



Les Nouvelles

Volume 20 — numéro 13 – 8 février 2019

Journée des directions le 13 février prochain

En plus d'avoir l'occasion de mettre en commun leurs expériences, cette journée est une belle occasion de réseautage pour les directrices et directeurs de nos groupes.

En formule inspirée de la « co-construction », les directions sont conviées à explorer certaines questions inhérentes aux dossiers chauds. Des invités ayant une expertise sur le sujet viennent également enrichir la discussion. Au programme mercredi prochain :

AM : Popote roulante

PM : Accompagnement transport

L'événement au lieu le **13 février de 9 h 30 à 15 h**, chez COMACO, 2349, rue de Rouen, H2K 1L8. Pizza offerte sur l'heure du dîner. Veuillez réserver votre place à reseau@comaco.qc.ca.

Assemblée sur la Politique montréalaise de reconnaissance des groupes communautaires

Les regroupements communautaires montréalais vous invitent à discuter de la nouvelle Politique de reconnaissance et de soutien de l'action communautaire de la Ville de Montréal.

Que propose la Ville dans sa nouvelle politique?

Quels impacts pour nos organismes, pour les relations avec les arrondissements?

Est-ce que ça résout certains problèmes observés ou cela peut en créer?

Quels changements sont nécessaires afin que cette politique réponde aux besoins des groupes et des populations visées par ceux-ci?

Les discussions alimenteront le travail des regroupements avec la Ville. Des audiences publiques auront également lieu en juin. Cette rencontre aura lieu le **26 février 2019 de 13 h à 17 h**, au Centre St-Pierre, 1212 Rue Panet, Montréal, H2L 2Y7.

Inscriptions requises :

<https://goo.gl/forms/tKzBqWMZQyozh2Af1>

Regroupements participants : COMACO, ROCFM, TOMS, TGFM, RACOR, TCRI, CRADI, RIOCM, RAPSIM, TROVEP, RAFSSS, DÉPHY.

Actualités

Les proches aidants peuvent limiter leurs pertes financières

Un [article](#) d'Éducaloi, publié le 7 février 2019 sur le site du *Journal de Montréal*, explique comment la loi peut protéger les proches aidants. D'abord, l'article rappelle le fait que les proches aidants peuvent s'absenter du travail 10 jours par année en raison de l'état de santé de la personne qu'ils aident. Pour avoir le droit de s'absenter, le proche aidant doit fournir à son employeur une attestation remplie par un professionnel du secteur de la santé ou des services sociaux, par exemple une infirmière ou une travailleuse sociale. Pendant une absence sans solde, le proche aidant peut avoir droit à des prestations de l'assurance-emploi allant jusqu'à 562 \$ par semaine. Pour cela, le proche aidant doit remplir certaines conditions (ex. la personne qui est aidée est un membre de la famille ou considère le proche aidant comme tel, etc.). Aussi, les proches aidants peuvent avoir droit à certains avantages fiscaux. Par exemple, le proche aidant peut bénéficier d'un crédit d'impôt provincial s'il prend soin de son conjoint âgé qui est incapable de vivre seul ou s'il héberge un proche, entre autres. Le montant du crédit d'impôt remboursable peut atteindre jusqu'à 1185 \$ selon la situation.

Maltraitance ou exploitation des personnes âgées? Mieux comprendre ces notions pour mieux s'attaquer à un enjeu majeur

Dans un [article](#) paru le 5 février 2019 sur le site de la Commission des droits de la personne et des droits de la jeunesse, on apprend qu'au cours de 2018, plus du tiers des jugements rendus par le Tribunal des droits de la personne concernait une situation alléguée d'exploitation d'une personne âgée ou handicapée. Dans les jugements qui confirment une situation d'exploitation, c'est un total de près d'un demi-million de dollars qui a été versé aux victimes ou à leur succession. Pour l'exercice 2017-2018, la Commission a reçu 230 requêtes en matière d'exploitation et un total de 164 en 2016-2017. Par ailleurs, on observe une augmentation des dossiers ouverts en matière d'exploitation des aînés. La Commission a mené 29 enquêtes en 2016-2017 et ce nombre est passé à 53 en 2017-2018. Il s'agit d'une augmentation de 55 %. Dans le cas où une personne estime être victime ou témoin de ce type de situation, il est possible de s'adresser à la Commission.

L'exercice combattrait la dépression chez les aînés

C'est le titre d'un [article](#) du 8 février 2019 paru sur le site de *Lapresse.ca*. Une nouvelle étude de l'université ontarienne McMaster arrive à la conclusion que l'activité physique semble en mesure de combattre la dépression chez les aînés. Les chercheurs ont demandé à des hommes en santé, âgés de 65 ans et plus, de s'astreindre à un programme de 12 semaines composé d'une séance par semaine d'entraînement par intervalles à haute intensité sur vélo stationnaire et de deux séances hebdomadaires de musculation. Une analyse a révélé que trois mois d'exercices suffisaient stimuler le corps à produire plus de substances comme la sérotonine qui contribuent à la bonne humeur.

Saviez-vous que...

Qui sont les proches aidants?

(Source : « [Les vieillissements sous la loupe. Entre mythes et réalités](#) »)

Les proches aidants ont généralement entre 45 et 64 ans. Près de 30 % des aidants ont encore au moins un enfant de moins de 18 ans qui réside chez eux. 60 % des aidants sont sur le marché du travail et doivent jongler entre leurs responsabilités d'aidant et leur vie professionnelle. Au Québec, 36 % des femmes et 24 % des hommes de 45 à 64 ans sont des proches aidants.

Mobilisation

«Nous sommes et nous voulons! L'accès aux services, une question d'autonomie!»

Dans le cadre de sa campagne « Nous sommes et nous voulons! L'accès aux services, une question d'autonomie! », le **Mouvement PHAS** sollicite votre appui et souhaite que vous joigniez votre voix à sa campagne. Le **Mouvement PHAS** demande au gouvernement un réinvestissement majeur dans les programmes et services sociaux et en santé pour les personnes en situation de handicap et leurs proches et que le prochain budget respecte les besoins et les droits des personnes et de leurs proches. Pour appuyer le mouvement, vous n'avez qu'à partager le lien suivant : <https://www.facebook.com/293221850821513/videos/2066880463355926/>.

Formation/colloque/mémoire

La gestion des bénévoles

Le **Centre d'action bénévole de Montréal** vous propose un atelier sur la gestion des bénévoles. L'atelier aborde les thèmes suivants : les outils facilitant l'intégration des bénévoles, comment évaluer les besoins d'orientation et de formation des bénévoles, les cinq fonctions liées à la supervision de bénévoles, comment donner de la rétroaction efficace et comment évaluer le travail d'un bénévole. L'atelier aura lieu le **21 février 2019 de 9 h à 16 h** dans les locaux du **Centre d'action bénévole de Montréal** (2015, rue Drummond, bureau 300). L'inscription pour un atelier est de 100 \$ pour les membres et de 125 \$ pour les non-membres. Pour vous inscrire, cliquez sur [ici](#).

Nouvelles des membres et partenaires

L'usure de compassion

Le **Temps d'une pause** propose une conférence sur l'usure de compassion. La conférencière Madeleine Fortier, conseillère, accompagnatrice et formatrice, partage des outils et des stratégies développés dans le cadre de sa propre expérience en matière de proche aidance, afin d'éviter de se brûler. La conférence aura lieu le **6 mars de 19 h à 21 h** au 7400, boulevard Saint-Michel. Pour la programmation complète, cliquez [ici](#). Pour plus d'informations ou pour vous inscrire, vous pouvez téléphoner au 514-722-3000 (poste 3119) ou envoyer un courriel à l'adresse accueil@tempsdunepause.org.

Clinique d'impôts bénévole

L'**CAB RDP (Centre d'action bénévole Rivière-des-Prairies)** tient une clinique d'impôts bénévole pour les personnes à faible revenu. La clinique, sans rendez-vous, se tiendra du **4 mars au 15 avril** inclusivement, lundi au jeudi, de **9 h 30 à 12 h 30**. Une contribution de 5 \$ est suggérée. Pour plus d'informations, n'hésitez pas à téléphoner au 514-648-2323.

Offre d'emploi ci-jointe.

Version imprimable ci-jointe.