



Les  
**Accordailles**  
Accompagnement et soutien

465 rue Gilford,  
Montréal, Qc, H2J 1N5  
**Bureau : 514-282-1553**  
accordailles.org  
info@accordailles.org  
**Cell. intervenant.e :**  
**514-742-6332**

# LES INFORMAILLES

## Du nouveau aux Accordailles !

### Le contenu

Du nouveau chez  
Les Accordailles

Petits témoignages  
des stagiaires

AînéEs branchéEs

Saint-Valentin

Horaire et activités



Tous  
ensemble



En 2021, notre organisme a fêté ses 40 ans d'existence et de services auprès de la population aînée du Plateau Mont-Royal. La situation particulière des dernières années nous a empêchés de souligner cet évènement à la hauteur de nos espérances.

Cependant, au courant de l'année, nous avons eu l'immense plaisir de **collaborer avec des étudiants en Design graphique de ULAVAL** afin d'avoir une réflexion sur notre image de marque.

Non, ce n'est pas une crise de la quarantaine qui nous pousse à vouloir rajeunir notre image, mais plutôt l'envie de s'offrir en cadeau un nouveau logo qui représente bien ce que l'organisme est ; **dynamique et rassembleur**.

Derrière ce changement se trouve un long processus de réflexion sur notre mission, nos valeurs et l'image que nous souhaitons projeter. Parce que nous sommes fiers de notre histoire et que cette démarche se veut une évolution et non simple un changement, vous remarquerez des similitudes avec l'ancien logo, soit, les deux silhouettes qui s'accompagnent et se retrouvent.

Nous souhaitons encore une fois remercier les étudiants pour leur professionnalisme et leur excellent travail!



# Du changement dans l'équipe



**Aux Accordailles  
depuis :**

14 avril 2020

**Poste :** Travailleuse  
communautaire

## Départ de Josée Allard

Josée a commencé aux Accordailles en tant que Bénévole. Durant cette expérience, elle a développé un attachement aux Accordailles et à sa mission auprès des aîné.e.s.

C'est durant le début de la Covid-19, le 14 avril 2020, que Josée a intégré l'équipe d'employé à titre de travailleuse communautaire. En pleine pandémie, tout était fermé; l'idée était de maintenir le maximum de service possible. Pendant près de deux ans, Josée aura côtoyé Les Accordailles dans sa formule exceptionnelle avec les mesures sanitaires.

" **Une petite anecdote Josée ?** " Ce n'est pas tant une anecdote qui me vient en tête que tout ce que nos aînés ont vécu depuis presque 2 ans. Une grande partie d'entre eux a été très résiliente mais tout ceci n'a fait que confirmer, pour moi, que la communauté (cela inclut tout le monde) doit travailler à leur donner la dignité qu'ils méritent et prendre soin d'eux. Nous sommes tous appelés à devenir des aînés; juste cette perspective devrait nous convaincre que nous devons les chérir du mieux que l'on peut.



**Enide Filion**

## La Coordination des bénévoles

Bien occupé par les projets spéciaux des Accordailles tels que les Photo-romans et CoopéRégion, Éric Côté est de retour en soutien à la coordination des bénévoles !

**Enide Filion** et **Éric Côté** se partageront des tâches en lien avec les bénévoles et les accompagnements !



**Éric Côté**

De retour en soutien à la coordination avec les bénévoles

# Un projet toujours actif ! AînéEs branchéEs



Centre du Plateau  
2275, boul. Saint-Joseph Est  
Montréal, QC H2H 1G4  
Tél.: 514 872-6830  
centreduplateau.qc.ca

En partenariat avec

Le Plateau-Mont-Royal  
**Montréal**



## Des aînéEs branchéEs sur leur communauté

## Nous recherchons :

- 25 aînéEs (60 ans et plus) vivant sur le Plateau Mont-Royal;
- Sans ordinateur ou en possédant un désuet;
- En situation financière précaire;
- RéféréEs par le CDP ou l'un de ses partenaires;
- Possédant une connexion Internet fonctionnelle.

## Quelques précisions :

- Les bénéficiaires recevront un ordinateur PC (reconditionné) et seront branchéEs par un technologue en informatique qualifié (si c'est le cas, l'ordinateur désuet sera récupéré par le technologue)
- Un premier appel téléphonique sera fait pour établir les besoins des bénéficiaires.
- Après la livraison de l'ordi, il y aura un suivi pour s'assurer du bon fonctionnement de l'appareil.
- Les bénéficiaires seront invitéEs à participer à des formations pour développer leurs habiletés et pour poser leurs questions.

**Alerte à l'hameçonnage: non, le ministère de la Santé ne vous donnera pas 100\$ si vous êtes vacciné**



+1 (250) 730-2558 >

Text Message  
Today 9:37 AM

Notification MSSS:  
Le Ministère de la Santé et des Services sociaux vous récompense avec 100\$ pour avoir pris toutes vos doses contre la COVID-19.

[msss.gouv-qc.ca](https://msss.gouv-qc.ca)

**FRAUDE  
ALERTE**

Vous avez peut-être entendu parler aux nouvelles d'un 100\$ si vous êtes vaccinés ? ATTENTION ! Il faut avoir l'information complète. Le gouvernement **ne donne pas** d'argent si vous avez été pleinement vacciné.

À ce sujet, ce que vous entendez ou voyez dans les nouvelles, ce sont soit de **fausses informations**, soit des **misés en gardes** contre les fréquentes tentatives de fraude !

## Attention aux fausses informations

# Petits témoignages de stagiaires

Comme plusieurs d'entre vous le savez déjà, aux Accordailles, nous aimons ça aider à former la relève en acceptant des stagiaires de différents programmes d'études. Ces étudiant.e.s apportent une aide inestimable ! Par exemple, en effectuant des accompagnements, des activités ou en nous partageant leurs expériences !

**Afin de vous permettre d'en connaître quelques uns, nous avons questionnés des stagiaires au Baccalauréat en travail social à l'Université du Québec à Montréal**

## Pascal Lemay

**Qu'est-ce qui vous motive à faire ces études ?** À travers mon expérience professionnelle, j'ai développé un désir grandissant à donner de mon temps à des personnes qui ont besoin d'un coup de main. Je me considère comme une personne privilégiée dans la vie et beaucoup de gens n'ont pas cette chance. Que ce soit pour passer à travers une période difficile de la vie ou seulement pour avoir une oreille attentive, j'aime entrer en relation avec les gens et faire une différence pour eux.

**Quelle est votre expérience professionnelle ou communautaire ?** Je suis ambulancier à Montréal depuis presque six ans.

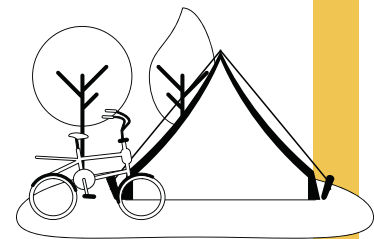
**Parlez-nous un peu de vous.** Je suis musicien depuis 14 ans. Je joue un peu de tout, mais surtout de la guitare et du chant dans un style punk/rock. Je rêve d'avoir une maison avec un studio d'enregistrement plus tard.

## Sébastien Focroulle-Bussières

**Qu'est-ce qui vous motive à faire ces études ?** Le domaine de l'intervention m'a toujours beaucoup interpellé et j'ai essayé la psychologie avant d'aller en travail social. Mais je trouvais qu'il manquait grandement d'une approche plus pratique, concrète et directement orientée vers la résolution des problèmes imminents des individus. Le travail social me permet d'avoir cette touche d'intervention et d'action qui répond à ces critères, tout en me permettant d'avoir une compréhension et une approche plus sociopolitique des inégalités sociales.

**Quelle est votre expérience professionnelle ou communautaire ?** Je commence tout juste à travailler dans le domaine auprès d'adultes vivant avec une déficience intellectuelle et/ou un trouble du spectre de l'autisme et/ou un trouble grave du comportement. Je n'ai jamais eu la chance de m'engager au communautaire encore, mais je suis très motivé pour ce stage.

**Parlez-nous un peu de vous ?** J'aime beaucoup le sport en général, je fais du triathlon, mais j'ai un faible pour le vélo, plus précisément le vélo-camping. Je rêve toujours de faire des voyages de vélo à travers le monde.



## Éléonord Robert-D'Amour



### **Qu'est-ce qui vous motive à faire ces études ? :**

J'adore travailler avec les gens. C'est important pour moi d'avoir un contact humain dans mon emploi! Aussi, je lutte au quotidien pour plus de justice et de changement social en m'impliquant dans différents milieux militants (associations étudiantes, comités féministes et de mobilisation). Le travail social est un domaine où je pourrai continuer à militer à travers ma profession, ce qui me plait énormément!

**Quelle est votre expérience professionnelle ou communautaire ?** Comme mentionné plus haut, je m'implique bénévolement dans différents comités et association, ce qui me donne une bonne expérience militante. J'ai aussi travaillé en Maison des jeunes.

**Parlez-nous un peu de vous ?** J'adore la lecture, les romans québécois sont mes préférés! Je suis aussi une "fan" de plein air. Je pratique l'escalade, le ski de fond et alpin, le paraski, le canot-camping, le vélo-tourisme, la randonnée, et j'en passe! Je rêve de changer le monde, mais bon, qui n'y rêve pas!

## Joey Fortin

**Qu'est-ce qui vous motive à faire ces études ?** Pour commencer, j'aimerais dire que la motivation de poursuivre mes études en travail social se trouve à être le contact que ce métier permet d'avoir auprès des individus. Les valeurs de justice sociale, d'égalité et d'équité ont toujours été mises de l'avant dans mon éducation. Cela dit, je pense que c'est pour cette raison que je suis motivé en ce qui a trait à ma future carrière professionnelle. Il est également important de mentionner que je suis conscient du privilège que j'ai en ce qui concerne mes études et le savoir que celles-ci me donnent. C'est alors dans cette optique que j'aimerais redonner le plus possible aux personnes qui n'ont pas eu cette chance.

**Quelle est votre expérience professionnelle ou communautaire ?** En ce qui concerne mes expériences professionnelles, j'ai travaillé auprès de jeunes ayant des besoins particuliers en tant qu'accompagnateur en camp de jour. Cet emploi a été un coup de cœur pour moi, car j'adore discuter avec les jeunes. Ceux-ci me permettent de constamment me mettre à jour dans mes croyances et façons de pensées ce qui, pour moi, est une richesse incroyable. Je travaille également dans une ressource d'hébergement en santé mentale en tant qu'intervenant psychosocial. Mon rôle est surtout d'accompagner les résidents de la ressource dans leur quotidien afin qu'il garde une certaine autonomie et qu'ils maintiennent un bon train de vie.

**Parlez-nous un peu de vous ?** Pour ma part, la musique est vraiment ce qui me permet de passer à travers les moments les plus difficiles. Je m'improvise pianiste à certaines heures, mais rien de sérieux. Cependant, j'écoute de la musique constamment, et ce à tout le temps. Que ce soit à travers des artistes du Québec d'aujourd'hui (Charlotte Cardin) ou bien d'hier (Harmonium), les chances de m'apercevoir avec des écouteurs sur la tête sont très élevées !



# Saint-Valentin pour tous et la bienveillance

La Saint-Valentin n'est pas une fête réservée aux jeunes qui sont en amour. L'amour est un **langage universel**, ce qui veut dire que tout le monde a le droit de célébrer, quel que soit votre âge ou le type d'amour ressenti envers l'autre. Avez-vous déjà imaginé comment vous voulez passer cette belle journée? Il y a des personnes aux *Accordailles* qui sont présentes également pour vous tendre l'oreille si vous avez besoin de parler.

De plus, **la bienveillance est** la plus belle preuve d'amour qui puisse exister. Une preuve d'amour envers soi et envers les autres. La bienveillance c'est « se montrer bienveillant, veiller à ce que les autres aillent bien. C'est cette capacité à prendre en compte et à honorer les besoins des êtres humains avec une absence naturelle de jugement négatif. La bienveillance implique d'autres qualités comme le respect, la gentillesse, la générosité, l'écoute ou encore l'indulgence.»

En outre durant cette journée, des souvenirs d'amour et d'affection peuvent resurgir. N'hésitez pas à les partager avec nous, *Les Accordailles*. Finalement, même si certains d'entre vous vivent seuls, vous pouvez réaliser des petites activités proposées ici qui vous réchaufferont le cœur.

## Les activités

Créer une vraie atmosphère festive :

- Des cœurs illimités : coupez des cœurs à partir de feuilles de bristol colorés et accrochez sur les murs ou les placards
- Préparer un gâteau au chocolat en forme de cœur
- Regarder un film comédie romantique
- Il y a sûrement une chanson qui vous rappelle les bons souvenirs, écouter la et danser si vous le souhaitez.

Je vous souhaite de passer une excellente fête de Saint-Valentin !

**Mardochée, stagiaire en travail social au Cégep du Vieux Montréal**

1: <https://www.passeportsante.net/fr/psychologie/Fiche.aspx?doc=bienveillance>

**Voici quelques ressources si vous avez besoin de parler à quelqu'un:**



Quand tu ne sais pas  
vers qui te tourner.<sup>MC</sup>



La ligne **1-888-489-2287**  
**Aide Abus Aînés**



# Horaire et activités Aux Accordailles

<b>Journée de la semaine</b>	<b>Présence aux bureaux</b>
<b>Lundi</b>	Sherley
<b>Mardi</b>	Jade
<b>Mercredi</b>	Éric
<b>Jeudi</b>	Aléatoire
<b>Vendredi</b>	Julie-Anne

## Attention

Nous suivons les recommandations du Gouvernement et de la Santé Publique attentivement. Ces horaires pourraient changer selon l'évolution de la pandémie ou d'autres situations.



- **Photo-roman** : Lancement de "Vous n'êtes pas seuls" bientôt ! Surveillez les informations à ce sujet !

- **Les services d'accompagnements** : Pour des rendez-vous ou faire les courses, les résidents du Plateau peuvent avoir de l'aide; ce service est actif ! Veillez contacter la coordination des bénévoles au numéro général des Accordailles 514-282-1553.

- **Les repas congelés** : Toujours disponibles aux Accordailles mais en moins grande quantité en raison de notre présence réduite aux Accordailles.

- **Les activités** : Pour l'instant, les activités en présence sont toujours suspendues.

- **Les impôts** : Chaque année, les impôts peuvent représenter un casse-tête ou une source de stress. Si vous avez besoin d'aide, il nous fera plaisir de vous aider; il existe différentes ressources qui pourraient répondre à vos besoins !

- **Les projets spéciaux (Résidents du HLM)** : Certains ont pu voir l'affichage de projets tels que "les paniers futés" ou la participation à des recherches. N'oubliez pas de vous inscrire si vous souhaitez participer.