

# Rapport annuel

Association des Arthritiques  
du Saguenay/Lac-St-Jean

2024  
2025



Association  
des Arthritiques  
**SLSJ**

Une année bien remplie avec des activités choisies par les membres, du plaisir et un taux de participation en hausse.

La mobilisation de l'équipe et des membres nous permet de croire au futur de l'Association.

C'est donc sous le signe de la bonne humeur que notre organisme vivra cette nouvelle transition.

Longue vie à l'Association !

# Table des matières

Mot de présentation .....	2
Mot de la présidente .....	4
Mot de la directrice .....	5
Mot de la nouvelle coordonnatrice .....	6
Conseil d'administration .....	7
Présentation de l'organisme .....	8
Territoire et clientèle.....	9
Membres et exercices physiques.....	10
Promotion et visibilité .....	11
Nouvelles de l'Association .....	12
Partenaires et ACA .....	13
Action bénévole .....	14
Vie associative et comités.....	15
Services aux membres.....	16
Choix des activités.....	17
Activités et personnes rejoindes.....	18
Exercices physiques et taux de participation.....	19
Témoignages et souvenirs .....	20
Promotion, ressources et représentation .....	22
Plan d'action.....	24
Mise à jour et projets 2025-2026.....	26
Conclusion .....	27

# Une belle expérience



## MOT DE LA PRÉSIDENTE



Chers membres,

J'espère que vous allez bien et que vous êtes satisfaits de l'année qui se termine. Personnellement j'ai rempli mon rôle de présidente au mieux de mes connaissances.

J'ai assisté aux différentes réunions, C.A. activités diverses et aux exercices. J'ai également été privilégiée de travailler avec une équipe formidable.

Merci à Colette, Yvon, Lise, Danielle, Denis, Lucien ainsi qu'à Germain qui nous a rendu un grand nombre de services.

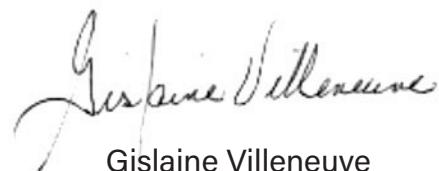
Merci aux bénévoles pour votre implication, chaînes téléphoniques et autres, vous êtes précieux.

Un merci spécial à notre coordonnatrice Guylaine qui a effectué un travail formidable pendant toutes ces années et bienvenue à sa remplaçante Isabelle.

Pour ma part, je termine mon mandat et je laisse la place à la relève à qui je souhaite du succès dans ce nouveau défi. J'ai eu beaucoup de plaisir à vous côtoyer chers membres, vous êtes inspirants.

Merci de m'avoir permis de vivre cette belle expérience.

Bonne continuité



Gislaine Villeneuve

# Pour une dernière fois



## MOT DE LA DIRECTRICE



Chers membres,

J'ai le privilège de vous présenter pour la 17<sup>e</sup> et dernière fois cette année, le rapport annuel des activités de l'Association des arthritiques du Saguenay/Lac-St-Jean.

Comme vous le savez, je prends ma retraite fin juin. Je pense que nous avons trouvé une personne qui saura relever le défi et coordonner le travail à accomplir pour l'Association et vous tous chers membres.

C'est avec plaisir que je me joins à Gislaine et aux membres de notre conseil d'administration pour vous présenter ce rapport annuel.

Merci Gislaine d'avoir été là pour m'appuyer dans mon travail et pour le soutien dans toutes les situations : pour la préparation de la salle, pour gérer le matériel nécessaire pour donner les exercices avec Colette et Yvon, etc... Vous êtes des piliers de notre équipe.

Merci aussi à Lise, Denis et Germain qui a remplacé Lucien. Merci à Danièle. Vous êtes une équipe formidable, mais surtout de superbes amis. Ce fut un plaisir et un honneur de travailler pour vous tout au long de ces 17 années.

Je vous remercie sincèrement de votre loyauté et de m'avoir permis de me réaliser à vos côtés.

Un merci spécial à vous tous qui vous êtes déplacés, c'est extrêmement apprécié.

Bonne AGA !



Guylaine Boivin

# Prête pour une nouvelle aventure

## MOT DE LA NOUVELLE COORDONNATRICE

C'est avec enthousiasme et gratitude que je me joins à votre magnifique association. Je suis fière et prête à relever ce nouveau défi qui me tient à cœur.



J'aimerais remercier Guylaine pour son soutien, pour le transfert de connaissances mais aussi pour toutes les activités et le rayonnement de l'Association depuis 17 ans. Tu es une personne pétillante et généreuse et je ferai de mon mieux pour poursuivre ton beau travail.

Merci aussi à Gislaine pour l'accompagnement, la gentillesse et le beau modèle de bienveillance.

Merci aux membres du conseil d'administration et à la Troc 02 de croire en moi et au futur de l'Association. Votre soutien et votre présence vaut de l'or.

Finalement merci à vous chers membres. Merci d'être aussi accueillants et prêts à continuer cette belle aventure avec moi.



*Isabelle Gagnon*  
Isabelle Gagnon



# LE CONSEIL D'ADMINISTRATION



Gislaine Villeneuve  
Présidente



Lise Villeneuve  
Administratrice



Colette Fortin  
Trésorière

9  
réunions régulières  
du conseil  
d'administration



Yvon Langevin  
Vice-président



Denis Bouchard  
Administrateur



Lucien Morin  
Administrateur

Les personnes  
sur le conseil  
d'administration  
sont membres  
de l'Association.



Danièle Tremblay  
Secrétaire



Germain Boilly  
Administrateur  
en remplacement  
de Lucien Morin

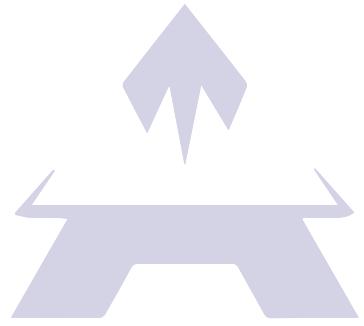


Guylaine Boivin  
Représentante du personnel

C'est avec grand plaisir que nous vous disons notre reconnaissance pour votre participation élevée aux activités cette année. Nous travaillons chaque jour à améliorer nos services et à atteindre nos objectifs.

Vous trouverez dans les pages qui suivent des événements marquants, un retour sur les activités, des témoignages, quelques photos, des informations pertinentes mais aussi un regard sur ce qui s'en vient pour notre belle association.

# Présentation de l'organisme



## Mission

Favoriser le bien-être des personnes atteintes d'arthrite par :

L'INFORMATION, LA SENSIBILISATION, L'ENTRAIDE,  
LE SOUTIEN, LA PRÉVENTION ET LA RECHERCHE.

Défendre et promouvoir les intérêts des  
personnes atteintes de la région 02.

L'Association permet  
la rencontre de personnes  
atteintes d'arthrite et vivant  
les mêmes difficultés,  
favorisant ainsi des  
solidarités nouvelles,  
des liens d'amitié  
et d'entraide.

## Objectifs

Apporter aide et soutien aux membres et leurs familles ;

Informier ces derniers sur les diverses formes  
de maladies arthritiques ;

Augmenter la qualité de vie des personnes atteintes ;

Proposer des formations, de l'entraide et des conférences afin de mieux les informer.

**Rencontre mensuelle**  
**le 3<sup>e</sup> mardi de chaque mois**  
(à moins d'avis contraire)  
généralement au Chalet  
du Parc Rosaire Gauthier,  
700 rue Bégin, Chicoutimi, G7H 7Y6

**Exercices physiques**  
Deux fois par semaine:  
lundi et mercredi de 9h30 à 10h30  
Au centre des arts et de la culture  
de Chicoutimi

L'Association des arthritiques du Saguenay/Lac-St-Jean fut fondée le 7 décembre 1987,  
par Marie-Laure Pilot, Murielle Chalifour, Hélène Dufour, France Baillargeon et Lisette Boivin.

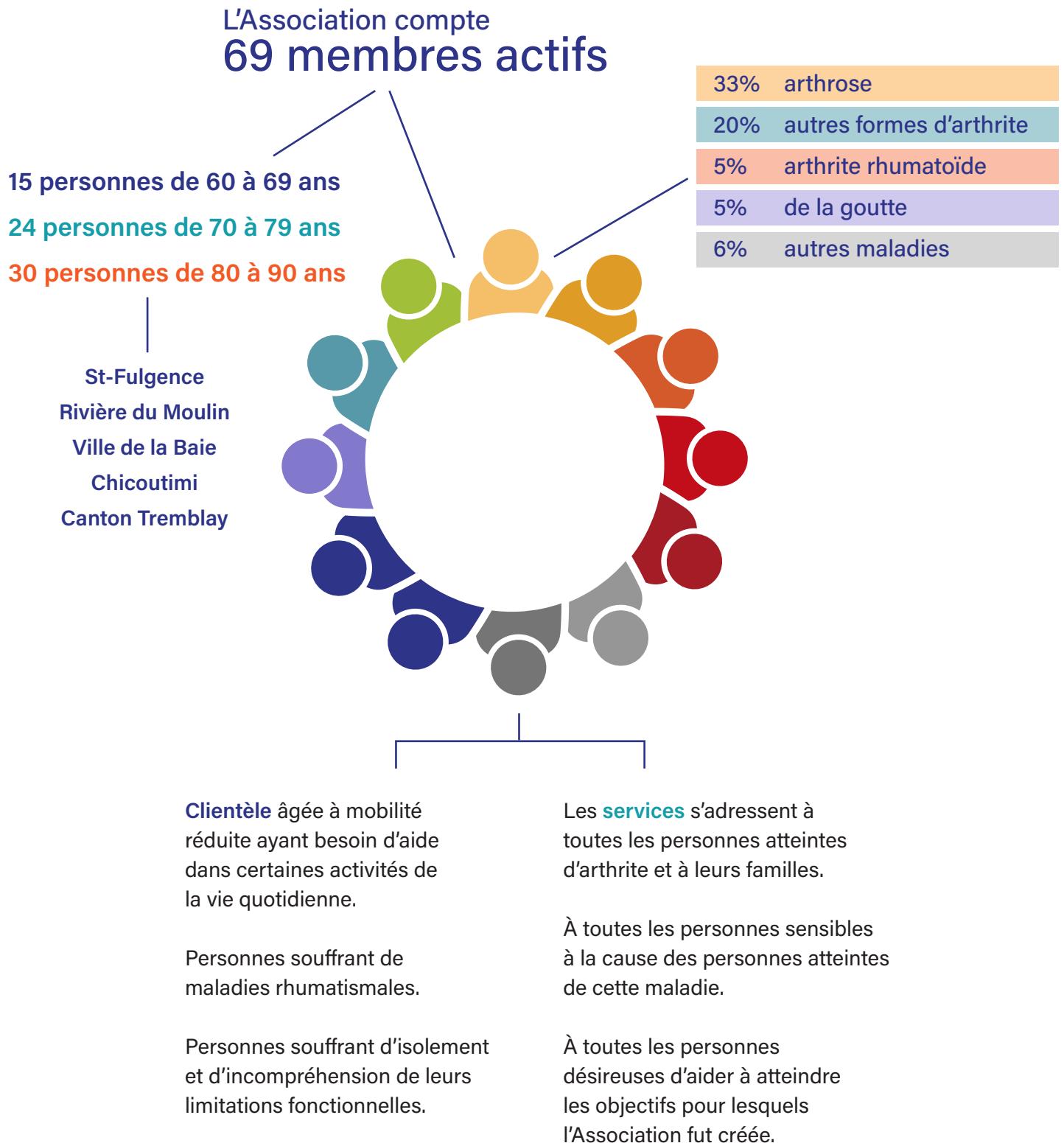
**Horaire de l'organisme :** 8h à 16h du lundi au vendredi

Tél. : **418-549-2002**      Courriel : [aasljsj@videotron.ca](mailto:aasljsj@videotron.ca)

Directrice : Guylaine Boivin    Responsable de la loi 25 : Guylaine Boivin

# Territoire et clientèle

L'Association dessert la région du Saguenay/Lac-St-Jean



# Membres et exercices physiques



Membres en règle issus de la communauté active votante.



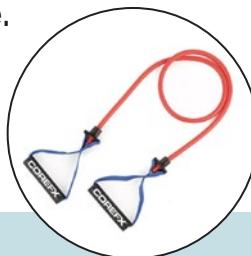
2022	59
2023	68
2024	69

L'intérêt pour l'Association vient du bouche à oreilles, des réseaux sociaux, des journaux et des quelques personnes qui ont entendu parler de nous par leur médecin et les rhumatologues.

**45 personnes** sont inscrites aux exercices sur **69 membres**.



Du matériel pour les exercices physiques a été remis aux membres lors des inscriptions et se fut très apprécié.



**La demande est grande.**

Notre salle à une capacité de 40 à 45 personnes avec les animateurs.

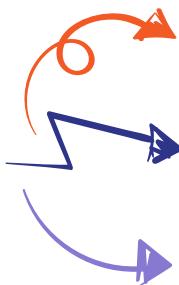


**Subvention ARLPH 900\$**

Cette subvention est utilisée à des fins administratives et aux équipements sécuritaires pour les exercices.

# Promotion et visibilité

Les dépliants ont été mis à jour.



Distribution

Relance téléphonique

Envos courriel



Offre régionale

2 personnes sont formées pour offrir des présentations.

Nous avons fait **une présentation** au Lac-St-Jean.

Nous avons aussi fait une relance dans les résidences pour aînés et les CHSLD dans plusieurs endroits de la région pour sensibiliser les gens aux maladies arthritiques et offrir nos services.

Nous allons continuer la démarche en 2025 et 2026.

## Visibilité

- Sur internet, la télévision communautaire et le journal.
- Inscription à la liste des services communautaires disponibles dans la région.
- Inscription dans le *Guide des services offerts aux personnes handicapées* de la Ville de Saguenay.
- Publicité gratuite au bottin 211, site web TROC 02 et à celui de la Fadoc de Labrecque.
- Stylos de l'Association avec nos coordonnées.
- Le nouveau dépliant a été distribué dans les pharmacies, les cliniques médicales, aux séances d'information et à la présentation de l'Association.



Remis à l'AGA à chaque membre.  
Distribué aux participants lors des présentations.



Nous publions 2 journaux par année



Promotion pour les membres



Cadeau offert aux membres pour leurs anniversaires

# Nouvelles de l'Association

## L'Équipe et les membres

### Participation

Les membres ont invité leurs conjoints et amis à faire partie de l'Association.

Nous espérons dans la prochaine année avoir de nouvelles adhésions.

### Comité administratif

Nous avons dû remplacer les animateurs des exercices physiques pendant un certain temps suite à des enjeux de santé.

La présidente du C.A. et des membres ont pris la relève pour cette période.

### Enjeu rencontré

#### Travaux de la Ville de Saguenay au parc Rosaire Gauthier

Nous avons dû changer de local pour nos rencontres mensuelles les mardis soirs pendant la période de travaux. Les transferts dans différents locaux temporaires étaient difficiles pour les aînés. Le stationnement était moins accessible pour notre clientèle.

Le retour dans notre local au Parc Rosaire Gauthier est très apprécié.

### Coordonnatrice

Horaire de travail sur 5 jours à raison de 6 heures par jour. Nouvelle personne en poste à prévoir pour juin 2025, madame Guylaine Boivin part à la retraite.

La gestion des locaux a causé une surcharge de travail, doublant aussi le travail pour les appels aux membres.

Nous avons manqué de temps pour participer aux différentes tables de concertation et pour faire de la représentation.

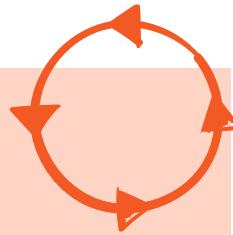
## Demande d'aide à la Troc 02

Pour préparer la transition de l'Association avec le départ à la retraite de la coordonnatrice, l'embauche d'une nouvelle ressource et le départ de plusieurs membres de C.A.

# Partenaires et ACA

## Nos partenaires

- Ville Saguenay : prêt de locaux
- Emploi Québec, INCLUSIA : subvention salariale
- PSOC : subvention à la mission globale
- ARLPH et AQLPH : aide aux exercices et assurances
- TROC 02 : consultations et formations
- CIUSSS du Saguenay-Lac-St-Jean :  
David-Alexandre Lalancette, M.Sc., Kinésiologue : Vie Active
- Société d'arthrite de Montréal : information et documentation



Nous sommes heureux de compter sur le soutien de **partenaires** qui permettent la tenue de nos activités, le financement du personnel et du matériel, le soutien pour notre fonctionnement et des connaissances pour offrir les meilleures services possibles.

L'Association des arthritiques est née d'une initiative et d'un besoin de la communauté. Nous sommes fiers de faire partie du réseau de l'action communautaire autonome (ACA) et de mettre l'avant nos valeurs dans chacun des critères qui la définissent.

### Voici les critères qui définissent l'action communautaire autonome



1. Être un OSBL
2. Être enraciné dans la communauté
3. Entretenir une vie associative et démocratique
4. Être libre de déterminer sa mission, ses pratiques, ses approches
5. Avoir été constitué à l'initiative des gens de la communauté
6. Avoir une mission sociale qui lui soit propre et qui favorise la transformation sociale
7. Faire preuve de pratiques citoyennes et d'approches larges, axées sur la globalité des problématiques abordées
8. Être dirigé par un conseil d'administration indépendant du réseau public



# Action bénévole

L'Association peut compter sur la présence et la disponibilité de ses membres et du conseil d'administration qui par leurs actions bénévoles, permettre la tenue des activités et favorise l'entraide. Tous les petits gestes comptent et l'implication est essentielle pour continuer d'offrir nos services.

## Déjeuner des bénévoles

Pour remercier les membres pour leur implication, un déjeuner est organisé une fois par année.

**Merci aux 18 bénévoles présents !**



## Garder le contact

Les groupes de discussion et socialisation sur *Messenger* permettent à ceux qui utilisent les médias sociaux, de communiquer en dehors des activités, de prendre des nouvelles et de nourrir leurs amitiés.

## Des actions qui font la différence



Proposer du co-voiturage afin de permettre à d'autres membres d'assister aux rencontres et activités faute de transport.

S'occuper des appels téléphoniques pour rejoindre tout les membres.

Donner de son temps pour le montage de salle, l'animation, la musique...

Participer aux levées de fonds

Faire de la sensibilisation et donner de l'information

S'impliquer dans le réseau communautaire pour continuer de faire la différence : conseils d'administration, colloques, rencontres informatives.

# Vie associative

Au sein du conseil d'administration de l'AASLSJ, la démocratie est une valeur essentielle. Tous les membres y ont leur place et l'expérience de chaque personne enrichit nos réflexions. L'engagement du C.A. et de la coordination est à la base de la vie associative de l'organisme. Nous voulons que nos services et activités soient accessibles à tous nos membres et nous veillons à ce que tous ceux qui le désirent prennent plaisir à participer.



## Les comités

Comité vérification financière	12 rencontres
Comité téléphone / exercices physiques	4 rencontres
Comité téléphone marche	1 rencontre
Comité voyage	2 rencontres
Comité soutien informatique	2 rencontres
Comité support administratif	8 rencontres

**6 comités 29 rencontres**

L'implication sur les comités apporte beaucoup au fonctionnement de l'Association.

Les nombreuses rencontres et la mobilisation des membres est essentielle.



# Services aux membres



- Faire le lien avec les familles pour briser l'isolement de nos membres.
- Sensibiliser les familles sur l'impact de la maladie pour les personnes atteintes mais aussi sur l'impact de l'isolement sur leur santé mentale.
- Informer sur les ressources et services disponibles dans le réseau.
- Accompagner des membres à travers les différentes phases de leur maladie.
- Aider à l'auto-prise de leur santé et au maintien de cette dernière.
- Réseautage.
- Offrir écoute, formation, entraide et contact avec les rhumatologues, en cas d'urgence.
- les ACTIVITÉS MENSUELLES apportent aide, soutien et échange et elles se tiennent en général le 3<sup>e</sup> mardi du mois au Parc Rosaire Gauthier. Le local est prêté par la ville de Saguenay.
- l'ÉCOUTE ACTIVE auprès de nos membres qui le désirent.

Nous avons augmenté l'écoute aux membres. Des appels téléphoniques sont faits pour vérifier leur état de santé et leur moral s'ils sont absents aux activités. Nous sommes présents pour répondre à leurs questionnement, pour briser l'isolement et les invités à fraterniser.

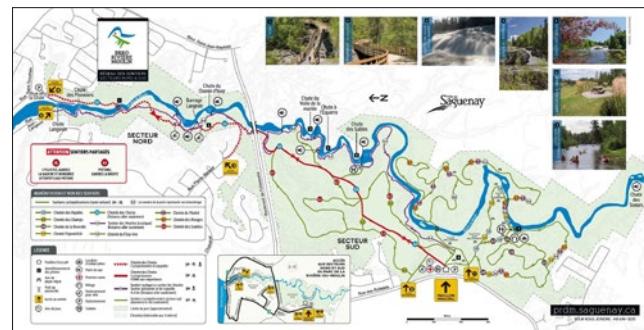
- le SOUTIEN INFORMATIQUE (au besoin)
- les EXERCICES PHYSIQUES : Offerts aux membres 2 fois par semaine de la mi-septembre à la mi-mai au Centre des arts et de la culture. Le local est prêté par la Ville.



À partir de la fin des exercices physiques fin mai, nous offrons **des marches au Parc Rivière du Moulin.**

Nous avons fait **3 marches** les 3, 10 et 17 juin 2024.

*Nous offrons un prix de participation*





## Choix des activités

À la première activité en septembre, nous faisons une concertation avec les membres pour recueillir leurs suggestions de choix d'activités mensuelles. L'Association organise des rencontres sociales et des conférences sur des sujets qui touchent la clientèle et qui répondent à leurs questionnements ou leurs inquiétudes.

Les bingos, les rallyes, les soupers levée de fonds et les soirées amicales sont très populaires et sont des activités parfaites pour profiter de beaux moments et se faire un réseau.

Les conférences et les séances d'information sont des moments privilégiés pour discuter, garder le moral et parler de ses inquiétudes.

Nous offrons de l'information à nos membres sur l'arthrite et sur les services régionaux. Notre mission consiste aussi à faire de la sensibilisation auprès de la population générale.

L'implication bénévole est mise en valeur et les membres sont encouragés à créer des liens et à s'engager au sein de l'organisme et la population.



# Activités et personnes rejoindes

## Activités mensuelles

16 avril 2024	Atelier SANTÉ MENTALE (ANNULÉ) Ouvert au public : bingo	29 personnes
21 mai 2024	AGA	57 personnes présentes (Besoin de 35 personnes pour le quorum)
17 septembre 2024	Souper méchoui Activité de consultation des membres et inscriptions aux exercices	Ouvert au public 50 personnes
15 octobre 2024	Conférence La maltraitance et la bienveillance. Ouvert au public	Membres et amis 29 personnes
19 novembre 2024	Bingo	Ouvert au public 33 personnes
3 décembre	Souper de Noël	61 personnes
21 janvier 2025	Activité spéciale : convocation des membres Suivi pour l'Association : implication des membres, nouveau C.A. et animateurs	29 personnes
18 février 2025	Souper canadien et rallye	45 personnes
18 mars 2025	Conférence sur la fraude donnée par un policier de la Ville de Saguenay	24 personnes

357 participations  
aux 9 activités mensuelles

## Sorties de groupe

15 mai 2024	Déjeuner des bénévoles Repas offert au Restaurant Roberto	18 bénévoles
25 juin 2024 / sortie d'été	Voyage Fjord et monde	Membres et amis 44 personnes
2 juillet 2024 / sortie d'été	Voyage Val-Jalbert	Membres et amis 44 personnes

# Exercices physiques



33 séances d'exercices en 2024

21 séances d'exercices en 2025

## Taux de participation

Avril 2024	Participants
3	24
8	31
10	19
15	26
17	21
22	21
24	18

Mai 2024	Participants
1	28
6	26
8	27
13	27
15	26

Sept. 2024	Participants
18	27
23	28
25	32

Oct. 2024	Participants
2	29
7	28
9	25
16	23
21	26
23	28
28	27
30	25

Nov. 2024	Participants
4	29
6	29
11	32
13	30
18	26
20	20
25	31
27	5

Déc. 2024	Participants
2	32
4	23

Janv. 2025	Participants
13	24
15	23
20	21
22	17
27	27
29	21

Fév. 2025	Participants
3	27
5	25
10	23
12	23
17	TEMPÊTE
19	TEMPÊTE
24	24
26	22

Mars 2025	Participants
10	20
12	17
17	26
19	21
24	23
26	24
31	11

1268 participations en 54 séances!



# Témoignages et souvenirs

J'apprécie grandement que vous m'envoyez le lien pour participer à des conférences et séances d'information en zoom. Continuez votre travail.

Je profite de l'occasion pour remercier tous les membres du conseil d'administration :

Mme Colette, M. Yvon et Mme Gislaine pour le conditionnement et notre merveilleuse personne ressource Mme Guylaine pour ces années de bons services. Je veux également souhaiter la bienvenue au nouveau conseil d'administration et aux nouvelles personnes pour les activités physiques ainsi qu'à la nouvelle personne ressource.

Bienvenue

*Alain Girard*



Je suis toujours heureuse de participer aux exercices afin de me garder en forme et en santé et rencontrer les autres participant.tes. Je dis un gros merci au conseil d'administration.

*Rose-Annette Villeneuve*

C'est toujours avec plaisir que, depuis près de 10 ans, je fais des exercices physiques avec le groupe de l'Association des arthritiques. Pour la première fois de ma vie, j'aime ce genre d'activité... Et je suis convaincue que cela contribue à me garder en santé. De plus, j'apprécie la possibilité de rencontrer de nouvelles personnes et d'agrandir mon cercle d'amis. Merci à toutes les personnes qui organisent et animent les activités de groupe.

*Lily Martel*



Je suis ravie,  
motivée de faire partie  
de votre groupe afin  
de me tenir en forme,  
rencontrer des gens  
sympatiques et participer  
aux belles activités.  
Un gros merci à vous  
tous pour votre beau  
dévouement à  
notre égard.

*Linda Hudon*



Encore un lundi... que fait-on cette semaine.  
Ah oui on commence par les exercices de la société de  
l'arthrite. Que du bonheur avec de belles personnes.  
Aussi vraiment un beau moyen de fraterniser et de sortir  
de notre zone de confort. Et surtout de ne pas trop rouiller...  
pour la survie de nos articulations.  
À faire tous les jours comme dit si bien Yvon.  
Merci aux bénévoles qui nous accueillent avec  
le sourire les lundis et mercredis. Merci à  
notre dévouée Guylaine et son conseil  
d'administration.  
Ça fait plusieurs années que je participe  
à ces rencontres et j'espère y aller  
encore longtemps. Encore active  
et contente de l'être.

*Lise Delisle*

Ce voyage m'a permis de connaître  
notre belle région. Merci à Monsieur Simard notre  
guide qui nous parle avec son cœur et partage de  
beaux souvenirs avec nous de l'héritage de ses  
ancêtres. Je me suis sentie comme un membre  
de sa famille. Merci pour cette belle journée.



# Promotion, ressources et représentation

## Promotion

Il est important de garder le contact avec les autres organismes et regroupements du milieu afin d'être bien informé sur les changements dans les lois et les négociations avec les instances gouvernementales qui peuvent nous toucher particulièrement.

## Représentation dans la région / Projet Région 02

**Notre association se fait un point d'honneur de fournir de l'information et des présentations aux organismes et instances de la région qui le désirent.**

Nous voyons à l'envoi courriel du dépliant ou de toutes autres informations nécessaires et à la distribution de nos outils promotionnels sur le territoire.

Les présentations sont accompagnées d'un document visuel power point d'une durée d'environ une heure et permet des échanges entre les participants.

Aussi disponible : conférences sur l'arthrite par web conférence en direct de Montréal. (ZOOM)

- 2 présentations ont été faites cette année.
- Un budget de 2000\$ est retenu pour les déplacements, préparatifs et les outils promotionnels.

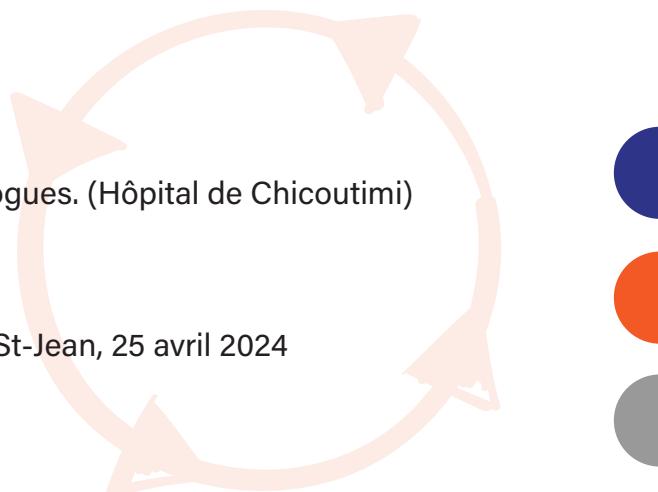
Demandes en attente :

**Relance à faire en septembre**, nous avons une demande au Lac-St-Jean à la maison campagne et entraide communautaire du Lac.

**À faire** : Répondre à la demande du CLSC de la Baie d'envoyer des dépliants de l'Association.  
*Nous le ferons après le déménagement de l'Association.*

## Concertation

- Travail en collaboration avec l'infirmière des rhumatologues. (Hôpital de Chicoutimi)
- Sondages gouvernementaux et autres.
- Questionnaire en ligne: ARLPH / AQLPH
- Séance d'information des arthritiques donnée au Lac St-Jean, 25 avril 2024
- Déjeuner des bénévoles, 15 mai 2024



# Ressources, financement et soutien

Organismes  
ressources  
**Troc 02  
CDC du Roc**

- Groupe INCLUSIA qui couvre 50% du salaire\*
- Programme de soutien aux organismes communautaires (PSOC)
- Ville de Saguenay
- Dons des membres, représentation dans les salons funéraires, dons du public
- Environ 25 bénévoles impliqués
- Levées de fonds
- CIUSSS du Saguenay-Lac-St-Jean : David-Alexandre Lalancette, M.Sc., Kinésiologue : Vie Active
- Assurances avec l'AQLPH et l'ARLPH
- Gobeil & Desbiens CPA
- Bottin de la FADOC de Labrecque
- Réseau des municipalités et des éclaireurs

\* La subvention au salaire gérée par le Groupe Inclusia ne sera pas accessible à l'arrivée de la nouvelle coordination. Un suivi sera fait rapidement.

## Représentation

AGA : AQLPH, 10 juin 2024

AGA : CDC du ROC, 12 juin 2024

AGA/ AGE : ARLPH, 18 septembre 2024 zoom

AGA / AGE: ARLPH, 26 septembre 2024

AGA : TROC 02, 13 novembre 2024



## Colloque et rencontres

2 tournées de secteur TROC 02, 4 juin 2024 et 25 février 2025

1 rencontre d'appel de projets pour le FSDBEC, 17 septembre 2024

1 concertation régionale, 10 octobre 2024

1 colloque régional en *action communautaire autonome*, 16 et 17 octobre 2024

1 rencontre de concertation des organismes communautaires secteur SLSJ, 10 octobre 2024

## Enquête, sondage, formations

2 rencontres avec le Groupe Inclusia, Août 2024 (plan d'action) Évaluation (janvier 2025)

1 enquête québécoise auprès des organismes communautaires, 3 septembre 2024

1 sondage Troc 02, comité liaison, sujet : Rencontre CIUSSS

Troc 02 : 1 formation de rehaussement PSOC, zoom, 28 janvier 2025

Troc 02 : 1 formation reddition de compte, zoom, 18 mars 2025

Échange d'information avec Diabète Saguenay et 1 rencontre avec la FADOQ



# Plan d'action

1

## SERVICES ET SOUTIEN AUX MEMBRES INFORMATION ET RÉFÉRENCES

2

## PROMOTION ET SENSIBILISATION PRÉVENTION ET FORMATION

3

## RECRUTEMENT

### OBJECTIFS EN CONTINU

- Poursuivre les activités de formation. Offrir au minimum **une** formation pour le C.A. et **une** formation pour les membres chaque année.
- Former de nouveaux animateurs.
- Marches extérieures en juin pour les membres intéressés. (proposition marches hivernales)
- Offrir le journal - Articulaction
- Répondre aux demandes d'information téléphoniques, postales et courriels dans les meilleurs délais.
- Connaître l'équipe traitante en rhumatologie dans la région.
- S'assurer de pouvoir offrir une conférence annuellement.

- Faire connaître notre organisme partout dans la région et distribuer nos dépliants et outils promotionnels pour fournir de l'information.
- Poursuivre notre programme de prévention sur tout le territoire régional.
- Offrir des rencontres de sensibilisation sur l'arthrite pour les intervenants du réseau.
- Proposer aux membres du conseil d'administration des formations offertes par le milieu communautaire afin de susciter leur intérêt et développer leurs connaissances.
- Offrir à l'employée des formations pouvant améliorer la qualité de son service auprès des membres.

Poursuivre la tenue d'activités sociales et permettre aux membres d'inviter leurs amis(es).

Offrir un environnement agréable et adéquat et s'assurer d'avoir des salles assez grandes.

Promouvoir l'élection du membre de l'année et mettre de l'avant l'action bénévole.

Continuer la distribution des dépliants de l'Association dans des endroits stratégiques pour rejoindre la population.

### OBJECTIFS 2025-26 / 2026-27

- Revoir les services et liens possibles avec les ressources en rhumatologie.
- Actualiser le programme d'exercices physiques.
- Augmenter l'écoute active, le soutien et l'information. (bonjours saisonniers et bonjours visites)
- Développer de nouveaux projets et services.

- Augmenter notre visibilité au Lac-St-Jean et développer un réseau de contacts dans la région.
- Maintenir l'accessibilité et le service de prise de rendez-vous auprès des rhumatologues dans la région ou à l'extérieur.
- Commencer les démarches pour voir l'intérêt des gens du Lac-St-Jean pour un service de mise en forme.

Créer une page Facebook pour offrir de l'information directement à nos membres mais aussi rejoindre la population et les instances régionales.

Faire la promotion de nos activités et des bienfaits visibles sur nos membres. (marche, exercices, voyages, etc.)

**4****SECRÉTARIAT  
ET COMPTABILITÉ**

S'assurer d'une présence au bureau pour répondre aux appels et faire un suivi journalier des courriels.

S'assurer d'avoir le matériel et les équipements appropriés pour effectuer les tâches de secrétariat.

Tenir la comptabilité à jour et préparer le bilan financier pour l'AGA.

Effectuer les réservations pour les salles, les conférences et les repas pour toutes les activités de l'année.

**5****FINANCEMENT**

Continuer la recherche de financement permanent afin de consolider le poste de coordination.

Élaborer et acheminer les demandes de subventions au CIUSSS.

Préparer les demandes de commandites et de dons.

Continuer les levées de fonds.

**6****COMMUNICATION  
ET DÉVELOPPEMENT**

*Une fois les objectifs de communication mis en place, ceux-ci pourront être révisés et/ou ajustés à chaque année.*

**7****PARTENARIAT  
ET COLLABORATION**

Poursuivre l'implication sur divers comités et C.A. (GOPHS, ARLPH, CDC du ROC, etc...)

Continuer la participation aux Tables de concertation régionale.

Consolider nos liens avec les diverses instances du Réseau de la Santé et des Services sociaux.

Continuer le partenariat avec l'infirmière des rhumatologues du CIUSSS pour la webdiffusion sur l'arthrite. (En partenariat avec Montréal)

Offrir à la coordination en poste une hausse salariale annuelle d'au moins 2%. (S'ajuster à l'IPC si possible)

Renouveler la demande de subvention salariale pour le poste de coordination et/ou trouver des solutions et du financement «autre» pour palier l'arrêt de celle-ci (partenariat avec Inclusia)

Travailler la présentation des feuillets funéraires et des lettres de demandes de dons afin de faciliter la cueillette et la recherche.

Mettre à jour et bonifier les règlements généraux.

Mettre en place une page Facebook et alimenter le fil des publications.

Mettre à jour les coordonnées de l'organisme sur les moteurs de recherche et chez nos partenaires.

Mettre à jour les outils. ( dépliant, feuillet funéraire, etc..)

Uniformiser l'image de l'Association dans les documents, la signature et les envois.

Avoir un site Internet.

Maximiser les partenariats avec les organismes communautaires du milieu pour de l'information, de la formation, le soutien technique et opérationnel.

À revoir : collaboration avec le service externe de main-d'œuvre / Programmes d'intégration et de maintien au travail. (Groupe Inclusia)

Établir de nouveaux partenariats et des contacts partout dans la région.

# Mise à jour et projets 2025-2026



Cette nouvelle année en sera une remplie de nouveautés. Les membres et l'équipe se sont mobilisés dans les derniers mois pour assurer la continuité de l'Association.

Le travail aura porté fruit puisqu'avec l'accompagnement de la Troc, les enjeux qui semblaient insurmontables auront finalement mené l'organisme à faire face à de beaux changements.

L'arrivée en poste d'une nouvelle coordination et de nouveaux membres au conseil d'administration faciliteront grandement les transitions annoncées.

Les changements et les choix faits auront des répercussions financières sur la nouvelle année et la marge de manœuvre de l'organisme. Il sera d'autant plus pertinent de travailler activement à la recherche de financement et à se que celui-ci soit récurrent pour assurer la pérennité de l'organisme.

Que de beaux défis nous attendent ! Avec une équipe motivée, des membres formidables et le goût de s'impliquer dans le milieu régional, l'Association a tout ce qu'il faut pour continuer d'offrir ses services.

## Les points au menu de cette nouvelle année

- PROJET RÉGION 02 : Développer nos liens avec des partenaires et la population partout dans la région. Offrir des présentations, de la documentation et créer des contacts.
- Augmenter le nombre de membres actifs.
- S'assurer d'avoir du matériel promotionnel à jour et d'en faire la distribution.
- Faire la mise à jour des documents de représentation de l'organisme ( feuillets funéraires, lettres de commandites, papeterie, etc... )
- Être présent sur les réseaux sociaux, faciliter les communications avec le milieu et les membres.
- Promouvoir la reconnaissance des bénévoles.
- S'assurer d'avoir de la relève en continu pour l'animation des exercices physiques.

- 
- Persister pour recevoir le *Programme de soutien de main d'œuvre* (Inclusia) de 50% du salaire de l'employée.
  - Rechercher de nouvelles sources de financement pour assurer, à long terme, le salaire de la coordination et les augmentations en fonction du coût de la vie.
  - S'assurer d'avoir une marge de manœuvre financière.



Grâce à vous fabuleux membres de l'Association, nous sommes déjà à rêver de l'automne pour commencer la nouvelle session d'activités.

Merci à tous ceux et celles qui ont renouvelé leur adhésion et qui ont confirmé leur présence aux exercices physiques.

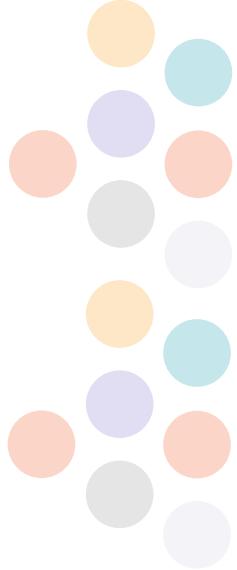
Nous espérons que la transition avec le nouveau conseil d'administration et la nouvelle coordination se fera en douceur et dans le plaisir.

*La vie est une mosaïque de moments tissés de rires, de petits bonheurs et de quelques larmes. Chacun de ces instants contribue à la beauté complexe de notre existence.*

## L'Association est membre

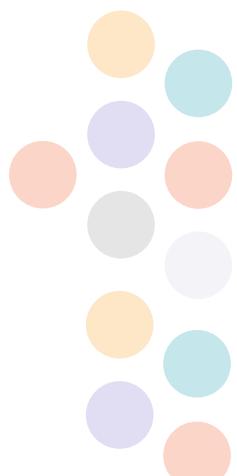


## Les partenaires



21 rue Frontenac  
Chicoutimi (Qc) G7G 2C4

**418-549-2002**  
Courriel : [aaslsj@videotron.ca](mailto:aaslsj@videotron.ca)



Association des Arthritiques du Saguenay/Lac-St-Jean