## CHRONIQUE COMMUNAUTAIRE




Corporation de développement communautaire Haut-Richelieu-Rouville. (CDC) (Photo : courtoisie)

### Déploiement de services sur un large territoire : un défi relevé

La famille Dakôté est la porte-parole des organismes communautaires de la région. À travers ses chroniques, elle vous présente tout ce que le milieu communautaire peut vous offrir.

Michel et Micheline Dakôté sont sous le choc lorsqu'ils apprennent que leur ami Luc est atteint de la maladie d'Alzheimer. À la suite de la recommandation de leur médecin, qui leur parle de Référence aidance Québec, Luc et sa conjointe Ginette sont rapidement contactés par la Société Alzheimer du Haut-Richelieu (SAHR), basée à Saint-Jean-sur-Richelieu.

Plusieurs services leur sont proposés : ateliers, conférences, soutien psychosocial et programmes de prévention axés sur l'activité physique ou la musique. Toutefois, un obstacle de taille se présente : Luc et Ginette vivent à Saint-Césaire, sont toujours en emploi et ne disposent que d'un seul véhicule.

La distance devient donc un frein à l'accès aux services. Consciente de cette réalité partagée par plusieurs, la SAHR prend l'initiative de contacter les Résidences du Collège CRP de Saint-Césaire.

L'objectif : établir un partenariat afin d'offrir des services de proximité. Elle met sur pied un point de service local proposant des groupes de soutien pour les proches aidants, des conférences et un centre d'activités pour les personnes vivant avec des troubles neurocognitifs.

Au printemps, Ginette invite les Dakoté à une journée portes ouvertes. Les quatre amis et plus de 30 personnes y participent. Tout le monde découvre les services et rencontre l'équipe. L'événement est un franc succès et permet notamment de combler des places au centre d'activités.

Ginette est aux anges : « Luc pourra participer aux activités organisées directement aux Résidences du Collège CRP, au 1390, rue Notre-Dame à Saint-Césaire. »

« Ça fait toute la différence que vous ayez accès à ces services! », s'exclame Michel.

Pour plus d'informations, contactez-nous au 450 347-5500 poste 201, par courriel à info@sahr.ca, ou visitez notre site Web : www.sahr.ca.

# Mon petit OBNL

À l'issue de la Semaine de l'action bénévole 2025, j'aimerais rappeler que devant les multiples crises qui déferlent sur nous et détruisent le tissu de notre société, l'action bénévole des citoyens peut constituer une réponse très pertinente et épanouissante, tant pour maintenir notre moral que pour faire le maximum de bien autour de soi. Le but principal du bénévolat est d'augmenter la solidarité sociale et de faire que chacun puisse se sentir utile. La société bénéficie largement des actions bénévoles des Québécois à tous les niveaux et les entités gouvernementales, tant municipales, que provinciales ou fédérales, reconnaissent aujourd'hui, chacune à leur manière, cet apport essentiel. J'en profite pour annoncer que j'ai été choisi pour recevoir un prix de la lieutenante-gouverneure du Québec en 2025 en regard de mon bénévolat. Vous comprenez que cet honneur rejaillit sur l'organisme auquel j'appartiens, qui s'appelle le Centre d'Écoute Montérégie (CÉM).

Laissez-moi donc solliciter votre attention quelques minutes et vous expliquer l'intérêt de « mon petit OBNL » (Organisme à but non lucratif). Qui sait, peut-être est-ce justement le genre de bénévolat que vous recherchez? Sinon, vous pourrez en parler à une de vos connaissances.

Notre mission, depuis bientôt vingt ans, consiste à briser l'isolement chez les aînés tout en les accompagnant vers un mieux-être global. Nous œuvrons sur deux volets : un, la gériatrie sociale, et deux, une ligne téléphonique d'écoute active.

D'abord, que signifie cette expression de gériatrie sociale? Il s'agit d'une méthode pour identifier et réorienter les personnes susceptibles de présenter une fragilité devant les changements qu'implique parfois le vieillissement. Notre « Réseau actif de dépistage des aînés à risque » (RADAR) a déjà formé plusieurs centaines de citoyens qui sont à l'affût et qui peuvent détecter les personnes vivant des situations précaires (difficultés relationnelles, perte d'autonomie, perte de contacts sociaux, etc.). Ces citoyens RADAR sont tantôt des voisins, des membres de la famille ou des professionnels comme des policiers, des travailleurs sociaux ou des psychiatres, etc. Une fois les personnes vulnérables identifiées, nos équipes peuvent intervenir pour accompagner ces aînés et contribuer à stabiliser leur condition.

Le deuxième volet de notre Centre d'écoute est la partie téléphonique, qui concerne la majorité de nos bénévoles et que nous nommons l'écoute active. Il s'agit d'une méthode de communication popularisée par le psychologue Carl Rogers, au milieu du XX$^{e}$ siècle. C'est une écoute empathique et sans jugement ni conseil, où le bénévole reste centré sur l'émotion de la personne écoutée. Il faut y consacrer une certaine préparation et quelques heures de formation, mais je dois dire que ma vie s'est trouvée vraiment transformée par cet apprentissage facile et accessible à chacun.

D'ailleurs, la plupart de mes amis au sein du CÉM seront d'accord pour dire que ce type d'écoute auprès des aînés nous apporte une satisfaction intense, car nous avons conscience de combler une lacune et un besoin en matière de contact humain. En cette époque de solitude généralisée où les gens vivent des deuils et des privations à répétition, un réseau social riche est essentiel à l'épanouissement de chacun. Et bien que je connaisse de nombreux bénévoles qui, au début, craignaient de ne pas être à la hauteur, ils réalisent aujourd'hui qu'une bonne écoute est à la portée de tous et qu'ils peuvent apporter beaucoup de lumière à des personnes isolées.

Si vous croyez qu'une implication semblable pourrait vous intéresser, contactez-nous, le CÉM a vraiment besoin de votre aide. La pandémie a plus que doublé la demande pour nos services et nos besoins en bénévolat ont donc doublé eux aussi. Deux ou trois heures par semaine, à partir de votre domicile, ont le potentiel d'aider à illuminer d'un sourire la journée d'une personne ainée. En quelque sorte, la participation à ces activités contribuera à actualiser la solidarité dans le monde autour de nous. Merci d'y prendre part.

Jean-Marie Desroches
Président, Centre d'Écoute Montérégie

## LE CLIC DE LA SEMAINE

### La guignolée au Parlement de Québec

**Le comité de la guignolée de Saint-Mathias fête son 30e anniversaire en grand. Dans le cadre de la Semaine des bénévoles, il a été accueilli au Parlement de Québec, où son implication a été soulignée par le député chamblyen Jean-François Roberge. (Photo : courtoisie)**

