

RAPPORT D'ACTIVITÉS



2025-2026



appad

ASSOCIATION DES PERSONNES
PROCHES AIDANTES DRUMMOND

TABLE DES MATIÈRES

Mot d'embarquement	p.1
Mission	p.2
Territoire	p.2
Notre histoire	p.3
L'équipage	p.4
Les activités réalisées	p.6
Le milieu de vie	p.6
Le soutien individuel	p.8
Les cafés-rencontres	p.10
Les groupes	p.11
Les formations	p.13
Les webinaires	p.14
Les activités de ressourcement	p.15
Les activités de rassemblement	p.16
Le répit accessoire	P.16
L'écrit	p.17
La sensibilisation de la population	p.20
Actions pour rejoindre les proches aidants dans leur milieu	p.22
La visibilité	p.25
La concertation et la collaboration	p.27
Les résultats globaux	p.29
La contribution de la communauté.....	p.30
Partenaires et donateurs: nos remerciements.....	p.32
L'année en images	p.33
Les priorités d'action 2026-2027	p.34



MOT D'EMBARQUEMENT

Bienvenue à bord de notre croisière, symbole d'une aventure collective où chaque personne fait partie de l'équipage et contribue à faire avancer le navire. Comme sur l'eau, nous avançons ensemble au fil des courants, en nous adaptant aux marées, guidés par ce qui nous unit.

L'année 2025-2026 s'est déroulée comme une grande traversée, guidée par notre engagement envers les personnes proches aidantes et le mieux-être de notre communauté. Fidèle à sa mission, l'APPAD a poursuivi son chemin avec constance, en maintenant le cap sur le soutien, la solidarité et la bienveillance.

C'est dans cet esprit que nous vous présentons ce rapport d'activités, reflet d'une année riche en rencontres, en réalisations et en engagement. Nous vous invitons à découvrir cette traversée collective, marquée par la collaboration, la confiance et la volonté de faire une différence.

Nous tenons à exprimer notre profonde reconnaissance à toutes celles et ceux qui composent cet équipage et contribuent à faire vivre l'APPAD. Merci aux membres du conseil d'administration pour leur engagement et leur précieuse collaboration. Merci aux bénévoles, véritables compagnons de voyage, pour leur générosité et leur implication. Merci également aux membres pour la confiance renouvelée année après année. Et enfin, merci à l'équipe de travail de l'APPAD, dont le dévouement et le professionnalisme permettent à notre mission de poursuivre sa route avec humanité et engagement.

Tous à bord, bon voyage et profitez de chaque escale !



Marthe Garneau, présidente du conseil de
navigation
Emmanuelle Blanchard, capitaine de
l'équipage



Mission

L'Association des Personnes Proches Aidantes Drummond (APPAD) est un organisme sans but lucratif dont la mission est d'œuvrer à l'amélioration du bien-être et de la santé des personnes proches aidantes, peu importe leur réalité et celle de la personne aidée. L'Association intervient en lien direct avec les problématiques vécues par les personnes proches aidantes et leur apporte du soutien individuel ou de groupe. Elle travaille également à développer la capacité de prise en charge des proches aidants en les amenant à acquérir des outils pour pallier aux difficultés vécues au quotidien et préconise la résolution du problème d'épuisement, par le biais de conférences, ainsi que diverses activités de rassemblement visant à réduire l'isolement des proches aidants.



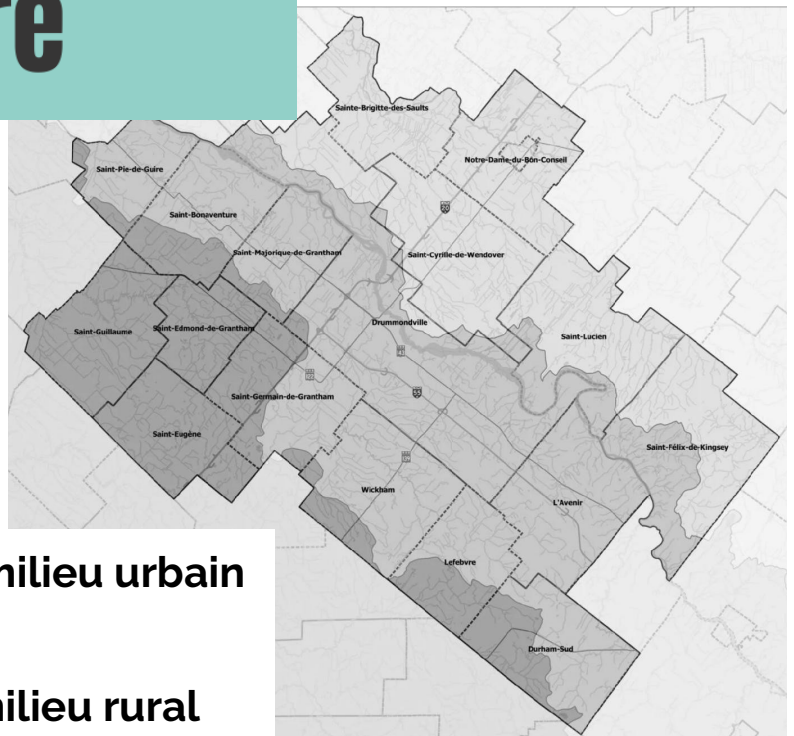
Nos valeurs sont :

- La reconnaissance du droit au bien-être pour tous
- La dignité
- Le respect des proches aidés et des proches aidants
- La solidarité



Territoire

L'APPAD couvre tout le territoire de la MRC de Drummond qui compte 18 municipalités, pour une population qui a augmenté à 115 772 personnes. On estime à 38 591 le nombre de personnes proches aidantes dans notre région puisqu'une personne sur trois joue ce rôle.



74 % de proches aidants en milieu urbain

26% de proches aidants en milieu rural



Notre histoire

En 2011, un soutien financier est obtenu par le Ministère de la Famille et des Aînés. Ainsi, en juillet 2011, l'Association des Personnes Proches Aidantes Drummond (APPAD) est constituée en tant qu'organisme à but non lucratif.

De novembre 2011 à mars 2012, le soutien individuel débute, la première parution du journal *Soutenir* est distribuée et la première rencontre du groupe Coude à Coude est tenue. En décembre 2011, l'Association devient un organisme accrédité auprès de l'Agence de la santé et des services sociaux de la Mauricie et du Centre-du-Québec et reçoit un financement de mission.

Ensuite, lors du Gala communautaire de 2012, l'Association a eu l'honneur de se voir décerner le prix qui souligne l'implication d'un organisme dont les actions ou les prises de position innovatrices et créatives ont généré un changement dans la collectivité.

Dès 2013, trois employées étaient en poste et l'Association recevait aussi un financement par projet de la part de l'Appui pour les proches aidants d'aînés Centre-du-Québec. Subséquemment, en 2018, l'APPAD inaugure sa première salle permanente d'intervention et de conférence tout comme son premier groupe de soutien destiné aux parents proches aidants offert en collaboration avec l'Association des parents d'enfants handicapés Drummond.

En 2020, elle bascule en télétravail et accompagne les proches aidants dans sa première crise sanitaire majeure sans interrompre ses services. Depuis, elle a regagné de nouveaux locaux et a agrandi son équipe.

Amorcé en 2022, le projet de milieu de vie a connu une évolution importante en 2025. Les espaces ont été réaménagés afin d'offrir un environnement plus chaleureux et accueillant, favorisant ainsi la poursuite de son essor. Un agrandissement des locaux a également été effectué pour répondre de façon plus adéquate aux besoins grandissants de la population.





L'équipage

LE CONSEIL D'ADMINISTRATION

Le conseil d'administration

Il est regroupé 7 administrateurs bénévoles. En juin 2025, le conseil d'administration a connu un changement avec le départ d'une administratrice et l'arrivée d'un nouvel administrateur. Les membres du conseil d'administration sont tous de provenance du secteur privé. Le conseil supporte l'équipe permanente. Il y eu 10 rencontres du conseil d'administration en 2025-2026 dont le mandat inclut: le développement de l'APPAD, la continuité des services offerts en respectant la mission de l'Association, la saine gestion et le positionnement de l'APPAD pour un développement à long terme.



Conseil d'administration 2025-2026

Marthe Garneau

Présidente

Paul-Émile Larocque

Vice-président

Isabelle Desmarais

Secrétaire-trésorière

Ghislaine Lamoureux

Administratrice sortante

Claudette Robidas

Administratrice

Diane Fournier Labrecque

Administratrice

Claude Mercier

Administrateur entrant

LES MEMBRES

À la clôture de l'année, le registre compte **772 membres** actifs qui appuient la mission et les activités (761 membres individuels et 11 membres associatifs).

Les membres ont été impliqués dans diverses activités tout au long de l'année, offrant ainsi l'opportunité de partager leurs avis sur les services, ils ont d'ailleurs tous été contactés par téléphone pour connaître leur avis sur nos services. Grâce à ces multiples occasions de participation, les membres ont pu exprimer leurs points de vue et contribuer à l'amélioration continue des services offerts. L'APPAD a convié ses membres à la 14^e assemblée générale annuelle des membres qui s'est déroulée à Drummondville le 26 juin 2025. Au total, 24 personnes étaient présentes, dont 17 membres et 7 non-membres.

L'ÉQUIPE DE TRAVAIL



Emmanuelle
Blanchard



Maryse
Vallée

L'équipe de l'APPAD se compose de la directrice, Emmanuelle Blanchard et d'un personnel d'intervention permanent. Notre directrice occupe un poste à temps plein (35 heures par semaine). L'année a été marquée par quelques fluctuations au sein des ressources humaines, notamment par le retour d'un congé de maternité.

En intervention, l'APPAD a pu compter sur Maryse Vallée, Karine Lemaire et Isabelle Boudreau, toutes en poste à temps plein. Nathalie Fortin et Audrey Beaulieu ont occupé des postes à temps partiel (14 et 28 heures) et Alain Therrien (horaire varié), bonifiant l'équipe par leur expertise et leur engagement. Antoine Bazinet s'est joint à l'équipe durant la saison estivale grâce au programme Emploi été Canada. Au cours de l'année, l'APPAD a eu le plaisir d'accueillir deux stagiaires : Léa Gagnon, étudiante en éducation spécialisée, pour son stage final ainsi que Maïka Parenteau, stagiaire au baccalauréat en travail social, qui a fait ses deux stages à l'organisme. Leurs présences ont été remarquées et très appréciées.



Audrey
Beaulieu



Karine
Lemaire

Soucieuse d'offrir les meilleurs services possibles, notamment au soutien à domicile, l'APPAD investit activement dans la formation continue de son personnel. Cette année, l'équipe a bénéficié de 161 heures de formation. Les formations suivies couvrent divers aspects de l'intervention en proche aide : compréhension des réalités vécues (types de paternité, jeunes proches aidants, attachement), développement des compétences professionnelles (efficacité, animation de groupe, encadrement de stage) ainsi que le bien-être des intervenants et des milieux (santé organisationnelle, gestion de la souffrance, respect du rythme). Elles incluent aussi des notions pratiques comme les crédits d'impôt et les ressources disponibles, illustrant l'engagement constant de l'APPAD à maintenir un haut niveau de compétence.



Isabelle
Boudreault



Nathalie
Fortin



Alain
Therrien



L'APPAD a été ouverte

Du lundi au vendredi de 8h30 à 12h et de 13h à 16h30 pendant 51 semaines cette année



Les activités réalisées

Le milieu de vie

Un port d'attache au cœur de l'APPAD

Depuis son embarquement en 2022, le milieu de vie poursuit sa croisière humaine, portée par les rencontres, l'entraide et la bienveillance. Ouvert **17,5 heures par semaine**, ce lieu offre une escale précieuse où les proches aidants peuvent déposer leurs bagages, reprendre leur souffle et faire le plein d'énergie avant de poursuivre leur traversée. Il est de plus en plus connu et reconnu dans la communauté. Ce lieu permet la création de lien avec l'organisme.



"J'aime ça car ça me fait faire une activité et connaître et parler avec les autres proches aidants ça m'encourage à sortir de chez moi. Je me sens moins seule."

Pour l'année financière 2025-2026, le cap est demeuré solidement maintenu. Le milieu de vie a accueilli **83 personnes différentes**, totalisant **527 présences** au cours de l'année. Un nombre record d'utilisateurs différents et 200 présences de plus que l'année dernière. Ces chiffres témoignent de l'importance de cet espace et de son ancrage dans la vie de nos membres et de la communauté.

Tout au long de l'année, de nombreuses activités ont fait vibrer notre milieu de vie :

- Les ateliers créatifs ont permis à chacun d'exprimer sa créativité à travers la peinture à diamants, la confection d'accroche-portes personnalisés, de signets et de cartes postales, offrant autant d'occasions de créer, de partager et de se détendre.
- Les activités d'improvisation ont quant à elles suscité rires, spontanéité et découvertes.
- L'échange de boutures a permis aux passionnés de mettre leur expertise à profit tout en initiant les curieux à cet univers. Cette activité a semé bien plus que des plantes : elle a fait germer des conversations et des apprentissages.
- Le rallye photo a offert aux participants l'occasion de mettre leurs talents d'enquêteurs à profit. Entre recherches, découvertes et bonne humeur, l'activité a permis à chacun de s'amuser tout en participant à un défi rassembleur.
- À l'approche des Fêtes, la création de boules décoratives, la confection de centres de table ainsi que le party des fêtes ont insufflé un esprit festif à notre port d'attache, transformant le milieu de vie en un lieu encore plus chaleureux et rassembleur.



*"Un lieu pour briser l'isolement.
Un lieu de rencontre pour rire et se détendre.
Un lieu pour échanger sur nos vécus et nos inquiétudes.
Un lieu pour donner et recevoir de l'aide."*

- Les séances de yoga ont offert des moments privilégiés pour ralentir le rythme, prendre soin de soi et retrouver un équilibre tant physique qu'émotionnel.
- Parmi les activités ayant fait lever l'ancre à de nombreux participants, les Jeudis-jeux ont connu un franc succès. Dans une ambiance légère et conviviale, proches aidants et personnes endeuillées ont partagé complicité et précieux moments de détente autour de jeux.



"Cela m'apporte beaucoup de positif. Si je n'avais pas le milieu de vie, je serais très malheureuse, maintenant je me sens très bien dans ma peau et heureuse. Je pense à moi!"

À bord de ce milieu de vie, nos tricoteuses ont également occupé une place toute spéciale. Au fil des mailles et des conversations, elles ont tissé bien des liens et ont transmis leur savoir-faire.

Nous ne saurions passer sous silence l'appui de Desjardins Drummondville, dont la contribution a permis d'embellir notre port d'attache par l'ajout de mobilier et de décorations, offrant ainsi un espace encore plus chaleureux, accueillant et confortable pour les passagers qui y font escale chaque semaine.

Plus qu'un simple local, le milieu de vie est devenu un véritable phare pour les personnes proches aidantes. Il éclaire leur parcours, brise l'isolement, favorise le bien-être émotionnel et offre un espace de répit où chacun peut reprendre des forces avant de poursuivre sa route. Année après année, ce lieu demeure un incontournable de notre traversée collective, un endroit où l'on avance ensemble, porté par l'entraide, le respect. et l'humanité. Le milieu de vie est de plus en plus fréquenté par un nombre croissant de proches aidants, qui y trouve un réconfort essentiel à la poursuite de notre mission.



"Je rencontre des rayons de soleil. Le milieu de vie m'a gardé debout. J'ai trouvé une place où il y a de l'acceptation sans jugement."



L'équipe de l'APPAD et Paul Gagné, directeur général de Desjardins Drummondville dans le milieu de vie lors de son passage.

Le soutien individuel

À l'APPAD, les personnes proches aidantes peuvent bénéficier d'un accompagnement individuel, peu importe l'âge ou la condition de la personne qu'elles soutiennent. Ce service, offert gratuitement, vise à améliorer leur qualité de vie. Les rencontres sont personnalisées et abordent des thèmes variés selon les besoins et la réalité de chacun. Parmi les sujets fréquemment explorés, on retrouve l'épuisement, la culpabilité, le stress, la communication, l'isolement, la gestion du temps pour soi, les deuils vécus, l'adaptation aux changements, la dynamique relationnelle avec la personne aidée, la sollicitation du réseau, les aspects juridiques ainsi que l'accès aux ressources disponibles. Les personnes ayant vécu un deuil peuvent également recevoir du soutien à la suite du décès de leur proche. Des rencontres de type familiale sont également offertes. Celles-ci permettent d'avoir une vision commune de la situation, favorisent les échanges, aide à mettre en place les services tout en permettant une meilleure compréhension des besoins et des limites de chacun. La fréquence et la durée de l'accompagnement sont modulées en fonction des besoins exprimés. Le soutien individuel demeure le cœur des services de l'APPAD, déployé à travers plusieurs projets. Voici les résultats pour l'année 2025-2026.

Aide spécifique aux personnes âgées à domicile (SAPA)

L'APPAD a poursuivi son entente spécifique avec le CIUSSS MCQ, secteur Soutien à l'autonomie de la personne âgée (SAPA). Ce projet vise spécifiquement les personnes proches aidantes d'une personne âgée en perte d'autonomie à domicile. Il offre de l'écoute et du soutien afin d'accompagner les proches aidants dans leur réalité. Cette entente, qui a fait ses preuves et arrive à échéance, sera reconduite pour les années à venir afin de maintenir et d'accroître le soutien offert aux proches aidants, dans un contexte de vieillissement de la population..

**Ce projet a soutenu 216 personnes différentes.
Au total, c'est 570 heures d'intervention reçues.**

Soutien psychologique offert dans le projet *Continuité du soutien et acquisition de connaissance dans Drummond*

Le projet, financé par L'Appui pour les proches aidants depuis 2014-2015, a de nouveau permis aux proches aidants de la MRC de Drummond qui soutiennent un aîné à domicile, en résidence ou en CHSLD, de bénéficier d'un accompagnement individuel et personnalisé offert par un intervenant. Cette année, le projet a également permis de soutenir des proches aidants accompagnant des personnes de moins de 65 ans. Cela a contribué à la poursuite et à l'intensification de notre aide.



**Ce projet a soutenu 249 personnes différentes.
Au total, c'est 891 heures de soutien reçues.**

Soutien individuel découlant du Plan d'action gouvernemental en proche aidance

Dans le cadre du plan d'action gouvernemental en proche aidance, l'APPAD a de nouveau bénéficié d'un levier financier, reconduit pour une troisième année, afin de poursuivre ses actions de prévention de l'épuisement chez les proches aidants. Ce soutien a permis d'offrir davantage d'heures d'accompagnement individuel à une diversité de proches aidants, renforçant leur capacité à soutenir leurs proches tout en préservant leur propre équilibre.

**Ce projet a soutenu 66 personnes différentes.
Au total, c'est 230.67 heures de soutien reçues.**

Autres soutiens divers

L'APPAD offre également un soutien de base en lien avec sa mission, indépendamment des projets spécifiques ou des clientèles ciblées. En 2025-2026, de nombreux accompagnements ont été réalisés auprès de proches aidants, incluant le soutien en post-aidance ; l'APPAD a ainsi apporté un appui significatif tant aux aidants qu'aux personnes endeuillées, afin de les aider à traverser la période suivant la perte de leur proche.

**Il y a eu 152 personnes différentes soutenues par cette mesure.
Au total, c'est 158 heures de soutien reçues.**

**Au total, près de 1850 heures de soutien ont été reçues
par les proches aidants et proches aidants endeuillés
pour toucher 586 personnes différentes.**



Le nombre de personnes rejointes connaît une augmentation de 22,9 % et le nombre d'heures reçus a augmenté de plus de 140 heures. Cette croissance témoigne de la pertinence des services offerts et de la capacité de l'organisme à répondre aux besoins grandissants des proches aidants du territoire.

Les cafés-rencontres



Entre-aidants

Ce groupe est un café-rencontre destiné à tous les proches aidants; des personnes de tous âges, de tout lieu de résidence, etc. Il offre un espace où ils peuvent librement partager leurs préoccupations, leurs victoires et leurs inquiétudes avec d'autres personnes qui vivent des réalités similaires. Ces rencontres sont ouvertes à tous ceux qui souhaitent y participer et un thème est proposé pour alimenter les discussions.

21 cafés Entre-aidants ont eu lieu totalisant 122 présences pour 51 heures d'intervention données.

Hommes-aidants

Ce café-rencontre répond à un besoin spécifique en rassemblant les hommes qui vivent la proche aide. Une fois par mois, un espace exclusivement dédié aux hommes est ainsi créé, leur offrant l'opportunité d'échanger sur leur réalité unique. Les hommes peuvent se sentir isolés parmi les femmes. Dans ce contexte, ce café-rencontre a pour objectif de favoriser un environnement où ils se sentent à l'aise, en leur offrant un espace inclusif et respectueux de leurs expériences.

12 rencontres pour 28,5 heures d'intervention totalisant 79 présences.

Entre-nous

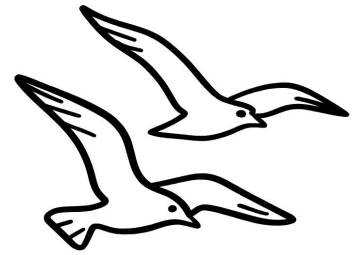
Ce café-rencontre s'adresse aux proches aidants d'une personne ayant entre 0 et 64 ans. Parents, conjoints, fratries sont réunis afin de discuter de leurs réalités et partager leurs vécus. Les rencontres se déroulent dans nos locaux sur les heures de repas afin de rejoindre ces proches aidants souvent fort occupés.

4 rencontres totalisant près de 8 heures ont rejoint 36 présences.

Depuis ton départ

Une fois par mois, les personnes endeuillées sont invitées à cette rencontre pour y partager leurs préoccupations et discuter de trucs ou d'astuces qui leur permettent de mieux vivre avec le décès de leur personne aidée. Ces proches aidants vivent un double deuil, combinant la réalité de la post-aidance et la perte de leur être cher. Ces rencontres sont toujours ouvertes et peuvent accueillir de nouveaux participants en tout temps.

12 rencontres de totalisant plus de 29 heures d'intervention pour 86 présences.



Le groupe Coude à Coude

Une fois par mois, les proches aidants sont invités à cette rencontre pour discuter du thème mensuel. Ils peuvent y partager leurs préoccupations et discuter de trucs et astuces qu'ils utilisent. Ces rencontres thématiques sont offertes aux proches aidants afin d'obtenir de l'information sur un sujet choisi, partager leur vécu et leurs préoccupations. Les thèmes sont toujours en lien avec les problématiques auxquelles font face les proches aidants. Ce groupe permet également de rencontrer d'autres proches aidants. Ces rencontres mensuelles sont ouvertes et peuvent accueillir de nouveaux participants en tout temps. Les rencontres sont offertes de jour et en soirée. L'entente avec le CIUSSS MCQ permet de financer les rencontres Coude à Coude.

Thèmes des rencontres 2025-2026

- S'ancrer dans le moment présent
- Comment alléger son quotidien
- Quand vivre ensemble n'est plus possible: la relocalisation
- Tous les visages de mes émotions
- Les perturbations du sommeil
- La codépendance
- Prendre une décision une étape à la fois
- Être proche aidant à distance
- Moyens pour se faire du bien
- Le couple à travers le temps
- Moi et mon rôle de proche aidant

Cette année, 13 rencontres ont eu lieu, totalisant 74 présences de 41 personnes différentes.

Je m'estime aussi...

Ce groupe de 6 rencontres se compose de présentations théoriques, d'échanges et d'exercices pratiques permettant d'augmenter l'estime de soi. Les participants explorent plusieurs composantes de l'estime de soi, dont les sentiments d'amour, de compassion, d'acceptation et d'affirmation de soi, etc. À la fin de ces rencontres, ils peuvent reconnaître davantage leurs compétences, leurs capacités et prendre conscience de leur valeur personnelle.

Cette année, il y a eu une cohorte de 6 personnes de ce groupe et une rencontre de finalisation de la démarche de l'année dernière regroupée 4 personnes.

Prévenir l'épuisement

Ce groupe est offert à l'APPAD depuis 2023-2024. C'est grâce à une formation offerte par un Regroupement *d'organismes en proche aide de la Montérégie* que nous avons pu découvrir et étudier ce groupe développé par les auteures Arcand et Brissette, deux professionnelles qui se spécialisent dans le bien-être des proches aidants depuis plus de 30 ans. Ce groupe provenant de cette démarche vise la prévention de l'épuisement en outillant les proches aidants sur le chemin de la proche aide.

2 cohortes ont eu lieu. 15 rencontres ont regroupé 12 participants pour un total de 65 présences en 2025-2026.

Mon projet de vie

Ce groupe de 8 rencontres permet de réfléchir et de cheminer vers la réalisation d'un but ou d'un projet personnel. Des exercices sont effectués de façon individuelle afin de permettre aux participants de bien cibler le but qu'ils se sont fixé. Il permet de prendre un temps d'arrêt et de s'offrir un temps pour soi. Les participants sont appelés à échanger et à partager entre eux sur leur expérience tout en découvrant de nouveaux outils et en développant de nouvelles habiletés.

Il y a eu 2 cohortes en 2025-2026. Cet automne, 4 personnes ont participé à la première cohorte pour un total de 33 présences. La seconde cohorte s'est déroulée en hiver avec 3 participants pour un total de 24 présences.

Diamond et discussions

Des proches aidants ont participé à ce nouveau groupe de discussion. Des sujets et des thématiques ouvertes (par exemple : la découverte de soi, l'instant présent) étaient proposés afin de leur permettre de s'exprimer. Les participants étaient invités à réaliser chacun un projet de *diamond painting* pendant les rencontres.

Il y a eu 8 rencontres qui regroupaient 8 personnes pour un total de 50 présences.

La traversée

Lorsqu'arrive l'hébergement de son proche, certains proches aidants se retrouvent déstabilisés face à la modification de leur rôle. Suite à la transition, plusieurs émotions peuvent être ressenties telles que le soulagement, la culpabilité, la tristesse et la colère. Ce groupe a pour objectif de démystifier l'étape de l'hébergement et offrir un lieu d'échange. Il permet aux proches aidants de s'exprimer sur cette étape, de s'informer et de côtoyer d'autres personnes vivant la même réalité qu'eux.

Il y a eu 5 rencontres d'une cohorte de 6 personnes qui ont participé à cette démarche pour un total de 28 présences. -12-

Quand tu es parti... je me suis cherché

Ce groupe de 7 rencontres vise les personnes proches aidantes en situation de post-aidance et endeuillées. Il permet de partager son histoire et de trouver du réconfort dans l'échange avec d'autres personnes endeuillées. Ce groupe, basé sur les étapes du deuil, s'avère un excellent moyen de vivre la transition et l'adaptation aux nouvelles conditions de vie dans un contexte de deuil. Les participants peuvent discuter de leurs émotions et développer des habiletés pour cheminer à travers l'épreuve vécue, afin de mieux accueillir cette nouvelle manière de vivre.

Un groupe de 3 participants a fait la démarche durant l'année.

Les formations

En 2025-2026, l'APPAD a offert **7 formations** abordant des sujets variés et adaptés aux réalités vécues par les proches aidants. Ces activités ont permis de renforcer leur capacité de prise en charge, de les outiller concrètement dans leur rôle et d'encourager une approche basée sur le bien-être, la sécurité et l'autonomie, autant pour eux-mêmes que pour la personne aidée. Grâce à cette programmation, **78 présences ont été enregistrées, totalisant un peu plus de 18 heures de formation**. Chaque formation a été l'occasion d'acquérir des connaissances, de partager des expériences, et de se sentir plus confiant face aux défis du quotidien.

Voici les formations qui ont été offertes :

- **Le mandat de protection expliqué** - Me Isabelle Desmarais, notaire, a présenté les bases de ce document juridique afin que les proches aidants sachent comment l'utiliser adéquatement pour protéger leurs droits et ceux de leur personne aidée.
- **Formation sur les déplacements sécuritaires** - Animée par Manon Giroux, cette formation a permis aux proches aidants d'apprendre des techniques sécuritaires pour aider au déplacement de leur aidé, tout en prévenant les blessures.
- **Démystifier les soins palliatifs et l'aide médicale à mourir** - Grâce à une collaboration avec Services René-Verrier, cette formation, animée par Pier-Anne Leclerc, abordait la sédation palliative, l'aide médicale à mourir et les demandes anticipées, en plus des services de l'organisme Services René-Verrier et le Havre d'Elizabeth Verrier.
- **La résistance aux services et Il ne veut pas d'aide** - Présentée à la Maison Francine Leroux ainsi qu'à l'Association, cette conférence a abordé la réticence à l'acceptation des soins et services, les causes possibles de cette résistance, et les moyens de l'aborder de façon respectueuse et progressive.
- **Comprendre les changements de comportement liés aux troubles neurocognitifs** - Formation offerte par une éducatrice spécialisée du CIUSSS MCQ visant à aider les proches aidants à comprendre, désamorcer et s'adapter aux comportements de leur aidé vivant avec un trouble neurocognitif. Cette formation a été offerte en deux volets : un pour les gens de la communauté et un autre pour les proches de personnes hébergées en CHSLD.

Les webinaires



Cette année, l'APPAD, en collaboration avec l'Association des personnes proches aidantes Bécancour-Nicolet-Yamaska, a organisé dix webinaires visant à outiller et informer les proches aidants sur des sujets spécifiques et les nouveautés qui pourraient les toucher.

Ces webinaires étaient accessibles à distance et les participants avaient également la possibilité d'assister à des projections simultanées dans nos locaux. Cette opportunité d'apprentissage gratuite a été rendue possible grâce à notre collaboration avec une association de proches aidants voisine, ainsi qu'à la contribution financière du CIUSSS MCQ. Voici un résumé des dix thèmes abordés lors de ces webinaires :

- **Niveau de soin et directives médicales anticipées**

Ce webinaire vise à mieux comprendre les niveaux de soins et l'importance des directives médicales anticipées dans la planification des soins de santé. Il permet d'explorer les choix qui peuvent être exprimés à l'avance en cas d'incapacité à communiquer ses volontés.

- **La réticence aux services**

Ce webinaire permet de mieux comprendre les facteurs qui influencent la réticence aux services et les réactions qui peuvent en découler. Des pistes de réflexion et des stratégies concrètes sont proposées afin de favoriser une approche respectueuse, bienveillante et adaptée aux besoins de la personne.

- **Choisir une résidence**

Lors de cette rencontre, animée par Résidences Québec, les thèmes du choix d'un nouveau milieu de vie et du soutien qu'une agente en résidence pour personnes âgées peut apporter dans les démarches de recherche sont abordés.

- **Mandat de protection et mesure d'assistance**

Cette séance d'information explique le régime de protection du Curateur public du Québec qui procure une sécurité aux personnes vulnérables. Cet outil administratif et juridique peut encadrer la prise de décisions financières et médicales des personnes proches aidantes.

- **Vos droits en matière de santé**

Présentation des principaux droits des usagers du réseau de la santé et des services sociaux, notamment le droit à l'information, au consentement libre et éclairé ainsi qu'à la confidentialité. Elle permet de mieux comprendre les recours disponibles lorsqu'une personne estime que ses droits n'ont pas été respectés.

- **7 astuces pour se recharger**

Mouvement Santé mentale Québec a présenté sept stratégies simples et accessibles pour retrouver de l'énergie et prévenir l'épuisement au quotidien. Cette activité met en lumière l'importance de l'équilibre entre les responsabilités, le repos, les activités plaisantes et le soutien social.

- **Le bail en résidence pour aînés**

Cette rencontre permet de mieux comprendre le fonctionnement du bail en résidence pour aînés, incluant les droits et obligations des locataires et des propriétaires. Elle aborde les éléments essentiels à vérifier



avant de signer un bail, ainsi que les protections prévues par la loi. Le rôle du CAAP et des ressources disponibles en cas de question ou de litige y sont présentés.

- **Distinguer le vieillissement normal des troubles cognitifs**

La Société Alzheimer Centre-du-Québec présente ce webinaire qui permet de mieux comprendre les changements liés au vieillissement et de les différencier des signes pouvant indiquer un trouble cognitif. Les participants découvrent les indices à surveiller ainsi que les situations où consulter un professionnel. Des informations claires et rassurantes sont présentées afin de favoriser une meilleure compréhension de la santé cognitive.

- **Les mesures fiscales offertes**

Nos participants ont pu profiter de cette formation sur les mesures fiscales offertes aux personnes proches aidantes. Ils ont ainsi obtenu des informations claires et ont pu discuter des démarches à faire pour bénéficier de ces crédits d'impôt.

- **L'aide médicale à mourir**

Ce webinaire a pour objectif d'expliquer les enjeux ainsi que les démarches de l'aide médicale à mourir au Québec. Le conférencier émérite, le Dr. Georges L'Espérance, de l'Association québécoise pour le droit de mourir dans la dignité, a également expliqué les nouvelles modifications apportées à la loi.

Au total, nous avons accueilli 46 présences en présentiel. Lors de ces 10 webinaires, nous avons touché 210 présences virtuellement.

Les activités de ressourcement

Au cours de l'année 2025-2026, dans le but de soutenir le ressourcement des proches aidants et de prévenir l'épuisement, l'Association a permis la tenue de huit activités réunies sous le concept des « Heures du ». Ces rencontres extérieures ont offert aux participants une variété d'expériences favorisant le mieux-être et la création de liens sociaux significatifs.

- | | |
|--|------------------------------------|
| ⇒ Pickelball | ⇒ L'initiation au curling |
| ⇒ L'Heure de la marche (2 fois) | ⇒ La fièvre d'Elvis |
| ⇒ Rallye photo | ⇒ Grandes Rencontres René-Verrier, |
| ⇒ L'Heure du film: <i>La vie selon Otto</i> et
<i>Le second souffle</i> (2 représentations) | nous recevons Mme Danièle Henkel |

Ces activités diversifiées ont permis aux proches aidants d'explorer différentes façons de prendre soin d'eux-mêmes et de se revitaliser. Elles ont également encouragé les échanges, les rencontres et l'élargissement de leur réseau social. En les invitant à sortir de leur zone de confort et à essayer de nouvelles expériences, ces moments ont contribué de manière concrète à leur bien-être.

Au total, ces 10 activités ont duré plus de 17,5 heures et ont comptabilisé la participation de 149 présences.

Les activités de rassemblement

Au cours de l'année 2025-2026, l'Association a tenu **cinq activités de rassemblement** destinées aux personnes proches aidantes et aux proches aidants endeuillés. Ces rencontres leur ont permis de sortir du quotidien, de créer des liens et de leur rappeler qu'il est aussi possible de rire... même quand la vie demande beaucoup d'organisation et d'implication.

Au total, ces activités ont rejoint plus de 335 présences et ont permis de vivre environ 19 heures de vie associative partagée, où l'on a échangé, jaser et parfois refait le monde (sans consensus officiel, mais avec beaucoup de bonne volonté).

Le pique-nique annuel a réuni 33 participants dans une ambiance estivale conviviale, agrémentée de jeux extérieurs comme la Babette et le Washer, où la compétition était sérieuse... mais uniquement pour le plaisir de gagner "juste un peu". Cette activité de rassemblement s'est déroulée au Parc Kounack, accessible via la route ou par la traverse en ponton. Le déjeuner du temps des Fêtes, tenu au Vieux St-Charles de Drummondville, a rassemblé 40 personnes dans une atmosphère festive où le principal défi était de choisir entre jaser ou reprendre du café. Deux activités de cabane à sucre ont réuni 99 participants en début d'année et 73 en fin d'année, confirmant le fort pouvoir rassembleur des traditions liées à l'érable. Lors de la deuxième activité, l'occasion a été partagée en collaboration avec l'Association des personnes handicapées de Drummondville (APHD), favorisant ainsi des échanges enrichissants et une belle convivialité entre les participants.

Dans le cadre de la Semaine nationale des personnes proches aidantes 2025, sous le thème *Une pause pour soi*, 88 participants ont pris part à une activité conviviale combinant un méchoui et la conférence « Prendre soin de ceux qui prennent soin », présentée par Stéphanie Deslauriers. La présence des étudiants en musique de l'école secondaire Jean-Raimbault a grandement enrichi la soirée. Leurs prestations ont contribué à instaurer une ambiance chaleureuse et rassembleuse du début à la fin de l'événement. Réalisée en collaboration avec l'Association des Parents d'Enfants Handicapés de Drummond (APEHD), cette rencontre s'inscrit dans un partenariat qui ne date pas d'hier, témoignant d'une collaboration durable et bien établie entre nos organisations. Elle a permis de conjuguer réflexion, partage et plaisir, dans un esprit de reconnexion à soi et aux autres. Une soirée où l'on a nourri autant l'esprit que l'appétit.

Ces activités ont permis de briser l'isolement, de renforcer les liens entre les membres et d'offrir des moments de répit bien mérités... parce que prendre soin des autres, c'est important, mais prendre soin de soi ensemble, c'est encore mieux.

Au total, il y a eu 335 présences pour ces activités de rassemblement.



Le répit accessoire

Prenez note que pour permettre la participation aux activités de l'organisme, nous avons offert 57 heures de répit accessoire pendant l'année.



L'écrit

Le journal Soutenir

Le journal *Soutenir* est publié trois fois par année et acheminé aux membres de l'Association, en plus d'être accessible à la communauté. En plus des envois postaux, il est accessible en version numérique sur le site web de l'APPAD, diffusé sur notre page Facebook et partagé par le biais de notre infolettre. Ce journal comprend des articles traitant de la réalité des personnes proches aidantes, une section souvenirs, un volet sur les activités de financement et les dons, la programmation de l'APPAD, ainsi qu'un formulaire d'adhésion.

Durant l'année, le journal a été distribué trois fois pour un total de 2430 copies imprimées, en plus de tous les exemplaires électroniques envoyés à nos membres et partenaires.



Le Puzzle aidant des proches aidants d'enfants et d'adultes

En 2025-2026, l'APPAD a finalisé et lancé le Puzzle aidant des proches aidants d'enfants et d'adultes, un nouvel outil de référence visant à faciliter l'accès à l'information et à renforcer les liens entre les personnes proches aidantes et les ressources du territoire. Accessible en format numérique sur le site web de l'APPAD ainsi qu'en version imprimée recto verso, cet outil regroupe 15 sections couvrant un large éventail de besoins, notamment l'information et l'orientation, la santé, l'aide à la mobilité et aux équipements, le transport, les soins à la personne, l'aide financière, le soutien psychosocial, les droits et la protection, l'inclusion socioprofessionnelle, le parcours scolaire et le passage à la vie adulte, les situations particulières, les soins palliatifs et le deuil, les loisirs adaptés, l'habitation, le répit et la stimulation.

À la suite de son déploiement, plus de **365 exemplaires ont été distribués** en version papier ou électronique auprès de nombreuses ressources du milieu communautaire, du réseau de la santé et des services sociaux ainsi que d'organisations publiques du territoire. Il a également été remis à plusieurs personnes proches aidantes lors d'activités, de rencontres individuelles et de demandes d'information. Cet outil constitue désormais une ressource concrète et accessible pour soutenir les proches aidants d'enfants et d'adultes dans leurs démarches et leur recherche de services.

Services pour les proches aidants d'enfants et adultes sur le territoire de la MRC Drummond

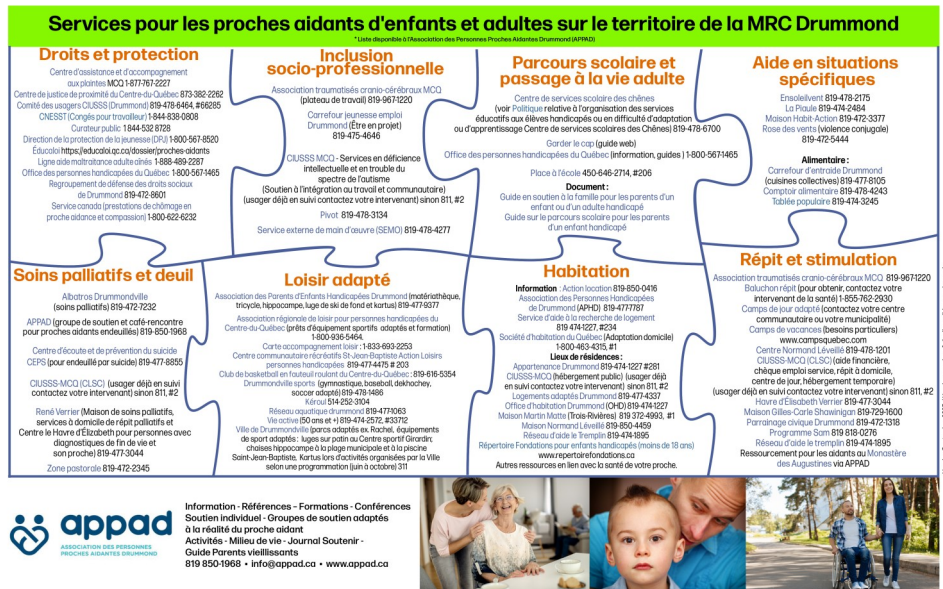
* Liste disponible à l'Association des Personnes Proches Aidantes Drummond (APPAD)

Pour obtenir de l'information	Santé	Aide à la mobilité et équipements	Transport et accessibilité
APPAD 819-850-1968 www.appad.ca Service Info-aidant www.lappad.org 1-855-852-7784 L'Accompagnateur : laccompagnateur.org Pour toute urgence ou situation de crise, composer le 911 ou Info-Santé/Info-Social 811	Info-Santé / Info-social CIUSSS-MCQ (CLSC) 811, #2 Clinique du médecin de famille ou 811#3 pour patient orphelin Aire ouverte de Drummondville (12-25 ans) 819-478-8602 Domrémy MCQ 819-475-0242 Réseau d'aide le Tremplin 819-474-1895 Société canadienne du Cancer 1-888-939-3333 Ceci est une liste non exhaustive. Informez-vous auprès de l'APPAD 819-850-1968 pour connaître les autres ressources en lien avec la santé de votre proche.	Association des Personnes Handicapées de Drummond (APHD) 819-477-7787 CIUSSS-MCQ (CLSC) (ergo, physio, adaptation domicile, réadaptation, services en déficience physique) intellectuelle, trouble du spectre de l'autisme et déficience physique) (usager déjà en suivi contactez votre intervenant) sinon 811, #2 CIUSSS-MCQ (CLSC) (prêt de matériel adapté) 819-474-2572, #33411 Document : Règlement sur la route triporteur Entreprises privées pour équipement et vêtements adaptés	Drummondville accessible Mobilibus 873-382-2266 Transport Diligence 819-472-7014 Document : Programme d'évaluation de la conduite auto et adaptation du véhicule Vignette de stationnement pour personnes handicapées Entreprises privées en transport*
Soins à la personne (soins d'hygiène, aide à l'habillement, etc) et aide à la vie courante	Aide financière	Soutien psychosocial aux proches aidants	
Association des Personnes Handicapées de Drummond (APHD) 819-477-7787 CIUSSS-MCQ (CLSC) (soins à la personne, soins palliatifs, chèque emploi service) (usager déjà en suivi contactez votre intervenant) sinon 811, #2 Logisoutien 819-475-2200 Entreprises privées (Soins à la personne, livraison d'épicerie de médicament, ménage, mets préparés, services divers à domicile*)	Carrefour d'entraide Drummond (budget et réorganisation financière, dépannage) 819-477-8105 Chaire en fiscalité et en finance publiques Université de Sherbrooke (simulateur) https://cfp.recherche.usherbrooke.ca/outils-ressources/ CIUSSS-MCQ (CLSC) (allocation de répit, programme transport-hébergement, programme d'aides matériels pour les fonctions d'élimination, programme d'attribution des triporteurs et des quadriporteurs et adaptation du domicile pour personne handicapée) (usager déjà en suivi contactez votre intervenant) sinon 811#2 Finautonome (situation handicap) 1-833-866-7334 Répertoire Fondations pour enfants handicapés (moins de 18 ans) www.repertoirefondations.ca Autres ressources en lien avec la santé de votre proche	Gouvernement du Canada : Prestation pour enfant handicapé Crédit d'impôt pour aidant naturel Crédit d'impôt pour personnes handicapées Crédit pour frais médicaux Régime enregistré d'épargne-invalidité (REEI) Dépenses pour l'accessibilité domiciliaire 1-800-387-1194 Gouvernement du Québec : Quelques aides possibles Supplément pour enfant handicapé Supplément pour enfant handicapé nécessitant des soins exceptionnels Crédit d'impôt pour personne aidante Crédit d'impôt pour frais médicaux Montant pour déficience grave et prolongée des fonctions mentales ou physiques Programme Allocation-logement 1-800-267-6299 Accueil psychosocial du CIUSSS-MCQ (CLSC) ou 811, #2 Association des Parents d'Enfants Handicapés de Drummondville 819-477-9377 Association des Personnes Proches Aidantes Drummond 819-850-1968 Association des proches de personnes atteintes de maladie mentale Drummond 819-478-1216 Centre d'écoute et de prévention du suicide 819-477-9855 Intervenant social de sa clinique médicale Autres organismes selon votre proche	



Information - Références - Formations - Conférences
Soutien individuel - Groupes de soutien adaptés
à la réalité du proche aidant
Activités - Milieu de vie - Journal Soutien -
Guide Parents vieillissants
819 850-1968 • info@appad.ca • www.appad.ca

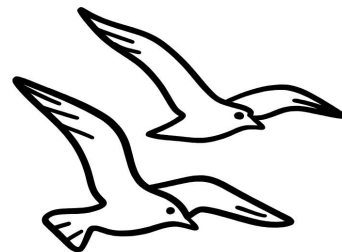




Tout au long de l'année, le document a été remis à de nombreuses occasions, notamment lors des conférences *Prévenir pour mieux soutenir*, de kiosques d'information, ainsi qu'en réponse aux demandes et aux besoins exprimés par les proches aidants et les partenaires du milieu. Sa diffusion continue contribue à faciliter l'accès à l'information et à favoriser le référencement vers les ressources appropriées du territoire.

[illegible]

La sensibilisation de la population



Il est primordial que la population soit informée des réalités vécues par les proches aidants, notamment de leurs besoins, de leurs défis et des enjeux auxquels ils font face. Une telle sensibilisation est essentielle pour déconstruire les préjugés, faire évoluer les perceptions sociales de la proche aidance, favoriser une meilleure reconnaissance de leur rôle et multiplier les occasions de soutien qui leur sont offertes. En 2025-2026 l'APPAD a mis en œuvre plusieurs actions de sensibilisation à petite ou grande échelle. Par ces actions, nous visons à renforcer la reconnaissance des proches aidants, à transformer l'image qu'en a la société et à élargir les ressources d'appui disponibles au sein de notre communauté.

• Les futurs travailleurs de la santé

Quoi de plus porteur que de regarder vers l'avenir avec l'objectif d'améliorer les conditions des proches aidants? Les étudiants d'aujourd'hui seront les professionnels de la santé de demain, et leur rôle sera déterminant pour soutenir cette population souvent méconnue. Consciente de cet enjeu, l'APPAD accorde une attention particulière à la sensibilisation de ce public et a tenu 4 formations auprès des étudiants cette année. Des futurs préposés aux bénéficiaires et différents étudiants du Cégep de Drummondville en éducation spécialisée ont été rencontrés. Pour un total de 78 personnes formées.

• Les travailleurs actuels de la santé

Les travailleurs du milieu de la santé et des services sociaux ont été sensibilisés à la proche aidance afin de mieux reconnaître le rôle des personnes proches aidantes dans les épisodes de soins et de faire connaître les services de l'APPAD. L'organisme est allé à la rencontre de 12 milieux, incluant des GMF, des cliniques médicales, l'équipe du CIUSSS MCQ (secteur SAPA) ainsi que des centres d'hébergement et résidences. Ces actions ont permis de rejoindre 59 intervenants directement et environ 130 indirectement. Ces rencontres se sont déroulées dans le cadre de la Semaine nationale des personnes proches aidantes. À cette occasion, une lettre de reconnaissance a été remise aux intervenants afin de souligner leur rôle auprès des personnes aidantes et de les remercier pour leur contribution significative auprès des personnes qu'ils accompagnent.

• Sensibilisation en lien avec la Semaine nationale des personnes proches aidantes

Pour souligner cette semaine, un cahier spécial de trois pages a été rédigé et publié dans l'édition du 30 octobre du journal *L'Express*, avec un tirage de 32 500 exemplaires. Ce cahier spécial visait à mettre en lumière le rôle essentiel des proches aidants, tout en sensibilisant la population aux réalités qu'ils vivent au quotidien. Plusieurs thématiques clés y ont été abordées à travers les articles suivants : « Prenons aussi soin des personnes proches aidantes : apprenons à voir l'invisible », « Proches aidants, faites le test! » « Vous êtes proche aidant, osez prendre soin de vous! » « Survol du phénomène de la maltraitance envers les personnes proches aidantes ». En parallèle, une invitation a été lancée à l'ensemble de la population afin de poser des gestes de

reconnaissance et de soutien envers ces personnes qui accompagnent un proche avec dévouement au quotidien et des affichages ont été faits sur les panneaux lumineux de la Ville de Drummondville.

• Sensibilisation lors de différents événements

L'APPAD a pris part à cinq événements de sensibilisation en y tenant un kiosque afin de faire connaître ses services et sa mission. Les événements couverts étaient: le Salon des organismes communautaires, le Festival de la santé mentale, le Salon des aînés, le Carrefour des organismes et la Journée de la Famille. Au total, plus de 740 personnes ont été rejointes directement, et plus de 8 060 personnes indirectement. Ces actions ont contribué à sensibiliser la population aux réalités des proches aidants, à promouvoir leur reconnaissance et à créer des occasions d'échanges au sein de la communauté.



• Participation au mouvement Le communautaire à boutte!

L'APPAD a participé au mouvement « Le communautaire à boutte! » afin de sensibiliser les décideurs et la population aux enjeux du milieu communautaire. Dans un contexte de besoins croissants et de ressources insuffisantes, ces actions ont porté un message clair : le milieu communautaire est essentiel, mais à bout de souffle. Ce mouvement, devenu national, revendique notamment un financement suffisant à la mission, des conditions de travail décentes, une reconnaissance pleine des organismes, la protection de leur autonomie et la fin de la précarité financière, ainsi qu'un investissement durable dans le modèle communautaire comme pilier du filet social québécois. Plusieurs actions ont été menées afin de faire connaître davantage le mouvement de grève et son importance pour la société auprès de nos membres. Pour ce faire, une infolettre spéciale a été envoyée ainsi que le partage de la pétition visant à améliorer et à stabiliser le financement des organismes communautaires. Le personnel a également assisté au lancement officiel de la grève, fait une vidéo ainsi que participé à l'enregistrement d'un flash-mob. Des périodes de piquetage ont également eu lieu à côté du Marché public de Drummondville, tout en gardant un lien avec les proches aidants. Par son engagement, l'APPAD contribue à la défense collective des droits et à la pérennité des services offerts aux proches aidants.



Actions pour rejoindre les proches aidants dans leur milieu

En plus de nos outils écrits, tels que le journal *Soutenir*, distribué directement à domicile, ainsi que nos différentes publications web, nous avons diffusé **treize infolettres** à nos membres et partenaires, dont une particulièrement appréciée portant sur les activités à faire durant la période des fêtes. Nous avons également rejoint directement nos membres en les contactant par téléphone au moins une fois au cours de l'année afin de prendre de leurs nouvelles et de mieux répondre à leurs besoins. Enfin, nous avons créé et diffusé une **campagne de publicité sur Facebook** pour informer les personnes proches aidantes dans leur milieu et de répondre à leurs questions financières, en les redirigeant vers la section dédiée de notre site web.

Au-delà de ces communications, nous avons privilégié une approche de proximité en **allant à la rencontre des personnes proches aidantes dans leurs milieux de vie** afin de leur présenter nos services et de créer un lien direct avec eux. Dans cette optique, l'organisme a participé à deux séances de groupe de méditation aux Terrasses de la Fonderie, à la Marche des bénévoles du Centre d'action bénévole Drummond, ainsi qu'à une journée portes ouvertes à l'Ermitage, permettant de rejoindre environ 56 personnes lors de ces actions.

L'APPAD a poursuivi ses efforts de sensibilisation en continuant, pour une dernière année, la tournée d'information dans différentes localités de la MRC de Drummond, avec la **conférence *Prévenir pour mieux soutenir***, afin de mieux faire connaître la proche aide et les services offerts. Au cours de l'année, 6 séances ont été réalisées, notamment auprès des bénévoles de Vie active, dans le centre de jour du Havre d'Elizabeth Verrier, à l'Office d'habitation Drummond (OHD) ainsi qu'au Cercle des fermières de Saint-Cyrille-de-Wendover. Ces activités ont permis de rejoindre 106 personnes lors des différentes rencontres. Elles ont contribué à diffuser de l'information, à outiller les participants directement dans leur milieu, à prévenir l'épuisement et à mieux faire connaître les ressources locales.

• Créer des passerelles auprès des jeunes

Les activités de sensibilisation dans les milieux jeunesse se sont poursuivies pour mieux faire connaître la proche aide auprès des jeunes et les amener à reconnaître cette réalité dans leur quotidien. L'organisme a d'abord approché les maisons des jeunes de la MRC de Drummond pour leur proposer des présentations de sensibilisation, ce qui a mené à des réflexions et a permis la tenue d'un atelier de 60 minutes à la **Maison des jeunes de Drummondville** auprès de 8 personnes.



Pour une deuxième année consécutive, l'APPAD a tenu des **kiosques d'information dans les écoles secondaires de Drummondville**, dans le cadre de 12 midis communautaires répartis dans 6 établissements scolaires. L'Association s'est rendue pour la première fois voir les étudiants du Collège Saint-Bernard et a

réitéré sa présence dans les autres écoles de la région. Ces kiosques d'information, animés pour les jeunes, ont été tenus pendant 21 heures. Ils ont permis de rejoindre 953 jeunes directement et environ 3 700 indirectement. Cela a contribué à mieux faire comprendre la réalité de la proche aide chez les adolescents, à la rendre plus concrète dans leur quotidien et à faire connaître les services de l'APPAD auprès de cette clientèle.

• Créer des passerelles auprès des CHSLD et résidences intermédiaires pour aînés et la Maison des aînés et alternative

Toujours dans une volonté de rejoindre les personnes proches aidantes directement dans leurs milieux de vie, l'APPAD a créé, en collaboration avec le CIUSSS MCQ, le projet ***Une présence au coeur des CHSLD pour les proches aidants***. Cette démarche a été déployée dans trois milieux, soit le Centre d'hébergement Frederick-George-Heriot, le Centre d'hébergement Notre-Dame-du-Bon-Conseil ainsi que la Maison des aînés et alternative de Drummondville. Par la mise en place de kiosques d'accueil et de présences régulières dans les unités et espaces communs, l'APPAD a pu faire connaître ses services, offrir de l'information et soutenir directement les personnes proches aidantes dans leur rôle. Le projet a permis de rejoindre environ 61 proches aidants en intervention, près de 260 personnes directement touchées et environ 449 indirectement rejointes. Les rencontres ont favorisé des échanges sur les réalités vécues, notamment le stress, l'épuisement et l'isolement, tout en permettant d'orienter les personnes vers les services appropriés.

Cette présence de proximité a également contribué à renforcer les liens avec les équipes des milieux, à améliorer la reconnaissance du rôle des personnes proches aidantes et à favoriser le référencement vers les services de l'APPAD.

• Créer des liens avec les proches aidants en emploi

Afin de rejoindre les personnes proches aidantes directement dans leur milieu de vie et de travail et grâce à la collaboration financière de Proche aide Québec, l'APPAD a reconduit le projet **Héros à l'emploi** pour une

deuxième année consécutive. Cette initiative visait à sensibiliser la population, les employeurs et les milieux de travail à la réalité des personnes proches aidantes qui occupent également un emploi.

Le projet prenait la forme d'un concours invitant les collègues de travail, employeurs, amis ou membres de la famille à inscrire une personne proche aidante en



emploi afin de souligner son engagement et son apport exceptionnel auprès de son proche. Deux prix de 500\$ en cartes-cadeaux ont été remis aux gagnants, leur offrant ainsi une marque de reconnaissance concrète et un moment pour prendre soin d'eux-mêmes.

Au-delà du concours, le projet vise à susciter une réflexion sur la proche aide et à favoriser l'auto-identification des personnes proches aidantes. Plusieurs participants ont ainsi pris conscience que les responsabilités qu'ils assument auprès d'un proche correspondent à la réalité de la proche aide. Le

projet a également permis de créer des ponts entre ces personnes, leur communauté et l'APPAD, favorisant ainsi une meilleure connaissance des ressources disponibles.



Emmanuelle Blanchard, directrice APPAD, Andrée Ouellet et Chantale Gaudreau proches aidantes en emploi et gagnantes 2026 et Marthe Garneau, présidente du conseil d'administration de l'APPAD

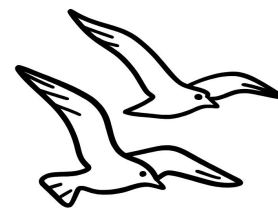
Une vaste campagne de promotion a été déployée afin de rejoindre les proches aidants dans leur milieu. L'APPAD a participé au Salon Défi Emploi Drummond, où plus de 50 employeurs ont été rencontrés afin de les sensibiliser à la réalité de la conciliation entre le travail et la proche aide. Cinquante-deux affiches et 2 000 cartons promotionnels ont été distribués dans différents milieux de travail, commerces, organismes communautaires et lieux fréquentés par la population. Le concours a également été promu par l'entremise du journal *Soutenir*, des infolettres de l'APPAD et de la CDC Drummond, des médias sociaux, d'envois aux partenaires ainsi que lors de diverses tables de concertation.

Les résultats ont dépassé les attentes. Le concours a permis de recueillir 205 inscriptions pour cette 2e édition et a réussi à faire parler de la proche aide tout en sensibilisant les employeurs. Les résultats du concours ont ensuite été diffusés sur Facebook ainsi que dans l'infolettre de l'Association afin de poursuivre la sensibilisation et de mettre en valeur l'engagement des proches aidants en emploi.

Aussi, toutes les personnes qui ont été inscrites au concours Héros à l'emploi l'année passée ont été rejointes afin de leur faire connaître nos services et de leur nommer que quelqu'un dans leur entourage les reconnaît comme proche aidant.



La visibilité



Cette année, nous avons poursuivi nos efforts pour accroître la visibilité de l'APPAD. **Des dépliants ont été distribués** dans différents milieux communautaires, notamment à Pivot Centre-du-Québec, aux Alcooliques anonymes ainsi que dans plusieurs installations du CIUSSS MCQ (CHSLD, oncologie, etc.). Ils ont également été remis à l'ensemble des organismes rencontrés au cours de l'année lorsque ceux-ci en disposaient peu ou pas. De plus, ils sont intégrés à de nombreuses pochettes de documentation remises aux usagers du CIUSSS MCQ.

Dans une volonté de faire rayonner l'organisme, plusieurs démarches de présentation ont également été réalisées auprès de partenaires du milieu. L'APPAD a notamment **tenu une journée portes ouvertes** dans le cadre de la Semaine nationale des personnes proches aidantes 2025. Plusieurs plages horaires étaient offertes afin de permettre aux partenaires, membres et personnes proches aidantes de visiter les locaux, de découvrir les services et la documentation, ainsi que de mieux comprendre les besoins des personnes proches aidantes. Au total, 31 personnes y ont participé. Parmi les organisations présentes figuraient la Maison Normand-Léveillé, le CIUSSS MCQ, l'APEHD, l'APPAMM, la Maison des femmes de Drummondville, Équijustice Drummond, SP Canada, Diabète Drummond, Autisme Centre-du-Québec, le Centre d'action bénévole Drummond ainsi que le Havre d'Elizabeth Verrier. Ces échanges ont permis de rejoindre des agents multiplicateurs clés et de favoriser la diffusion des services de l'APPAD dans différents réseaux.

Des **rencontres de présentation des services** ont également été réalisées, tant à l'APPAD que dans les milieux partenaires. L'organisme a notamment rencontré Les Petits Bonheurs ainsi que le Centre d'expertise en gériatrie (CEG), et a accueilli des représentants de la résidence Villa Marcotte et des Alcooliques anonymes.

La visibilité a aussi été augmentée par les médias locaux, par la parution dans le journal *L'Express* d'un cahier spécial pour la Semaine nationale des personnes proches aidantes, ainsi qu'une présence dans un cahier spécial consacré au deuil et une couverture dans le média communautaire « À boutte! », contribuant à accroître la visibilité de l'APPAD.

Afin d'augmenter la visibilité de l'APPAD et de faciliter l'accès à l'information, le site **web de l'organisme a été entièrement remanié en début d'année**. Toujours sous le même nom, la nouvelle version propose une navigation plus intuitive et une structure bonifiée, comprenant notamment une section destinée aux professionnels, une section regroupant des ressources et outils, ainsi qu'une section dédiée à l'aide financière et aux prestations, un sujet fréquemment recherché par les personnes proches aidantes. Le site intègre également une section blogue permettant de diffuser rapidement de l'information sur divers sujets d'intérêt. En 2025–2026, 11 articles ont été publiés, abordant notamment la séparation involontaire, les bracelets d'alerte pour les personnes âgées et une enquête sur le transport. Cette refonte contribue à rendre l'information plus accessible tout en augmentant la visibilité de l'APPAD auprès de sa clientèle et de ses partenaires.





Du côté du net:

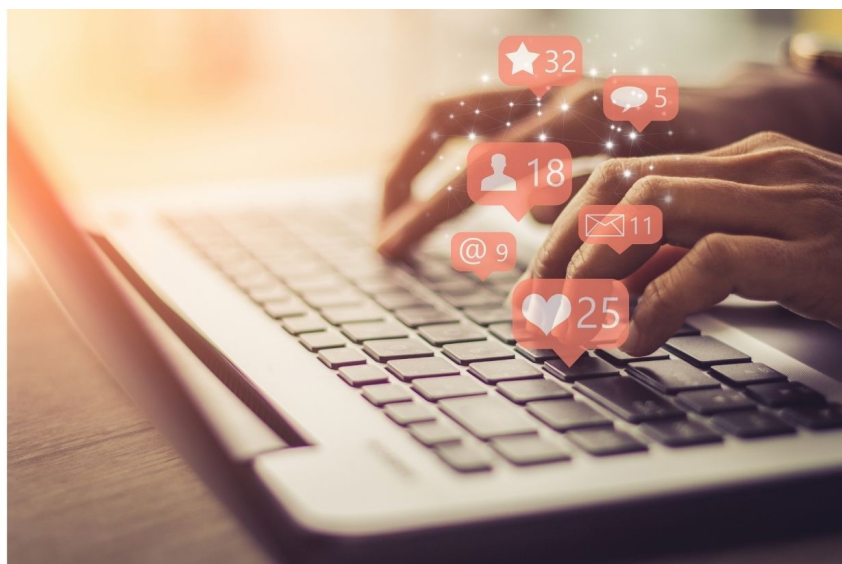
La **page Facebook de l'Association** est un bon outil de développement. Il y a eu **198 parutions** sur la page de l'organisme qui ont généré 853 293 vues pour **une couverture de 76 357 personnes uniques**. Il y a eu **8 426 visites** sur la page cette année. Une augmentation de 2000 visites comparativement à l'an passé. Elle compte 150 abonnés de plus en 2025-2026 pour un total de 1 303 abonnés en fin d'année.

L'APPAD administre aussi, en collaboration avec des partenaires, la **page Facebook Proches aidants Mauricie et Centre-du-Québec**.

Le **site web de l'Association www.appad.ca** rend l'information accessible. Il comprend, entre autres, l'agenda d'activités; le journal *Soutenir* et la liste de nos services. En 2025-2026, il a été consulté 18 256 fois par plus de 16 348 utilisateurs différents. La refonte de notre site web a entraîné une augmentation remarquable de plus de **600 % du nombre d'utilisateurs distincts**, illustrant un net gain en visibilité et en attractivité.

Les coordonnées de l'Association se retrouvent également sur :

- ♦ Le 211
- ♦ Les sites web de : Corporation de développement communautaire Drummond (CDC Drummond), Proche aide Québec, CIUSSS MCQ, l'Appui pour les proches aidants, Centre d'action bénévole Drummond, la Société canadienne du cancer, l'Accompagnateur, Diabète Drummond, Regroupement d'organismes de personnes handicapées Centre-du-Québec (ROPHCQ)



La concertation et la collaboration

La concertation et les partenariats avec des organismes œuvrant dans la région ou en lien avec les proches aidants ont permis de favoriser l'entraide, l'échange d'information concernant les problématiques des proches aidants, tout comme faciliter l'identification des besoins des proches aidant et la mise en place de solutions. Les partenariats ont permis la poursuite d'activités et l'accès à de l'information à transmettre aux proches aidants. L'APPAD s'est impliquée au sein de nombreuses concertations.

L'Association est membre de :

- La Corporation de développement communautaire Drummond (CDC Drummond)
- La Table des associations en proche aide de la Mauricie et du Centre-du-Québec
- La Table de concertation pour les personnes âgées de la MRC de Drummond
- La Table régionale des organismes communautaires en santé et services sociaux du Centre-du-Québec et de la Mauricie (TROC MCQ)
- Regroupement des organismes de personnes handicapées du Centre-du-Québec
- Table régionale en proche aide inclusive 0-100 ans MCQ
- Proche aide Québec
- Table intervenants jeunesse 12-25 de la MRC Drummond
- Table des réalités masculines Drummond

Cette année, l'APPAD a participé à une rencontre de concertation portant sur les besoins des personnes vivant avec une déficience intellectuelle (DI), un trouble du spectre de l'autisme (TSA) ou une déficience physique (DP). Cette démarche a permis de contribuer aux réflexions et aux échanges ayant mené à la création d'une nouvelle table de concertation. Celle-ci, qui opérera dès 2026-2027, aura pour mandat de favoriser le bien-être et de mieux répondre aux besoins de cette clientèle.

La directrice de l'APPAD agit à titre de coprésidente de la Table de concertation en proche aide 0-100 ans MCQ. À ce titre, elle participe également, au nom de l'Association, au comité « Plan d'action territorial », dont elle est coresponsable. Ce comité est chargé de veiller au déploiement du plan d'action en Mauricie–Centre-du-Québec. Toujours en lien avec les comités découlant de cette table, l'APPAD a pris part à

quelques rencontres visant à mieux faire connaître et comprendre les besoins des personnes proches aidantes. Une intervenante de l'équipe participait à un comité de sensibilisation à la réalité des jeunes proches aidants, destiné aux professionnels qui les côtoient. De plus, nous avons participé à une rencontre d'un comité de travail visant la création d'un colloque de formation destiné aux intervenants. Ce colloque, actuellement en développement, devrait se tenir à l'automne 2026.

Du travail a aussi été réalisé pour créer des liens avec les proches aidants de personnes hébergées en CHSLD et à la Maison des aînés et alternative de Drummondville. Des discussions avec des membres de l'équipe du CIUSSS MCQ et de précieuses collaborations avec cette organisation ont donné lieu à des actions concertées pour mieux desservir ces proches aidants qui soutiennent une personne hébergée. Il y a eu les formations portant sur les comportements perturbateurs de la démence qui ont été animées à même les locaux de l'APPAD et le projet pilote ***Une présence au coeur des CHSLD pour les proches aidants***.

La collaboration avec le CIUSSS MCQ a également permis de soutenir les proches aidants de personnes âgées vivant à domicile. Tout au long de l'année, des rencontres statutaires ont été tenues avec le programme Soutien à l'autonomie des personnes âgées (SAPA) afin d'assurer un meilleur arrimage des services et une compréhension commune des ressources disponibles. Ces échanges permettent à l'APPAD de mieux informer les proches aidants et d'obtenir des précisions dans certaines situations particulières. L'Association participe également au comité pré et post-hospitalier du CIUSSS MCQ.

L'APPAD a également participé à une rencontre concernant la redéfinition de Proche aideance Québec ainsi qu'au comité consultatif de conciliation proche aideance-travail (CPAT). L'Association a poursuivi sa collaboration avec l'Appui lors d'une rencontre de concertation réunissant les partenaires du milieu. Au cours de l'année, l'APPAD a pris part à une consultation portant sur la proche aideance et l'hospitalisation à domicile, en plus de contribuer à des échanges sur les enjeux de l'après-parentalité et sur les politiques touchant sa mission.

L'Association a aussi participé aux Grands rendez-vous du développement de nos communautés (PHARE), coordonnés par les cinq grands réseaux régionaux, soit la MRC de Drummond, la Ville de Drummondville, la CDC Drummond, le CIUSSS MCQ et le CSSS de Drummond. Ces rencontres visent à identifier les enjeux prioritaires de la région ainsi que les chantiers de travail à développer. Plusieurs problématiques et pistes d'action ont été dégagées et serviront de leviers pour mobiliser les acteurs du milieu autour de projets structurants.

La force des partenariats a également permis la réalisation de nombreux projets au bénéfice des proches aidants. Grâce à la collaboration de la Table des intervenants jeunesse 12-25 ans de la MRC de Drummond, l'APPAD a tenu des kiosques d'information dans les écoles secondaires publiques de la MRC ainsi qu'au Collège Saint-Bernard afin de sensibiliser les jeunes à la réalité de la proche aideance. Les partenariats ont aussi contribué à la poursuite de notre programmation de webinaires mensuels. En collaboration avec l'Association des personnes proches aidantes Bécancour-Nicolet-Yamaska, dix webinaires ont été offerts aux proches aidants. Ces activités ont été rendues possibles grâce à la participation du Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes du Centre-du-Québec, du Curateur public du Québec, du CIUSSS MCQ et de l'Association québécoise pour le droit de mourir dans la dignité. Soulignons également la collaboration avec l'Association des parents d'enfants handicapés de Drummond dans le cadre de l'organisation de notre soirée de la Semaine nationale des personnes proches aidantes.

En somme, les collaborations et les partenariats demeurent essentiels à la réalisation de la mission de l'APPAD. Ils contribuent à l'amélioration du bien-être, de la qualité de vie et de la santé des personnes proches aidantes tout en favorisant le développement d'initiatives porteuses pour l'ensemble de la communauté.



-  **Près de 1850 heures d'intervention directe données** en relation d'aide individuelle auprès de **586 personnes différentes**, soit une augmentation de plus de 100 personnes.
-  Il y a eu **174 rencontres de groupe** tenues par l'Association en 2025-2026 pour un total de **417 heures d'intervention** qui regroupent environ **383 personnes différentes**.
-  En tout, l'Association a tenu **2 073 rencontres individuelles ou de groupes auprès de 811 personnes différentes**.
-  Le milieu de vie a totalisé **527 présences** pour rejoindre **83 personnes différentes**.
-  **Plus de 3 000 documents informatifs ont été distribués** (plus de 360 Puzzles aidants d'enfants et d'adultes et 2 430 journaux Soutenir imprimés, en plus des dépliants et des Puzzles aidants d'ainés.)
-  Nous estimons avoir sensibilisé **environ 32 000 personnes** de la MRC de Drummond par les différentes actions et promotion.



La contribution de la communauté

L'APPAD ne pourrait réaliser autant d'actions sans le soutien et la contribution de la communauté. Heureusement, plusieurs personnes et organisations soutiennent l'Association. Tout d'abord, les membres du conseil d'administration, qui contribuent bénévolement au développement de l'Association. Aussi, nous souhaitons souligner la présence de nos stagiaires, Maïka et Léa, qui ont partagé notre année et apporté un vent de nouveauté, contribué à l'amélioration de la qualité de vie des proches aidants et à la réalisation de nos activités.

Nous tenons également à remercier tous les bénévoles et les agents multiplicateurs qui ont contribué, d'une façon ou d'une autre, à nos activités au cours de la dernière année. Que ce soit par la distribution du journal, l'emballage de cadeaux, l'animation d'ateliers ou leur soutien lors de différentes initiatives, leur implication est essentielle à la réalisation de notre mission. Un merci tout particulier à Lysanne St-Pierre qui a, une fois de plus, assuré l'entrée de l'ensemble des statistiques de l'Association. Sa précieuse contribution bénévole facilite grandement le suivi de nos activités et la gestion de nos projets. Durant l'année, nous estimons avoir eu le soutien de **91 bénévoles, incluant les membres du conseil d'administration.** **Nous estimons qu'il y a eu environ 588 heures de bénévolat durant l'année à l'Association! Merci à tous pour votre aide et votre dévouement.**



Maïka Parenteau et
Léa Gagnon,
stagiaires

La contribution de la communauté et les collaborations sont essentielles pour l'APPAD. En effet, elles vont bien au-delà du bénévolat et intègrent des partenariats stratégiques avec diverses organisations locales. Par exemple, le partenariat avec l'Association des parents d'enfants handicapés Drummond (APEHD) est un autre exemple de collaboration fructueuse, qui a permis de tenir une soirée spéciale pour les proches aidants dans le cadre de la Semaine nationale des personnes proches aidantes. Cette initiative conjointe montre comment l'union de différentes forces peut permettre de réaliser une soirée haute en couleur.

Le partenariat avec Association des personnes proches aidantes Bécancour-Nicolet-Yamaska a permis de réaliser plusieurs webinaires. Cette collaboration renforce nos efforts conjoints en matière de planification et de préparation des rencontres, et nous permet d'offrir des services animés par des professionnels, fournissant de l'information ciblée et pertinente aux proches aidants. Mentionnons également les nombreuses invitations de la part de partenaires locaux pour présenter la conférence « Prévenir pour mieux soutenir » dans leur localité.

Des entreprises privées contribuent aussi concrètement au bon déroulement des activités de l'APPAD. Par exemple, soulignons l'engagement de Desjardins Drummondville qui nous a permis de finaliser le réaménagement du milieu de vie de l'organisme Enfin, Les Terrasses de la Fonderie prêtent gracieusement leur salle de cinéma chaque année pour l'activité *L'heure du film*, contribuant ainsi aux activités de l'organisme.

Cette année encore, la collaboration financière a été notable. La population a répondu présente à notre kiosque d'emballage-cadeaux aux Promenades Drummondville (qui nous offre gracieusement d'ailleurs une belle vitrine pour rejoindre les gens) et nous avons pu emballer les cadeaux de la population en échange de

soutien financier pour l'organisme.

En plus du kiosque d'emballage-cadeaux, nous avons vendu de la sauce à spaghetti Normandin comme campagne de financement en plus d'organiser un souper spaghetti bénéfice. Plusieurs entreprises ont participé pour faire de cette soirée un succès dont la Brasserie du Boulevard, qui a concocté la sauce et nous a reçu. **L'autofinancement a rapporté un total de 10 467\$ cette année.** Signalons également l'apport de la population qui a totalisé **7 839\$ en dons au cours de l'année** pour soutenir la mission de l'organisme. Les dons ont été reçus à l'organisme ou en ligne.

L'APPAD a pu compter sur une entente spécifique avec le CIUSSS MCQ secteur Soutien à domicile (SAPA), qui, en plus de permettre 570 heures reçues de soutien individualisé (page 8), a permis la tenue de 13 rencontres *Coude à coude*, une cohorte du groupe *Je m'estime aussi* (page 11) de deux cohortes du groupe *Prévenir l'épuisement* (page 12), de 10 webinaires (pages 14-15). Cette entente a aussi permis la tenue de 6 présentations de la conférence *Prévenir pour mieux soutenir* à 106 personnes différentes (page 22) et a permis de distribuer des copies imprimées du *Puzzle aidants d'ânés* (page 19). Cette entente a pu faire la différence dans la vie de plusieurs proches aidants.

L'APPAD a pu compter sur une entente spécifique avec le CIUSSS MCQ concernant la Mesure 38 du Plan d'action gouvernemental en proche aide, qui, en plus de per-

mettre 230 heures de soutien individualisé auprès de 66 personnes différentes (page 9), a permis la tenue de 12 cafés *Hommes-aidants* et de 12 café-rencontres *Depuis ton départ* (page 10). Aussi, ce projet a permis de tenir les 21 rencontres du cafés *Entre-aidants* (51.4 heure de service totalisant 122 présences) (page 10) et la cohorte de l'automne du groupe *Mon projet de vie* (page 12).

En somme, la communauté a offert une contribution exceptionnelle, à la fois riche et inspirante. À travers leur implication bénévole, leurs partenariats, leurs dons et leur appui moral, chacun et chacune a mis le cap dans la même direction, démontrant un engagement remarquable et profondément humain.

Ensemble, nous poursuivons la traversée avec un objectif commun : soutenir, reconnaître et valoriser les proches aidants, véritables piliers de notre société.



Merci à nos partenaires qui nous permettent d'aller plus loin!

Bailleurs de fonds:

Centre intégré
universitaire de santé
et de services sociaux
de la Mauricie-et-
du-Centre-du-Québec

Québec

Appui
proches aidants

1 855 852-7784

ÉCOUTE • INFORMATION • RÉFÉRENCES

appui.org

Collaborateurs pour la parution du journal Soutenir:

- André Lamontagne, député provincial
- Buropro Citation
- Centre d'action bénévole Drummond
- Daniel Lauzière, technicien en électroménagers
- Douceurs et saveurs
- Martin Champoux, député fédéral
- J.N Donais coopérative funéraire
- Logisoutien
- Manoir Drummond
- Me Isabelle Desmarais, notaire
- Savard Ortho-Confort
- Sébastien Schneeberger, député provincial
- Serenis
- Services René-Verrier

Collaborateurs à nos activités:

- André Lamontagne, député provincial
- Associations des parents d'enfants handicapés Drummond
- Association des personnes proches aidantes Bécancour-Nicolet-Yamaska
- Association québécoise pour le droit de mourir dans la dignité
- Association des retraitées et retraités de l'éducation et des autres services publics du Québec, secteur Drummondville
- Brasserie du Boulevard
- Carrefour Jeunesse emploi Drummond
- Cégep de Drummondville
- Centre d'action bénévole Drummondville
- Centre d'assistance & accompagnement aux plaintes (CAAP)
- Comptoir Lunch
- Corporation de développement communautaire Drummond (CDC Drummond)
- CIUSSS MCQ
- Curateur Public
- Desjardins Drummondville
- Douceurs et Saveurs
- Emploi été Canada
- Érablière La Pente douce
- Hôtel et Suites Le Dauphin Drummondville
- IGA Extra Marché Descoteaux inc.
- Isabelle Desmarais, notaire
- Le cercle des fermières de St-Cyrille
- Les Mélangés
- Maison Francine Leroux
- Martin Champoux, député Drummond
- Office d'habitation Centre-du-Québec
- OKalm
- Proche aide Québec
- Productions Marc Gervais conférence
- Promenades Drummondville
- Résidences Québec
- Résidence Terrasses de la fondrie
- Restaurant des 3 étoiles
- Restaurant Normandin Drummondville
- Sébastien Schneeberger, député provincial
- Services René-Verrier
- Société Alzheimer Centre-du-Québec
- Stéphanie Deslauriers, conférencière
- TDAH Maurice Centre-du-Québec
- Uniprix Giroux Drouin et associés
- UV Assurance
- Vie active
- Ville de Drummondville
- Voltigeurs de Drummondville





Les priorités d'action 2026-2027

**L'APPAD souhaite réaliser le plan d'action 2026-2027
ayant pour objectifs de :**

Cap sur
l'horizon



- Prévenir ou réduire l'épuisement et l'isolement constatés
 - Offrir des moyens de développer la capacité de prise en charge
 - Rejoindre les proches aidants dans leur milieu
 - Sensibiliser la population aux besoins des personnes proches aidantes
-
- Faire rayonner la visibilité de l'APPAD
 - Travailler de concert pour l'amélioration des conditions de vie des proches aidants et des personnes vivants avec des incapacités, tout en dynamisant l'engagement dans le milieu
 - Poursuivre le développement du financement
 - S'assurer de la qualité des services



Nous sommes là pour vous!



appad

ASSOCIATION DES PERSONNES
PROCHES AIDANTES DRUMMOND

520 rue Lindsay, suite 101
Drummondville, Qc. J2B 1H4
Tél : 819 850-1968
info@appad.ca www.appad.ca