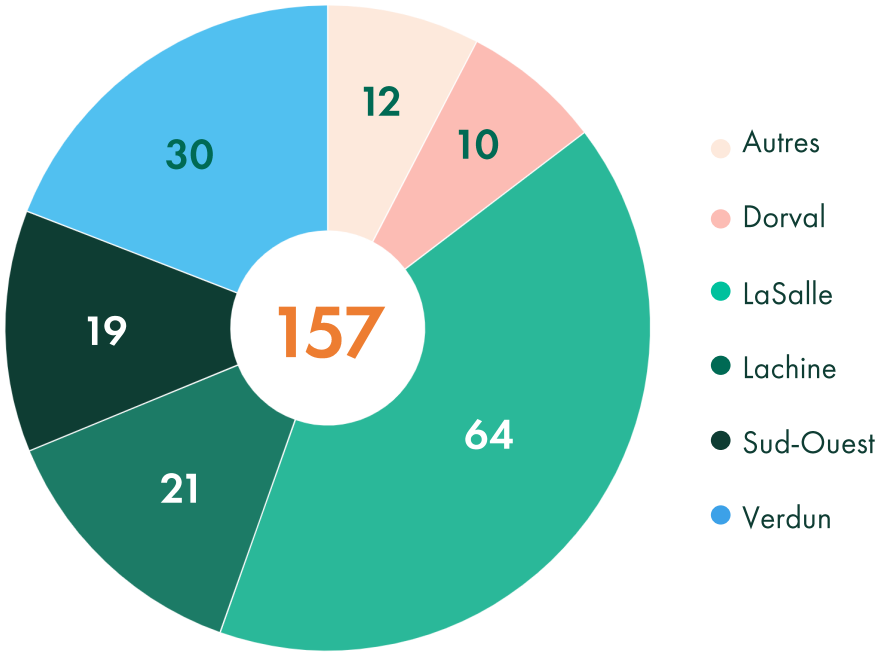
2020 Le GASO entreprend une démarche stratégique pour les cinq années à suivre et affiche une nouvelle identité de marque pour célébrer ses 25 ans.



LES MEMBRES

Les membres de notre organisme sont au cœur de nos priorités. Il est donc important de garder un portrait exhaustif de ceux-ci pour bien discerner les caractéristiques des bénéficiaires de nos services. Durant l'année 2019 -2020, le GASO a réussi à regrouper **157 membres réguliers, associés et honoraires**. Pour faciliter la présentation des données statistiques, cette partie du rapport annuel n'est pas divisée en deux périodes.

Répartition des membres selon le territoire



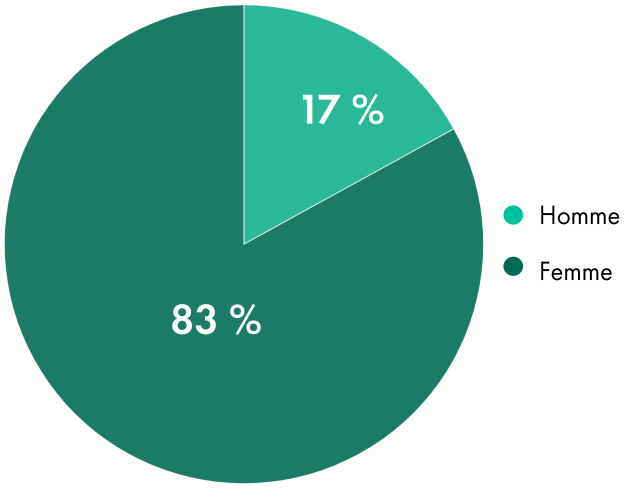
Les personnes proches aidantes rejointes

Le GASO offre ses services sur les territoires de Dorval, Lachine, LaSalle, Verdun et tout le Sud-Ouest de Montréal. Notre but est avant tout de soutenir, d'accompagner, d'informer et de rejoindre les personnes proches aidantes. Ainsi, cette année, 305 personnes proches aidantes différentes ont pris contact avec notre organisme. En raison de la pandémie, l'organisme s'est concentré à offrir des suivis principalement aux membres actifs durant une grande partie de la **période P1**, ce qui explique le nombre de personnes proches aidantes différentes rejointes qui s'élève à 305 individus.

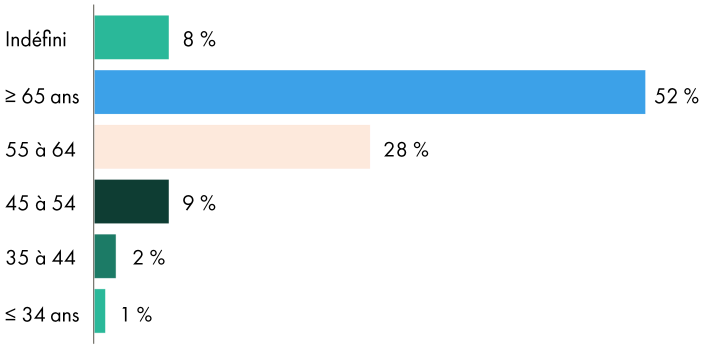
305

personnes proches aidantes différentes rejointes en 2019-2020

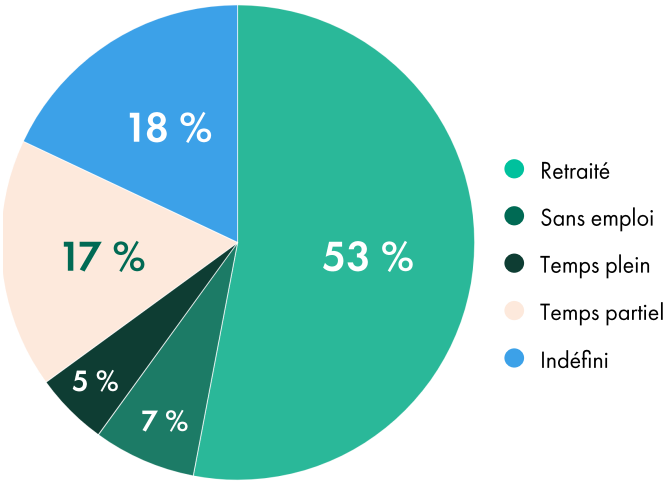
Répartition des personnes proches aidantes rejointes par genre



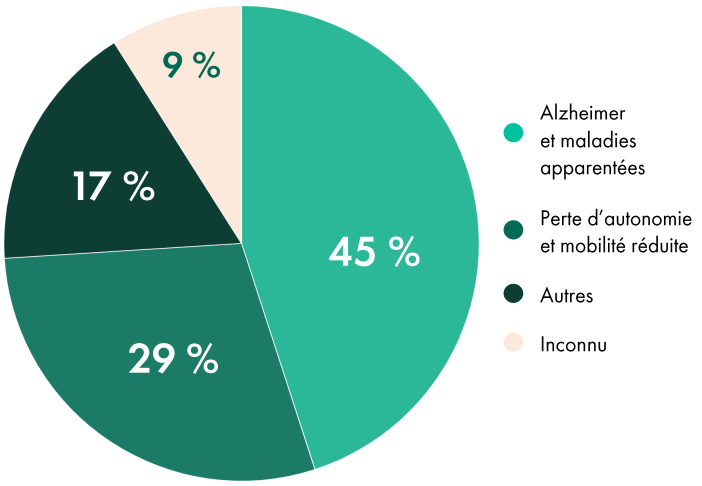
Répartition des personnes proches aidantes rejointes par âge



Répartition selon l'occupation



Type d'incapacité de la personne aidée



SERVICES ET ACTIVITÉS

Le Rapport annuel 2019-2020 se veut complètement transformé cette année en raison de la situation de crise liée à la pandémie. La période AP offrait des services en soutien psychosocial individuel et en groupe, en présentiel. La période P1 offrait principalement des services en soutien psychosocial individuel à distance, et quelques services de groupes ont été offerts.

Les services de groupe complètement suspendus pendant la période P1 incluent : les conférences mensuelles à LaSalle et à Verdun, le programme de prévention de l'épuisement, ainsi que les groupes de soutien en présentiel à Dorval et dans le Sud-Ouest. **Les services de groupe maintenus et adaptés** au contexte de la pandémie durant la période P1 incluent : les ateliers de Musique et bien-être, de Relaxation et de Santé, et les groupes de soutien (maintenant appelés groupes d'entraide). L'information sur nos services est aussi publiée sur notre site web.

SERVICES : VOLET INDIVIDUEL

Soutien psychosocial individuel

Au Groupe des aidants du Sud-Ouest, le soutien psychosocial individuel, c'est un accompagnement personnalisé offert aux personnes proches aidantes. Bien que le champ d'action de note intervention psychosociale soit vaste, l'objectif principal est de soutenir les personnes proches aidantes dans leur quotidien.

Il est possible de rencontrer une intervenante psychosociale de manière ponctuelle ou régulière, selon ses besoins personnels. **Le soutien individuel est offert par téléphone ou par rendez-vous en personne. Notre soutien psychosocial individuel offre d'explorer les difficultés reliées à la proche aidance, afin d'identifier des pistes de réflexion. Ce soutien permet aussi aux bénéficiaires de ventiler, de s'outiller face à leur rôle, de faciliter le référencement vers un partenaire, une ressource, ou vers le Réseau de la santé.**

Soutien psychosocial individuel offert en 2019-2020

Au cours de l'année, un total de **764 appels de soutien** et **105 rencontres individuelles** ont été effectués. Ces interventions équivalent à un total de **470 heures de soutien** aux personnes proches aidantes.

Période AP

Afin de démontrer le nombre de temps investi dans le soutien psychosocial individuel, il est plus simple de l'illustrer en nombre d'heures. Durant la période AP, le GASO comptabilisait le soutien psychosocial téléphonique comme tout appel d'une durée minimale de 10 minutes. Les rencontres individuelles en personne étaient toujours planifiées pour une durée minimale d'une heure. Ainsi, le total s'élève à **150 heures pour la période AP.**



150

heures de soutien psychosocial individuel

216

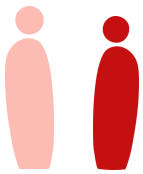
appels de soutien psychosocial
d'une durée minimale de 10 minutes

94

rencontres individuelles en personne
d'une durée minimale de 60 mins

Période P1

Pendant la période P1, **320 heures de soutien psychosocial individuel** ont été effectuées. Il est à noter qu'en raison du confinement, aucune rencontre individuelle en personne n'a eu lieu de mars à juillet 2020. Ainsi, le soutien psychosocial était offert à distance durant la majorité de la période P1, ce qui a considérablement augmenté le nombre d'heures effectuées en soutien psychosocial au téléphone, par courriel et par visioconférence.



320

heures de soutien psychosocial individuel

548

appels de soutien psychosocial

ou encore, 283 heures effectuées

11

rencontres individuelles en personne
pour un total de 15 heures effectuées

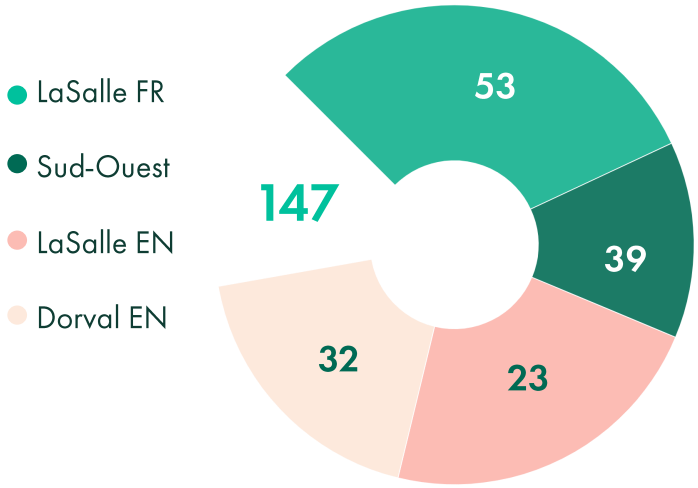
SERVICES : VOLET DE GROUPE

Groupes d'entraide

Tout comme le soutien psychosocial individuel, les groupes d'entraide sont un moyen pour permettre aux personnes proches aidantes de partager leur situation et leur vécu avec les autres participants.es. Les groupes offrent un espace de partage qui prône le respect, la confidentialité et le non-jugement. Ces rencontres sont offertes en format ouvert, fonctionnent par inscription et sont facilitées par une intervenante du GASO.

Durant la **période P1**, cette activité très convoitée par nos membres a été durement affectée. En effet, le GASO a complètement suspendu la tenue de cet atelier entre mars et juillet 2020. Toutefois, dans **la période AP**, les groupes d'entraide ont été offerts, une fois par mois, en français à LaSalle et dans le Sud-Ouest, ainsi qu'en anglais à Dorval et à LaSalle, **pour un total de 147 participations**.

Participations aux groupes d'entraide durant la période AP



Participations aux groupes d'entraide durant la période P1

Mois	Participants.es
Mars 2020	/
Avril 2020	/
Mai 2020	/
Juin 2020	/
Juillet 2020	/
Août 2020	12

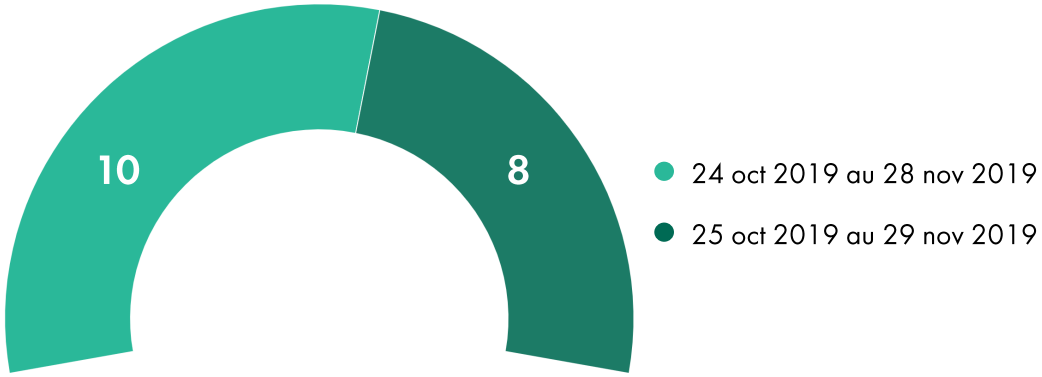
Vers la fin de la **période P1**, nous avons fait l'essai **d'un groupe d'entraide à l'extérieur qui a accueilli quatre (4) personnes.** Le groupe d'entraide à l'extérieur s'est déroulé à LaSalle le 6 août 2020. Ensuite, **deux groupes d'entraide virtuels** ont eu lieu sur la plateforme Zoom qui a **accueilli huit (8) personnes au total.** Plusieurs raisons expliquent **le délai prolongé de l'adaptation des groupes d'entraide en virtuel.** Tout d'abord, plusieurs bénéficiaires affirmaient de prioriser le suivi individuel à distance. D'autres soulevaient la problématique de la confidentialité, autant au niveau informatique que de leur capacité à s'exprimer librement et avec confidence, en présence d'une personne aidée à la maison. Les suivis individuels ont donc été priorisés pour la grande majorité de la période P1.

Programme de prévention de l'épuisement

Cet atelier est offert en collaboration avec les CIUSSS et vise, entre autres, à outiller les participant.es pour développer des réflexes, apprendre des trucs pratiques et développer leur résilience, afin de prévenir leur épuisement. Les personnes proches aidantes participantes sont invitées à partager en toute confidentialité dans un espace inclusif et respectueux. Au cours des six semaines du programme, à titre d'une rencontre par semaine, les personnes se familiarisent avec certains concepts fondamentalement liés à la proche aidance : les motifs, la culpabilité, les besoins et les droits, le pouvoir de choisir dans la relation d'aide, la protection de la santé, les changements dans la relation d'aide, la famille et les ressources disponibles. **Au cours de l'année 2019-2020, en raison de la pandémie, le programme de prévention de l'épuisement était offert uniquement durant la période AP, et a rassemblé 18 participants.es.** Une première série du programme s'est donnée du 24 octobre au 28 novembre 2019, et une deuxième s'est donnée du 25 octobre du 29 novembre 2019.

Pour la période P1, les mesures préventives, les recommandations gouvernementales et l'utilisation des ÉPI rendaient très difficile la tenue du programme de prévention de l'épuisement, qui nécessite le partage de matériel et les échanges en groupe de 10 individus.

Nombre de participants.es aux deux séances du programme de prévention de l'épuisement durant la période AP



Collaboration avec les CIUSSS

Le Groupe des aidants du Sud-Ouest veut remercier le CIUSSS de l'Ouest-de-l'Île-de-Montréal pour la collaboration offerte durant les deux séries au mois d'octobre 2019. Plus particulièrement, l'équipe du GASO remercie **Lucie Cauchon, ergothérapeute**, pour sa présence aux ateliers.

Atelier de relaxation

Ces ateliers permettent, entre autres, aux personnes proches aidantes de s'accorder une pause détente. En effet, pour plusieurs, la vie empêche la prise de moment pour soi et c'est exactement ce qu'offre cet atelier. Les personnes proches aidantes ont l'occasion d'expérimenter des techniques afin de réguler leur stress et leur permettre de se détendre. Une variété de techniques de relaxation y sont partagées comme la méditation, la respiration, la visualisation, les mouvements ainsi que des étirements simples et légers. L'atelier se donne principalement en français, mais peut, tout de même, être adapté aux personnes anglophones désirant participer. Cet atelier est animé par **Benoît Côté, Massothérapeute certifié, hypnothérapeute certifié et spécialiste certifié en biokinergie**.

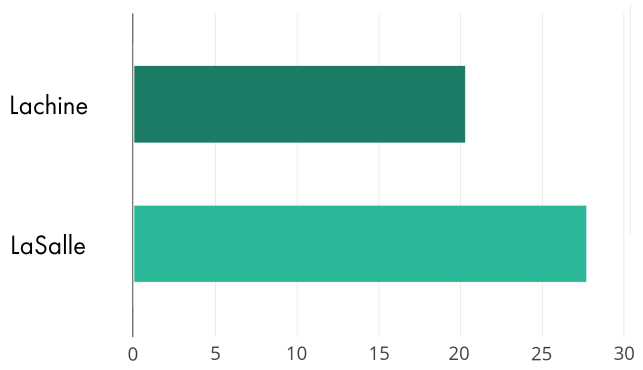
Période AP

Les ateliers se sont déroulés à Lachine et à LaSalle. Le nombre de participants.es aux ateliers de LaSalle était de 27 et de 20 pour ceux de Lachine, pour un **total de 47 participations**.

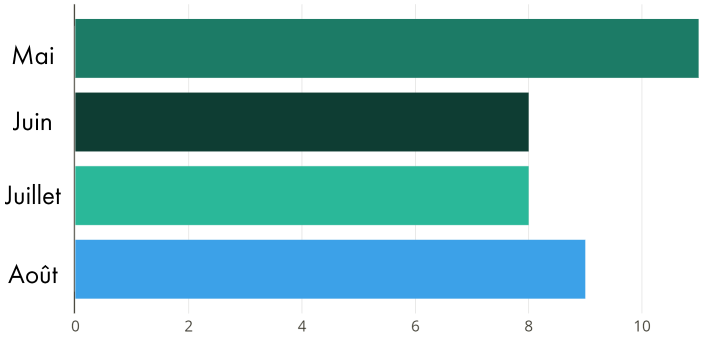
Période P1

Tous les ateliers se sont déroulés **deux fois par mois,** et ce, **à partir du mois de mai 2020, sur la plateforme Zoom.** Pour la période P1, le nombre de participants.es s'élève à **36.**

Participation par territoire à l'atelier de Relaxation en présentiel



Participation par mois à l'atelier de Relaxation sur Zoom



Atelier de Musique & bien-être

Permettez-vous un moment de détente agréable où la musique est utilisée comme moyen de communication et de créativité afin d'apprivoiser les défis de la proche aidance. Ensemble, à travers ces ateliers, vous explorez la musique comme ressource saine pour promouvoir la résilience et favoriser le bien-être. Vous aurez l'opportunité d'écouter et de partager de la musique, de composer et d'analyser des paroles de chansons, ainsi que de relaxer et d'explorer d'autres modalités artistiques telles que le dessin ou l'écriture libre à l'aide de la musique. Aucune connaissance musicale n'est requise. Adapté pour les personnes anglophones, cet atelier est donné par **Annabelle Brault, Musicothérapeute certifié (MTA).**

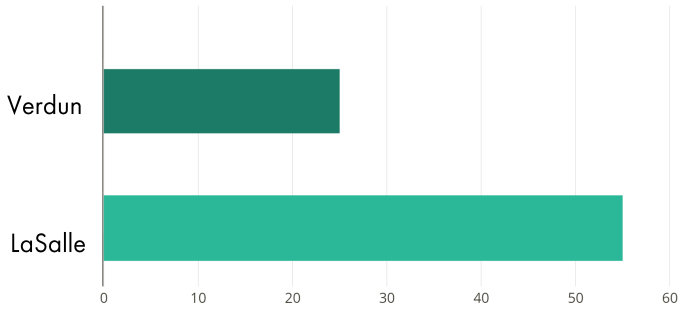
Période AP

Les ateliers se sont déroulés à LaSalle et à Verdun. Le nombre de participants.es aux ateliers de LaSalle était de 55 et de 24 pour ceux de Verdun, pour un **total de 79 participations**.

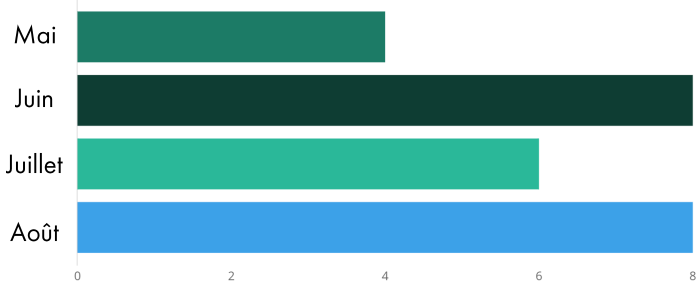
Période P1

Tous les ateliers se sont déroulés **deux fois par mois,** et ce, **à partir du mois de mai 2020, sur la plateforme Zoom.** Pour la période P1, le nombre de participants.es s'élève à **27.**

Participation par territoire à l'atelier de Musique et bien-être en présentiel



Participation par mois à l'atelier de Musique et bien-être sur Zoom



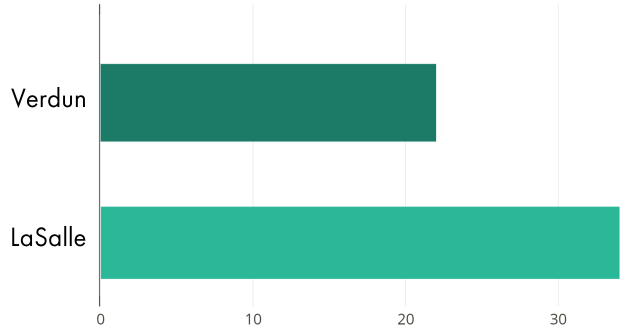
Atelier Santé

Prendre soin de sa santé est primordial et permet de prévenir l'épuisement. Dans ces ateliers, il sera question de divers sujets touchant la santé afin, entre autres, de maintenir un bon équilibre de vie. Au travers de ceux-ci, vous avez l'occasion de discuter de divers enjeux et de partager de saines habitudes de vie. Cet atelier est donné par **Stéphanie Julien, Naturopathe agréée, conférencière et formatrice certifiée**. Il est noté que l'atelier santé sera annulé définitivement en raison du manque de participation aux ateliers durant l'année d'activité 2019-2020.

Période AP

Les ateliers se sont déroulés à LaSalle et à Verdun. Le nombre de participants.es aux ateliers de LaSalle était de 34 et de 22 pour ceux de Verdun, pour un **total de 56 participations**.

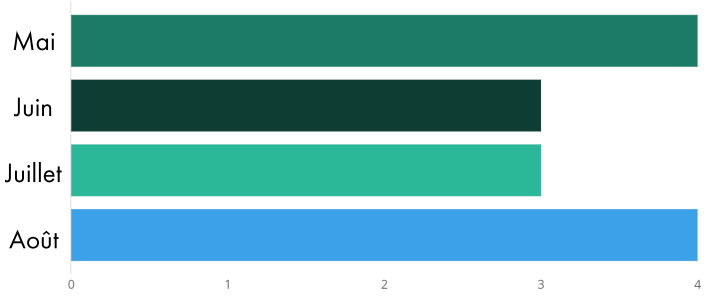
Participations par territoire à l'atelier santé en présentiel



Période P1

Tous les ateliers se sont déroulés **deux fois par mois,** et ce, **à partir du mois de mai 2020, sur la plateforme Zoom.** Pour la période P1, le nombre de participants.es s'élève à **14.**

Participations par mois à l'atelier santé sur Zoom



AIDE FINANCIÈRE AU RÉPIT

Le GASO croit qu'il est primordial que les personnes proches aidantes aient accès à des périodes de répit qui soient abordables, flexibles et adaptées à leurs besoins. La mission première du GASO est d'améliorer la qualité de vie des personnes proches aidantes ; c'est pour cette raison que notre programme d'aide financière est offert à toute personne qui en fait la demande. Pour obtenir du répit, la personne proche aidante peut être référée vers des ressources de répit variées, telles que le réseau de la santé, les organismes communautaires offrant ces services ou encore des agences privées. Toutefois, il se peut que la personne proche aidante désire confier la personne aidée à une connaissance ou bien à un membre de la famille. Dans l'un ou l'autre des cas, afin de faciliter l'accès au répit pour nos bénéficiaires, l'organisme prévoit un budget annuel pour rembourser une partie des coûts du répit nécessité. Ainsi, pendant l'année 2019-2020, les membres du GASO pouvaient bénéficier d'un soutien financier annuel de 500$. Il est à noter qu'un formulaire doit être rempli et la demande doit correspondre à certains critères. **Durant la période P1, le GASO a reçu 4 demandes d'aide financière au répit.** En raison du contexte de crise, l'accès aux ressources de répit était difficile pour plusieurs personnes proches aidantes, ce qui n'a pas permis au GASO de promouvoir le programme de répit avec efficacité.

15

Nombre de bénéficiaires

994,8

Nombre d'heures
de répit octroyé

$ 5552,02

Montant total remboursé

ACTIVITÉS : CONFÉRENCES

En plus d'offrir du soutien psychosocial et des ateliers favorisant l'amélioration de la qualité de vie des personnes proches aidantes, le GASO offre aussi à ses membres diverses activités d'informations, comme les conférences mensuelles et les ateliers-conférences informatifs « Mon Rendez-vous Aidant ».

Conférences mensuelles

Mensuellement, le GASO offre une conférence à ses membres sur le territoire de LaSalle et de Verdun. Ces conférences sont offertes principalement aux personnes proches aidantes, mais aussi à toute personne intéressée par la cause de la proche aidance, tels nos divers partenaires et citoyens de la communauté. Les conférences mensuelles présentent une variété de thématiques touchant de près ou de loin la proche aidance. Les conférences sont toutes animées par une personne qualifiée, une personne spécialiste, un organisme ou bien une ressource institutionnelle. **En raison de la pandémie, le GASO a uniquement offert des conférences mensuelles durant** la période AP.

Conférence mensuelle	LaSalle	Verdun
09- 2019 : « **Reconnaître ses limites pour mieux les affirmer** » donné par le Regroupement des aidantes et aidants naturels de Montréal (RAANM).	13	7
10- 2019 : « **Apprivoiser la solitude à deux** » donné par Santé mentale	11	8
11-2019 : « **L'importance de garder ses repères spirituels** » donné par Joelle Anna St-Arnaud, Intervenante en soins spirituels.	1	3
01-2020 : « **Apprivoiser les changements dans la relation d'aide** » donné par Marie-Eve et Stéphanie du GASO.	11	/
02-2020 : « **Lâcher prise pour un meilleur équilibre** » donné par Le temps d'une pause.	13	4

Mon Rendez-vous Aidant

Pour rejoindre davantage de personnes proches aidantes, nous avons mis en place un service d'atelier-conférence que nous avons nommé : « Mon Rendez-vous Aidant ». Animées par les membres de l'équipe d'intervention de l'organisme, ces rencontres se sont déroulées dans les salles d'activités des bibliothèques de différents territoires lors de certains samedis, en avant-midi ou en après-midi. **Durant la période AP, trois séances ont été offertes :** deux ont eu lieu à la bibliothèque municipale **l'Octogone à LaSalle, accueillant 11 participants.es.** La troisième a été offerte au **Groupe d'entraide de la SP de la Banlieue Ouest, accueillant aussi 11 participants.es.** Toutefois, en raison de la pandémie, quatre séances de **Mon Rendez-vous Aidant n'ont pas eu lieu durant la période P1.**

Ces activités d'informations ont aussi pour objectif de rejoindre davantage de personnes proches aidantes travailleuses. Puisqu'elles sont offertes le samedi, elles permettent aux personnes aidantes sur le marché du travail de bénéficier d'un service qui est offert uniquement la semaine. Les thèmes abordés durant les séances incluent « **Comment aider sans s'épuiser ?** » et « **Prendre soin de soi en tant qu'aidant.e** ».

ACTIVITÉS : ÉVÉNEMENTS SPÉCIAUX

Le Groupe des aidants du Sud-Ouest organise une variété d'événements qui ont pour objectif principal d'augmenter le sentiment d'appartenance au sein de l'organisme. Toutefois, en raison de la pandémie, plusieurs événements prévus se sont malheureusement vus annulés. On parle ici principalement du 25e anniversaire de l'organisme, qui devait se tenir au mois de juin 2020. Dans la période AP, différents événements ont heureusement eu lieu.

Assemblée générale annuelle (AGA)

L'AGA s'est tenu le 23 octobre de 10h00 à 12h00, au 7710, boulevard LaSalle et a permis d'accueillir 21 membres. Le GASO veut remercier les Chevaliers de Colomb de LaSalle pour le prêt de leur salle d'activité. L'événement fut présidé par une courte présentation des ateliers Santé et de Musique et bien-être. L'organisme remercie Stéphanie Julien et Annabelle Brault pour la démonstration offerte spécialement aux membres présents.

Fêtes annuelles

Afin de reconnaître la contribution de nos membres, le GASO organise deux événements pour rassembler les membres de l'organisme. C'est le moment de se détendre et de se retrouver autour d'un repas et d'un spectacle. Le 19 décembre 2019**, le Party de Noël a rassemblé 56 membres du GASO** pour célébrer le temps des fêtes. Comme mentionné plus haut, le 25e anniversaire (qui remplaçait le Party de Juin) a été annulé en raison de la crise sanitaire.

Salon des Proches Aidants

Cet événement est organisé annuellement dans le cadre de la Semaine nationale des personnes proches aidantes, qui se déroule dans la première semaine de novembre, sous le slogan : « Parce que nous serons tous proches aidants ». Cette année, le Salon s'est déroulé le 4 novembre 2019, dans le Centre communautaire Marcel-Giroux, au 4501 avenue Bannantyne à Verdun.

L'événement a contribué à la collaboration de **22 acteurs.trices du domaine de la proche aidance**, qui ont tenu des kiosques pour présenter leurs services aux visiteurs du Salon. **C'est un total de 61 personnes proches aidantes** qui ont pu bénéficier de l'information divulguée durant l'événement. La journée s'est complétée avec une conférence offerte par **Blandine Soulmana, auteure-conférencière**, qui traitait sur la résilience dans le cadre de la proche aidance.

PLANIFICATION STRATÉGIQUE

Le Groupe des aidants du Sud-Ouest a officiellement entamé une planification stratégique en 2019-2020. Accompagné par Marie-Pierre Clavette en tant que consultante externe, l'organisme réoriente ses objectifs pour les cinq prochaines années. L'ébauche initiale de la planification stratégique, rédigée avant la pandémie, s'est vue complètement remodelée par le chamboulement engendré par la crise sanitaire. La planification a débuté par une démarche stratégique pour permettre au GASO de s'adapter rapidement aux changements imposés par l'arrêt des services en personne. La planification se déroulera jusqu'en 2021 et se conclura avec un plan détaillé pour les actions à venir.

Les grandes lignes de la nouvelle planification stratégique du GASO :

1. Consolider les liens avec les partenaires et les acteurs de la proche aidance ;
2. Formaliser le cadre de l'intervention psychosociale du GASO ;
3. Augmenter l'efficacité générale du fonctionnement interne du GASO ;
4. Crédibiliser l'organisme et l'expertise dont il dispose ;
5. Réorientation stratégique de l'organisme par rapport aux développements liés à la proche aidance.

PARTENARIATS

Pour être bien ancré dans les milieux où il est présent, le Groupe des Aidants du Sud-Ouest accorde une importance particulière à la concertation et au partenariat. Cette présence a demandé un investissement de 182 heures pendant l'année.

Nouveauté pour l'année 2019-2020

Le 2 juin 2020, l'organisme adhère à la **Charte de la bientraitance envers les personnes aînées lesbiennes, gaies, bisexuelles et trans proposée par la Fondation Émergence.** Une résolution est signée en conséquence.

Table de concertation

L'organisme est membre et participe aux tables suivantes :

- La Table 50 ans et plus de Dorval-Lachine
- Concert'action Lachine (CAL)
- La Table de développement social de LaSalle (TDS)
- La Table de concertation des aînés de LaSalle (TCAL)
- La Table de concertation des ressources pour aînés de Verdun (TCRAV)

Regroupements

L'organisme est membre des regroupements suivants :

- Regroupement des Aidants Naturels du Québec (RANQ)
- Regroupement des aidantes et aidants naturels de Montréal (RAANM)
- Coalition pour le maintien dans la communauté (COMACO)
- Chambre de commerce et d'industrie du Sud-Ouest de Montréal (CCISOM)

Nos partenaires

L'organisme peut compter sur de nombreux partenaires pour l'aider à réaliser sa mission. Le GASO remercie chaleureusement ses partenaires grâce auxquels l'organisme peut continuer à offrir des services essentiels au bien-être des personnes proches aidantes.

Financement à la mission

- L'APPUI pour les proches aidants d'aînés (APPUI Montréal)
- Ministère de la Santé et des Services Sociaux du Québec (PSOC)

Centres intégrés universitaires de santé et de services sociaux (CIUSSS)

- CIUSSS du Centre-Sud-de l'Île-de-Montréal (prêt de locaux, référencement, animation d'ateliers, soutien d'une organisatrice communautaire)
- CIUSSS de l'Ouest-de-l'Île-de-Montréal (prêt de locaux, référencement, animation d'ateliers, soutien d'un organisateur communautaire)

Centres intégrés universitaires de santé et de services sociaux (CIUSSS)

• CIUSSS du Centre-Sud-de-l'Île-de-Montréal (prêt de locaux, référencement, animation d'ateliers, soutien d'une organisatrice communautaire)

• CIUSSS de l'Ouest-de-l'Île-de-Montréal (prêt de locaux, référencement, animation d'ateliers, soutien d'un organisateur communautaire)

Arrondissements

- Cité de Dorval (prêt de locaux)
- Arrondissement de Lachine (reconnaissance et prêt de locaux)
- Arrondissement de LaSalle (reconnaissance et prêt de locaux)
- Arrondissement de Verdun (reconnaissance et prêt de locaux)
- Arrondissement du Sud-Ouest (prêt de locaux)

Soutien financier

- Madame Marguerite Blais, députée de Prévost, Ministre responsable des Aînés et des Proches aidants
- Madame Hélène David, députée de Marguerite-Bourgeoys
- Monsieur Enrico Ciccone, député de Marquette
- Madame Dominique Anglade, députée de Saint-Henri-Sainte-Anne
- Madame Isabelle Melançon, députée de Verdun
- La Caisse Desjardins de LaSalle
- Les anciens de Dorval
- La Soirée Santé de la Fondation de l'Hôpital LaSalle

Organisations : référencement et collaboration

- La Théière (Teapot)
- Le Centre Multi-Ressource de Lachine (CMRL)
- Le Centre du Vieux-Moulin (CVM)
- Action-Prévention Verdun
- Le Centre Saint-Antoine 50+
- Nova Montréal
- La Maison Gilles-Carle Évasion
- La Société Alzheimer de Montréal

COMMUNICATIONS

Le Groupe des aidants du Sud-Ouest mise énormément sur ses communications pour rejoindre davantage de personnes proches aidantes. Nous tentons le plus possible de varier nos outils de communications afin d'utiliser un nombre maximal de plateformes. En raison de la pandémie, le GASO a dû revoir entièrement ses outils de communications. Les outils de communication numérique ont pris une importance sans précédent durant **la période P1.**

Plateformes numériques

Notre page Facebook (@GASOMTL) ainsi que **notre site web** (www.gaso.ca) sont toujours accessibles et mis à jour hebdomadairement. Toute information pertinente peut être retrouvée sur le site web de l'organisme, et la majorité de nos documents administratifs importants s'y retrouve. Cependant, plusieurs membres de notre organisme n'ont pas accès aux plateformes numériques, donc nous continuons d'offrir un accès traditionnel à l'information à ces personnes.

Journal l'Info-Aidants

Notre journal mensuel sur huit pages couvre l'essentiel de l'information que l'organisme publie au courant du mois. Durant **la période AP**, nous pouvions y retrouver des informations pertinentes sur la proche aidance, mais aussi les différentes dates des prochains ateliers et conférences. Le même format était présenté sous forme numérique aux membres et aux partenaires. Tous les volumes de l'Info-Aidants sont disponibles sur le site web de l'organisme. De plus, le Journal Info-Aidants est imprimé et envoyé par la poste à une trentaine de nos membres qui n'ont pas accès aux technologies numériques.

L'infolettre : l'Info-Aidants virtuel

Afin de bien informer les membres et les partenaires sur les développements de la crise actuelle, un accent important a été mis sur la diffusion numérique de l'Info-Aidants virtuel. Ainsi, **durant la période P1**, l'utilisation de la plateforme *MailChimp* a été priorisée en raison de son efficacité pour les envois massifs. L'infolettre, envoyée mensuellement à tous les membres et les partenaires de l'organisme, est divisée en plusieurs sections. Entre autres, une section présente les ateliers mensuels du GASO, une section présente une mise à jour sur l'état de la crise sanitaire, et une autre section offre un résumé des nouveautés dans l'actualité liée à la proche aidance. Pour s'inscrire à l'Info-Aidants virtuel, les individus intéressés peuvent le faire sur le site web de l'organisme, au bas de la page d'accueil.

Présentations et sensibilisation

Le GASO offrait aussi, seulement durant la période AP, des présentations sur l'offre de service dans différents établissements de nos territoires desservis (voir la liste ci-dessous). L'objectif de ces présentations était d'informer les participants.es à propos de nos services, d'encourager le référencement et de développer des relations professionnelles pour améliorer le soutien offert aux personnes proches aidantes. Malheureusement, **durant la période P1**, en raison de la pandémie, aucune présentation n'a été offerte en présentiel.

Voici quelques présentations qui ont été organisées pendant la période AP :

19/09/2019 — Équipe de Soutien à Domicile LaSalle

01/10/2019 — Clinique de la mémoire Moe Levine Douglas

08/10/2019 — Clinique de réadaptation des travailleurs et travailleuses

22/10/2019 — Tournée organismes de Lachine

25/10/2019 — Salon des premiers citoyens de Dorval

28/10/2019 — Théière, CMRL et CLSC LaSalle (dépliants)

05/12/ 2019 — Cancer Québec

07/01/2020 — Centre de crise de l'Ouest-de-l'Île de Montréal

18/02/2020 — Équipe professionnelle du SAD, CLSC LaSalle

Entrevues radiophoniques

Afin de faire connaître et augmenter la notoriété du GASO, certains membres de l'équipe ont pris part à des entrevues afin de parler non seulement du groupe, mais de certains enjeux touchant la proche aidance. Tout d'abord, **pendant la période AP,** une entrevue radiophonique a été donnée avec M. Jean-Claude Duclos sur les ondes de CKVL avec Luc Chulak, ancien directeur général du GASO le 31 octobre 2019 avec comme thème « Ne me lancez pas des pierres ». Ensuite, une baladodiffusion avec l'Ordre des infirmières et infirmiers du Québec a été réalisée par Luc Chulak, ancien directeur général, le 29 janvier 2020.

Pour ce qui est de la **période P1**, deux entrevues ont été réalisées par le responsable des communications, Sébastien Houle. La première entrevue a été réalisée avec Jean-Claude Duclos sur les ondes de CKVL portant sur la démystification du terme « aidants naturels » et celui de « personne proche aidante ». Cette entrevue a été diffusée le dimanche 23 août 2020 à 10h. La deuxième entrevue a été réalisée avec Arlette Fara sur les ondes de Canal M portant sur « Qu'est-ce que la proche aidance ? » le 26 août 2020 à 17h00. Canal M, la radio de Vues et Voix (1986) est un forum d'échanges pour une société plus inclusive et une source d'inspiration et de possibilités pour les personnes en situation de handicap et leurs proches.

Quelques entrevues sont disponibles en ligne, en diffusion libre

Entrevue à l'Ordre des infirmières et infirmiers du Québec, avec Luc Chulak, 29 janvier 2020

https://soundcloud.com/oiiq/accompagner-les-proches-aidants

Entrevue à Canal M, avec Sébastien Houle, 26 août 2020

https://canalm.vuesetvoix.com/avec-arlette-fara-et-fulgence-bla-17/

FORMATION

Pour perfectionner leurs connaissances et leur rôle au sein de l'organisme, les membres de l'équipe ont participé, tout au long de l'année, à diverses formations. Il est bien évident que, pendant la pandémie, les formations se sont offertes en visioconférences puisqu'il était impossible d'assister à des formations en personne. Voici la majorité des formations et webinaires suivis par l'équipe en 2019-2020. L'équipe a investit plus de **105 heures** dans l'apprentissage continu.

Titre de la formation	Participant.es	Heures
Webinaire sur le déconfinement du milieu communautaire (CIUSSS)	Jiri, Sébastien	2
Rencontre de soutien aux intervenants.es en télétravail (RANQ)	Marie-Eve, Stéphanie	4
Intervention en milieu communautaire (Centre St-Pierre)	Marie-Eve	10
Le deuil une expérience difficile, un accompagnement possible (L'APPUI Mtl)	Marie-Eve, Stéphanie, Valérie	2
« Pour que vieillir soit gai » (Fondation Émergence)	Équipe entière	2
Premiers secours psychologiques: une réponse pour réduire la détresse lors de situations d'urgence (RANQ)	Stéphanie	2
Le soutien téléphonique (L'APPUI Mtl)	Marie-Eve, Stéphanie, Valérie	2
Full santé mentalement: ne confinez pas vos émotions, reSANTÉ-les	Stéphanie	2
Webinaire sur l'intervention psychosociale en temps de pandémie (RANQ)	Stéphanie, Valérie	2
Gestion du risque, de l'impuissance et de la détresse en intervention téléphonique (L'APPUI Mtl)	Stéphanie, Valérie	2
Webinaire sur les pratiques prometteuses (L'APPUI Mtl)	Équipe entière	2
Webinaire sur le deuil (RANQ)	Marie-Eve, Valérie	2
Conciliation travail-famille-vie personnelle: spécial pandémie (Centre St-Pierre)	Jiri, Marie-Eve, Stéphanie	1.5
Présentation d'un outil d'intervention en matière de maltraitance envers les personnes proches aidantes (RANQ)	Marie-Eve, Stéphanie, Valérie	2
Webinaire sur la prévention du suicide en temps de pandémie (RANQ)	Marie-Eve, Stéphanie, Valérie	2
Formation sur le deuil (L'APPUI Mtl)	Marie-Eve, Stéphanie, Valérie	2
English Conversation – Session intensive (UQAM)	Valérie	20
Formation linguistique : conversations en anglais (ACA)	Stéphanie	15

ÉVALUATION DES SERVICES

L'année 2019-2020 met au défi la méthode traditionnelle du GASO pour l'évaluation annuelle des services offerts. Évidemment, puisque nos ateliers et nos services en personne ont été suspendus pendant la majorité de l'année, il est difficile d'évaluer réellement l'impact individuel de chaque service. En conséquence, l'équipe permanente, en collaboration avec le Conseil d'administration (CA), a développé un sondage virtuel de nature qualitative de 7 questions pour faire le point sur la satisfaction des services reçus. Ce sondage s'est conduit par téléphone, grâce à l'aide bénévole des membres du CA, et a permis aux membres qui ont bénéficié de nos services de nous partager leur rétroaction.

(1) Qu'est-ce que le GASO, en quelques mots ?

42% trouvent que le GASO représente **le soutien et l'aide**.

26% trouvent que **l'écoute et l'accès à l'information** sont le noyau du GASO.

20% trouvent plutôt que **l'échange et le partage** représentent bien l'organisme.

(2) Qu'est-ce qui nous rend unique en tant qu'organisme ?

À notre grand bonheur, nous avons récolté plusieurs réponses toutes aussi pertinentes.

32% trouvent que **l'accessibilité et la disponibilité** de nos intervenantes rend le GASO unique.

26% affirment que **l'expertise** de l'organisme est unique.

(3) Quels besoins sont apparus et auraient pus être comblés durant la pandémie ?

53% ont dit avoir vécu de la **solitude et de l'isolement** durant la pandémie.

63% ont dit avoir reçu plusieurs **appels téléphoniques** qui les ont beaucoup aidés durant les moments difficiles.

Remarques importantes

- L'attention particulière que nous offrons à nos membres ainsi que notre approche personnalisée semble rendre unique le GASO.
- Le besoin de partage et le manque de contact humain ont été des réponses qui revenaient très souvent.

(4) Comment nos services ont-ils contribué au bien-être de nos bénéficiaires ?

54% affirment que le **partage et les échanges** avec les intervenantes, mais aussi avec d'autres membres de l'organisme leur **permet d'entreprendre des réflexions** sur plusieurs aspects de leurs vies (mettre ses limites, reconnaissance, sentiment de culpabilité et d'épuisement, etc.)

18% trouvent que l'information distribuée est pertinente et permet un apprentissage (par le biais des publications, des capsules vidéo, etc.)

20% affirment que **l'écoute active et la confiance** sont des points forts dans nos services et aident plusieurs membres à discuter et échanger.

(5) Comment pouvons-nous améliorer nos ateliers afin qu'ils soient plus aidants pour nos membres ?

26% croient qu'il vaudrait mieux avoir plus d'échange et d'interactions entre les membres durant les ateliers.

23% ont laissé entendre qu'ils/elles aimeraient qu'ils soient offerts plus fréquemment (2 fois par semaine par atelier).

56% se disent satisfait.es des ateliers proposés.

(6) Nous avons demandé ce que nous pouvions faire de plus pour soutenir nos membres.

29% trouvent que notre organisme leur offre de très bons services et se trouvent satisfait.es.

23% trouvent qu'il manque de groupes d'entraide afin de pouvoir échanger entre personnes proches aidantes des différentes réalités vécues par elles.



(7) Qu'est-ce que nos membres viennent chercher auprès du GASO ?

64% disent venir cherche du **soutien et de l'accompagnement** à notre organisme. L'accompagnement offert par nos intervenantes permet une meilleure gestion et reconnaissance de leur rôle.

36% ont souligné qu'elles/ils venaient à l'organisme pour chercher des informations pertinentes à leur situation ainsi que diverses ressources en proche aidance (ex. documents, formulaires).

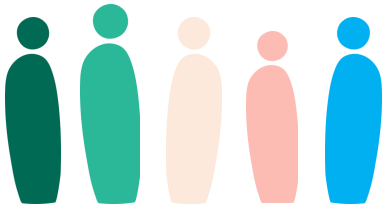
L'équipe permanente du Groupe des aidants du Sud-Ouest aimerait chaleureusement remercier **Denise Brault, Lorraine Bélanger, Micheline Leblanc** et **Nancy Loporcaro** pour l'aide bénévole qu'elles ont offerte pour effectuer 50 sondages téléphoniques.

HORAIRE ET COORDONNÉES

L'organisme est ouvert 51 semaines par année.
Il est possible de prendre rendez-vous en soirée, sur demande, entre 17h00 et 20h00.

HORAIRE D'OUVERTURE*

Lundi	9 à 17h
Mardi	9 à 17h
Mercredi	9 à 17h
Jeudi	9 à 17h
Vendredi	9 à 17h



*L'accès au siège social a été lourdement affecté par la pandémie. L'organisme fonctionnait principalement en télétravail pendant la majorité de la période P1. Les visites en personne étaient uniquement possibles par rendez-vous. L'équipe demeure disponible par téléphone et par courriel en tout temps.

GROUPE DES AIDANTS DU SUD-OUEST
DEPUIS 1995

ADRESSE PRINCIPALE

Bureau 405 — 7475 boul. Newman,
H8N 1X3, LaSalle,
Québec, Canada

info@gaso.ca

Tél. 514 564-3061
Téléc. 514 564-3081

www.gaso.ca

RAPPORT ANNUEL 2019-2020

GROUPE DES AIDANTS DU SUD-OUEST

Bureau 405 — 7475 boul. Newman
H8N 1X3, LaSalle
Québec, Canada
Tél. 514 564-3061
Télec. 514 564-3081
info@gaso.ca
www.gaso.ca

GASO
DEPUIS 1995

Nous avons votre réalité à cœur