



ENTRAIDE  ÉNÉVOLE  
DES PAYS-D'EN-HAUT  
*Centre d'action bénévole*

**45** ans  *d'histoires de cœur et d'entraide* 

**Pour le mieux-être  
des aînés et des  
personnes vulnérables**

**RAPPORT ANNUEL**  
**2025-2026**

Exercice financier du 1<sup>er</sup> avril 2025 au 31 mars 2026  
présenté à l'assemblée générale annuelle du 10 juin 2026



# MOT DE LA PRÉSIDENTE DE L'ENTRAIDE BÉNÉVOLE DES PAYS-D'EN-HAUT

## 45 ans d'entraide... et l'avenir devant nous

L'année 2025-2026 s'est terminée avec un sentiment de fierté. L'Entraide bénévole des Pays d'en-Haut a souligné son 45<sup>e</sup> anniversaire, un jalon marquant de son histoire. Cette étape a permis de mesurer le chemin parcouru, mais surtout de rendre hommage à celles et ceux qui en sont le coeur : nos bénévoles. Par leur générosité, leur dévouement et leur présence constante, ils font une réelle différence auprès des aînés et des personnes en perte d'autonomie vivant à domicile. À chacun d'eux, nous disons un immense merci pour leur engagement précieux et profondément humain.

Au cours de la dernière année, notre organisme a eu l'honneur de recevoir une très belle marque de reconnaissance de la Chambre de commerce et de tourisme de Sainte-Adèle, soit le Prix Pierre Durocher, pour la catégorie Engagement social et communautaire, témoignant de la pertinence et de l'impact de notre mission. Nous partageons cette distinction avec toutes les personnes qui contribuent, de près ou de loin, à notre réussite.

Je tiens à exprimer, en mon nom et en celui des membres du conseil d'administration, notre profonde reconnaissance pour l'excellent travail de l'équipe en place. Des gens de coeur, engagés et entièrement dédiés à la mission.

Nous sommes aussi immensément reconnaissants envers nos partenaires et nos généreux donateurs, dont le soutien et la collaboration sont essentiels à la poursuite et au développement de nos activités.

Je souhaite également souligner l'apport remarquable de notre président sortant, monsieur Serge Latulippe. Au fil des dernières années, son engagement, sa vision et son dévouement ont profondément marqué notre organisation. Il laisse une empreinte durable, et nous sommes privilégiés de pouvoir encore compter sur sa présence parmi nous.

Je tiens finalement à souligner la précieuse contribution de nos administrateurs qui demeurent activement engagés au sein du conseil d'administration et de ses différents comités. Un remerciement tout particulier à Monsieur Hubert Cousineau, qui a quitté le conseil cette année après 10 années d'implication dévouée.

L'année 2026-2027 s'inscrira, quant à elle, dans une démarche de planification stratégique, afin de poursuivre notre mission en ciblant avec justesse et clairvoyance les véritables enjeux auxquels nous faisons face : vieillissement de la population, augmentation des situations de vulnérabilité, hausse du coût de la vie — notamment en alimentation — isolement social, accès aux services, besoins en transport et en accompagnement, ainsi que pression accrue sur les ressources communautaires.



Depuis 45 ans, ensemble, nous bâtissons une communauté solidaire et humaine. Merci à chacun d'entre vous de faire partie de cette grande chaîne d'entraide qui permet à nos aînés de vivre des jours meilleurs.

Avec mes salutations les plus distinguées,

Sainte-Adèle, le 10 juin 2026

**Danielle Tétreault**  
Présidente



## ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE

Les statuts et règlements de l'organisme stipulent que l'assemblée générale annuelle (AGA) doit se tenir à la date fixée à chaque année par le conseil d'administration, mais avant l'expiration des trois mois suivant la fin du dernier exercice financier de la corporation (31 mars).

L'assemblée générale est tenue au lieu choisi par la corporation sur le territoire de la MRC des Pays-d'en-Haut. Toute assemblée des membres est convoquée au moyen d'un avis publié sous forme de communiqué ou sous forme d'avis, soit dans les journaux locaux ou par tout autre moyen de communication permettant d'atteindre les membres. Le délai de convocation pour l'assemblée annuelle des membres est d'un mois.

La dernière assemblée générale annuelle s'est tenue le 12 juin 2025 à 14 h, à la Place des citoyens, 999, boulevard de Sainte-Adèle à Sainte-Adèle, à laquelle 22 membres actifs étaient présents.

# CONSEIL D'ADMINISTRATION



**Danielle Tétreault**

Sainte-Adèle  
PRÉSIDENTE BÉNÉVOLE



**Angèle Simard**

Saint-Sauveur  
SECRÉTAIRE BÉNÉVOLE



**Annick Millette**

Saint-Sauveur  
TRÉSORIÈRE BÉNÉVOLE



**Serge Latulippe**

Saint-Sauveur  
ADMINISTRATEUR BÉNÉVOLE



**Cécile Paradis**

Sainte-Adèle  
ADMINISTRATRICE BÉNÉVOLE  
COFONDATRICE DE L'ORGANISME



**Louis-Paul Beaudry**

Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson  
ADMINISTRATEUR BÉNÉVOLE



**Claude Duchemin**

Sainte-Adèle  
ADMINISTRATEUR BÉNÉVOLE



**Dan Sciscente**

Morin-Heights  
ADMINISTRATEUR BÉNÉVOLE



**Luc Garneau**

Morin-Heights  
ADMINISTRATEUR BÉNÉVOLE



## MOT DE LA DIRECTRICE

### *Une année marquée par 45 ans d'entraide...*

Cette année aura été marquée par de nombreux défis, des épreuves parfois exigeantes pour tous, mais surtout par une immense force collective au sein de notre équipe. À travers les hauts et les bas, j'ai vu naître une solidarité encore plus forte entre nous. J'ai senti notre équipe se solidifier, se soutenir et avancer ensemble malgré les obstacles.

Au fil de l'année, nous avons eu la chance de vivre des moments profondément humains et intergénérationnels qui nous rappellent toute la richesse de notre mission. Que ce soit par l'implication des élèves de l'école de Saint-Sauveur, qui ont généreusement contribué à la confection de repas pour nos bénéficiaires, ou encore par celle des bénévoles de l'école secondaire A.N.-Morin, pour l'aide apportée au Cocktail du 45<sup>e</sup> anniversaire, chaque geste a porté une empreinte d'humanité.

Je tiens aussi à souligner la présence fidèle de nos partenaires qui, année après année, choisissent de croire en notre mission et de nous accompagner. Leur soutien est essentiel et nous permet de continuer à faire une réelle différence dans notre communauté.

Nous souhaitons exprimer toute notre profonde gratitude à Serge Latulippe, notre ancien président, qui s'est donné corps et âme à l'Entraide. Par son engagement exceptionnel, il a su bâtir et reconstruire l'organisme avec vision et détermination, dans un contexte où les défis étaient nombreux. Il a contribué à mettre en place une structure solide ainsi qu'un ensemble de politiques essentielles qui nous permettent aujourd'hui d'avancer avec confiance.

Sur une note plus personnelle, Serge a également su me guider avec une grande générosité à travers mon nouveau rôle, il y a maintenant quatre ans. Sa confiance, ses conseils et son soutien ont fait toute la différence dans mon parcours.

Ses quatre années à titre de président de l'Entraide laissent une empreinte profondément humaine et durable. Et même s'il a quitté cette fonction, une partie de lui continuera de vivre à travers tout ce que nous poursuivrons ensemble.

Merci, Serge, pour ton engagement indéfectible, pour tout ce que tu as accompli et pour la précieuse contribution que tu continues d'apporter à notre organisme.



# L'ÉQUIPE DE L'ENTRAIDE BÉNÉVOLE DES PAYS-D'EN-HAUT



**Marie-Josée Chabot**  
DIRECTRICE GÉNÉRALE



**Line Désilets**  
ADJOINTE À LA DIRECTION



**Catherine Beaulieu**  
RESPONSABLE DE LA COMPTABILITÉ  
ET DES ACHATS



**Caroline Boisjoly**  
COORDONNATRICE DE L'ACTION  
BÉNÉVOLE



**Nancy St-Onge**  
COORDONNATRICE AUX TRANSPORTS



**France Guénette**  
COORDONNATRICE DE LA POPOTE



**Sara Lapointe**  
CUISINIÈRE



**Jennylie Bérubé**  
TRAVAILLEUSE DE MILIEU POUR AÎNÉS  
(ITMAV)



**Louis-Philippe Dupuy**  
TRAVAILLEUR DE MILIEU POUR AÎNÉS  
(ITMAV)



**Normand Aubé**  
TRAVAILLEUR DE MILIEU POUR AÎNÉS  
(ITMAV)



**Mélanie Gervais**  
COORDONNATRICE AUX TRANSPORTS  
(INTÉRIMAIRE)



**Trinité Harbec**  
COMMIS À LA SAISIE DE DONNÉES



**Violaine Lainesse**  
CHARGÉE DE PROJETS  
(À LA PIGE)

Merci à notre équipe, à nos bénévoles, à nos partenaires, à notre conseil d'administration ainsi qu'à chaque personne qui contribue, de près ou de loin, à faire vivre l'Entraide bénévole des Pays-d'en-Haut. Ensemble, nous continuons de bâtir un milieu humain, profondément ancré dans sa communauté.

La prochaine année sera consacrée à notre planification stratégique afin de poursuivre notre développement et de mieux répondre aux besoins du milieu.

Avec toute ma gratitude,

Sainte-Adèle, le 10 juin 2026

**Marie-Josée Chabot**  
Directrice générale

# De la vision à l'action : continuité de la planification stratégique...

Au cours de la dernière année, nous avons poursuivi avec conviction le déploiement de notre planification stratégique 2024-2027. Bien au-delà d'un simple cadre de référence, cette démarche est devenue un véritable moteur pour guider nos actions, nourrir notre vision et faire évoluer l'Entraide, alignée avec les besoins de notre communauté.

Chaque geste posé, chaque réflexion engagée nous rapproche un peu plus de notre objectif : offrir des services humains, accessibles et porteurs de sens. Nous avons pris le temps de nous arrêter et de nous ajuster afin de bâtir une offre de services encore plus forte et mieux adaptée aux réalités des personnes que nous accompagnons.

Au cœur de cette évolution se trouvent nos bénévoles. Leur générosité, leur présence et leur engagement inspirent chacune de nos actions. C'est pourquoi nous avons continué à mettre en place des moyens concrets pour les soutenir, les valoriser et leur offrir un espace où ils peuvent s'épanouir pleinement. Parce qu'une communauté forte repose avant tout sur des personnes engagées et reconnues.

Nous avons également poursuivi le tissage de liens solides avec nos partenaires et les organismes de notre milieu. Ensemble, nous créons une force collective capable de répondre aux enjeux d'aujourd'hui et de demain avec solidarité et créativité.

Dans un contexte en constante évolution, nous avons continué à faire preuve de rigueur et d'agilité afin d'assurer la stabilité de l'organisme. Chaque effort investi aujourd'hui contribue à bâtir un avenir durable pour l'Entraide et pour toutes les personnes que nous soutenons.

La prochaine année s'annonce comme une occasion de consolider ces bases et d'aller encore plus loin. Portés par nos valeurs d'entraide, d'engagement, de respect et d'intégrité, nous continuerons à avancer ensemble, avec confiance, audace et bienveillance.

Parce qu'au cœur de chaque action, il y a une conviction profonde : C'est ensemble que nous faisons une réelle différence !

## NOTRE MISSION

- Promouvoir et développer l'action bénévole dans une perspective d'**entraide** et d'**engagement** communautaire;
- Participer activement à l'amélioration de la qualité de vie des aînés ou des personnes en perte d'autonomie vivant à domicile dans le **respect** et l'**intégrité**, par l'entremise de nos services et de nos activités.

## NOTRE VISION

- L'Entraide bénévole des Pays-d'en-Haut est reconnue comme le leader en matière de bénévolat dans sa MRC et comme acteur de qualité dans le soutien à sa communauté.

## NOS VALEURS

- **L'entraide** : Nous agissons collectivement et nous nous soutenons mutuellement pour le bien-être de notre communauté.
- **L'engagement** : Nous sommes au service de notre communauté en donnant le meilleur de nous, dans un sentiment de loyauté et d'attachement.
- **Le respect** : Nous agissons avec bienveillance et considération auprès de chaque personne et démontrons une écoute attentive à l'égard de ses besoins.
- **L'intégrité** : Nous agissons et nous prenons des décisions justes et équitables dans le respect des personnes et de l'organisation.



© Christine Bourgier, photographe

# Salon de l'action bénévole

Depuis

1980

*Une histoire de coeur  
et d'entraide*

Tous les deux ans, nous avons le bonheur d'organiser le Salon de l'action bénévole, un rendez-vous rassembleur qui met en lumière la richesse et la diversité des organismes de notre MRC. Dans un contexte où les besoins en bénévolat sont grandissants, cet événement incarne pleinement notre mission : faire rayonner l'engagement et inspirer l'implication.

Lors de cette 3<sup>e</sup> édition, plus de 25 organismes se sont réunis, portés par une même volonté : faire une différence. Grâce à la présence inspirante de notre animatrice invitée, Mme Carmen Sylvestre, cette journée a pris une dimension humaine et chaleureuse, favorisant des échanges authentiques et significatifs.

Bien plus qu'un événement, le Salon est un espace vivant où se rencontrent les idées, les passions et les engagements. Il permet de tisser des liens, de découvrir des causes, mais surtout de bâtir un réseau fort et solidaire. C'est ensemble que nous avançons, en unissant nos forces pour mieux répondre aux réalités de notre milieu.

Dans cette continuité, nous sommes heureux d'annoncer qu'en septembre 2026 se tiendra un Forum des organismes, sous le thème de la reconnaissance bénévole. Une occasion privilégiée de réfléchir, de partager et de célébrer celles et ceux qui, par leur engagement, font battre le coeur de notre communauté.



# Nos bénévoles et nos partenaires : nos yeux et nos oreilles...



Comme il nous est impossible d'être présents partout à la fois, nos bénévoles et nos partenaires jouent un rôle de vigies sur le terrain, en plus de contribuer de façon déterminante à la poursuite de notre mission, ce qui rend leurs interventions encore plus significatives et en fait des alliés encore plus indispensables à nos yeux.

Ainsi, à notre demande, ils assurent une surveillance discrète lors de chacune de leurs actions auprès de nos clientèles les plus vulnérables. Ils sont ainsi en mesure de repérer et de nous rapporter des signes et/ou des indices révélateurs de changements importants au niveau de la santé ou de l'environnement des bénéficiaires, incitant au besoin nos travailleurs de milieu pour aînés vulnérables à assurer les suivis nécessaires.

## Je bénévol<sup>e</sup>

### *Les bénévoles sont le cœur battant de notre communauté*

Par leur engagement, leur générosité et leur dévouement, ils incarnent les valeurs fondamentales de solidarité et d'entraide qui définissent notre mission.

À l'Entraide bénévole des Pays-d'en-Haut, nous reconnaissons que chaque bénévole apporte une contribution unique et précieuse. Leur implication permet non seulement de soutenir les personnes en situation de vulnérabilité, mais aussi de renforcer le tissu social de notre région.

Conscients de l'importance de leur rôle, nous nous engageons à offrir un environnement accueillant et valorisant pour nos bénévoles. Nous mettons en place des formations adaptées, des outils de soutien et des occasions de reconnaissance, afin de favoriser leur épanouissement personnel et leur sentiment d'appartenance à la grande famille de l'Entraide.

Ensemble, grâce à l'engagement indéfectible de nos bénévoles, nous construisons une communauté plus solidaire, plus humaine et plus résiliente.

# Promotion de l'action bénévole : soutenir les bénévoles et les organismes

## UN IMPORTANT VOLET DE NOTRE MISSION ...

Le bénévolat est une ressource précieuse, essentielle à l'humanisation d'une société où les contacts humains se font de plus en plus rares, malgré l'abondance des moyens de communication.

C'est avant tout une affaire de cœur — pour soi, mais aussi pour l'autre. Un engagement qui fait du bien à celui qui donne autant qu'à celui qui reçoit. En tendant la main, on ouvre son cœur à d'autres réalités que la sienne, simplement par empathie et solidarité envers son prochain.

Le bénévolat possède cette puissance rare : celle de transformer une situation de vulnérabilité en opportunité de mieux-être. Il crée des liens, redonne de la dignité et offre un sens profond à l'action.

Chef de file en matière de bénévolat, l'Entraide bénévole des Pays-d'en-Haut s'engage à promouvoir l'action bénévole dans toute la MRC, grâce à des initiatives concrètes et des outils adaptés:

- La promotion de la plateforme [Jebenevole.ca](http://Jebenevole.ca) auprès des citoyens et des organismes du milieu;
- L'accompagnement et la documentation spécifiques offerts aux organismes;
- La promotion et notre participation à la Semaine nationale de l'action bénévole;
- La promotion et la diffusion du Prix Hommage bénévolat-Québec;
- Le soutien apporté aux bénévoles dans chacune de leurs implications;
- Notre documentation distribuée dans chacune des dix municipalités de notre MRC;
- Notre site internet;
- Notre page Facebook;
- Les journaux et autres médias locaux.

Dans le cadre de sa mission première de promotion de l'action bénévole, l'Entraide bénévole des Pays-d'en-Haut s'engage à soutenir les organismes de la région dans le recrutement de bénévoles engagés et passionnés. Actuellement, **67 organismes** de notre territoire utilisent activement la plateforme provinciale [Jebenevole.ca](http://Jebenevole.ca) pour diffuser leurs offres et trouver des bénévoles correspondant à leurs besoins.

Grâce à un programme mis en place par le ministère de l'Emploi et de la Solidarité sociale, en collaboration avec le ministère de la Sécurité publique et la Fédération des Centres d'action bénévole du Québec (FCABQ), les frais liés à la vérification des antécédents judiciaires (VAJ) des bénévoles œuvrant auprès de clientèles vulnérables peuvent être couverts. Ce programme s'adresse aux organismes communautaires dont les bénévoles interviennent auprès de personnes à risque d'abus en raison de leur condition physique, mentale ou de circonstances particulières.

Ces initiatives visent à renforcer le tissu communautaire en facilitant l'engagement bénévole et en assurant la sécurité des personnes servies.

## Colloque annuel

Le regroupement des sept CAB des Laurentides a organisé, les 9, 10 et 11 juin 2025, le colloque de la Fédération des centres d'action bénévole du Québec. Cet événement est accueilli en rotation par chacune des régions du Québec.

Au programme figuraient un cocktail de bienvenue, suivi d'une soirée animée, des conférences inspirantes, notamment avec Benoît Roberge et Jean-Michel Dufaux, des ateliers interactifs favorisant les échanges, ainsi qu'un banquet festif.

Afin de souligner la participation des invités, un cadeau symbolique leur a été remis. Chaque personne a reçu un arbre, gracieuseté de l'organisme Table Forêt Laurentides, ainsi que de la lavande offerte par la Maison Lavande de Saint-Eustache, un clin d'oeil à la richesse et à la beauté de notre région des Laurentides.



## Une célébration mémorable

Le 19 novembre 2025, l'Entraide bénévole des Pays-d'en-Haut soulignait son 45<sup>e</sup> anniversaire lors d'un cocktail dînatoire tenu à la Place des citoyens, qui affichait complet pour l'occasion. Cette soirée festive a été marquée par des retrouvailles chaleureuses entre les nombreux acteurs qui ont façonné l'organisme au fil des années.

Les convives ont pu apprécier une grande variété de bouchées soigneusement préparées par l'équipe de Karinne Poirier, du Chef traiteur Les Indécis, ainsi qu'un gâteau soulignant avec éclat cet anniversaire marquant.

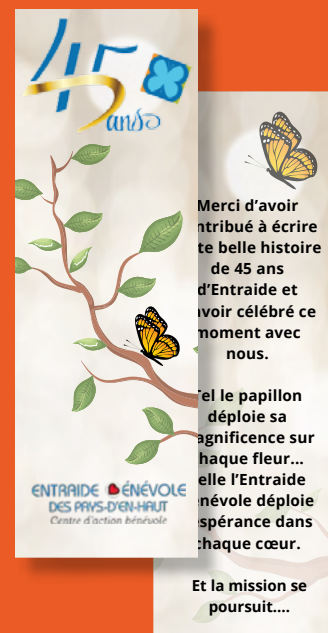
Parmi les invités figuraient des employés, administrateurs, bénévoles et partenaires ayant contribué à la mission de l'organisme depuis sa fondation. La présence de la toute première bénéficiaire, madame Pierrette Lemay, ainsi que celle du doyen actuel des bénéficiaires, monsieur Jean Constantineau, âgé de 98 ans, a ajouté une dimension particulièrement émotive à l'événement. De plus, deux des trois enfants de madame Monique Surprenant, cofondatrice, étaient présents afin d'honorer la mémoire de leur mère.

La soirée s'est conclue par un hommage touchant rendu à madame Cécile Paradis, cofondatrice toujours activement impliquée à l'Entraide, entourée de sa famille venue souligner son engagement exceptionnel envers la communauté.

En cohérence avec le symbole du papillon, emblème de l'Entraide, une enveloppe de semences d'asclépiades a été remise à chaque convive, accompagnée d'un signet rappelant la portée de cette symbolique : « Tel le papillon déploie sa magnificence sur chaque fleur... Telle l'Entraide bénévole déploie l'espérance dans chaque cœur. »

La réalisation de cet événement d'envergure a été rendue possible grâce à l'appui de généreux commanditaires ainsi qu'au travail rigoureux du comité du 45<sup>e</sup> anniversaire, sous la direction de Violaine Lainesse, chargée de projet, appuyée par Pascale Auger, Line Désilets et Marie-Josée Chabot (équipe permanente), ainsi que France Verville, Cécile Paradis et Nicole Simpson (bénévoles).

Nous leur adressons nos sincères remerciements pour cette réalisation rassembleuse et significative.



## NOTRE TERRITOIRE: LA MRC DES PAYS-D'EN-HAUT

- Estérel
- Lac-des-Seize-Îles
- Morin-Heights
- Piedmont
- Saint-Adolphe-d'Howard
- Saint-Sauveur
- Sainte-Adèle
- Sainte-Anne-des-Lacs
- Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson
- Wentworth-Nord

## VÉRIFICATION DES ANTÉCÉDENTS JUDICIAIRES

La vérification des antécédents judiciaires s'avère une mesure essentielle pour la protection des aînés vulnérables. Elle s'inscrit dans un large processus de filtrage mis en place selon des critères précis, établis et appliqués par les principales instances de gestion de bénévoles.

Avant d'intégrer un bénévole dans l'organisme, nous procédons toujours à une vérification d'antécédents judiciaires si nous prévoyons que cette personne aura un contact de proximité auprès d'aînés vulnérables. Il en va de la sécurité de notre précieuse clientèle.

## ▶ DONNÉES STATISTIQUES ANNÉE 2025-2026



NOMBRE DE  
**NOUVEAUX BÉNÉVOLES**  
**63**



NOMBRE DE  
**BÉNÉFICIAIRES**  
**3 800**



NOMBRE DE  
**MEMBRES ACTIFS (BÉNÉVOLES)**  
**285**



NOMBRE  
**D'HEURES DE BÉNÉVOLAT**  
**25 359**



NOMBRE TOTAL  
**DE SERVICES RENDUS**  
**51 721**



# Notre offre de services

## 1. ACCOMPAGNEMENT-TRANSPORT MÉDICAL

Un accompagnement personnalisé et rassurant, sept jours sur sept...

### LE PROGRAMME

Ce service répond aux besoins de déplacements d'une clientèle adulte en perte d'autonomie, qui nécessite un accompagnement pour rendez-vous médicaux.

### Points saillants

- Formation offerte aux nouveaux bénévoles du service;
- Encadrement structuré des bénévoles;
- En collaboration avec le CISSS des Laurentides, le CLSC de Sainte-Adèle et divers autres services, l'Entraide bénévole offre des transports réguliers pour l'hémodialyse, la physiothérapie, etc.

### ACCESSIBILITÉ AU SERVICE

#### Clientèle

Toute personne de la MRC des Pays-d'en-Haut âgée de 60 ans et plus ou en perte d'autonomie temporaire ou permanente qui demeure à son domicile\*, qui n'a pas accès aux services publics ou privés de transport et qui n'a personne pour l'amener à un rendez-vous médical.

\*Le domicile est défini comme un lieu où loge une personne : maison privée, logement, résidence collective ou résidence dite privée.

#### Fonctionnement

Faire sa demande **au moins 48 heures à l'avance**, soit par téléphone au **450 229.9020** ou via notre site internet **[www.entraidebenevolepdh.com](http://www.entraidebenevolepdh.com)** sous l'onglet "**Services**". Les demandes par téléphone sont reçues pendant les heures d'ouverture, du lundi au vendredi, mais le service peut être assuré par des bénévoles sept jours sur sept.



## ▶ DONNÉES STATISTIQUES ANNÉE 2025-2026



NOMBRE DE  
**BÉNÉVOLES**  
**63**



NOMBRE DE  
**BÉNÉFICIAIRES SOUTENUS**  
**769**



NOMBRE  
**D'HEURES DE BÉNÉVOLAT**  
**12 162**



NOMBRE DE  
**SERVICES ACCORDÉS**  
**5 679**



NOMBRE DE  
**KILOMÈTRES PARCOURUS**  
**439 276**

## 2. POPOTE ROULANTE

Des repas nutritifs pour la santé de nos aînés...

### LE PROGRAMME

Nous préconisons une alimentation saine pour le maintien d'une santé optimale chez nos aînés. Le service de popote roulante assure chaque semaine, le mardi et le jeudi, la livraison à domicile de repas frais et équilibrés. C'est l'occasion d'une brève visite amicale à des personnes souvent isolées, permettant de constater leur état de santé. En cas de doute, nos travailleurs de milieu pour aînés (ITMAV) les visiteront et les accompagneront, au besoin, vers d'autres services.

De plus, grâce au savoir-faire de notre cuisinière chevronnée et à l'engagement d'une trentaine de bénévoles qui se relaient chaque jour en cuisine, l'Entraide bonifie son offre alimentaire: Trois des six repas hebdomadaires autrefois fournis par notre traiteur sont remplacés par des repas complets préparés sur place et élaborés principalement à partir des denrées offertes chaque semaine par Moisson Laurentides.

### ACCESSIBILITÉ AU SERVICE

#### Clientèle

Toute personne de la MRC des Pays-d'en-Haut âgée de 60 ans et plus ou en perte d'autonomie temporaire ou permanente qui demeure à son domicile\* ou qui est référée par le réseau de la santé et des services sociaux / ou par un travailleur de milieu pour aînés (ITMAV) ou qui est proche aidant et pour qui l'alimentation cause un défi.

\*Le domicile est défini comme un lieu où loge une personne : maison privée, logement, résidence collective ou résidence dite privée.

#### Fonctionnement

Il suffit d'appeler à l'Entraide bénévole pour demander le service. La coordonnatrice donnera suite à la demande dans les meilleurs délais.

#### Coût

8 \$ par repas complet livré gratuitement à domicile par nos vaillants bénévoles.



## ▶ DONNÉES STATISTIQUES ANNÉE 2025-2026



NOMBRE DE  
**BÉNÉVOLES**  
**104**



NOMBRE DE  
**BÉNÉFICIAIRES SOUTENUS**  
**351**



NOMBRE  
**D'HEURES DE BÉNÉVOLAT**  
**6 650**



NOMBRE DE REPAS  
**PRÉPARÉS ICI**    **LIVRÉS**  
**11 692**    **23 482**



NOMBRE DE  
**KILOMÈTRES PARCOURUS**  
**36 277**



### 3. SERVICES DE TRAVAILLEURS DE MILIEU POUR AÎNÉS VULNÉRABLES\*

**Une situation vous préoccupe ? Vous êtes un(e) aîné(e), une personne en situation de vulnérabilité ou un(e) proche de l'une d'elles ?**

En plus de compter sur la présence d'un travailleur de milieu spécifiquement dédié au Club de billard ciblant des bénéficiaires en perte d'autonomie physique, l'Entraide bénévole est heureuse de pouvoir compter au sein de son équipe, sur deux travailleurs de milieu qualifiés, ayant pour mandat de rejoindre, d'accompagner, d'intervenir et de diriger les aînés et toute personne vulnérable vers les services et ressources dont ils ont besoin. Leur rôle consiste notamment à :

- Repérer les personnes aînées en situation de vulnérabilité ou à risque de fragilisation;
- Accompagner à court terme les personnes aînées dans la recherche de solutions aux problématiques rencontrées;
- Favoriser leur connexion ou leur reconnexion avec les ressources pertinentes de leur communauté;
- Contribuer à l'amélioration de leur bien-être et à l'actualisation de leur autonomie, encourageant ainsi le maintien de leur participation active au sein de leur collectivité;
- Référer les personnes aînées repérées, aux activités ou services adéquats, en collaboration avec les ressources du milieu.

\*Avec la participation financière du gouvernement du Québec, dans le cadre du programme Initiatives de travail de milieu auprès des aînés en situation de vulnérabilité (ITMAV).



## ▶ DONNÉES STATISTIQUES ANNÉE 2025-2026



NOMBRE DE  
**NOUVELLES DEMANDES**

**174**



NOMBRE DE  
**SUIVIS DES ANNÉES PRÉCÉDENTES**

**29**



NOMBRE  
**D'INTERVENTIONS EN PERSONNE**

**275**



NOMBRE  
**D'INTERVENTIONS PAR TÉLÉPHONE**

**477**



**itmav**

Initiatives de travail de milieu  
auprès des aînés vulnérables

## 4. VISITES D'AMITIÉ

### Pour rompre avec la solitude et soulager les souffrances qu'elle engendre...

Plusieurs personnes souffrent de solitude au sein de notre société et l'on sait que l'isolement peut créer un sentiment d'inutilité et de dépréciation de soi.

Des relations interpersonnelles redonnent du sens au quotidien d'un individu et retardent, de ce fait, sa perte progressive d'autonomie.

Les visites d'amitié consistent à assurer une présence régulière auprès d'une personne isolée, généralement une fois par semaine. Il s'agit de lui tenir compagnie, de prendre un café avec elle, de l'emmener faire une promenade ou tout simplement de jaser avec elle.

Au fil des rencontres, s'établit habituellement une relation de partage, basée sur l'acceptation des différences et sur la confiance. Par le biais de ce service, nous visons à reconstruire des liens sociaux qui contribuent à rompre la solitude.

Après chacune des visites, nos bénévoles nous informent de l'état de santé et des besoins de la personne rencontrée. S'il y a lieu, l'un de nos travailleurs de milieu assure un suivi.

## 5. APPELS D'AMITIÉ

Ce service répond aux besoins des bénéficiaires esseulés et/ou isolés. S'ils le désirent, un(e) bénévole peut communiquer avec eux par téléphone, à un moment convenu entre les deux parties.

Ce type d'appels permet notamment de tenir des conversations prolongées et d'approfondir le contenu des échanges avec les bénéficiaires, tout comme si le bénévole était présent à leurs côtés.

Il suffit de placer une demande auprès de l'Entraide bénévole pour bénéficier de ce service.

## Fonctionnement

Ce sont souvent les services sociaux ou des membres de la famille vivant éloignés qui sollicitent ce service. Il suffit d'appeler à l'Entraide bénévole pour en faire la demande.

### ▶ DONNÉES STATISTIQUES ANNÉE 2025-2026



NOMBRE DE  
BÉNÉVOLES  
**23**



NOMBRE DE  
BÉNÉFICIAIRES SOUTENUS  
**31**



NOMBRE  
D'HEURES DE BÉNÉVOLAT  
**962**



NOMBRE DE  
SERVICES ACCORDÉS  
**511**

### ▶ DONNÉES STATISTIQUES ANNÉE 2025-2026



NOMBRE DE  
BÉNÉVOLES  
**3**



NOMBRE DE  
BÉNÉFICIAIRES SOUTENUS  
**6**



NOMBRE  
D'HEURES DE BÉNÉVOLAT  
**33**



NOMBRE DE  
SERVICES ACCORDÉS  
**60**

## 6. APPELS DE BIENVEILLANCE

### Nous veillons à la sécurité de nos personnes vulnérables...

Nous avons à cœur de veiller sur les personnes vulnérables et de rompre un peu leur solitude quotidienne. Le but de ces appels est de s'assurer que la santé de ces personnes est bonne et que tout va bien pour elles.

En l'absence de réponse ou en cas de problème, la responsable des appels de bienveillance prévient la famille immédiate, les services sociaux, le voisinage ou encore les services policiers.

### Fonctionnement

Ce sont très souvent les travailleurs sociaux, la famille et, à l'occasion, la personne elle-même, inquiète de sa santé, qui font appel à ce service. Il suffit d'appeler à l'Entraide bénévole pour en faire la demande.

## 7. SANTÉ AMICALE

### Un service qui prévient et rassure nos aînés...

### LE PROGRAMME

Grâce à la généreuse contribution d'infirmières et de bénévoles à l'accueil, le service de Santé amicale est offert une fois par mois dans huit points différents de la MRC des Pays-d'en-Haut. Les bénéficiaires peuvent alors faire prendre leur pression artérielle, faire mesurer leur taux de glycémie et de saturation en oxygène, en plus de se faire conseiller et rassurer au sujet de leur santé globale. Du même coup, ces rencontres conviviales leur permettent d'échanger entre eux et de créer des liens les sortant temporairement de leur isolement.

### Fonctionnement

Le calendrier des séances de Santé amicale dans chacune des municipalités est disponible sur le site de l'Entraide bénévole, sous l'onglet «Autres services». Il suffit de se présenter à l'heure choisie pour faire vérifier sa pression artérielle, sa glycémie et son taux de saturation en oxygène.

## ▶ DONNÉES STATISTIQUES ANNÉE 2025-2026



NOMBRE DE  
BÉNÉVOLES  
**24**



NOMBRE DE  
BÉNÉFICIAIRES SOUTENUS  
**33**



NOMBRE  
D'HEURES DE BÉNÉVOLAT  
**671**



NOMBRE DE  
SERVICES ACCORDÉS  
**4 166**



## ▶ DONNÉES STATISTIQUES ANNÉE 2025-2026



NOMBRE DE  
BÉNÉVOLES  
**11**



NOMBRE DE  
SERVICE RENDUS  
**726**



NOMBRE  
D'HEURES DE BÉNÉVOLAT  
**205**



## 8. ACCUEIL ET RÉFÉRENCE

### Un service humain et convivial au coeur de l'action...

Les bénévoles qui travaillent au sein de ce service prêtent leur voix et leur sourire, en répondant aux appels téléphoniques et en recevant les visiteurs dans nos locaux.

En plus de répondre aux nombreux appels et de contribuer à diverses tâches de bureau, les bénévoles acheminent les demandes de services aux coordonnateurs, accueillent les visiteurs et redirigent, s'il y a lieu, les personnes dans le besoin vers d'autres organismes de la MRC.



## 9. CLINIQUES D'IMPÔT

Chaque année, une grande équipe de bénévoles s'affaire à compléter des déclarations de revenus dans le cadre du programme des bénévoles de Revenu Québec et de l'Agence du revenu du Canada.

Offert dans quatre points de service dont Saint-Sauveur, Sainte-Adèle, Morin-Heights et Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson, ce programme vient en aide aux personnes qui ne peuvent remplir elles-mêmes leurs déclarations de revenus ou dont le revenu ne leur permet pas de confier cette tâche à un professionnel.

## ▶ DONNÉES STATISTIQUES ANNÉE 2025-2026



NOMBRE DE  
**BÉNÉVOLES**  
**34**



NOMBRE  
**D'HEURES DE BÉNÉVOLAT**  
**2 223**



NOMBRE  
**D'APPELS REÇUS**  
**14 616**



NOMBRE DE  
**VISITEURS**  
**2 979**



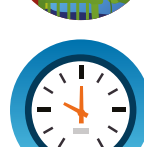
## ▶ DONNÉES STATISTIQUES ANNÉE 2025-2026



NOMBRE DE  
**BÉNÉVOLES**  
**28**



NOMBRE DE  
**BÉNÉFICIAIRES SOUTENUS**  
**667**



NOMBRE  
**D'HEURES DE BÉNÉVOLAT**  
**1 629**



NOMBRE DE  
**DÉCLARATIONS FÉDÉRALES**  
**733**



NOMBRE DE  
**DÉCLARATIONS PROVINCIALES**  
**731**

## 10. DÎNER COMMUNAUTAIRE

### Une occasion de rassembler les gens...

Chaque dernier lundi du mois, le dîner communautaire de Mont-Rolland rassemble en moyenne 80 personnes de la communauté adéloise et des environs, venues partager un bon repas et un moment d'échange.

Nos travailleurs de milieu expérimentés y sont présents à chaque édition, prenant le temps de discuter avec les convives et de leur faire connaître nos nombreux services. À l'occasion, nous profitons également de cette tribune pour accueillir des organismes locaux, qui viennent présenter leurs services dans une ambiance chaleureuse et accueillante.

Puisque le repas est préparé directement dans la cuisine de l'Entraide, il n'en coûte que 5 \$ par personne pour savourer un excellent repas, dans une ambiance conviviale.

Un immense merci à tous les bénévoles qui, de près ou de loin, rendent possible ce dîner communautaire et contribuent à illuminer la journée des personnes présentes.

Nous aimerions également remercier Pizza Salvatore de Sainte-Adèle pour la généreuse commandite d'un repas de pizza, qui a fait le bonheur d'environ 85 personnes.

## ▶ DONNÉES STATISTIQUES

ANNÉE 2025-2026



NOMBRE DE  
**BÉNÉVOLES**  
**21**



NOMBRE DE  
**D'HEURES DE BÉNÉVOLAT**  
**441**



NOMBRE  
**REPAS SERVIS**  
**648**



## 11. SOUTIEN INFORMATIQUE, TECHNIQUE, TÂCHES ADMINISTRATIVES ET AIDE AUX FORMULAIRES

De précieux bénévoles font preuve de dévouement en offrant un peu de leur temps pour :

- Accompagner des personnes ayant des problèmes avec l'informatique;
- Aider des bénéficiaires à compléter certains formulaires;
- Contribuer à diverses tâches de bureau;
- Collaborer à la pose d'affiches à travers la MRC;
- Aider au montage de salles lors d'événements;
- Participer à certains événements-bénéfice.



## 12. CLUB DE BILLARD POUR PERSONNES VIVANT UNE PERTE D'AUTONOMIE PHYSIQUE

Pour contrer l'isolement et miser sur leur santé globale...



Une fois par semaine un employé et des bénévoles accompagnent un groupe de personnes vivant une perte d'autonomie physique pour aller jouer au billard. Ce service permet aux participants de créer des liens, de s'amuser et de sortir de la maison afin de conserver leur santé physique, mentale et cognitive plus longtemps.

### ▼ **DONNÉES STATISTIQUES** ANNÉE 2025-2026



NOMBRE DE  
**BÉNÉVOLES**  
**65**



NOMBRE  
**D'HEURES DE BÉNÉVOLAT**  
**241**



NOMBRE DE  
**KILOMÈTRES PARCOURUS**  
**483**

### ▼ **DONNÉES STATISTIQUES** ANNÉE 2025-2026



NOMBRE DE  
**BÉNÉVOLES**  
**5**



NOMBRE  
**D'HEURES DE BÉNÉVOLAT**  
**189**



NOMBRE DE  
**BÉNÉFICIAIRES SOUTENUS**  
**7**



NOMBRE DE  
**PRÉSENCES**  
**185**

## 13. SÉCURICAB



**SÉCURICAB**

*Les aînés en toute sécurité*

Avec SécuriCAB les aînés peuvent désormais rester chez eux le plus longtemps possible dans des conditions optimales grâce à des appels automatisés.



En partenariat avec :



Québec

fca bq  
Maison des  
Centres d'action bénévole  
du Q.É.

### QU'EST-CE QUE SÉCURICAB ?

SécuriCAB offre des services d'**appels automatisés auprès des aînés**, afin de veiller à leur bien-être au sein de leur domicile.

Que ce soit par des appels de sécurité, rappels de médication ou tout autre rappel essentiel à la santé de l'aîné, **SécuriCAB est là pour vous !**

### SÉCURICAB EST UN SERVICE GRATUIT !

Ce service **bilingue est totalement gratuit** et accessible à tous les aînés qui souhaitent en bénéficier.

## ▶ DONNÉES STATISTIQUES ANNÉE 2025-2026



NOMBRE  
D'APPELS AUTOMATISÉS

**4745**

### COMMENT BÉNÉFICIER DE SÉCURICAB ?

Rien de plus simple !  
Il suffit de communiquer avec nous...

Du lundi au vendredi  
de 8h30 à 12h et de 13h à 16h30  
**450 229-9020**



ENTRAIDE BÉNÉVOLE  
DES PAYS-D'EN-HAUT  
Centre d'action bénévole

Depuis **1980**  
*Une histoire de cœur et d'entraide*

## Comités de travail

Au cours de l'année, les membres de ces divers comités se sont réunis afin d'assurer la saine gouvernance de notre organisme.

### CONSEIL D'ADMINISTRATION



NOMBRE DE  
**BÉNÉVOLES**  
**11**



NOMBRE  
D'HEURES DE BÉNÉVOLAT  
**409**



NOMBRE DE  
**RENCONTRES**  
**10**

### AUTRES COMITÉS

Comité Gouvernance et éthique,  
comité Ressources humaines, comité  
technologique, comité Finances et comité  
45<sup>e</sup> anniversaire



NOMBRE DE  
**BÉNÉVOLES**  
**12**



NOMBRE  
D'HEURES DE BÉNÉVOLAT  
**425**



NOMBRE DE  
**RENCONTRES**  
**21**



# Ici et là au courant de l'année...

## MOISSON LAURENTIDES - SOIRÉE DE RECONNAISSANCE DES BÉNÉVOLES DES POPOTES ROULANTES

Le 15 avril 2025, les bénévoles de la cuisine ont été conviés à une soirée de reconnaissance organisée par Moisson Laurentides.

Cette rencontre a été l'occasion de remercier et de souligner la précieuse collaboration de notre organisme ainsi que l'engagement remarquable de nos nombreux bénévoles, qui contribuent activement à la lutte contre la précarité alimentaire dans notre communauté.

Cocktail d'accueil, allocutions et témoignages suivi de la visite des installations de Moisson Laurentides. Une belle soirée qui fut appréciée par tous nos bénévoles !

## JOURNÉE « PORTES OUVERTES » À L'ENTRAIDE

Pour ses 45 ans d'existence, l'Entraide s'est refait une beauté et a ouvert grand ses portes le 28 avril 2025 afin de marquer le coup, en recevant bénévoles, bénéficiaires et dignitaires dans nos locaux tous récemment rénovés.

Une quarantaine de personnes sont venues découvrir les lieux transformés. Dans une ambiance chaleureuse et conviviale, les visiteurs ont pu échanger, visiter les espaces rénovés et déguster quelques douceurs faites maison, préparées dans notre cuisine fraîchement remise à neuf.

Cette rencontre a été une belle occasion de partager la fierté du travail accompli et de célébrer ensemble ces améliorations qui contribueront à mieux accueillir et servir notre communauté.

## LUNDI 18 AOÛT 2025 - COLLECTE DE SANG

L'Entraide bénévole des Pays-d'en-Haut a tenu sa collecte de sang annuelle le 18 août dernier à la Place des Citoyens de Sainte-Adèle, sous la présidence d'honneur de M. André Genest, qui à ce moment était préfet de la MRC des Pays-d'en-Haut.

Pas moins de 98 donneurs se sont présentés, dépassant l'objectif initial de 80. Plus impressionnant encore, ce sont exactement 89 poches de sang qui ont été prélevées. Selon M. Nicolas Piednoel, représentant d'Héma-Québec, ce geste de solidarité permettra à environ 260 personnes de recevoir une transfusion sanguine, pouvant ainsi sauver des vies ou améliorer considérablement la santé des patients.

La générosité des donneurs fait une réelle différence pour les patients et nous remercions chaleureusement les donneurs et les 17 bénévoles ayant contribué à cette réussite.

## LA BIENVEILLANCE AU COEUR DES APPRENTISSAGES

Les élèves du groupe 602 de l'école de la Vallée de Saint-Sauveur, accompagnés de leur enseignante, ont réalisé un projet solidaire en préparant des repas pour les bénéficiaires de la popote et du transport, tout en intégrant des apprentissages scolaires. Les élèves du groupe 714 ont contribué en créant les décorations. Ce projet a permis de soutenir la communauté tout en favorisant l'engagement des élèves. Bravo à tous !



## Collecte de sang

**LUNDI 18 AOÛT**

Place des Citoyens - Salle Rousseau-Vermette

Sous la présidence d'honneur de M. André Genest,  
Préfet de la MRC des Pays-d'en-Haut



Prendre rendez-vous  
hemaquebec.ca • 1 800 343-7264



# Regroupement des Centres d'action bénévole des Laurentides

Le 14 janvier 2026, la Place Lagny de Sainte-Agathe a été le théâtre de rencontres, d'échanges et de sourires, alors qu'un brunch réunissait les sept Centres d'action bénévole des Laurentides (CABL). Pour mettre un peu de piquant à cette rencontre conviviale, une activité de type « speed-dating » a été organisée, permettant à chacun de se présenter, d'échanger des idées et de tisser des liens avec ses collègues des autres centres.

Dans une ambiance chaleureuse et animée, l'équipe de direction des CAB a remis à chaque participant une veste spéciale, avec au dos, l'inscription « Équipe impecCAB », et sur le devant, le logo de chacun son centre d'action bénévole. Ce geste symbolique a célébré l'unité et la diversité de nos organisations tout en offrant à chacun un souvenir tangible de cette journée mémorable, marquée par la collaboration et l'esprit d'équipe.



## Activités de financement

**SAMEDI 29 JUIN 2025**

### **BARRAGE ROUTIER DE SAINT-SAUVEUR**

Le 29 juin dernier, l'Entraide bénévole a tenu la toute première édition de son barrage routier annuel, à l'intersection de la rue de la Gare et du chemin du Lac-Millette. Tout au long de la journée, 15 bénévoles se sont relayés dans une ambiance à la fois conviviale et festive, allant à la rencontre des automobilistes pour solliciter leur générosité. Grâce à leur engagement et à l'élan de solidarité de la communauté, cette initiative a permis d'amasser la remarquable somme de 4 774 \$.



**SAMEDI 9 AOÛT 2025**

### **FÊTE DES PIEDMONTAIS**

Pour une troisième année consécutive... et sous une chaleur à peine soutenable, l'Entraide bénévole était au rendez-vous au parc Gilbert-Aubin pour célébrer la Fête des Piedmontais.

Dans une ambiance festive et chaleureuse, nos bénévoles ont animé un kiosque de victuailles qui a su combler les plus gourmands, en plus d'assurer le service de bar et de boissons non alcoolisées — fort achalandé en raison de la grande chaleur estivale. Grâce à la générosité de nos partenaires, de délicieuses bouchées et boissons ont été offertes à prix abordable, au grand plaisir des familles et des visiteurs de passage. Cet événement a été une belle occasion de conjuguer plaisir et solidarité, tout en soutenant concrètement la mission de l'Entraide bénévole au coeur de la communauté. Il a permis d'amasser la somme remarquable de 3 913 \$.



**SAMEDI 13 SEPTEMBRE 2025**

### **BARRAGE ROUTIER DE SAINTE-ADÈLE**

Le 13 septembre dernier, l'Entraide bénévole tenait son deuxième barrage routier. Cette fois-ci, la levée de fonds se tenait face à la Place des Citoyens de Sainte-Adèle.

La tenue d'une manifestation inattendue à cet endroit nous a toutefois amenés à écourter notre levée de fonds. Cependant, grâce aux bénévoles et employés qui se sont mobilisés pour la cause, cette initiative a permis d'amasser la somme de 2 023 \$.

## MARDI 16 SEPTEMBRE 2025

### REPAS PASTA CHEZ MILOT

Le 16 septembre dernier, l'Entraide bénévole a eu le plaisir de renouer avec le populaire Repas Pasta, tenu au chaleureux restaurant Chez Milot.

Encore une fois, la communauté a répondu à l'appel : partenaires, fidèles participants et amateurs de bonne cuisine se sont rassemblés dans une ambiance animée et rassembleuse. Cette activité, devenue un rendez-vous attendu, a su allier plaisir gourmand et solidarité.

À l'issue de cette journée bien remplie, Éric Marin et Caroline Thibault ont remis à l'Entraide bénévole la généreuse somme de 4 331 \$, contribuant ainsi directement au maintien de services essentiels dans notre milieu.

Un sincère merci à eux, ainsi qu'à toute leur équipe, pour leur engagement et leur précieuse collaboration.



## MERCREDI 3 DÉCEMBRE 2025

### DÎNER-BÉNÉFICE À LA RÉSIDENCE DES BÂTISSEURS DE SAINTE-ADÈLE

#### UN REPAS SOUS LE SIGNE DU PARTAGE

Le 3 décembre dernier, la salle à manger de la Résidence des Bâisseurs de Sainte-Adèle affichait complet à l'occasion d'un dîner-bénéfice organisé au profit de l'Entraide bénévole des Pays-d'en-Haut.

Préparé avec soin par l'équipe de la résidence, ce dîner spaghetti a rassemblé résidents, bénévoles et membres de la communauté dans une atmosphère conviviale et chaleureuse. Au-delà du repas, c'est un véritable moment de solidarité qui s'est vécu. Grâce à cette initiative, un montant de 2 836 \$ a été amassé, contribuant directement au maintien de nos services essentiels destinés aux aînés et aux personnes en situation de vulnérabilité.

Nous adressons nos plus sincères remerciements à toute l'équipe de la résidence, aux bénévoles engagés ainsi qu'à l'ensemble des participants pour leur générosité. Ce geste porteur de sens illustre avec force l'importance de l'entraide dans notre communauté.



## JEUDI 4 DÉCEMBRE 2025

### LA GUIGNOLÉE DES MÉDIAS DE MOISSON LAURENTIDES

#### UNE MOBILISATION QUI PORTE FRUIT

Le 4 décembre dernier, l'Entraide bénévole a une fois de plus pris part à la Guignolée des médias organisée par Moisson Laurentides, en déployant 11 bénévoles dévoués à notre point de collecte. Tout au long de la journée, leur présence et leur engagement ont permis de recueillir la somme de 1 750 \$, contribuant ainsi directement aux efforts de lutte contre l'insécurité alimentaire dans la région.

En reconnaissance de notre participation à cette grande chaîne de solidarité, Moisson Laurentides nous a également remis un soutien financier de 438 \$, destiné à appuyer nos propres actions et projets communautaires.

Une collaboration porteuse de sens qui, année après année, démontre la force de l'entraide dans notre milieu.



# Activités de reconnaissance destinées à nos bénévoles

Chaque année, l'Entraide bénévole profite de moments-clés pour faire part de sa reconnaissance à ses précieux bénévoles.

**MERCREDI 30 AVRIL 2025**

## DÎNER-RECONNAISSANCE ANNUEL

Dans le cadre de la Semaine nationale de l'action bénévole, l'équipe de l'Entraide a convié ses précieux bénévoles à un dîner convivial, réunissant près de 90 participants. À cette occasion, le trophée-hommage Cécile Paradis a été remis pour une quatrième année consécutive, soulignant l'engagement exceptionnel d'un(e) bénévole s'étant particulièrement démarqué(e) au cours de la dernière année.

Douze bénévoles se sont illustrés de façon remarquable : Micheline Bordeleau, Andrée Chamberland, Gina Galicia Thlatelpa, Nycole Gauvin, Johanne Hudon, Louise et Murielle Jubinville, Serge Latulippe, Nicole Leblanc, Jean Meilleur, Louise Paquette et Françoise Sigel.

Le trophée 2025 a été décerné à M. Jean Meilleur, bénévole aux impôts et à l'accompagnement-transport médical. Toutes nos félicitations à l'ensemble de ces bénévoles pour leur engagement exemplaire.



## JEUDI 1<sup>ER</sup> MAI 2025 - ACTIVITÉ DE QUILLES

Toujours dans le cadre de la Semaine de l'action bénévole, un après-midi de quilles a réuni une quarantaine de bénévoles et employés à la Salle de quilles de Sainte-Adèle. Entre abats et dalots, le plaisir et les fous rires étaient au rendez-vous pour le plus grand bonheur de tous !

## VENREDI 2 MAI 2025 - APRÈS-MIDI CINÉMA

Pour clore la Semaine de l'action bénévole en beauté, le cinéma Pine nous a généreusement offert le visionnement du film *Le temps d'un été*.

Choisi pour sa résonance avec les valeurs du milieu communautaire, ce récit empreint d'humanité fait écho à la bienveillance dont font preuve les bénévoles dans chacune de leurs actions. Une centaine de bénévoles d'ici et d'organismes voisins ont assisté à cette projection. Un immense merci à M. Pery Fermanian, propriétaire du cinéma, pour cette généreuse contribution.

## MISE À JOUR BÉNÉVOLE 2025 - 2026

Cette année la *Mise à jour bénévole*, a pris une formule renouvelée, plus souple et rapprochée des équipes. Les coordonnatrices de services ont choisi de rencontrer leurs bénévoles en petits groupes, selon les moments les plus propices à chacun des services.

Début octobre 2025, la coordonnatrice de l'accompagnement-transport médical et la commis à la saisie de données ont échangé avec 25 bénévoles des transports. Le 28 novembre 2025, la coordonnatrice de la popote roulante a réuni une trentaine de bénévoles pour une rencontre chaleureuse et participative. Enfin, le 2 février 2026, la responsable du service de l'accueil a, à son tour, rencontré une vingtaine de bénévoles pour un moment d'échange fort apprécié.

Ces rencontres, teintées de proximité et d'écoute, ont été unanimement perçues comme motivantes, enrichissantes et rassembleuses.





## LUNDI 8 DÉCEMBRE 2025 - UN NOËL TOUT EN MAGIE...

Pour célébrer le temps des Fêtes, les bénévoles de l'Entraide se sont rassemblés dans le magnifique décor rustique du Chalet Pauline-Vanier pour un dîner traditionnel haut en couleur. Plus d'une centaine de convives ont répondu avec enthousiasme à l'invitation, prêts à partager un moment festif autour d'un repas préparé avec cœur par l'équipe de bénévoles.

La magie s'est invitée tout au long de l'événement grâce à la présence d'un magicien, qui a circulé de table en table pour offrir des tours de micro-magie aussi surprenants que divertissants. Rires, étonnement et émerveillement étaient au rendez-vous ! Elle s'est également manifestée au moment du dessert, alors que les convives ont découvert un choix de sept délicieuses bûches de Noël... un véritable casse-tête gourmand !

Soulignons également la contribution remarquable de six bénévoles du café Starbucks de Saint-Sauveur, qui ont assuré le service avec efficacité et bonne humeur, en plus d'offrir généreusement le café.

## FORMATIONS ET CONFÉRENCES OFFERTES À NOS BÉNÉVOLES

Le 29 avril 2025, dans le cadre de la Semaine de l'action bénévole, l'atelier « La santé cognitive des personnes âgées » a gratuitement été présenté à une dizaine de nos bénévoles au CLSC de Saint-Sauveur.

Cet atelier a généreusement été offert par l'équipe-relais du Réseau d'éclaireurs en santé psychologique du CISSS des Laurentides, que nous remercions sincèrement pour leur engagement, leur temps et leur expertise mis au service de nos bénévoles.

Le 11 novembre 2025, pour une deuxième année consécutive, Vincent Bélanger, copropriétaire de l'entreprise FormaSecours Plus, a généreusement offert la formation « Aînés-Héros » à une vingtaine de nos bénévoles. Cette formation visait à mieux outiller les aînés pour faire face à certaines situations d'urgence. Nous remercions chaleureusement M. Bélanger pour sa générosité et sa bienveillance.



## DÉPART À LA RETRAITE DE DANIELLE LEGAULT - 5 JUIN 2025

Nous souhaitons souligner le précieux parcours de Danielle Legault au sein de l'Entraide. Arrivée en 2021 à titre de travailleuse de milieu pour les aînés dans le cadre du programme ITMAV, Danielle a su accompagner et référer les aînés avec une grande sensibilité et un professionnalisme remarquable. À l'écoute, attentionnée et toujours animée par un réel intérêt pour les autres, elle a exercé son rôle avec cœur et dévouement.

Cette année marque pour elle le début d'un nouveau chapitre : la retraite, choisie avec le désir de se consacrer davantage à elle-même et à son magnifique rôle de grand-maman, qui lui va si bien.

Fidèle à ses valeurs, Danielle continue toutefois de s'impliquer auprès de l'Entraide, notamment comme bénévole à la popote. Elle demeure présente, autrement, mais toujours avec la même volonté d'accompagner les aînés et de soutenir notre mission.

Nous sommes privilégiés de pouvoir compter sur une personne aussi engagée et inspirante.

Bonne retraite, chère Danielle, et merci pour tout.



## PARTENAIRE DU REPAS - POUR UNE SÉCURITÉ ALIMENTAIRE DURABLE

Le Chantier en sécurité alimentaire, tenu le 12 septembre 2025, a rassemblé plus de 20 acteurs du milieu afin d'identifier des enjeux majeurs tels que le coût de la vie, la précarité du financement, les défis liés au transport et le manque d'autonomie alimentaire. Des pistes d'action ont émergé, notamment la mutualisation des services, le développement de communautés nourricières et le renforcement de la collaboration.

Les cuisines mutualisées, soutenues par le Plan gouvernemental 2024-2029, permettent de produire et de redistribuer des repas sains à faible coût grâce à la collaboration d'organismes et de bénévoles, renforçant ainsi la solidarité régionale. Cette année, 11 mutualisations ont permis la production de plus de 1 100 portions au total.

Enfin, le soutien financier de la Fondation Lucie et André Chagnon, avec plus de 200 000 \$ investis sur le territoire, dont 33 000 \$ annuellement pour le REPAS, contribue à renforcer la concertation, la planification stratégique et les actions collectives en sécurité alimentaire.



# Représentation – concertation – Partenariat

L'Entraide bénévole des Pays-d'en-Haut est active auprès de ces organismes et comités à titre de collaboratrice, ainsi que pour demeurer à la fine pointe des informations qui y sont partagées.

## **FCABQ/ Fédération des centres d'action bénévole du Québec**

Cet organisme à but non lucratif regroupe 121 centres d'action bénévole à travers le Québec, qu'il soutient, mobilise et représente afin de stimuler la promotion, la reconnaissance et le développement des différentes pratiques de l'action bénévole au sein de la collectivité.

## **RCABL/ Regroupement des centres d'action bénévole des Laurentides**

Ce regroupement, constitué de sept centres d'action bénévole répartis à travers la région des Laurentides, favorise des rencontres, des échanges et de l'entraide.

## **ROCL/ Regroupement des organismes communautaires des Laurentides**

Le ROCL est un large regroupement d'organismes communautaires autonomes œuvrant principalement dans le domaine de la santé et des services sociaux.

## **REPAS/ Regroupement des partenaires alimentaires solidaires**

Il s'agit de la table locale de sécurité alimentaire. L'objectif de cette table est d'unir les partenaires en sécurité alimentaire afin de favoriser l'entraide et le partage d'information d'expertise. La directrice générale de l'Entraide est la vice-présidente de cette concertation.

## **PRASAB/ Regroupement des popotes roulantes**

Offre du soutien à ses organismes membres.

## **Table des aînés des Pays-d'en-Haut**

La Table des aînés de la MRC des Pays-d'en-Haut est un regroupement d'acteurs, en collaboration avec la communauté aînée, et tenant compte du champ des compétences des organismes membres.

1. Trouve des solutions, coordonne des actions et porte des projets collectifs et structurants visant l'amélioration des conditions de vie des aînés du territoire de la MRC des Pays-d'en-Haut;
2. Offre aux aînés la possibilité de prendre en charge leurs conditions de vie en vivant leur unicité.

## **Comité prévention maltraitance des Pays-d'en-Haut**

Les membres de ce comité unissent leurs efforts afin de contrer la maltraitance faite aux aînés.

## **Comité proches aidants**

L'Entraide bénévole offre son soutien, de même que des services aux proches aidants.

## **Chambres de commerce de Sainte-Adèle et de Saint-Sauveur**

Présence aux 5 à 7 et aux AGA des Chambres de commerce en cours d'année. Un membre de notre conseil d'administration siège d'ailleurs sur celui de la Chambre de commerce de Sainte-Adèle.

# Merci

Nous remercions de tout coeur chacun de nos bénévoles ainsi que tous nos généreux partenaires, commanditaires et donateurs pour leur précieux soutien dans la poursuite de notre mission, qui est d'assurer un mieux-être aux aînés et aux personnes en perte d'autonomie.

- Ministère de la Santé et des Services sociaux;
- Centre intégré de santé et de services sociaux (CISSS) des Laurentides;
- Madame Sonia Bélanger, députée de Prévost;
- Madame France-Élaine Duranceau, députée de Bertrand;
- Madame Agnès Grondin, députée d'Argenteuil;
- Monsieur Tim Watchorn, député fédéral Les Pays-d'en-Haut;
- La MRC des Pays-d'en-Haut;
- Les élus et les dirigeants des différents services des dix municipalités de notre MRC: Estérel, Lacs-des-Seize-Îles, Morin-Heights, Piedmont, Saint-Adolphe-d'Howard, Sainte-Adèle, Sainte-Anne-des-Lacs, Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson, Saint-Sauveur et Wentworth-Nord;
- FCABQ (Fédération des centres d'action bénévole du Québec);
- Monsieur Christian Jasmin et les membres de la grande famille des marchés d'alimentation IGA de Sainte-Adèle, Saint-Sauveur et les Marchés Tradition de Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson;
- Monsieur Éric Marin et madame Caroline Thibault du Restaurant Chez Milot de Sainte-Adèle;
- Monsieur Hugues Néron, président, Microbrasserie Shawbridge & Charcuteries et Le Saint-Sau Pub Gourmand;
- Amyot Gélinas;
- Café communautaire l'Entre-Gens;
- Caisse Desjardins de la Vallée des Pays-d'en-Haut;
- Carrefour Jeunesse Emploi des Pays-d'en-Haut;
- Chambre de commerce de Sainte-Adèle;
- Chambre de commerce de la Vallée de Saint-Sauveur;
- Chef à domicile-traiteur Les Indécis;
- Cinéma Pine Sainte-Adèle;
- Club de l'Âge d'or de Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson;
- Club L'Étoile du Nord de Wentworth-Nord;
- CR Protection Incendie Inc.;
- FormaSecours Plus;
- KAOS Réfrigération;
- L'Amicale de Sainte-Anne-des-Lacs;
- La Rencontre de Sainte-Marguerite;
- Les bénévoles de la Paroisse Notre-Dame-des-Pays-d'en-Haut;
- Les entreprises Rodrigue inc.
- Les Habitations Saint-Adolphe;
- Moisson Laurentides;
- Olymel S.E.C.;
- Ouvroir de Saint-Sauveur;
- Pharmacie Jean Coutu Marylène Cuerrier - Saint-Sauveur;
- Photocopies ILLICO de Sainte-Adèle;
- Soupe et Compagnie des Pays-d'en-Haut;
- Tiger Production Vidéo - Monsieur Francis Groulx;
- Tous nos précieux représentants des médias;
- Et toutes les personnes qui, bien qu'elles ne soient pas spécifiquement nommées, se reconnaissent en lisant ces lignes.



**ENTRAIDE BÉNÉVOLE**  
**DES PAYS-D'EN-HAUT**  
Centre d'action bénévole

## **NOUS JOINDRE**

1013, rue Valiquette, Sainte-Adèle (Québec) J8B 2M4  
Téléphone : 450 229-9020 / Sans frais : 1 855 226-5626  
Télécopieur : 450 229-7539

info@entraidebenevolepdh.com

**ENTRAIDEBENEVOLEPDH.COM**

Suivez-nous sur Facebook!

## **HEURES DE BUREAU**

Lundi au vendredi  
de 8h30 à 12h et de 13h à 16h30