

# RAPPORT D'ACTIVITÉS

## 2015-2016



ASSOCIATION DES  
NEUROTRAUMATISÉS  
*Région de l'Outaouais*  
**25** *ans*

**Adopté par le conseil d'administration le 10 mai 2016.**

**Déposé à l'assemblée générale annuelle à Gatineau le 7 juin 2016.**

**Julie Larochelle, présidente | Joanne Bélair, secrétaire**



## Table des matières

<b>MOT DE LA PRÉSIDENTE ET DE LA DIRECTION .....</b>	<b>1</b>
<b>HISTORIQUE .....</b>	<b>2</b>
<b>MISSION .....</b>	<b>4</b>
<b>ORGANIGRAMME DE L'ÉQUIPE ET DES PROGRAMMES.....</b>	<b>5</b>
<b>ORGANIGRAMME DES COMITÉS .....</b>	<b>6</b>
<b>GROUPES DE TRAVAIL ET COMITÉS .....</b>	<b>7</b>
<b>CONSEIL D'ADMINISTRATION .....</b>	<b>8</b>
<b>L'ÉQUIPE DE TRAVAIL .....</b>	<b>9</b>
<b>LES BÉNÉVOLES .....</b>	<b>10</b>
<b>TABLEAU DES BÉNÉVOLES.....</b>	<b>11</b>
<b>LES USAGERS.....</b>	<b>13</b>
LES BESOINS .....	13
<b>LES SERVICES OFFERTS.....</b>	<b>14</b>
<b>PROGRAMMES ET ACTIVITÉS.....</b>	<b>15</b>
PROGRAMME DE SOUTIEN .....	15
PROGRAMME D'ACTIVITÉS .....	16
PROGRAMME D'INTÉGRATION RÉSIDENTIELLE .....	19
PROGRAMME D'IMPLICATION SOCIO-PROFESSIONNELLE.....	20
SENSIBILISATION ET PROMOTION DE L'ORGANISME .....	21
SENSIBILISATION EN MILIEU SCOLAIRE .....	21
SENSIBILISATION DANS LES ÉCOLES DE CONDUITE .....	21
SEMAINE QUÉBÉCOISE DU TRAUMATISME CRANIO-CÉRÉBRAL.....	22
OUTILS DE PROMOTION ET DE VISIBILITÉ .....	22
PUBLICITÉ .....	22
PRÉSENTATION DE SES SERVICES ET KIOSQUES D'INFORMATION .....	22
<b>NOUVEAUTÉ .....</b>	<b>23</b>
<b>BAILLEURS DE FONDS .....</b>	<b>24</b>
<b>PARTENAIRES.....</b>	<b>25</b>
REPRÉSENTATIONS, COLLABORATIONS ET PARTENARIATS .....	26
ÉNTENTES DE SERVICES .....	27
<b>RÉALISATIONS 2015-2016.....</b>	<b>28</b>
<b>PLAN D'ACTION .....</b>	<b>30</b>
<b>TÉMOIGNAGES.....</b>	<b>31</b>
<b>ANNEXES</b>	



## MOT DE LA PRÉSIDENTE ET DE LA DIRECTION

Nous voici encore une fois à l'AGA, ce moment de l'année où nous devons réfléchir sur le passé tout en regardant vers l'avenir. J'aimerais d'abord prendre ce temps pour remercier tous les employés, bénévoles, membres, familles et amis de l'A.N.O. pour cette belle année que nous avons vécue ensemble. Votre travail et dédications sont à la base de notre association.



Aussi, j'aimerais encourager tous les membres de l'A.N.O. à continuer à travailler avec nous pour assurer la continuité du progrès et des avancements que nous avons observés tout au long de cette année et d'encourager d'autres personnes à s'intégrer à notre communauté.

Je tiens à souligner que l'A.N.O est en effet une communauté, et qu'une communauté se construit et se maintient sur une base d'amitié et de respect. Ces caractéristiques assurent la longévité d'une association et devront être au centre de toutes décisions prises pour améliorer la qualité de vie de nos membres.

Encore une fois, merci pour cette belle expérience.

### **Julie Larochelle, présidente**

Notre association est le seul organisme dans la région à venir en aide aux personnes ayant subi un TCC ou un AVC. Malheureusement, personne n'est à l'abri d'un neurotraumatisme et plusieurs individus ne seront jamais diagnostiqués. Voilà les raisons pour lesquelles nous avons à cœur notre association et que nous travaillons tous ensemble à l'atteinte d'objectifs communs.

Nous avons célébré cette année notre 25<sup>e</sup> anniversaire. Cet événement fût un succès et je remercie personnellement les 94 personnes présentes lors de cette soirée.

Au total pour la dernière année, nous avons atteint 2 123 participations aux différentes activités offertes par l'ANO. De ces activités découlent des histoires d'amour, de famille et des souvenirs. Merci de partager ces beaux moments avec nous, vous nous aidez à grandir et à nous améliorer.

Un mot tout particulier pour rendre hommage à Mme Jacqueline Guindon, décédée le 11 février dernier. Madame Guindon était membre depuis plusieurs années. Nous offrons nos plus sincères condoléances à toute la famille.

Je tiens également à témoigner ma reconnaissance aux nombreux partenaires impliqués, de près et de loin, à l'avancement de notre association.

Merci 2 123 fois et bonne continuité à l'ANO !

### **Valérie Bélanger-Malo, direction générale intérimaire**



## HISTORIQUE

Comme toute association, l'ANO a vu le jour suite à un besoin venant d'une famille (Prévost-Gagné) touchée par le traumatisme cranio-cérébral. Suite à l'accident de leur fils Michel survenu en août 1988, et constatant qu'aucun organisme spécialisé n'était basé en Outaouais, force était de constater que le seul moyen d'obtenir du soutien en tant que famille était de créer une entité, dont la mission serait d'aider les personnes ayant subi un traumatisme cérébral (TCC) et leur famille dans l'obtention de services appropriés d'aide, de réadaptation et de services psychosociaux.

Donc, de fil en aiguille, la famille, avec le support du Dr. Claude Manseau, neuropsychologue au centre de réadaptation La RessourSe, ont commencé à réunir quelques familles et victimes sur une base régulière. C'était le 30 janvier 1990.

### 1990-1999

- Embauche d'une directrice à raison de 8hres/semaine grâce à une subvention du Centre de réadaptation La RessourSe, qui provenait de leur programme de réadaptation (2%);
- Location du premier local, 98 boul. St-Joseph, Hull;
- Mise sur pied d'un groupe d'entraide, d'un service de répit, et développement d'un programme de réintégration socio-professionnel;
- L'ANO a procédé à l'embauche d'une intervenante psychosociale à raison de 20h/semaine et d'une directrice à temps plein (grâce à la première entente de services avec la SAAQ);
- La clientèle ayant eu un accident vasculaire cérébral (AVC) est accueillie à l'ANO;
- Déménagement dans des locaux plus vastes au 115 boul. Sacré-Cœur;
- L'ANO, ainsi que les associations de Montréal, Québec, Trois-Rivières et Sherbrooke ont fondé en 1999 le regroupement provincial des associations des personnes traumatisées cranio-cérébrales du Québec (RAPTCCQ). M. Jean-Pierre Lupien, président du Conseil d'administration de l'ANO, devient le premier président du RAPTCCQ. Suivra la nomination de Madame Martine Fecteau, directrice de l'ANO, au poste d'administratrice du RAPTCCQ en 2001.

### 2000-2009

- Ces années ont permis à l'ANO de s'établir et de répondre aux besoins de ses membres. Grâce à ses planifications stratégiques, à ses groupes d'appréciation partagée, à ses collaborations avec les différents partenaires, l'Association est reconnue au niveau du continuum de services;
- Un point de service voit le jour dans la Petite-Nation;
- La directrice, nommée par adoption par l'ANO, siège au sein du C.A. du Centre de réadaptation La RessourSe;
- Un nouveau logo prend forme;
- Un partenariat est établi avec le centre de réadaptation la RessourSe et avec un groupe de réadaptation et intégration en neurotraumatologie (RIN) afin de se donner des moyens efficaces d'échange et de collaboration au niveau de la continuité des services offerts à la clientèle;
- Participation à la démarche identitaire. Cette démarche permet à chaque organisme d'établir le financement qui lui est nécessaire pour pouvoir remplir sa mission;
- Création d'un nouveau site internet, d'un nouveau logo et d'un nouveau dépliant de l'ANO;
- 15<sup>e</sup> et 20<sup>e</sup> anniversaire de l'ANO.

## 2010-2016

- Nouveau partenariat avec le programme de réadaptation et d'intégration motrice adulte (RIMA) de La RessourSe pour la clientèle AVC;
- Subvention pour le programme d'accompagnement en loisirs pour personnes handicapées;
- Renouvellement de l'entente avec la SAAQ pour un contrat de 3 ans;
- Développement d'un nouveau volet d'intégration résidentielle et du volet d'implication socio-professionnelle grâce au protocole d'entente signé avec l'agence de la santé et des services sociaux;
- Réaménagement et rénovation des locaux;
- L'équipe de travail compte maintenant 7 personnes;
- Réactivation des activités dans la Petite-Nation à titre d'une fois par mois;
- Organisation de l'événement de promotion « La semaine TCC » en octobre 2015;
- Développement et maintien de partenariats et d'échanges de services avec le jardin Reboul, Entraide-Deuil, Épilepsie Outaouais et l'Association des personnes vivant avec la douleur chronique (APVDC);
- Maintien des volets d'intégration résidentielle et implication socio-professionnelle et renouvellement des subventions;
- Accueil de trois stagiaires de l'institution scolaire Nouvelle-Frontière au programme de soutien;
- Conclusion de trois ententes de services en lien avec nos activités;
- Continuum d'activités mensuelles dans la Petite-Nation;
- Exploitation d'un territoire additionnel pour l'offre de nos services;
- Développement de notre partenariat avec le centre de réadaptation La RessourSe et le réseau de la santé tant public que privé;
- Le 25<sup>e</sup> anniversaire de l'ANO.

## Le 25e anniversaire !

Cette soirée a été un beau moment de partage et de reconnaissance afin de célébrer nos 25 années de services continus au sein de notre communauté. Au total, 94 personnes (membres, bénévoles, proches, ami(es), employé(es) et partenaires) ont participé à l'événement qui s'est déroulé au Club de Golf le Kingsway dans le secteur Aylmer. Plusieurs personnes impliquées depuis le tout début de l'Association étaient aussi présentes, telles que Nicole Bureau et Mireille Prévost, fondatrice de l'ANO.

Merci à tous d'avoir été présents pour ce moment si important. Merci du fond du cœur au nom de toute l'équipe de l'ANO d'avoir fait de cet événement, une réussite.



## MISSION

L'Association des Neurotraumatisés - Région de l'Outaouais est un organisme communautaire sans but lucratif, dont la mission consiste à offrir des services adaptés aux personnes ayant subi un traumatisme crânio-cérébral (TCC) ou un accident vasculaire cérébral (AVC), ainsi qu'à leur famille.

Nous couvrons 4 municipalités régionales de comté et 71 municipalités locales. La superficie couverte est de 30504 km<sup>2</sup> avec 369 170 habitants (Statistique Canada 2013).

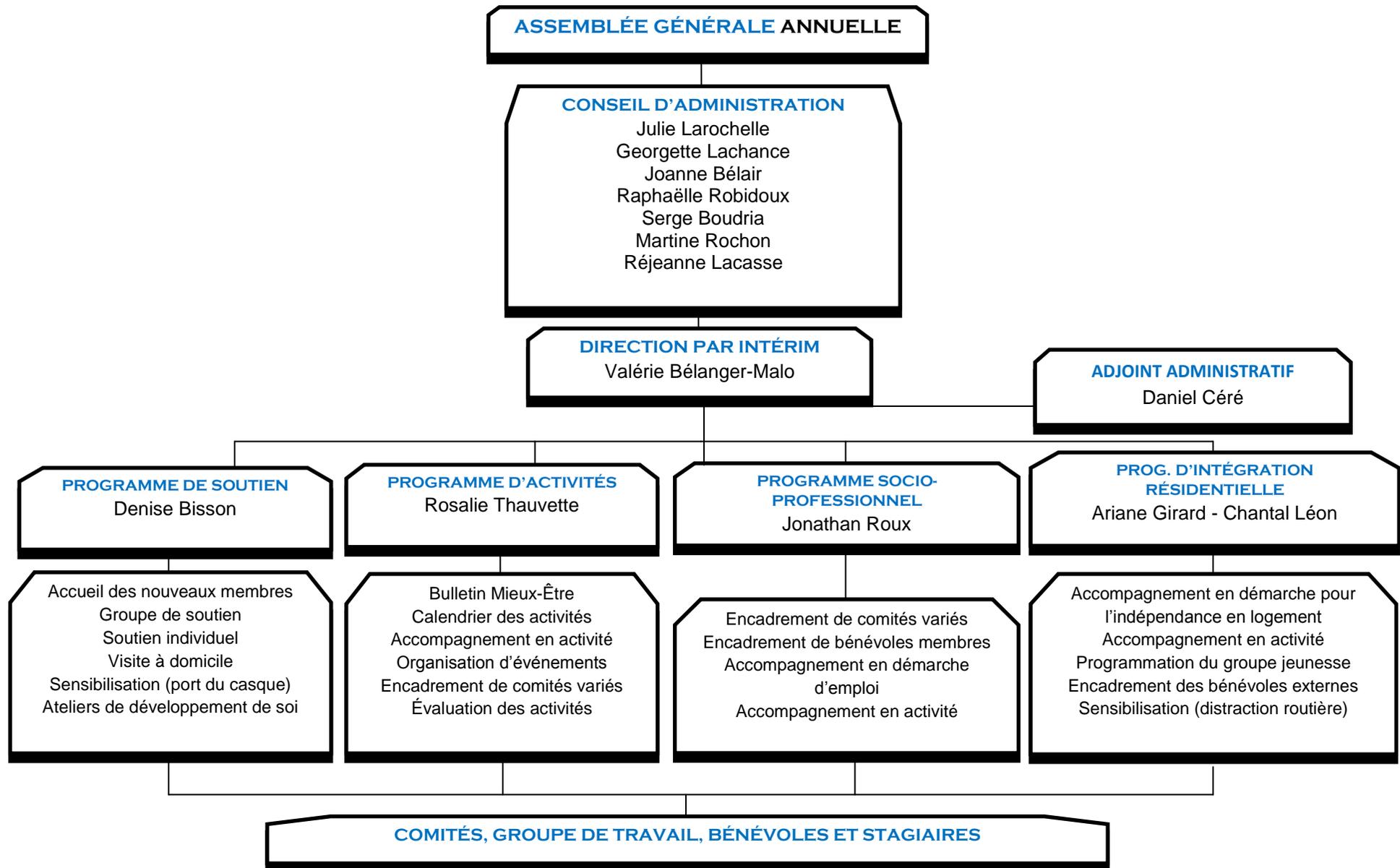
### Objectifs :

- Regrouper les personnes neurotraumatisées, ainsi que toute personne désireuse de poursuivre les mêmes objectifs;
- Défendre et promouvoir les intérêts et les droits des personnes neurotraumatisées en les aiguillant et en les soutenant dans leur demande de soins de santé et de services d'aide et de réadaptation;
- Informer les membres sur leurs droits, les techniques de réadaptation, les programmes existants, les soins et les services disponibles, par le biais de rencontres, de sessions et de bulletins périodiques;
- Recueillir les besoins des personnes neurotraumatisées ainsi que des données sur les ressources/services disponibles, et mettre ces informations à la disposition des membres;
- Fournir un soutien aux personnes neurotraumatisées;
- Prendre les mesures nécessaires pour favoriser l'intégration sociale des membres;
- Participer à l'élaboration de programmes d'aide et de réadaptation avec les organismes gouvernementaux et municipaux impliqués;
- Soutenir la qualité des soins et des services, par la promotion de la recherche et de la formation de ressources adaptées aux personnes neurotraumatisées;
- Promouvoir la prévention des accidents et l'éducation du public sur les effets du traumatisme crânien, ainsi que sur les droits et les besoins des personnes neurotraumatisées;
- Sensibiliser les instances gouvernementales sur les besoins des personnes neurotraumatisées;
- Solliciter les instances gouvernementales pour l'obtention de fonds additionnels, de soins et de services adaptés, à partir de la phase de premiers soins jusqu'à la phase de réintégration sociale ou de la convalescence à long terme;
- Coopérer avec les autres organisations qui ont des objectifs semblables à ceux de l'Association.

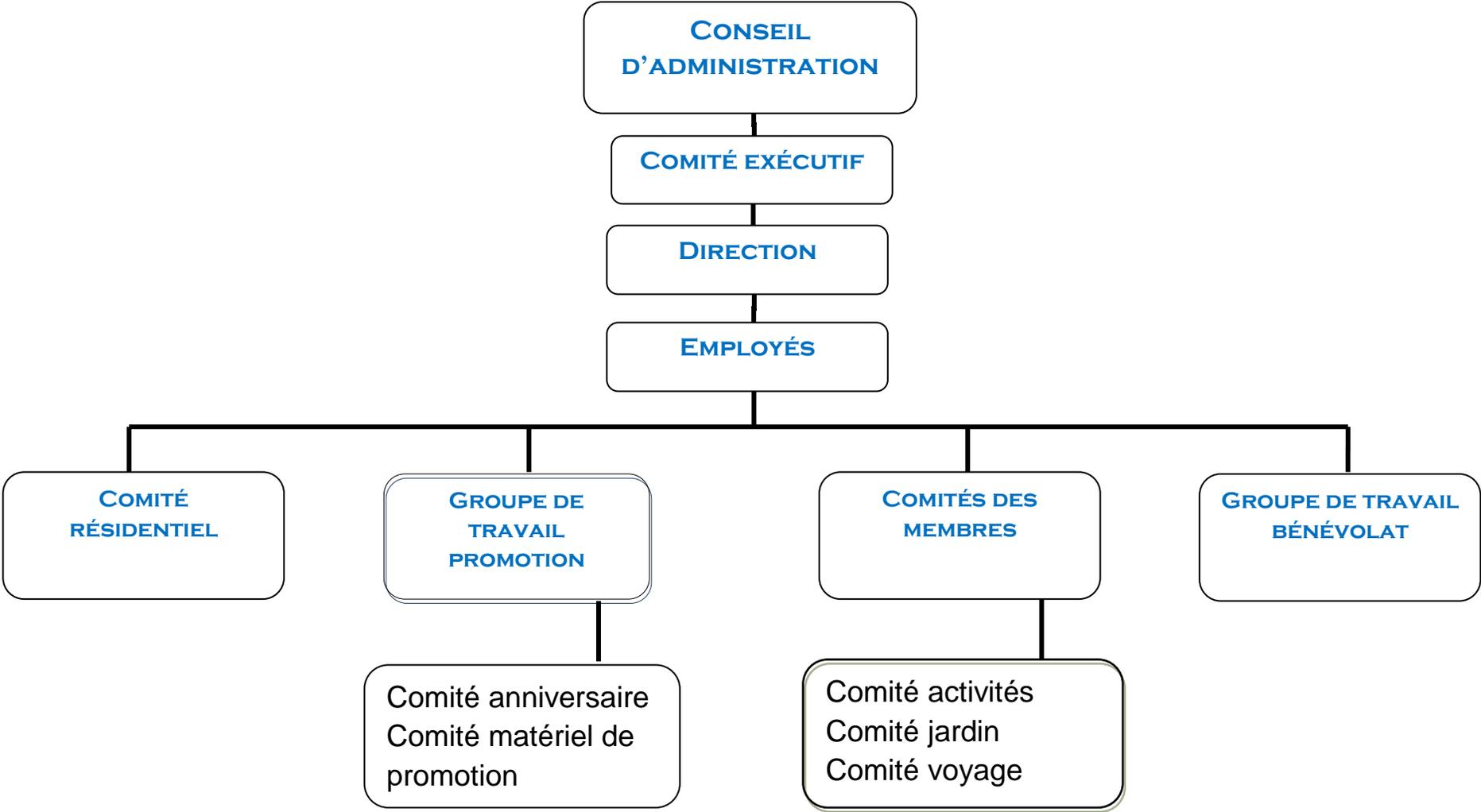
**Cuisine collective en collaboration avec le Regroupement des cuisines collectives du Québec | Février 2016**



# ORGANIGRAMME DE L'ÉQUIPE ET DES PROGRAMMES



# ORGANIGRAMME DES COMITÉS



# GROUPES DE TRAVAIL ET COMITÉS

Les groupes de travail et les comités sont des entités formées par l'équipe ou encore par des membres pour répondre à des besoins liés à la pérennité et au rayonnement de l'organisme. Dans l'organigramme, nous pouvons retrouver les comités qui relèvent des intervenants et ceux qui relèvent de groupes de bénévoles membres.

Les **COMITÉS RELEVANT DES INTERVENANTS** sont créés dans l'optique de répondre aux besoins cités à l'interne au travers le C.A., les bailleurs de fonds, les planifications stratégiques, etc. Ils peuvent aussi impliquer la présence de bénévoles membres dans la réalisation de certaines étapes.

Voici la liste et une brève description des groupes de travail et comités de l'Association :

**COMITÉ EXÉCUTIF** : relève du C.A., ayant comme mandat la gestion administrative de l'Association.

Ex : révision des conditions de travail, embauche de ressources humaines, évaluation de la direction, etc.

**COMITÉ RÉSIDENTIEL** : explorer différentes avenues en ce qui concerne l'acquisition ou la construction d'une résidence pour la clientèle TCC et AVC.

**GROUPE DE TRAVAIL BÉNÉVOLAT** : encadrer le volet bénévolat. Ex : politiques, encadrement, recrutement, reconnaissance, etc.

**GROUPE DE TRAVAIL PROMOTION** : augmenter la visibilité de l'ANO par le biais de divers événements. Voici les sous-comités qui découlent du groupe de travail promotion :

**COMITÉ ANNIVERSAIRE** (tous les 5 ans) afin d'organiser le 25<sup>ième</sup> anniversaire.

**COMITÉ MATÉRIEL DE PROMOTION** pour analyser et développer le matériel promotionnel.

**COMITÉ DES ACTIVITÉS** : faire l'analyse des activités qui sont offertes, voir selon les besoins des membres à améliorer les activités déjà en place et à participer à la programmation du calendrier en apportant des idées innovatrices. Une plage horaire par mois est disponible pour les membres intéressés à l'organisation d'une activité de leur choix.

**COMITÉ JARDIN** : organisation reliée à l'entretien d'un jardin. Ex : plantation, désherbage, récolte, etc.

**COMITÉ VOYAGE** : aider dans la planification et l'organisation d'un voyage adapté aux besoins de la clientèle TCC et AVC.

# CONSEIL D'ADMINISTRATION

## MEMBRE DU CONSEIL D'ADMINISTRATION

NOM	TYPE DE MEMBRE	POSTE	FIN DE MANDAT
<b>Julie Larochelle</b>	Communauté	<b>Présidente</b>	2016
<b>Georgette Lachance</b>	Communauté	<b>Vice-présidente</b>	2016
<b>Joanne Bélair</b>	Communauté	<b>Secrétaire</b>	2016
<b>Raphaëlle Robidoux</b>	Communauté	Trésorière	2017
<b>Serge Boudria</b>	Membre lésé	<b>Administrateur</b>	2016
<b>Martine Rochon</b>	Communauté	Administratrice	2017
<b>Réjeanne Lacasse</b>	Communauté	Administratrice	2017
<b>Gérard Lacelle</b>	Communauté	Vice-président	Démissionné 18 août 2015

Les 4 postes en **bleu** sont en élection.



Conseil d'administration 2015-2016 | Juin 2015

Au total, **33 PERSONNES** étaient présentes à l'AGA du 4 juin 2015. L'Assemblée s'est déroulée au Centre communautaire Tétreault Parc Moussette et un repas froid a été servi à tous.

# L'ÉQUIPE DE TRAVAIL

---

## ÉQUIPE DE TRAVAIL 2015-2016

---

NOM	POSTE ET PROGRAMME	DATE D'EMBAUCHE
Marie-Eve Charlebois	Directrice générale	Décembre 2013 jusqu'à ce jour
Valérie Bélanger Malo	Directrice générale par intérim	Juillet 2015 jusqu'à ce jour
Daniel Céré	Adjoint administratif	Janvier 2014 jusqu'à ce jour
Denise Bisson	Intervenante, programme de soutien	Décembre 2008 jusqu'à ce jour
Mélanie Royer	Intervenante, programme d'intégration résidentielle	Mars 2014 jusqu'à ce jour
Ariane Girard	Intervenante, programme d'intégration résidentielle	Mars 2014 jusqu'à ce jour
Chantal Léon	Intervenante, programme bénévolat et sensibilisation	Juillet 2015 jusqu'à ce jour
Jonathan Roux	Intervenant, programme socio-professionnel	Janvier 2015 jusqu'à avril 2016
Kevin Boutot	Intervenant, programme d'activité	Avril 2015 à juin 2015
Rosalie Thauvette	Intervenant, programme d'activité	Juillet 2015 jusqu'à ce jour
Juliana Bluteau	Stagiaire	Janvier 2015 à mai 2015
Frédéric Lacroix	Stagiaire	Février 2015 à mai 2015
Émilie Fournier	Stagiaire	Janvier 2016 à mai 2016

---

Les noms des employés en **bleu** sont actuellement en poste.

Les noms des employés en noir ne sont plus en poste.



Équipe de travail 2015-2016 | Septembre 2015

## LES BÉNÉVOLES

Cette année, 58 personnes ont donné 1237 heures, comparativement à 49 personnes pour 1115 heures l'année précédente. Un événement de reconnaissance a été organisé en l'honneur de notre équipe de bénévoles de l'ANO. Au total, 28 bénévoles étaient présents lors de ce souper de remerciement qui a eu lieu au restaurant  Cette soirée de reconnaissance a clôturé la semaine d'Action Bénévole 2016. Semaine officielle des bénévoles qui se déroule en avril de chaque année.



La trouvaille de ces perles rares se fait en partenariat avec JeBénévole, Réseau Outaouais, l'Université d'Ottawa, l'Université du Québec en Outaouais et par l'entremise de nos activités quotidiennes et kiosques de sensibilisation.

« La valeur d'une personne tient dans sa capacité à donner et non à sa capacité à recevoir. »  
*Albert Einstein*

## TABLEAU DES BÉNÉVOLES

ACTIVITÉS	BÉNÉVOLES	COMITÉS	BÉNÉVOLES
<b>ANO Chaudron</b>	Marc-André Girouard	<b>Anniversaire (25e)</b>	Julie Larochelle
	Hélène Léon		Georgette Lachance
	Carole Plante		Paulette Maisonneuve
	Samantha Lafontaine		Lynda Pilon
	Karina Daigneault		Martine Rochon
	Chantal Désormeaux		Réjeanne Lacasse
<b>ANO Peinture</b>	Nicole Bureau	<b>Activités</b>	Suzanne B.L
	Élodie Léon		Marie-Lise Leonard
<b>ANO Musique</b>	Luc Charron		Alain Barrière
	Lynda Pilon		Diane Leclair
<b>Atelier de bijoux</b>	Norma Wardé		Norma Wardé
	Daniel Parent		Robert Vigneault
	Lucie Roy Lauzon	Yan Rainville	
	Marie-Josée Bellavance	Norma Wardé	
	Mathieu Ouellette	Nicole Bureau	
	Sophie Lahaie	Georgette Lachance	
<b>Semaine TCC</b>	Suzanne Leclair	Annie Boudreault	
	Sylvain Poirier	Norma Wardé	
	Samantha Lafontaine	Diane Leclair	
	Lynda Pilon	Chantal Désormeaux	
	Diane Leclair	Sylvain Clément	
	Martine Rochon		
<b>Groupe de soutien</b>	Ines Fouvert		

<b>Sensibilisation</b>	Annie Boudreault André-Michel Lemay Michel Gagné
<b>P'tit café du lundi</b>	Joanne Bélair
<b>Épluchette de blé d'inde</b>	Chantal Désormeaux
<b>Tutrice en français</b>	Raphaëlle Robidoux
<b>25e anniversaire</b>	Chantal Désormeaux Sylvain Clément
	Alexandra Da Costa Alexandra Paul Camille Gaudreault Deborah Evokaou Élysanne Lavoie-Lemieux Hana Furumoto Deshaies Joselyne Quevillon Kerry Nelson
<b>Activités diverses</b>	Marie-Eve Martineau-Dussault Marie-Louise Tassé-Raby Maryse Desjardins Noémie Cormier Rad Khorshid Zoé Boucher Serge Boudria Hélène Léon
<b>Accompagnement voyage</b>	Juliana Bluteau David Scullion

---

**ADMINISTRATION**


---

**BÉNÉVOLES**


---

**AGA**

Anne- Karine Gauthier  
Chantal Désormeaux  
Sylvain Clément  
Georgette Lachance

**Conseil d'administration**

Julie Larochelle  
Gérard Lacelle  
Gary Leonard  
Georgette Lachance  
Joanne Bélair  
Raphaëlle Robidoux  
Serge Boudria  
Martine Rochon  
Réjeanne Lacasse

**Administration**

Chantal Désormeaux

**Appels téléphoniques**

Norma Wardé

**Corrections de divers documents**

Raphaëlle Robidoux

**Présentation de nos services – Soirée APVDC**


---

Norma Wardé  
Martine Rochon

# LES USAGERS

L'ANO reçoit de façon continue des références venant du Centre Régional de Réadaptation La RessourSe (CRRR), le Centre Hospitalier des Vallées de l'Outaouais (CHVO), les CLSC, les cliniques privées et des organismes communautaires. L'ajout de nouveaux membres au sein de l'ANO se fait aussi grâce à nos événements, nos activités de promotion et de sensibilisation.

Au total en **2015-2016, 29 membres** se sont ajoutés, comparés à 19 membres en 2014-2015. De ces **29 membres** :

- ✓ 13 ont subi un traumatisme crânio-cérébral (TCC) dont 8 hommes et 5 femmes;
- ✓ 12 personnes ont subi un accident vasculaire cérébral (AVC) dont 4 hommes et 8 femmes;
- ✓ 2 sont devenus des *membres proches* dont 1 homme et 1 femme;
- ✓ 2 femmes sont devenues *membres amies pour la cause*.

Au total cette année, l'ANO compte 154 membres lésés et 61 membres de la famille ou de l'entourage, pour un grand total de 215 membres.

## Les besoins

### Chez les personnes ayant subi un TCC ou un AVC :

- Briser l'isolement;
- Recevoir l'information nécessaire à une meilleure compréhension de leurs nouvelles conditions de vie reliées aux séquelles;
- Référer, lorsque nécessaire, vers les services existants du réseau de la santé et des services sociaux ainsi que dans leur communauté, pouvant répondre à des besoins spécifiques tels que l'hébergement, les questions relatives aux droits et recours, l'aide au transport, etc.;
- Être écoutées, soutenues, encadrées et accompagnées dans leur démarche de la vie quotidienne;
- Reconnaître leurs limites tout en reprenant confiance en leurs capacités;
- Maintenir les acquis de la période de réadaptation par la pratique de diverses activités éducatives, sociales et sportives;
- Participer à des activités valorisantes les incitant à s'intégrer socialement tels que du bénévolat, des programmes d'études adaptés ou de stage, etc.

### Chez les familles et les proches des victimes d'un TCC ou d'un AVC :

- Être informés sur les séquelles d'un TCC et ce, afin de mieux comprendre et mieux accepter les changements physiques, cognitifs et affectifs des gens touchés;
- Être référés, lorsque nécessaire, vers les services existants du réseau de la santé et des services sociaux ainsi que dans la communauté, la collectivité;
- Être écoutés, soutenus et accompagnés;
- Avoir du temps de répit;
- Pouvoir partager avec d'autres personnes vivant des situations similaires (soutien et conseils entre pairs).

# LES SERVICES OFFERTS

Dans ses valeurs, l'Association prône une approche « d'empowerment » dans son offre de service. Dans l'organisation de ses programmes, plusieurs objectifs sont pris en compte. Briser l'isolement, le développement des habilités et le maintien des acquis, l'amélioration de la qualité de vie ainsi que la contribution à la construction de l'estime de soi font partie de ceux-ci.

## Accueil

Informers les membres sur nos services, sur les différents organismes locaux et régionaux, sur le traumatisme crânien, sur les accidents vasculaires cérébraux, sur les agents payeurs, sur les droits des TCC/AVC sont portés à la connaissance de toute personne qui en fait la demande grâce à notre service d'accueil.

## Services psychosociaux

Les différentes formes de support qu'offre le **PROGRAMME DE SOUTIEN** contribuent à favoriser le développement des personnes ayant subi un neurotraumatisme et leurs proches. Que l'on pense aux rencontres individuelles pour l'obtention de services (juridiques, communautaires, psychosociaux), au soutien de groupe ou encore à des activités de développement de soi, l'ANO offre ses services avec professionnalisme.

## Services d'intégration sociale

Ce service est mis en application à travers le **PROGRAMME D'ACTIVITÉS**. Les activités sociales, culturelles, créatives, de santé et bien-être et de divertissement permettent aux participants de briser l'isolement, de s'intégrer au sein de la communauté, de développer des habilités et de maintenir leurs acquis afin d'acquérir une meilleure qualité de vie.

## Services d'intégration résidentielle

Le **PROGRAMME D'INTÉGRATION RÉSIDENTIELLE** offre des services permettant d'accompagner les membres dans diverses démarches reliées à l'autonomie en logement. Il offre des services de répit comme les séjours et les jumelages à travers les ANO-Duo. Il offre également des activités de développement d'habilités en lien avec l'acquisition et le maintien en logement. Depuis janvier 2016, l'ANO offre, en partenariat avec la *Fondation des maladies du cœur et de l'AVC*, des ateliers semestriels intitulés : La vie après un AVC (voir la section *Nouveauté* pour plus de détails).

## Services d'implication socio-professionnelle

Le **PROGRAMME SOCIO-PROFESSIONNEL** a pour objectif de dynamiser la vie associative et d'encourager l'initiative des membres en multipliant les occasions d'implication dans la communauté. Ces activités favorisent l'implication citoyenne à travers le bénévolat et/ou l'intégration dans des milieux professionnels.

## Accessibilité

L'Association est un milieu de vie accessible pour les membres en fauteuil roulant. Nos heures d'ouverture sont du lundi au vendredi de 10 h à 16 h. Durant la période estivale entre le 1<sup>er</sup> juin et la fête du travail, les bureaux ferment à midi les vendredis.

# PROGRAMMES ET ACTIVITÉS

## Programme de soutien

Les **DÎNER-ÉCHANGES** permettent à nos membres de socialiser dans un cadre différent de celui des locaux de l'ANO. Cette activité d'intégration sociale fait partie de nos objectifs et nous pouvons observer que la participation à cette activité répond à un besoin spécifique d'élargir le réseau social: nous comptons 169 participations pour 2015-2016 comparativement à 149 participations pour 2014-2015.

L'ANO offre depuis plusieurs années des **GROUPES DE SOUTIEN**, qui permettent à leurs membres de partager sur leur vécu et de trouver du réconfort dans l'échange avec d'autres neurotraumatisés. Tout au long de l'année, divers thèmes sont abordés. Nous comptons 53 participations pour 2015-2016 comparativement à 45 participations pour 2014-2015.

Encore cette année, l'ANO a offert à ses membres et à leurs proches des **ATELIERS DE DÉVELOPPEMENT DE SOI**. Mentionnons les ateliers de croissance personnelle offerts par Mme Loraine Séguin. Pour la tenue de nos ateliers de développement, nous comptons 83 participations.

**Vous retrouverez un tableau, disponible en ANNEXE 2, avec les participations aux dîners-échanges, aux groupes de soutien et aux activités de développement de soi, ainsi que les comparatifs de l'année précédente.**

Le **SOUTIEN INDIVIDUEL** est un service apprécié des membres et des proches. Il s'agit de rencontres individuelles ou encore de soutien téléphonique qui ont pour but l'écoute, le support, le développement de soi ou encore l'aiguillage vers d'autres ressources.

Durant l'année 2015-2016 :

- ✓ 187 rencontres individuelles ont été faites auprès de nos membres;
- ✓ 19 auprès des proches;
- ✓ Au total, 293 heures passées avec les membres et leurs proches en rencontres individuelles et/ou en soutien téléphonique.

Comparativement à 2014-2015 :

- ✓ 149 rencontres individuelles auprès de nos membres;
- ✓ 15 auprès des proches;
- ✓ Au total, 185 heures passées avec les membres et leurs proches en rencontres individuelles et/ou en soutien téléphonique.

**Vous trouverez un graphique en ANNEXE 4 ET 5 de la répartition par mois des services de soutien individuel et le total des heures passées en rencontre et en soutien téléphonique.**

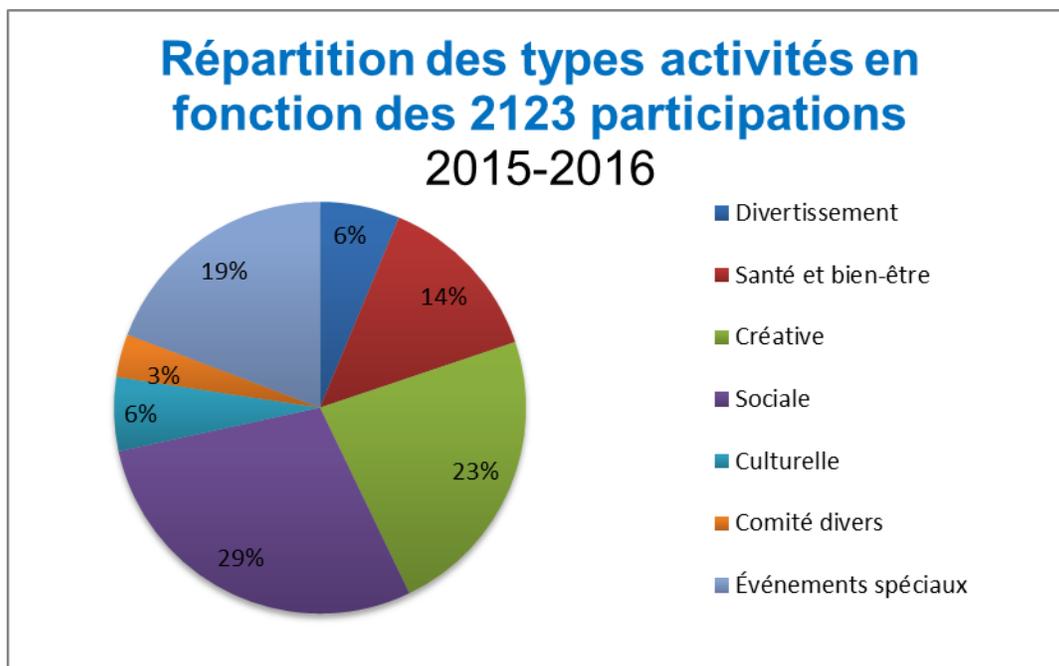
L'**INTERVENTION INDIRECTE** liée au soutien individuel que l'on offre, entre autres, à la population en général, aux partenaires, aux organismes régionaux ainsi qu'au réseau de la santé tant public que privé sont des éléments importants à la réussite de notre mission. Cette année, 232 minutes ont été consacrées à l'ensemble de ces derniers. **Vous référer à l'ANNEXE 3 pour plus d'information.**

## Programme d'activités

Dans le cadre de la promotion de son programme d'activités, l'Association publie le Bulletin Le Mieux-Être accompagné du calendrier trimestriel. De plus, elle envoie, des invitations aux événements spéciaux à ses membres et partenaires.

Le **BULLETIN LE MIEUX-ÊTRE** est un recueil d'articles qui est envoyé avec le calendrier trimestriel. À l'intérieur, on y retrouve des nouvelles de l'organisme. Il contient aussi des chroniques rédigées par ses membres sur des sujets qui leur tiennent à cœur. Par exemple, des revues culturelles de films ou de spectacles. D'autres articles sont publiés sur des thèmes variés reliés au mieux-être, à des faits et à des avancements concernant la communauté des neurotraumatisés. Le **calendrier d'activités** est diffusé sur une base trimestrielle et est toujours déterminé à l'avance pour les trois mois à venir.

Ces correspondances sont envoyées aux membres par la poste ou par courriel. Une liste d'envoi par courriel est aussi créée pour assurer la diffusion aux partenaires. Il est possible de faire partie de cette liste d'envoi, simplement en envoyant un courriel à l'adresse [ano@ano.ca](mailto:ano@ano.ca) pour manifester votre intérêt. L'information est aussi disponible sur notre page web à [www.ano.ca](http://www.ano.ca) et sur notre page Facebook.



### LES ACTIVITÉS

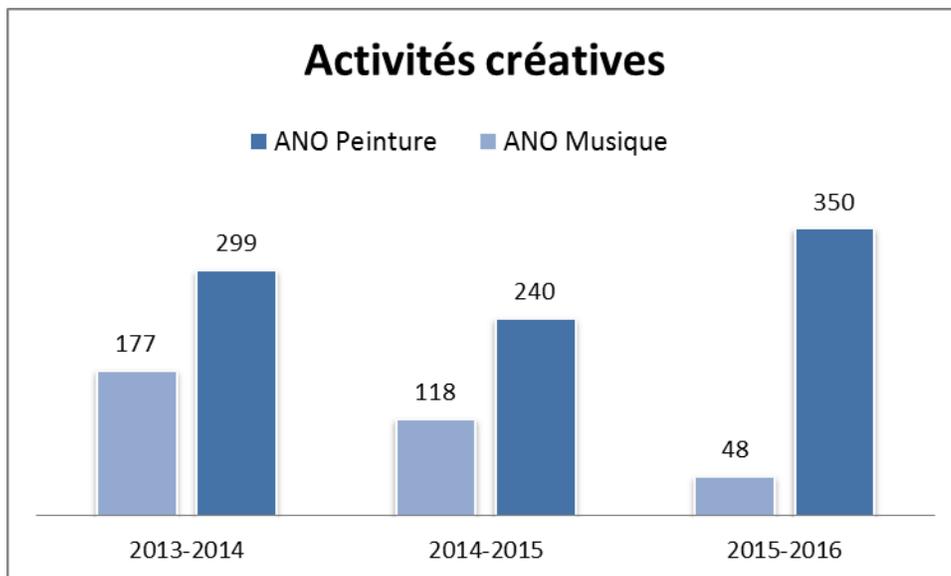
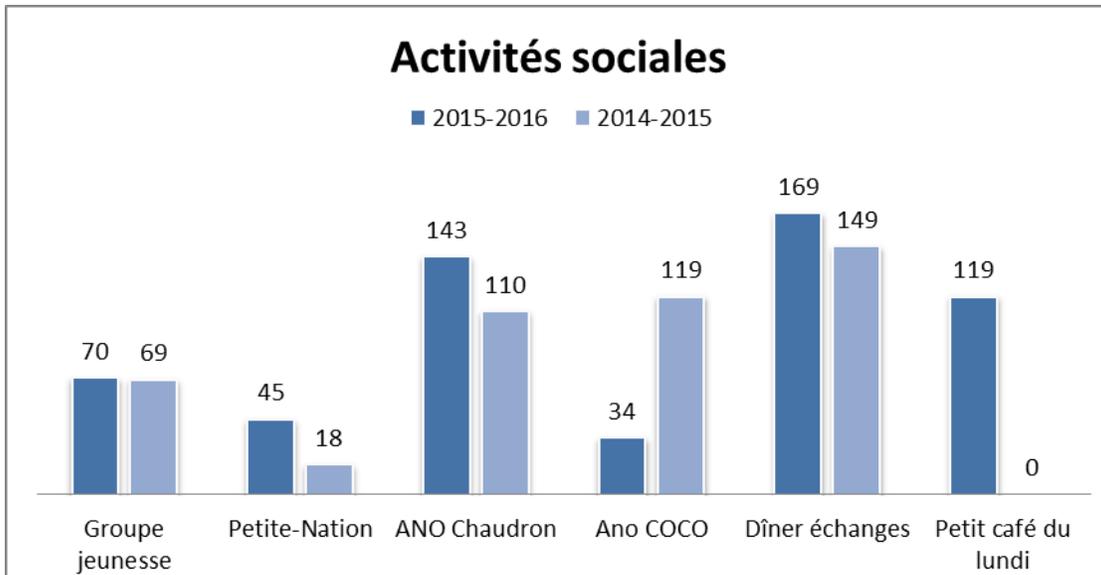
L'Association offre à ses membres et à leurs proches des activités hebdomadaires variées. Il y a des activités de divertissement, de santé et bien-être, créatives, sociales et culturelles. Sans compter nos divers comités et événements spéciaux.

L'ANO encourage les partenariats et le partage de connaissances afin d'offrir une meilleure programmation à ses membres. C'est pourquoi plusieurs activités sont faites en collaboration avec d'autres organismes communautaires du milieu tels qu'Entraide-Deuil, APVDC, ou encore avec d'autres associations de notre regroupement provincial telles que l'Association Québécoise

des traumatisés crâniens Montréal/Laval (AQTC) et le Centre d'Aide Personnes Traumatisées Crâniennes et Handicapées Physiques Laurentides et Laurentides (CAPTCHPL).

Voici une comparaison de l'évolution de quelques activités offertes à l'ANO. Au total, 2123 participations ont été recensées du 1 avril 2015 au 31 mars 2016. **La liste complète des activités réalisées durant l'année est disponible en [ANNEXE 6](#).**

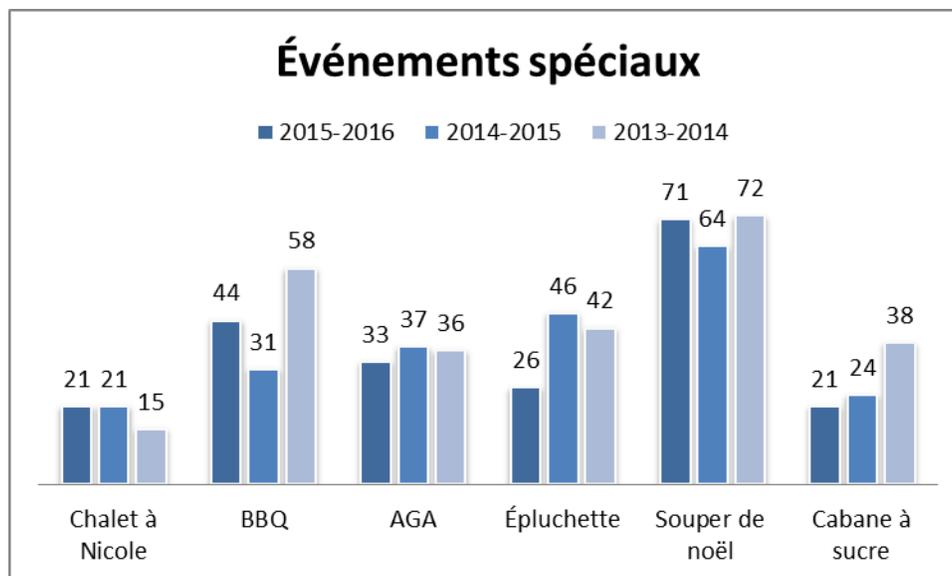
Voici quelques données comparatives des dernières années en lien avec les activités sociales et créatives.



## Programme d'activités (suite)

**LES ÉVÉNEMENTS SPÉCIAUX** sont des réunions organisées à l'extérieur ou à même les locaux de l'ANO. Que ce soit la fête de Noël, le chalet de Nicole, l'Halloween, le B.B.Q annuel et l'épluchette, toutes les occasions sont bonnes pour se rencontrer. Nous comptons en 2015-2016, 359 participations comparativement à 344 participations pour 2014-2015.

Dans le tableau qui suit, nous avons recensé, sur 3 ans, 6 événements spéciaux ainsi que leur taux de participation. **L'information complète des événements spéciaux est disponible en ANNEXE 6 ET 7.**



BBQ. Annuel | Août 2015



Souper de Noël | Décembre 2015

**Le répertoire complet des activités et des participations est disponible en ANNEXE 6.**

## Programme d'intégration résidentielle

Le programme d'intégration résidentielle fête sa deuxième année d'implication. Il englobe plusieurs services tels que des activités de développement, de maintien des acquis, de connaissance de soi, d'accompagnement, de jumelage et de séjour. Durant l'année 2015-2016, 78 activités de développement en lien avec l'intégration résidentielle ont été effectuées, 40 rencontres individuelles ont été recensées et plus de 75 rencontres avec des partenaires et réunions d'équipes ont été tenues.

Au total, 37 usagers ont été impliqués dans ce programme, dont 20 participants sur une base régulière.

**L'ACCOMPAGNEMENT** consiste à offrir aux membres et à leurs proches un support dans diverses démarches reliées à l'autonomie en logement. Que ce soit au niveau de la recherche d'un logement ou des démarches reliées à l'adaptation ou au déménagement, l'Association est là pour vous offrir son aide et soutien.

### LES JUMELAGES - ANO-DUO

Les ANO-DUOS ont pour but premier d'offrir un moment de répit aux membres et à leurs proches. Lorsqu'un proche ou un membre en fait la demande, un jumelage peut être fait entre bénévole et membre pour l'accomplissement d'une activité spécifique, soit à domicile, soit dans les locaux de l'Association. Ce programme permet de briser l'isolement et d'aider certains membres qui sont dans des situations particulières ou en adaptation.

### LES SÉJOURS

Les séjours incluent toute activité qui comprend une ou plusieurs nuitées à l'extérieur. Les voyages, les camps d'été ou d'hiver font partie de cette catégorie. Ils permettent à la famille, aux proches et aux membres de prendre du temps pour eux. Considérés comme une forme de répit, les séjours sont des occasions de travailler le maintien d'acquis et le développement d'habiletés en lien avec les activités quotidiennes, tout en étant accompagnés d'intervenants qualifiés. Voici un aperçu des séjours offerts et de ses participations.



Voyage à Niagara Falls | Août 2015

## Programme d'implication socio-professionnelle

Le programme socio-professionnel organise et encadre des activités d'implication bénévole, où les membres peuvent s'impliquer dans leur communauté ou à travers les comités de l'Association. Il offre aussi aux membres un accompagnement dans les démarches reliées à l'intégration d'un milieu de stage en milieu professionnel. Au total pour l'année 2015-2016, 22 membres ont participé à des activités reliées au programme socio-professionnel.

### COLLABORATION AVEC DES ORGANISMES ET ENTREPRISES DE LA RÉGION :

- Réseau Outaouais
- Les Bons Voisins
- Échelle du monde
- Uniprix
- La RessourSe
- La Ville de Gatineau.
- Amicale des Personnes Handicapées de l'Outaouais

### ACCOMPAGNEMENT DES MEMBRES DANS DES ACTIVITÉS SOCIO-PROFESSIONNELLES :

Divers membres ont été accompagnés dans le processus de recherche d'endroit de bénévolat à l'externe selon l'analyse de différents lieux en fonction de leurs habiletés et besoins. Une activité de bénévolat externe de groupe a aussi été organisée avec la collaboration de la Ville de Gatineau.

Deux nouvelles activités figurent au calendrier en lien avec le programme socio-professionnel :

- Bénévolat au Centre Alimentaire Aylmer à leur département d'emballage de produits;
- Cours informatique (base, intermédiaire et avancé).

### RECONNAISSANCE DE L'IMPLICATION DES BÉNÉVOLES :

- Planification et organisation de la soirée de reconnaissance des bénévoles;
- Inscription à 2 concours reconnaissance pour 2 membres activement impliqués à l'ANO à des prix de reconnaissance bénévoles. Un premier membre a été lauréat du *Prix David 2015*, catégorie Dépassement de soi. Un second membre s'est mérité un certificat de reconnaissance, catégorie Engagement bénévole Prix *Hommage Bénévolat - Québec 2016*.



Journée de bénévolat au Centre Alimentaire Aylmer | Mars 2016

## Sensibilisation et promotion de l'organisme

### SENSIBILISATION EN MILIEU SCOLAIRE

Les mois d'avril et mai se traduisent toujours par des visites dans les écoles secondaires de la région pour faire de la sensibilisation sur le port du casque protecteur et la prudence sur la route. Cette année, l'Association a visité 2 écoles secondaires. Lors de certaines présentations à l'école Du Versant, M. Serge Provencher, agent régional en sécurité routière de la SAAQ, s'est joint à nous pour sensibiliser les jeunes à la sécurité routière.

NOMBRE D'ÉTUDIANTS REJOINTS		
<b>PORT DU CASQUE ET SÉCURITÉ ROUTIÈRE</b>	<b>2014</b>	<b>2015</b>
	<b>2015</b>	<b>2016</b>
École secondaire du Versant	150	270
Polyvalente Louis-Joseph Papineau	90	90
<b>Total</b>	<b>240</b>	<b>360</b>

### SENSIBILISATION DANS LES ÉCOLES DE CONDUITE

L'Association a débuté cette année une nouvelle forme de sensibilisation, qui a lieu cette fois-ci dans les écoles de conduite pour promouvoir la sécurité routière. La séance de sensibilisation porte une attention particulière sur les distractions routières et est offerte tout au long de l'année dans 2 écoles de conduite.

NOMBRE D'ÉTUDIANTS REJOINTS		
<b>DISTRACTIONS ROUTIÈRES</b>	<b>2014</b>	<b>2015</b>
	<b>2015</b>	<b>2016</b>
École de conduite - Pro Cam	146	n/a
École de conduite Pontiac - Hull	9	72
École de conduite Pontiac - Lavérendrye	94	179
École de conduite Pontiac - La Savane	57	80
<b>Total</b>	<b>306</b>	<b>331</b>

Si l'on se fie aux évaluations de l'activité, tous les étudiants ont apprécié la conférence, autant au niveau de l'animation et du DVD de la SAAQ que des témoignages. Cependant, ce qui les a touchés davantage, ce sont les témoignages.

Nos sensibilisations et nos représentations à l'externe ne peuvent se faire sans l'aide de nos bénévoles membres. Ils partagent généreusement leurs expériences avec le groupe, ce qui a aussi comme effet de faire connaître les diverses séquelles que vivent les personnes ayant subi un neurotraumatisme.

**Il est possible de comparer les données et les emplacements de 2014-2015 avec 2015-2016 en [ANNEXE 8](#).**

## Semaine Québécoise du traumatisme crânio-cérébral

La semaine québécoise du traumatisme crânio-cérébral s'est déroulée du 19 au 23 octobre 2015. Cette semaine est consacrée à la promotion et à la sensibilisation du public. Des conférences de presse se déroulent partout à travers le Québec, et chaque association pour personnes neurotraumatisées organise des activités spécifiques.

Durant cette semaine, l'organisation d'une journée porte ouverte a aussi été organisée. Nos membres artisans et artistes ont exposé leurs œuvres dans les locaux de l'Association. Dans le groupe, il y avait 8 exposants de peintures, 4 exposants de mini sculptures et 1 exposant de bijoux. Dans l'après-midi, il y a eu une présentation du film « Le scaphandre et le papillon ». Finalement en soirée, un repas et conférence avec Annie Boudreau, membre de l'ANO, a accueilli 20 personnes. L'organisation de cette semaine a été l'effort de 17 bénévoles et de l'équipe de travail. Un brunch a été organisé le lundi suivant pour souligner la réussite de ce bel événement.

## Outils de promotion et de visibilité

**SITE INTERNET** - Notre site compte maintenant plus de 19 369 visiteurs en date de 2015-2016 comparé à 15 872 visiteurs en date de 2014-2015. En faisant la déduction, nous avons eu 3497 visiteurs pour 2015-2016 comparativement à 2464 visiteurs pour 2014-2015.

**FACEBOOK** - Notre page Facebook demeure une façon très efficace de communiquer avec les membres. Elle compte plus de 208 « J'aime » jusqu'à maintenant.

**BULLETIN LE MIEUX-ÊTRE** - Notre recueil d'information englobe des nouvelles de l'organisme, ses services, ses activités, des chroniques sur divers sujets d'actualité et d'avancement concernant la communauté des neurotraumatisés. Il est publié et envoyé par courriel et par la poste aux membres et partenaires de l'Association.

## Publicité

**JOURNAL LEDROIT** (30 000 copies papier) :

- ✓ Remerciement des bénévoles lors de la semaine du bénévolat;
- ✓ Soulignement de la semaine TCC durant la semaine de l'action Communautaire autonome.

**LA REVUE GATINEAU** (47 000 copies papier) : Offre de service

**RADIO** (Rythme FM - Gatineau/Ottawa) : Présentation de l'ANO (mission et services)

## Présentation de ses services et kiosques d'information

Dans sa promotion, l'organisme profite de plusieurs événements pour tenir des kiosques d'information ainsi que pour présenter ses services auprès de la communauté. Cette année, nous avons participé à 6 kiosques d'information (Yoga and You, Université d'Ottawa), Maison de Retraite Chartwell, Cégep camp Reboul, Marché du bénévolat Aylmer, Journée bénévolat de l'École du Versant et Journée Mieux-être de Cap Santé).

**Des statistiques sur la présentation des services et sur les kiosques d'information sont disponibles en ANNEXE 8.**

## NOUVEAUTÉ

### Atelier « La vie après un AVC »

Cet atelier est un programme créé par *La Fondation des maladies du cœur et de l'AVC*. L'ANO offre ces séances depuis l'hiver 2016 à raison de deux fois par année : une fois durant la période hivernale et une seconde fois à l'automne. L'atelier compte huit rencontres de 2h chacune.

Les **THÈMES** abordés lors des modules sont :

- Comprendre l'AVC;
- Changements physiques et défis;
- Déglutition et nutrition;
- Cognition, perception et communication;
- Émotions : accent sur la dépression;
- Activités et relations;
- Réduire les risques de subir un autre AVC;
- Reprendre votre vie en main.

Les ateliers sont ouverts aux individus ayant vécu un AVC ainsi que leur proche. Le coût est de 25 \$ par personne (lésée ou non) incluant un manuel du participant, le livre « *La vie après un AVC* », de multiples brochures d'informations pertinentes, des présentations visuelles et une collation santé à chaque atelier.

La richesse de cet atelier provient du témoignage de chacun. Le climat de respect procure un lien de confiance qui s'établit peu à peu entre les participants et l'intervenant au programme.

À la fin de chaque module, les participants se donnent un défi à relever en lien avec le thème du jour. L'objectif étant l'amélioration de la qualité de vie et l'implication de chaque participant dans le processus d'adaptation et de rétablissement.



FONDATION<sup>MC</sup>  
DES MALADIES  
DU CŒUR  
ET DE L'AVC

# BAILLEURS DE FONDS

UN ÉNORME MERCI À CHACUN DE VOUS

*Centre intégré  
de santé  
et de services sociaux  
de l'Outaouais*

Québec 

**2015-2018**

**CISSSO** : Programme PSOC

Programme de soutien à l'intégration résidentielle et socio-professionnelle

*Société de l'assurance  
automobile*

Québec 

**2014-2017**



**2014-2016**

**URSLO** : Unité Régionale Sport Loisir Outaouais

Programme d'accompagnement en loisir pour les personnes handicapées (PALPH)

# PARTENAIRES

CENTRE HOSPITALIER PIERRE-JANET

ENVIRO ÉDUC-ACTION

CSSS GATINEAU, CSS DE PAPINEAU

ASSOCIATION DES RÉSIDENTS DE L'ÎLE

VILLE DE GATINEAU

LOGEMENT'OCUPE

ROCSMO : REGROUPEMENT DES ORGANISMES COMMUNAUTAIRES EN SANTÉ MENTALE DE L'OUTAOUAIS

TROVEP : TABLE RÉGIONALE DES ORGANISMES VOLONTAIRES D'ÉDUCATION POPULAIRE

CENTRE DES BÉNÉVOLES

CEGEP DE L'OUTAOUAIS

SANTÉ PUBLIQUE

ÉCOLE SECONDAIRE DU VERSANT

MAISON ALONZO WRIGHT

ÉCOLE SECONDAIRE NICHOLAS-GATINEAU

ADOO : ASSOCIATION DE L'OUÏE DE L'OUTAOUAIS

ÉCOLE SECONDAIRE LOUIS-JOSEPH PAPINEAU

ÉPILEPSIE DE L'OUTAOUAIS

ÉCOLE DE CONDUITE PONTIAC

CONSEIL RÉGIONAL DE L'ENVIRONNEMENT ET DU DÉVELOPPEMENT DURABLE DE L'OUTAOUAIS

BRAIN INJURY ASSOCIATION OF THE OTTAWA VALLEY

CJO : CENTRE JEUNESSE OUTAOUAIS

OPHQ : OFFICE DES PERSONNES HANDICAPÉES DU QUÉBEC

FONDATION DES MALADIES DU CŒUR ET DE L'AVC

APVDC : L'ASSOCIATION DES PERSONNES VIVANT AVEC LA DOULEUR CHRONIQUE

## CONSORTIUM

L'ANO est reconnue par le Ministère de la santé et des services sociaux de l'Outaouais comme un des maillons du consortium de services en traumatologie. Notre présence au comité régional de traumatologie permet d'exprimer les besoins et les réalités des personnes TCC qui vivent dans la communauté suite à un traumatisme crânien. Nos partenaires sont le Centre Hospitalier Régional de l'Outaouais et le centre de réadaptation La RessourSe.

## Représentations, collaborations et partenariats

### MEMBERSHIP ET REPRÉSENTATIONS 2015-2016 :

- TROCAO : Table régionale des organismes communautaires autonomes de l'Outaouais
- RAPTCCQ : Regroupement des Associations des personnes traumatisées craniocérébrales du Québec
- RAPAQ : Regroupement des Associations des personnes aphasiques du Québec
- ROHSCO : Regroupement des OSBL d'habitation et d'hébergement avec support communautaire en Outaouais
- RAPHO : Regroupement des Associations des personnes handicapées physiques de l'Outaouais
- URSLO : Unité régionale de sport et loisir Outaouais
- TCFDSO : Table de concertation sur la faim et le développement social de l'Outaouais
- Table de solidarité en logement
- RCCG : Regroupement des cuisines collectives du Québec
- JeBénévole : Organisme de recrutement et de promotion du bénévolat
- AQLPH : Association québécoise pour le loisir des personnes handicapées
- CDC Rond-Point : Corporation de développement communautaire
- ACEFO : Association coopérative d'économie familiale Outaouais
- Centre de réadaptation La RessourSe
- Réseau Outaouais



## Ententes de services

### L'ANO A DES ENTENTES DE SERVICES ET PARTENARIATS AVEC :

- SAAQ
- La RessourSe
- APVDC : Association des personnes vivant avec la douleur chronique
- Entraide-Deuil
- Jardin communautaire Reboul
- Épilepsie Outaouais
- Réseau Outaouais
- Centre de travail LARO
- JeBénévole
- L'Université du Québec en Outaouais
- L'Université d'Ottawa



### Jardin communautaire Reboul, Comité jardin de l'ANO | Juillet 2015

Plus de 150 heures ont été investies par les membres du comité jardin 2015-2016.

# RÉALISATIONS 2015-2016

## ADMINISTRATION

- Mise à jour des conditions de travail;
- Mise à jour de la politique sur les achats et déboursés;
- Maintien du poste de l'adjoint administratif;
- Développement de documents de conformité liés à l'embauche des nouveaux employés;
- Adhésion à un réseau de sauvegarde virtuel pour l'ensemble des données informatiques;
- Adhésion programme RVER : Fond de pension optionnel pour les employés.

## SOUTIEN

- Augmentation des partenariats et collaboration avec les acteurs extérieurs;
- Augmentation considérable des rencontres et du temps en minutes de soutien individuel et téléphonique;
- Accueil de trois stagiaires.

## INTÉGRATION RÉSIDENIELLE

- Maintien de la subvention intégration résidentielle;
- Maintien du programme d'intégration résidentielle : jumelage, accompagnement, activités de développement et séjours;
- Arrimage des services d'intégration résidentielle;
- Maintien d'un comité d'hébergement à long terme;
- Développement de partenariats dans le milieu de l'hébergement et saines habitudes de vie;
- Nouvel atelier en collaboration avec la *Fondation des maladies du cœur et de l'AVC*.

## BÉNÉVOLAT

- Maintien de la subvention socio-professionnelle;
- Maintien du programme d'implication socio-professionnel;
- Maintien d'un groupe de travail avec une personne responsable;
- Développement d'une politique de bénévolat (interne);
- Encadrement des programmes de bénévolat;
- Participation au Prix David 2015 et à Hommage-Bénévole QC;
- Élargissement de notre bassin de partenaires offrant des stages et du bénévolat;
- Entente Réseau Outaouais pour l'accueil d'une bénévole à temps plein pour une période d'un an;
- Achat d'un ordinateur pour les membres.

## **SENSIBILISATION ET PROMOTION**

- Maintien du groupe de travail promotion;
- Organisation et déroulement de la semaine TCC à l'ANO;
- Présentation du programme de sensibilisation dans les écoles de conduites, écoles secondaires, écoles d'adultes professionnelles et dans diverses universités (Ottawa et UQO);
- Présentation de nos services dans divers organismes et entreprises de la région;
- Rencontre avec la graphiste pour la mise à jour du matériel promotionnel;
- Rencontre avec le C.A. pour l'analyse du matériel promotionnel et création d'un comité d'analyse;
- Rencontre avec une conceptrice web pour la refonte de notre site internet;
- Trois publicités importantes pour la promotion de nos services (journaux et radio);
- Commande d'objets promotionnels.

## **PROGRAMME D'ACTIVITÉS**

- Maintien du fonctionnement par inscription et des fiches d'activités;
- Maintien d'un poste de bénévole pour faire les appels (jusqu'en août 2015);
- Maintien d'activités mensuelles dans la Petite-Nation;
- Diversification au niveau des types d'activités;
- Plus d'explications dans le bulletin Le Mieux-Être concernant le rabais attribué aux membres pour chaque activité;
- Entente promotionnelle avec diverses entreprises de la région pour bénéficier de prix spéciaux pour nos membres.

# PLAN D'ACTION

## 2014-2016

<b>VOLET SENSIBILISATION ET PROMOTION</b>
<b>OBJECTIFS</b> <ul style="list-style-type: none"><li>-Sensibiliser la communauté aux TCC et AVC et promouvoir nos services auprès du grand public;</li><li>-Devenir la référence TCC/AVC dans le communautaire maintenir notre crédibilité dans la communauté;</li><li>-Développer nos réseaux et élargir notre bassin de partenaires dans le milieu de la santé.</li></ul>
<b>VOLET BÉNÉVOLAT</b>
<b>OBJECTIFS</b> <ul style="list-style-type: none"><li>-Réinventer et bonifier le programme de bénévolat à l'ANO;</li><li>-Maintenir le lien privilégié que nous avons avec les bénévoles actuels;</li><li>-Favoriser l'implication et « l'empowerment » des bénévoles.</li></ul>
<b>VOLET INTÉGRATION RÉSIDENTIELLE</b>
<b>OBJECTIFS</b> <ul style="list-style-type: none"><li>-Développer des services en fonction des besoins des proches et des membres; (mettre en application, maintenir et évaluer);</li><li>-Développer un programme d'hébergement à long terme.</li></ul>
<b>VOLET SOUTIEN</b>
<b>OBJECTIFS</b> <ul style="list-style-type: none"><li>-Structurer, bonifier, définir et arrimer les services de soutien;</li><li>-Évaluer et maintenir les services de soutien selon les besoins.</li></ul>
<b>VOLET STRUCTURE ORGANISATIONNELLE</b>
<b>OBJECTIFS</b> <ul style="list-style-type: none"><li>-Définir la vision et les valeurs de l'organisme;</li><li>-Mieux définir et uniformiser notre approche d'intervention (« empowerment », axée sur les forces, collaboration, rétablissement, maintien des acquis);</li><li>-Structurer les comités de l'ANO.</li></ul>
<b>VOLET INTÉGRATION SOCIALE/ACTIVITÉS</b>
<b>OBJECTIFS</b> <ul style="list-style-type: none"><li>-Augmenter la participation aux activités;</li><li>-Développer des activités plus ciblées vers les besoins de nos membres (AVC et TCC);</li><li>-Faire plus d'activités en partenariat.</li></ul>

## TÉMOIGNAGES



J'aime aller à l'ANO parce que tout est expliqué et on est toute une famille qui oublie ensemble.

**Marie-Lise**

L'ANO c'est un rayon de soleil d'amour et elle nous aide à passer à travers les petits tracas. Ça nous réchauffe le cœur, parce que l'amitié c'est vrai.



**Sylvain**



J'aime venir à l'ANO car ça me permet de parler et socialiser. Bonne job l'équipe et merci !

**Mathieu**

Le fait de venir à l'ANO me met de bonne humeur pour la journée !

**Samantha**



L'ANO me donne un endroit où aller, là où je me sens chez moi et où je peux m'identifier. Les intervenantes sont hyper gentilles, il y a une camaraderie entre nous.

**Rachel**



# **ANNEXES**

## ANNEXE 1

<b>FORMATIONS DE L'ÉQUIPE DE TRAVAIL 2015-2016</b>	
<b>THÈME</b>	<b>PARTICIPANTS</b>
Formation RAPTCCQ   Regroupement provincial	3
Publisher: Logiciel Microsoft Office 2010	2
CFSMO   Une clientèle non motivé ?	2
JeBenevole   Recrutement bénévole	1
Action secours	2
Fondation des maladies du cœur et de l'AVC	1
Formation Vie active	1
Journée de renforcement d'équipe	7
Webinaires  Des clefs pour une « planif » mobilisante	1

## ANNEXE 2

<b>ACTIVITÉS DE SOUTIEN</b>	<b>2014</b>	<b>2015</b>
	<b>2015</b>	<b>2016</b>
Dîner Échanges	149	169
Groupe de soutien	45	53

<b>ATELIERS DE DÉVELOPPEMENT</b>	<b>2014</b>	<b>2015</b>
	<b>2015</b>	<b>2016</b>
Croissance personnelle	n/a	83
Méditation	33	n/a
Sérénité et vitalité	72	n/a
Le deuil	4	n/a

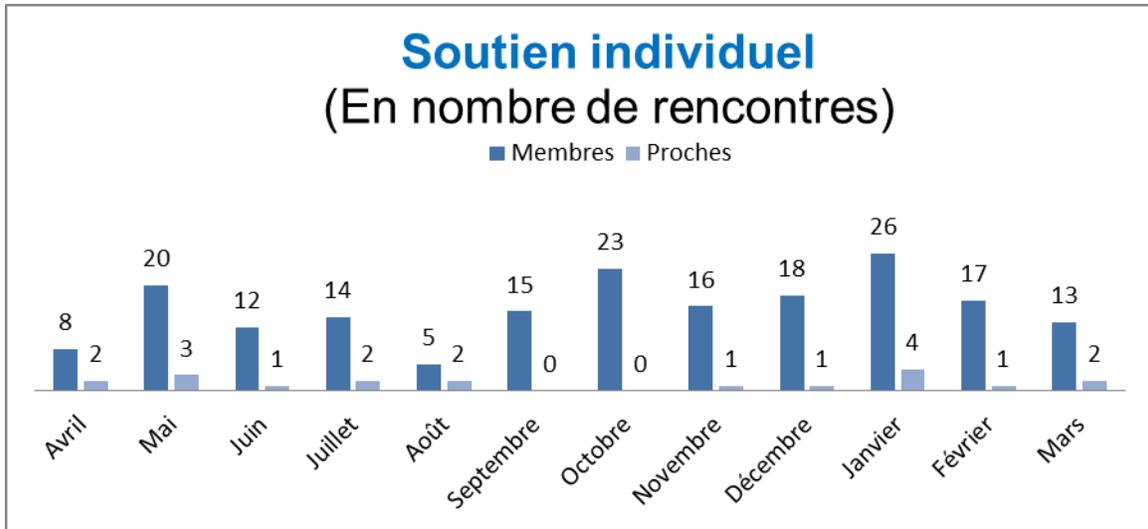
**ANNEXE 3**

**INTERVENTION INDIRECTE LIÉE  
AU SOUTIEN INDIVIDUEL**

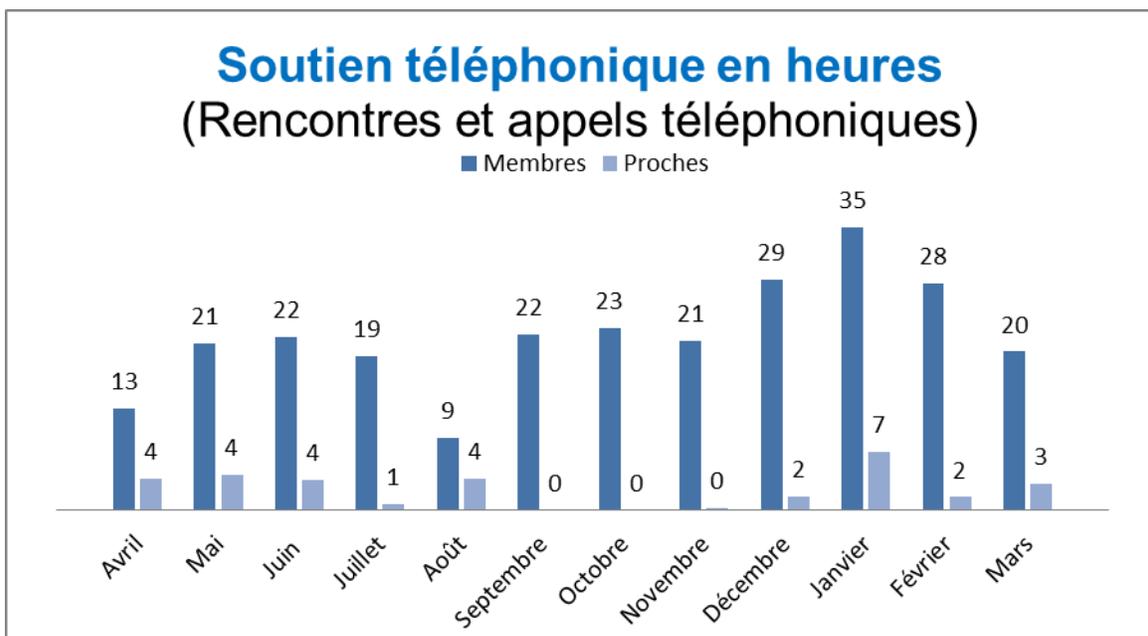
Psychothérapeute  
 Psychologue CSSS des Collines  
 Psychologue - Clinique Y<sup>2</sup>  
 Psychoéducateurs, travailleurs  
 sociaux et éducateurs spécialisés  
 - La RessourSe  
 Ergothérapeute et travailleurs  
 sociaux du CLSC  
 Salon funérailles  
 Stagiaires et travailleurs sociaux -  
 Nouvelles-Frontières  
 Radio-Canada  
 Infirmière de la Pietà  
 Infirmière au Pavillon du Parc  
 Intervenant à l'Apogée  
 Intervenant de Carrefour  
 Jeunesse Emploi  
 Intervenant - Maison Ricochet  
 Intervenants du CJO (Centre  
 Jeunesse de l'Outaouais)  
 Avocate  
 Futurs membres  
 Étudiant au doctorat à l'Université  
 d'Ottawa  
 Cap Santé  
 Médecin privé

<b>RÉPARTITION PAR MOIS DES SERVICES D'INTERVENTION INDIRECTE EN SOUTIEN INDIVIDUEL</b>	<b>2015 2016 (HEURES)</b>
Avril	59
Mai	26
Juin	23
Juillet	4
Août	3
Septembre	2
Octobre	15
Novembre	5
Décembre	3
Janvier	29
Février	31
Mars	32
<b>Total :</b>	<b>232</b>

## ANNEXE 4



## ANNEXE 5



## ANNEXE 6

<b>DIVERTISSEMENT</b>	<b>2015 2016</b>
Guerre des neurones	16
Quilles	11
Visite caserne de pompier	3
Marché By	3
Mini-Putt	19
Cueillette de fraises	2
Journée à la plage	1
Calypso	4
jeux et billard	4
Cueillette de framboises	8
Cueillette de pommes	9
ANO Juste pour rire	28
Cueillette de citrouilles	5
Parlement en lumières	3
Pêche sur glace	0
ANO Bingo	17
Glissade sur tube	0
<b>TOTAL</b>	<b>133</b>

<b>SANTÉ ET BIEN ÊTRE</b>	<b>2015 2016</b>
ANO Vie Active	27
Zoothérapie	16
Amérispa Spa Nordique	4
Groupe de soutien	53
Cuisine Collective préparation	13
Cuisine Collective planification	14
Projet Jeunesse	10
Musicothérapie	18
Atelier de croissance personnelle	83
Atelier de cuisine santé	2
Zumba	0
Qigong	4
La vie après un AVC	17
Groupe de marche	17
Yoga au parlement	9
Simulation d'entrevue	1
<b>TOTAL</b>	<b>288</b>

<b>CRÉATIVES</b>	<b>2015 2016</b>
ANO Peinture	350
ANO Musique	48
Confection de bijoux	27
Mandala	18
Bricolage de St-Valentin	7
Confection de biscuits St-Valentin	6
Pâques	4
Création de cartes de vœux	2
ANO Photo	10
Scrapbooking	5
Mini-sculpture	6
Décoration de citrouilles	2
Bricolage de Noël	4
<b>TOTAL</b>	<b>489</b>

<b>SOCIALES</b>	<b>2015 2016</b>
P'tit café du lundi	119
Dîner et bénévolat au Centre Alimentaire	11
Souper Jeunesse	38
ANO Chaudron	143
Groupe Jeunesse	32
ANO Coco	34
Dîner échanges	169
Petite Nation	45
Café Moca Loca	2
Dîner St-Valentin	17
<b>TOTAL</b>	<b>610</b>

<b>CULTURELLES</b>	<b>2015 2016</b>
Cinéma (StarCité-9)	12
Festival des tulipes	3
Musée de l'Agriculture	2
Observation d'oiseaux	3
Merveilles de sable	1
ANO Cinéma	16
Buskerfest	2
Upper Canada Village	6
Zoo Reptile	6
Parc Oméga	6
Exposition porte ouverte	9
Party Halloween	9
Musée de la Nature	5
Visite de la fromagerie St-Albert	9
Atelier de tire	3
Sainte-Catherine	
Imax	4
Bal de Neige	3
Musée des Beaux-Arts	3
Cabane à sucre	21
<b>TOTAL</b>	<b>123</b>

<b>COMITÉS</b>	<b>2015 2016</b>
Activités	49
Jardin	6
Noël	9
Voyage	4
25 <sup>e</sup> anniversaire	4
<b>TOTAL</b>	<b>72</b>

<b>ÉVÉNEMENTS SPÉCIAUX</b>	<b>2015 2016</b>
A.G.A.	33
Chalet à Nicole	21
BBQ annuel	44
Voyage Niagara	20
Épluchette	26
Semaine TCC	49
25 <sup>e</sup> anniversaire de l'ANO	94
Brunch reconnaissance des bénévoles	10
Souper hommage aux bénévoles	40
Souper de Noël	71
<b>TOTAL</b>	<b>408</b>

## ANNEXE 7

ÉVÉNEMENTS SPÉCIAUX	2014	2015
	2015	2016
Journée porte ouverte (Semaine TCC)	41	49
Chalet de Nicole	21	21
Dîner St-Valentin	21	17
Cabane à sucre	24	21
BBQ	31	44
A.G.A.	37	33
Épluchette	46	26
25 <sup>e</sup> anniversaire de l'ANO	n/a	94
Souper Noël	64	71

## ANNEXE 8

SENSIBILISATION ET PROMOTION DE L'ORGANISME	PERSONNES REJOINTES	
	2014	2015
<b>PORT DU CASQUE ET SÉCURITÉ ROUTIÈRE</b>	<b>2015</b>	<b>2016</b>
École secondaire du Versant	150	270
Polyvalente Louis-Joseph Papineau	90	90
<b>Total :</b>	<b>240</b>	<b>360</b>
<b>DISTRACTIONS ROUTIÈRES</b>	<b>2014</b>	<b>2015</b>
	<b>2015</b>	<b>2016</b>
École de conduite Pro Cam	146	n/a
École de conduite Pontiac - Succursale Hull	9	72
École de conduite Pontiac - Succursale Lavérendrye	94	179
École de conduite Pontiac - Succursale La Savane	57	80
<b>Total :</b>	<b>306</b>	<b>331</b>
<b>PRÉSENTATION DES SERVICES ET KIOSQUES D'INFORMATION</b>	<b>2014</b>	<b>2015</b>
	<b>2015</b>	<b>2016</b>
CEGEP de l'Outaouais: Reboul	n/a	3
Yoga and You Université d'Ottawa	28	24
Journée Mieux-être - Cap Santé	20	43
Marché du bénévolat - Galerie Aylmer	30	29
Journée Bénévolat - École secondaire du Versant	n/a	37
Maison de retraite Chartwell	50	26
Rassemblement pour le développement social - UQO	n/a	30
Événement tenue par l'APDVC	n/a	20
<b>Total :</b>	<b>404</b>	<b>212</b>
<b>Total des personnes rejointes :</b>	<b>950</b>	<b>903</b>