RESSOURCES COMMUNAUTAIRES SAINT-ADOLPHE

Rapport d'activités

2024-2025

Table des matières

L'équipe
- Mot du président 3
- Mot de la coordonnatrice 4
- Mot des bénévoles 5

L'organisme 6
- Mission 7
- Histoire 8

Territoire 9
- Portrait socio-démographique 10-11
- Profil des personnes rejointes 12
- Nombre de personnes rejointes 13

Activités réalisées 14
- Accessibilité et périodes d'ouverture 15
- Nature des activités 16
- Services d'aide et de prévention de la santé et du bien-être 17-22
- Services d'écoute 23-24
- Activités éducatives et de sensibilisation 25-26
- Services d'accompagnement 27-28
- Activités promotionnelles et levées de fonds 29

Partenariat et collaboration 30
- Partenaires et entraide 31-32
- Comités collaborateurs 33
- Implication de l'organisme 34-35

Vie associative et démocratique 36
- Nos membres 37
- Conseil d'administration 38
- Gouvernance 39
- Gestion administrative 40
- Implication de nos bénévoles 41
- Formation de l'équipe 42-43

Témoignages et vision 44
- Vision 2025-2026 45
- Témoignages 46
- Outils d'information 47
- Collaborateurs 48
- Coordonnées 49

Mot du président



Chers membres,

C'est avec une grande fierté que je vous présente le rapport annuel 2024–2025 de Ressources Communautaires Saint-Adolphe, à titre de président, pour une deuxième année.

Tout au long de l'année, nous avons poursuivi notre mission avec rigueur et bienveillance, soutenus par une équipe de bénévoles engagés, un conseil d'administration solide et une coordonnatrice attentive aux réalités du terrain. Cette belle complicité nous permet d'offrir des services humains, chaleureux et profondément ancrés dans notre communauté.

Notre café communautaire demeure un lieu vivant, propice aux rencontres, à l'écoute et au réconfort. Bien plus qu'un simple espace, il incarne notre désir collectif de tisser des liens et de briser l'isolement.

Notre projet est primordial pour les Adolphins qui utilisent nos services, car notre proximité locale fait toute la différence. L'ensemble de nos usagers nous choisissent parce que nous sommes là, présents, accessibles, à deux pas de chez eux. Dans un village où les services de proximité sont rares, cette présence devient essentielle pour répondre aux besoins humains et quotidiens de notre population.

Nos activités et services ont continué de croître, et nous avons accueilli de nombreux nouveaux membres et bénéficiaires au fil des mois. Cette vitalité témoigne de la confiance que vous avez envers notre ressource et de votre attachement à sa mission.

Je tiens à souligner la persévérance, la générosité et le cœur de tous ceux et celles qui s'impliquent dans la vie de Ressources Communautaires Saint-Adolphe. C'est grâce à vous que notre organisme continue de rayonner.

Je vous souhaite une bonne lecture et une année remplie de solidarité.

Jacques Raymond
Président 2023–2025

Mot de la coordonnatrice



Chers membres,

Depuis mon arrivée en avril 2025 au sein de cette belle équipe tissée serrée, j'ai eu le bonheur de rencontrer des personnes exceptionnelles, profondément engagées à donner et à partager. Je me suis sentie accueillie à bras ouverts et soutenue dès les premiers jours. Avec cœur et générosité, bénévoles et partenaires offrent de leur temps pour créer un lieu sécuritaire, des ressources concrètes et des actions de prévention adaptées.

Au fil de mon parcours professionnel, j'ai eu la chance de vivre des expériences variées qui ont façonné ma vision du travail communautaire. L'entraide, l'écoute et le sens de la communauté sont au cœur de mes valeurs, et je souhaite les faire rayonner dans chacune de mes actions. Ces principes guident mon engagement et donnent tout leur sens aux efforts que je déploie auprès de vous.

Je crois profondément que notre ressource est avant tout un lieu de rassemblement pour briser l'isolement, solidement ancré au cœur du village et enrichi par une belle diversité intergénérationnelle qui s'anime un peu plus chaque jour. Cette vitalité me rend fière et m'encourage à aller de l'avant.

Je suis honorée de faire partie d'un projet aussi humain, porteur de sens et d'espoir. Je suis convaincue que les liens de solidarité que nous tissons ensemble continueront de se renforcer au fil des saisons. Pour les prochaines années, je souhaite voir cette belle dynamique se poursuivre et donner naissance à des initiatives toujours plus inclusives, accessibles et adaptées aux besoins de chacun.

Merci de faire partie de cette aventure. C'est grâce à vous que tout devient possible.

Liliane Dicaire
Coordonnatrice

Mot de l’équipe des bénévoles



Ressources Communautaires m’a permis de socialiser et de me faire de nouveaux amis. J’y ai tissé des liens qui m’ont conduit à m’impliquer comme bénévole. J’y ai découvert une équipe dynamique, attentive à l’isolement des personnes vulnérables et qui se donne sans compter. À la fin de mes journées, je ressens un profond sentiment d’appartenance envers ma communauté. Et puis, soyons honnêtes : personne ne me bat à la vaisselle… ni aux frites !

Daniel Guy



Je suis bénévole dans l’âme, car j’aime aller à la rencontre des citoyens, échanger avec eux et m’impliquer socialement. Le bénévolat me permet de me sentir valorisée, tant par les interactions avec la communauté que par la reconnaissance que je reçois au sein de mon équipe. À 69 ans, cette activité me stimule autant sur le plan cognitif que physique, et m’aide à demeurer active, engagée et épanouie.

Dominique

Ressources communautaires Saint-Adolphe, c’est bien plus pour moi qu’un lieu de bénévolat. C’est l’endroit où j’ai repris ma santé en main, où je me suis fait de nouveaux amis, et surtout, où j’ai recréé un véritable lien d’appartenance. En aidant les autres, j’ai aussi trouvé ma place dans la communauté.

Francine

L’organisme

- Mission
- Histoire de l’organisme

Mission

Notre mission est d'aider la population de Saint-Adolphe d'Howard vivant des situations de vulnérabilité en leur offrant divers services d'aide, d'écoute et d'accompagnement visant à briser l'isolement, favoriser les saines habitudes de vie et améliorer leur santé et leur bien-être général.

Par ces activités dans le milieu, l'organisme intègre jeunes, moins jeunes, familles, ainés et recherche des solutions aux problématiques vécues.

Nous offrons différentes activités ainsi que des services d'aide, d'écoute et d'accompagnement pour **tous les groupes d'âge**. Ces services peuvent être individuels ou de groupe, planifiés ou ponctuels, selon les besoins de notre communauté.

Au fil des saisons, nous nous adaptons à la réalité des personnes qui franchissent nos portes, en leur offrant un espace bienveillant où chacun peut trouver du soutien, de l'information ou simplement une oreille attentive. Qu'elles prennent la forme d'un simple échange ou d'un accompagnement plus soutenu, ces interactions humaines contribuent à briser l'isolement, à renforcer le sentiment d'appartenance et à favoriser le mieux-être collectif. Chaque interaction est une occasion d'agir concrètement pour le bien de notre communauté.



Une main tendue vers notre communauté

Histoire de l'organisme

- **2002, mobilisation citoyenne.** Face à l'absence de services de garde, un groupe de trois femmes emboîte le pas pour la création de l'OBNL.

- **2012, reconnaissance comme organisme** de bienfaisance. Une étape importante est franchie en obtenant des lettres patentes supplémentaires, officialisant le statut d'organisme de bienfaisance. Cette reconnaissance vient élargir sa portée et renforcer ses actions auprès de la population et surtout aider au financement de l'OBNL.

- **2018, mise en veille de l'OBNL par les administrateurs.** La venue d'une école primaire dans notre village remet en question le service de halte jeunesse après l'école. Après consultation et réflexion pour éviter un dédoublement, et considérant que financièrement l'organisme avait des budgets extrêmement serrés, le C.A. a opté pour la suspension de ses services

- **2019, début de la cuisine solidaire.** À la demande des intervenants CISSS, l'organisme accepte le mandat de préparer de la nourriture pour les personnes vulnérables du à la pandémie. Souvenons-nous, à l'époque, le gouvernement du Québec et son premier ministre monsieur Legault demandaient aux 60 ans et plus de rester à la maison.

- **2020, naissance de Ressouces Communautaires Saint-Adolphe.** Notre cuisine solidaire est vite devenue un pilier de soutien pour les personnes les plus touchées par la crise sanitaire. Cette initiative, de prendre contact avec les personnes seules, assure aussi un contact humain essentiel, dans un contexte d'isolement généralisé. Les bénévoles ont alors joué un rôle de présence bienveillante, d'écoute et de stabilité, permettant à plusieurs de garder un lien social. L'organisme à décidé de changer le nom de l'OBNL pour mieux répondre au besoin de l'ensemble de la communauté

2023, Modification des lettres patentes. Les administrateurs revoient la mission pour mieux refléter les besoins actuels de la population.

2023 - Ouverture-Pignon sur rue.
Finalement, après 21 ans, l'organisme a pignon sur rue dans un local en location. Cela permet la création d'un véritable milieu de vie, favorisant l'inclusion, la dignité, l'accueil chaleureux et la participation citoyenne.

Territoire desservi

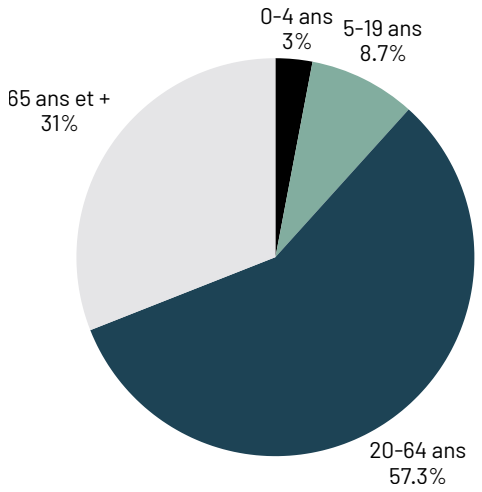
Municipalité de Saint-Adolphe-d'Howard

- Portrait socio-démographique
- Profil des personnes rejointes
- Nombre de personnes rejointes

Portrait socio-démographique

- **Municipalité de Saint-Adolphe-d'Howard**

Population permanente par groupe d'âge



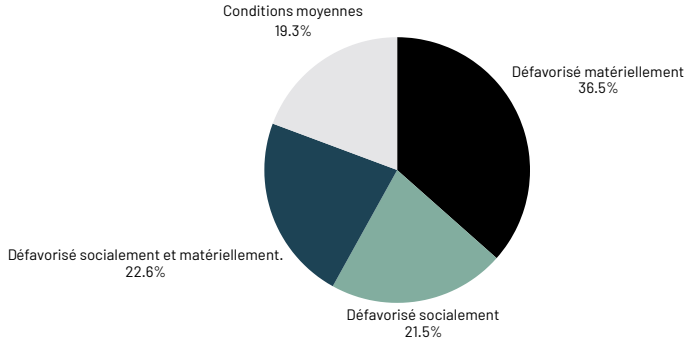
Recensement 2021 de statistique canada

- 3 824 Résidents permanents
- 31% Âgés de 65 ans et +
- 15,2% Vivant sous la mesure de faible revenu
- 24,7% Vivant seul
- 12,2% Familles monoparentale;
- 29,2% Locataires consacrant plus de 30% de leur revenu pour se loger
- 9,8% Logements nécessitant des réparations majeures
- 47% Population totale constituée de villégiateurs, soit 3 382 personnes

Selon le portrait régional de défavorisation produit par la Direction de la santé publique du CISSS des Laurentides, en 2021:

- 80,7% de la population de Saint-Adolphe-d'Howard est défavorisée socialement, matériellement ou les deux, si on la compare à la région des Laurentides (indice régional).

Portrait de défavorisation



Portrait socio-démographique

- **Municipalité de Saint-Adolphe-d'Howard**

Enjeux et problématiques auxquels doivent faire face la population vulnérable de Saint-Adolphe-d'Howard:

- Boom démographique dans l'ensemble de la MRC
- Éloignement des centres urbains et enjeux d'accès aux services
- Pénurie de logements accessibles et abordables
- Vieillissement de la population
- Grande superficie du territoire et défis de transport
- Absence d'une salle communautaire dans le village
- Offre de service déficiente au niveau alimentaire

Ressources communautaires Saint-Adolphe est plus que jamais un pilier important pour renforcer le tissu social et créer un filet de sécurité pour la population adolphine.

La sécurité alimentaire et financière constitue une préoccupation réelle dans notre communauté, en raison de l'absence de grandes surfaces à proximité ou de commerces offrant un accès à des aliments à haute valeur nutritive et à coût abordable. **Selon les données recensées par le Garde-Manger des Pays-d'en-Haut, 69 ménages, soit 105 personnes, ont bénéficié de 2 052 paniers alimentaires dans la région de Saint-Adolphe-d'Howard au cours de la dernière année fiscale.**

Devant l'ensemble de ce portrait, nous adaptons nos services en continu selon les besoins grandissants de la population. Notre lieu de rencontre inclusif et accueillant permet de briser l'isolement et d'atténuer les diverses vulnérabilités présentes dans le milieu en utilisant divers leviers comme une programmation d'activités rassembleuses et des projets qui soutiennent la sécurité alimentaire pour les personnes de tous âges.

Profil des personnes rejointes

Notre mission vise la population en général, mais plus particulièrement les personnes vivant des situations de vulnérabilité, qui peuvent survenir à tout âge et dans divers contextes. Nous accueillons ainsi toutes les personnes de notre territoire, peu importe leur âge ou les difficultés qu'elles rencontrent. Nos actions ont pour objectif de briser l'isolement, de créer des liens significatifs et de favoriser les saines habitudes de vie tout en améliorant leur santé et leur bien-être général. Nous souhaitons que chacun puisse se sentir écouté, soutenu et pleinement intégré dans sa communauté.

Nous misons sur plusieurs aspects afin de rejoindre le plus de gens possible:

- **Aspect inclusif** : Nous offrons des repas moyennant une contribution volontaire suggérée, ce qui permet aux personnes vulnérables de fréquenter notre ressource plus souvent et de briser l'isolement.

- **Relations égalitaires** : Nous pensons que peu importe le profil socioéconomique des membres, la diversité des profils des membres stimule la qualité des échanges et favorise le sentiment d'appartenance.

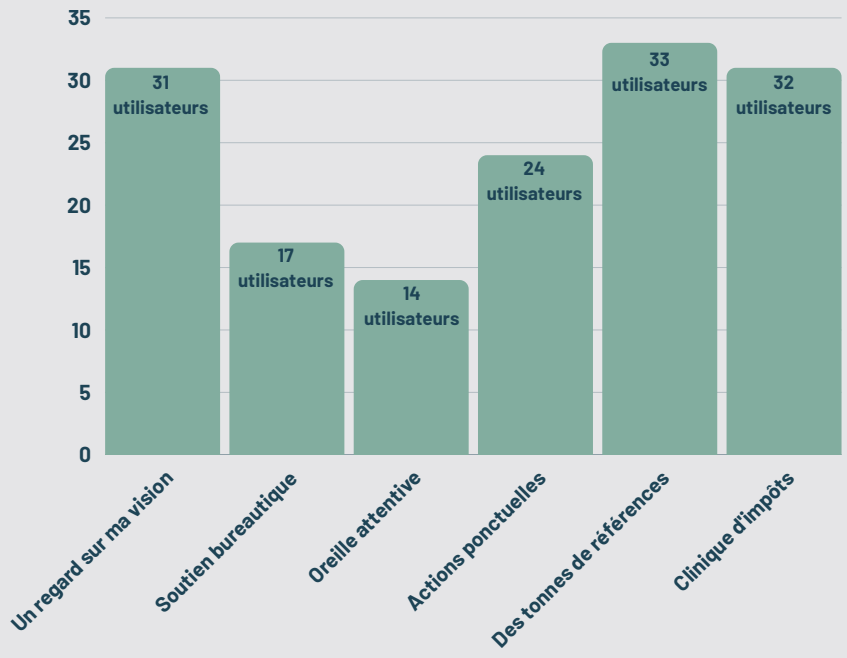
- **Aspect intergénérationnel** : Comme notre clientèle est de tout âge, nous assistons souvent à des moments intergénérationnels durant les heures d'ouverture de notre café communautaire. De plus, les ateliers de cuisine croque santé sont offerts en même temps que les ateliers de tricot, ce qui crée de beaux échanges entre les enfants et les personnes âgées.

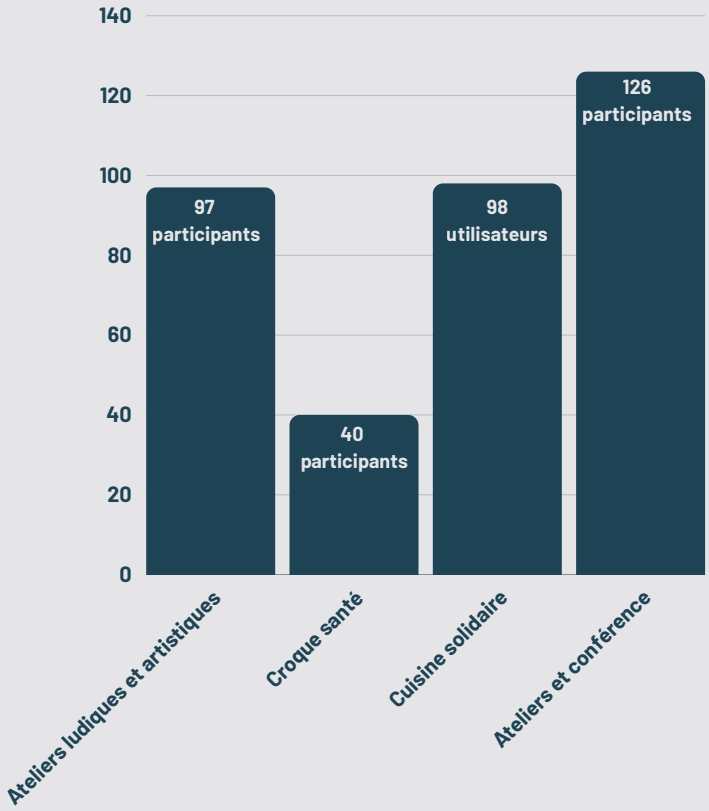
- **Valorisation de la participation** : Plusieurs personnes, qui fréquentent la ressource, s'y impliquent activement comme bénévole. Qu'ils soient jeunes ou aînés, issus de différents milieux ou motivés par des objectifs variés tel que briser l'isolement, aider la communauté ou vivre un sentiment d'accomplissement leur engagement est au cœur de notre dynamisme collectif.

En ce sens, nous répondons aux besoins prioritaires de notre communauté, selon le profil de la population. À cet effet, notre organisme est en action du lundi au vendredi, de 9 h à 16 h. Toutefois, nous demeurons disponibles en dehors de ces heures selon les besoins exprimés par la communauté de Saint-Adolphe-d'Howard.

Nombre de personnes rejointes

- Activités individuelles, de groupe et activités grand public





Activités réalisées

En lien avec les besoins du milieu

- Accessibilité et périodes d'ouverture
- Nature des activités
- Statistiques des activités réalisées
- Services d'aide et de prévention de la santé et du bien-être
- Services d'écoute et de socialisation
- Activités éducatives et de sensibilisation
- Services d'accompagnement
- Activités promotionnelles et levées de fonds

Accessibilité et périodes d'ouverture

Ressources Communautaires Saint-Adolphe est ouvert du lundi au vendredi, de 9h à 16h. Pendant ces heures, toute personne en quête de soutien, d'aide, d'écoute ou d'accompagnement est la bienvenue. Nos locaux sont également adaptés aux personnes à mobilité réduite, afin de favoriser l'inclusion de l'ensemble de la communauté.

Conscients que les besoins peuvent varier d'un individu à l'autre, nous demeurons à l'écoute des demandes de la population. L'horaire peut ainsi être adapté ponctuellement afin de mieux répondre aux réalités et aux besoins exprimés par la communauté. Cette souplesse témoigne de notre engagement à offrir un service réellement accessible et centré sur les personnes.

Période régulière
Janvier à mai
Octobre à décembre

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Écoute et soutien, sur rendez-vous 9h00 à 16h00	Écoute et soutien 9h00 à 16h00 Café communautaire 9h30 à 15h00 Bénévoles en action 9h00 à 15h00	Écoute et soutien 9h00 à 16h00 Café communautaire 9h00 à 15h00 Cuisine solidaire 11h30 à 13h00 Atelier de tricot 14h00 à 16h30	Écoute et soutien 9h00 à 16h00 Café communautaire 9h00 à 15h00 Cuisine solidaire 11h30 à 13h00 Atelier croque santé 15h30 à 17h00	Écoute et soutien 9h00 à 16h00 Ateliers ludiques 10h00 à 14h00 Cuisine solidaire 11h30 à 13h00 Quiz général - Improvisation - Jeux de société 1 x mois 19h00 à 21h30

Période estivale
Juin à septembre

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Écoute et soutien, sur rendez-vous 9h00 à 16h00	Écoute et soutien 9h00 à 16h00 Café communautaire 9h00 à 15h00	Écoute et soutien 9h00 à 16h00 Café communautaire 9h00 à 15h00 Cuisine solidaire 11h30 à 13h00 Atelier de tricot 14h00 à 16h30	Écoute et soutien 9h00 à 16h00 Café communautaire 9h00 à 15h00 Cuisine solidaire 11h30 à 13h00	Écoute et soutien 9h00 à 16h00 Café communautaire 9h00 à 15h00 Cuisine solidaire 11h30 à 13h00

Nature des activités

Notre organisme s'inscrit pleinement dans le mouvement de l'action communautaire autonome. Nous avons la liberté de définir notre mission, nos orientations, nos approches et nos pratiques. Nos services évoluent continuellement pour répondre aux besoins de la population. En favorisant la participation citoyenne, nous contribuons à renforcer le tissu social à travers une approche démocratique où chaque voix compte et où les décisions reflètent les réalités vécues. Portés par une vision globale de la santé et du bien-être, nous agissons sur l'ensemble des dimensions de la vie des personnes et de la société. Cette approche nous permet de rester enracinés dans notre communauté, et de développer des services accessibles qui nourrissent le sentiment d'appartenance et le pouvoir d'agir de chacun.

Notre organisme propose une vision fondée sur l'égalité, le respect mutuel, la reconnaissance des savoirs de chacun et l'autonomie de tous. Nous jouons un rôle de catalyseur en aidant les citoyens à s'organiser et à mettre en place ensemble des solutions aux enjeux qu'ils rencontrent.

Nos activités, conçues dans un esprit de prévention, de sensibilisation et d'information, visent à améliorer la santé et le bien-être général. Grâce à l'accueil, l'ouverture, l'écoute, la création de liens de confiance et la recherche de ressources appropriées, nous avons permis à plusieurs membres d'éviter une détérioration de leurs conditions de vie. Ancrés dans notre milieu, nous œuvrons à une transformation sociale portant davantage d'inclusion, d'équité et de solidarité.

Plus concrètement, et en cohérence avec notre mission, nos services sont divisés en 5 grandes catégories:

- Services d'aide et de prévention de la santé et du bien-être
- Services d'écoute et de socialisation
- Services d'accompagnement
- Activités éducatives et de sensibilisation
- Levées de fonds

Ces services s'inscrivent de façon significative dans le champ d'intervention de la santé et des services sociaux et visent à lutter contre les causes de la pauvreté. Par notre pouvoir de sensibilisation et d'influence locale, notre organisme vise une transformation sociale plus d'inclusive et d'équité. La participation à nos activités favorise un meilleur équitable, épanouissement et autonomie de chacun.

Activités réalisées

- **SERVICES D'AIDE ET DE PRÉVENTION DE LA SANTÉ ET DU BIEN-ÊTRE**

Cuisine solidaire



Un service de proximité essentiel et unique à Saint-Adolphe-d'Howard. La cuisine solidaire est offerte aux personnes vulnérables de Saint-Adolphe-d'Howard. Ce service leur permet d'avoir accès, chaque semaine, à des repas équilibrés et nutritifs, moyennant une contribution volontaire symbolique en appui à notre mission — ou gratuitement, selon les situations. Nos repas sont préparés avec soin par une équipe de bénévoles dévoués, dans le but de favoriser une saine alimentation et de soutenir concrètement le bien-être de notre communauté. Les personnes en mesure de se déplacer viennent chercher leurs repas directement à la ressource. Nous offrons également la livraison aux personnes isolées ou à mobilité réduite afin de favoriser leur maintien à domicile. Ce service de livraison, assuré par notre livreur bénévole, va bien au-delà du simple transport de repas : il représente un lien humain précieux. Ce contact hebdomadaire permet de tisser une relation de confiance avec nos bénéficiaires et d'être à l'écoute de leurs besoins, notre livreur devenant ainsi nos yeux et nos oreilles sur le terrain.



Notre service est complémentaire à la popote roulante de l'Entraide bénévole des Pays-d'en-Haut. Comme celle-ci dessert uniquement les 60 ans et plus, nous accueillons une clientèle plus large, de 18 à 99 ans, vivant une situation de vulnérabilité. Il ne s'agit donc pas d'un dédoublement, mais bien d'une réponse distincte et nécessaire aux besoins de notre communauté. Nos repas, offerts sans prix fixe, favorisent l'accessibilité, l'inclusion et la dignité pour tous. Puisqu'il est nécessaire de parcourir une distance de 24 km entre Saint-Adolphe-d'Howard et Sainte-Adèle pour accéder à des services plus abordables et accessibles, ce trajet souvent difficile en hiver rend notre service local essentiel pour éviter l'isolement et assurer un soutien de proximité

Groupe d'âge : 18-99 ans
Quand : Tous les mercredis à 13h00 de septembre à juin
Nombre de personnes: 78 Nombre de repas: 3780
Nombre de semaines: 27 semaines

Il est important de mentionner que le nombre de repas distribués par la cuisine solidaire a diminué, car les gens se déplacent davantage afin de briser l'isolement.

Activités réalisées

- SERVICES D'AIDE ET DE PRÉVENTION DE LA SANTÉ ET DU BIEN-ÊTRE

Actions ponctuelles

Notre équipe est toujours disponible pour répondre aux besoins ponctuels de notre communauté. Afin de permettre aux personnes de trouver des solutions face à leurs difficultés, nous mettons à leur disposition un espace d'entraide, de réseautage, de partage et d'échanges. De plus, l'ensemble de nos partenariats permettent à de nombreux organismes de venir offrir leurs services dans notre milieu de vie et ainsi, renforcer le réseau d'aide et de soutien dans notre communauté.

Quelques actions réalisées :

- Soutien aux personnes en situation d'itinérance
- Accompagnement de familles en difficulté (ex: lors d'une séparation, perte d'emploi, etc.)
- Soutien dans la recherche d'un logement
- Aide et références aux personnes en situation de vulnérabilité (ex: sortie d'hôpital)

Groupe d'âge : 0-99 ans
Quand : Du mardi au vendredi entre 9h00 et 16h00
Nombre de personnes: 24
Nombre de rencontres: 32

Activités réalisées

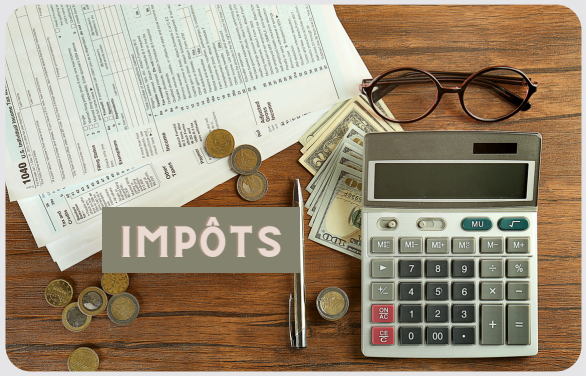
- **SERVICES D'AIDE ET DE PRÉVENTION DE LA SANTÉ ET DU BIEN-ÊTRE**



Un regard sur ma vision

Nous accueillons une clinique mobile digne d'un service en magasin, en partenariat avec le Bonhomme à Lunettes. Sur place, un opticien s'occupera de vous conseiller sur le choix de monture et de lentilles à faible coût. Les professionnels se feront un plaisir de faire les ajustements et les réparations, dans la mesure du possible, de vos lunettes actuelles, et ce gratuitement !

Groupe d'âge : 0-99 ans
Quand : Aux trois semaines
Nombre de personnes: 31
Nombre de rencontres: 15



Clinique d'impôts

L'équipe de la ressource est fière d'agir comme point de chute pour la clinique d'impôt d'Entraide bénévoles des Pays-d'en-Haut, en partenariat avec le Centre d'action bénévole des Pays-d'en-Haut.

Ce service, offert en collaboration avec des bénévoles de Revenu Québec et de l'Agence du revenu du Canada, s'adresse aux personnes à faible revenu ou en situation de vulnérabilité, qui ne peuvent remplir elles-mêmes leur déclaration. Grâce à ce point de service local, nous permettons aux citoyens de Saint-Adolphe-d'Howard de bénéficier de ce soutien sans avoir à parcourir de longues distances.

Groupe d'âge : 18-99 ans
Nombre de personnes: 32
Quand : de la mi-mars à la mi-avril

Activités réalisées

- SERVICES D'AIDE ET DE PRÉVENTION DE LA SANTÉ ET DU BIEN-ÊTRE

Café Communautaire



Le Pic Café est bien plus qu'un simple lieu : c'est un espace vivant, ouvert et polyvalent, véritablement ancré dans la communauté. Situé au cœur de Saint-Adolphe-d'Howard, une municipalité éloignée de plusieurs services essentiels, il représente un point de repère central et accessible à tous. Avec pignon sur rue, il nous permet d'être présents au quotidien et d'agir comme un pilier local. Ce lieu est utilisé pour une variété d'activités : conférences, rencontres, échanges informels, événements ponctuels ou moments d'écoute. Il joue un rôle clé dans la lutte contre l'isolement social en offrant un cadre chaleureux, sécuritaire et inclusif, propice à la création de liens significatifs. Le Pic Café permet le développement de relations égalitaires entre les personnes vulnérables et les autres membres de la communauté, favorise le sentiment d'appartenance, et soutient la participation sociale.



Trois jours par semaine, entre 11 h 30 et 13 h, nous y offrons un trio composé d'une soupe, d'un repas principal et d'un dessert, le tout moyennant une contribution volontaire suggérée. Ces repas sont préparés avec soin par nos précieuses bénévoles, dont l'implication généreuse permet de faire vivre cet espace avec chaleur et humanité. Cette formule accessible permet non seulement de répondre à des besoins alimentaires, mais aussi de créer un climat de confiance propice à l'écoute, à la prévention et à l'intervention bienveillante. Les grandes tables communes encouragent les échanges entre citoyens, brisent l'isolement et renforcent les liens humains au sein du village. Le Pic Café devient ainsi un véritable lieu de vie, où la solidarité se cultive au quotidien.

Il est important de noter que le Pic Café est un local loué et que les prix suggérés des repas nous permettent de poursuivre notre mission, afin d'offrir à tous un lieu chaleureux et accessible.

Activités réalisées

- SERVICES D'AIDE ET DE PRÉVENTION DE LA SANTÉ ET DU BIEN-ÊTRE

Café Communautaire



Notre Pic Café est aussi un lieu profondément valorisant pour nos bénévoles. Pour plusieurs, c'est une occasion de briser l'isolement, de reprendre confiance, de créer des liens durables et de retrouver une place active dans la communauté, le tout dans un espace d'apprentissage et de partage, où les savoir-faire culinaires circulent librement, favorisant l'acquisition de nouvelles compétences en cuisine. Leur engagement leur permet de retrouver un sentiment d'accomplissement, de renforcer leur estime de soi et de faire partie d'une démarche collective porteuse de sens.

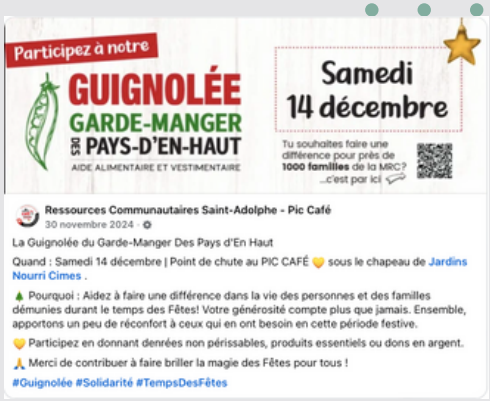


Groupe d'âge : 0-99 ans
Quand : mercredi-jeudi et vendredi de 9h30 à 15h00
Nombre de personnes: La communauté Adolphine
Nombre de jours d'ouverture: 135
Nombre de breuvages servis : 2708
Nombre de repas servis : 2395

Activités réalisées

- SERVICES D'AIDE ET DE PRÉVENTION DE LA SANTÉ ET DU BIEN-ÊTRE

Guignolée



En partenariat avec le Garde-Manger des Pays-d'en-Haut, petits et grands se sont unis pour une grande collecte de denrées alimentaires et de dons en argent. Il importe de mentionner que, cette année, ce service a été réalisé en collaboration avec la Coopérative Jardins Nourri-Cîmes, qui nous a apporté un précieux soutien lors de cette journée. Nous leur adressons nos plus sincères remerciements, car sans leur aide, rien n'aurait été possible, compte tenu de l'épuisement de l'équipe de la Ressource.

Ensemble, nous avons posé un geste qui nourrit non seulement les corps, mais aussi l'esprit de communauté et d'entraide. Placée sous le signe de la solidarité, cette journée a permis de soutenir concrètement la mission essentielle du Garde-Manger : assurer la sécurité alimentaire des personnes les plus démunies de la MRC des Pays-d'en-Haut.



L'événement s'est déroulé dans une ambiance conviviale, rythmée par la musique et les sourires, mettant en lumière l'engagement inestimable de nos bénévoles au sein de notre milieu de vie. Ce moment de reconnaissance a été l'occasion de les remercier chaleureusement pour leur générosité et leur dévouement envers notre mission et la cause que nous portons collectivement.



Groupe d'âge : 0-99 ans
Quand : Décembre

Activités réalisées

- **Services d'écoute et de socialisation**

Une oreille attentive

Au cœur de notre mission, l'écoute occupe une place centrale. Grâce à un accueil chaleureux, humain et sans jugement, nous offrons un espace sécurisant où chacun peut déposer ce qu'il vit : exprimer ses émotions, briser l'isolement, démêler ses pensées ou simplement être entendu. Ce lien de confiance, tissé au fil des échanges, devient souvent un premier pas vers un mieux-être.

Notre équipe, reconnue pour son écoute attentive, agit avec sensibilité, empathie et respect. Lorsque nécessaire, des références sont faites vers des ressources professionnelles de la santé ou du milieu communautaire, toujours avec douceur et discernement.

Ce service se déploie souvent de façon naturelle et spontanée : lors d'une visite au café communautaire, au fil d'un appel de suivi ou même au moment de la livraison de repas par nos précieux livreurs bénévoles. Peu importe la forme qu'il prend, il garde toujours la même force : celle de créer un moment de connexion humaine qui fait toute la différence.

Quelques sujets abordés :

- Maladie
- Postpartum
- Charge mentale
- Deuil
- Violence
- Conflits familiaux

Groupe d'âge : 0-99 ans
Quand : Du lundi au jeudi entre 9h00 et 16h00.
La fin de semaine, urgence seulement
Nombre de personnes: 14
Nombre d'interventions: 23

Activités réalisées

- **Services d'écoute et de socialisation**

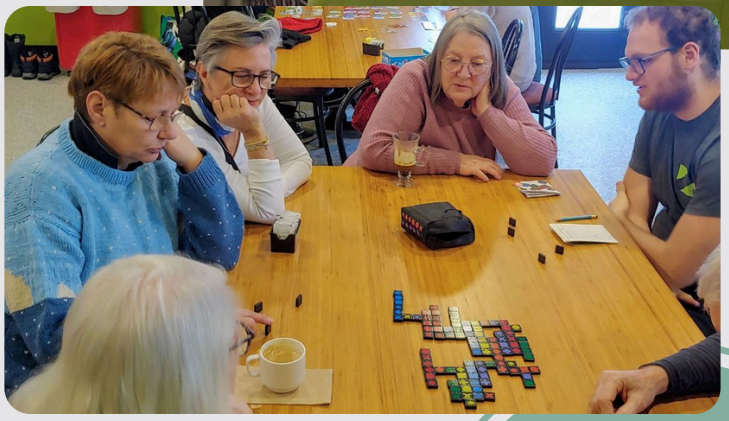
- **Ateliers de développement cognitif et ludiques**

Sans inscription préalable et selon l'horaire établi, les personnes intéressées peuvent se joindre aux ateliers pour participer ou simplement observer et socialiser. Ces rencontres sont un moment privilégié pour briser l'isolement, découvrir de nouvelles habiletés, renforcer son estime de soi et oser sortir de sa zone de confort. Tous les ateliers sont conçus et animés par notre comité des membres utilisateurs Quiz, qui souhaite organiser leurs activités en cohérence avec notre mission et dans une approche Par et Pour. Ces moments de partage, ponctués de rires contagieux, apportent énergie et bonne humeur, tout en tissant des liens solides au sein de la communauté.

Quelques activités réalisées :

- Ateliers d'art
- Atelier de tricot
- Atelier de pain
- Soirée quiz général
- Soirée Improvisation
- Soirée Jeux de société





Groupe d'âge : 18-99 ans
Quand : Aléatoirement en soirée et les fins de semaine
Nombre de personnes: 97
Nombre de rencontres: 55

Activités réalisées

- ACTIVITÉS ÉDUCATIVES ET DE SENSIBILISATION

Croque Santé

L'activité Croque santé est la mouture jeunesse de la cuisine collective. Nous offrons ces ateliers en collaboration avec le service de garde de l'École Au-Cœur-de-la-Nature et la Maison des Jeunes Loco Local. Les jeunes participants y cuisinent des repas et collations santé afin d'acquérir de nouvelles connaissances, d'être sensibilisés à de saines habitudes alimentaires et de développer leur autonomie. Cette activité vise également à briser l'isolement, à renforcer les liens sociaux et à favoriser un esprit de collaboration et de solidarité entre les jeunes.



Quelques recettes réalisées :

- Salade de chou-fleur multicolore
- Biscuits de Noël d'antan et biscuit, Rice Krispies
- Salade de pâtes à l'italienne
- Pizza pots





Groupe d'âge : 7 à 14 ans
Quand : Mercredi de 15h15 à 17h00 durant la période scolaire
Nombre de personnes: 40
Nombre de rencontres: 14

Activités réalisées

- **ACTIVITÉS ÉDUCATIVES ET DE SENSIBILISATION**

Ateliers et conférences

En partenariat avec les organismes du territoire, l'équipe de Ressources Communautaires Saint-Adolphe offre des ateliers et des conférences sur des thématiques qui touchent ses membres afin de leur permettre de développer leurs compétences, renforcer leur autonomie et rejoindre des personnes qui, autrement, resteraient chez elles, isolées sans soutien social.

Les participants occupent une place centrale dans ces activités : ils sont invités à partager leurs expériences, à poser des questions, à expérimenter de nouvelles pratiques et à co-construire les savoirs avec les intervenants et les animateurs. Chaque atelier est conçu pour favoriser l'échange, l'écoute mutuelle et l'apprentissage dans un climat bienveillant et participatif.

Ateliers et conférences réalisées :

- Atelier sur la poésie et l'écriture avec l'OBNL Quand l'art passe à l'action (ATSA)
- Conférence sur la conduite hivernale
- Conférence sur les logements
- Conférence et atelier sur la germination
- Atelier de lactofermentation
- Atelier de pain





Groupe d'âge : 18-99 ans
Quand : 1 fois au mois ou deux mois, en soirée et fin de semaine
Nombre de personnes: 78
Nombre de rencontres: 11

Activités réalisées

- SERVICES D'ACCOMPAGNEMENT

Soutien bureautique

Ce service peut prendre plusieurs formes et est adapté aux besoins de chacun. Que ce soit pour la mise à jour d'un dossier, une demande de numéro d'assurance sociale ou le remplissage d'un formulaire gouvernemental, notre coordonnatrice et son équipe de bénévoles sont disponibles pour accompagner les bénéficiaires.
Notre équipe assure également un soutien technologique, essentiel pour les personnes moins familières avec ces outils. Nous les aidons à mieux comprendre le fonctionnement des plateformes numériques, ce qui leur permet non seulement d'accomplir certaines démarches de façon autonome, mais aussi de rester en contact avec leurs proches grâce aux appels vidéo, courriels ou réseaux sociaux. Ces apprentissages, bien que parfois perçus comme anodins, ont un impact réel sur la santé mentale des personnes plus vulnérables : ils favorisent l'inclusion sociale, brisent l'isolement, diminuent l'anxiété et permettent à chacun de reprendre du pouvoir sur sa vie.

Notre service est complémentaire à celui d'Entraide bénévole des Pays-d'en-Haut. Comme ce dernier dessert uniquement les 60 ans et plus, nous accueillons une clientèle plus large, de 18 à 99 ans, vivant une situation de vulnérabilité. Il ne s'agit donc pas d'un dédoublement, mais bien d'une réponse distincte et nécessaire aux besoins de notre communauté. Nos actions favorisent l'accessibilité, l'inclusion et la dignité pour tous. Puisqu'il est nécessaire de parcourir une distance de 24 km entre Saint-Adolphe-d'Howard et Sainte-Adèle pour accéder à des services plus abordables et accessibles, ce trajet souvent difficile en hiver rend notre service local essentiel pour éviter l'isolement et assurer un soutien de proximité



Groupe d'âge : 18-99 ans
Quand : Du mardi au vendredi entre 9h00 et 16h00
Nombre de personnes: 17
Nombre d'interventions: 21

Activités réalisées

- **SERVICES D'ACCOMPAGNEMENT**

Des tonnes de références

Nous offrons un service de référencement personnalisé afin d'aider notre communauté à trouver la ressource la mieux adaptée à ses besoins. La plupart de nos bénéficiaires nous sont référés par le CISSS des Laurentides et la municipalité.
Notre équipe s'appuie sur un vaste réseau d'intervenants qualifiés pour mieux guider nos membres.

Qu'il s'agisse de soutien psychologique, de soins à domicile ou de recherche de logement adapté en situation de perte d'autonomie, cet accompagnement humain et bienveillant permet à chacun de se sentir soutenu, compris et jamais seul dans ses démarches.

- CISSS des Laurentides
- Entraide bénévole - sécuritéCAB
- Prévoyance envers les aînés
- APEL
- Bonhomme à lunettes
- Bottin des aînés
- FADOQ
- Communauté nourricière
- Arts et culture Saint-Adolphe
- Manoir Saint-Adolphe
- Habitations Saint-Adolphe
- Garde-manger des Pays-d'en-Haut
- Etc.



Groupe d'âge : 0-99 ans
Quand : Du lundi au vendredi
9h00 et 16h00
Nombre de personnes: 33
Nombre d'organismes référés: 33

Activités réalisées

- **LEVÉES DE FONDS**

Les levées de fonds font partie intégrante de notre financement. Au fil du temps, nous avons mis sur pied des campagnes qui se sont avérées être des formules gagnantes. Cette année, nous avons élargi notre éventail de levée de fonds et nous avons ouvert la ressource durant le carnaval d'hiver de Saint-Adolphe-d'Howard.

L'implication de nos bénévoles durant les levées de fonds et les contributions volontaires de nos généreux donateurs nous permettent d'augmenter le financement de notre organisme.



Nos levées de fonds

- Vente de sauce à spaghetti
- Vente de soupe à l'oignon
- Vente de gâteaux aux carottes
- Vente de pétoncles
- Vente de vin / grand cru



Nos levées de fonds en partenariat

- Vente de lavettes faits par les tricoteuses durant les ateliers de tricot
- Vente de bandeaux et cache-cous faits par les tricoteuses durant les ateliers de tricot

Partenariat et collaboration

En lien avec les besoins du milieu

- Partenaires et entraide
- Comités collaborateurs
- Implication de l'organisme

Partenaires et entraide

Nous avons la chance d'être soutenus par de nombreux partenaires et collaborateurs. Sans leur appui, notre réalité serait bien différente. Leur présence dans notre quotidien est essentielle, car notre ressource communautaire repose uniquement sur l'engagement d'une coordonnatrice et d'une équipe de bénévoles dévoués, faute de financement suffisant.

Grâce à cette solidarité, nous pouvons continuer à offrir des services humains, accessibles et adaptés aux besoins de notre communauté.

Partage de ressources et d'équipements:

- **Les 4 saisons d'Adolphe via leur implication dans les ateliers et ou conférences**
- **Prêt d'équipement de cuisine par l'Avalanche Culture Plein Air**

Don de nourriture ou de biens:

- Dons de viande du Garde-manger des Pays-d'en-Haut
- Dons de légumes de Jardins Nourri-Cîmes
- Dons de biens du Comptoir familial Saint-Joseph

Publicité gratuite :

- Site web et Facebook de la municipalité de Saint-Adolphe-d'Howard
- Info-communautaire du CISSS des Laurentides

Réseau de distribution de dépliants d'autres organismes:

- Bottin des ressources pour les familles des Pays-d'en-Haut
- Affiche des services d'aide alimentaire du REPAS

Partenaires et entraide

Notre organisme a reçu de nombreux dons de donateurs privés, commanditaires et bailleurs de fonds. Sans tout l'apport financier et de matériel, notre ressource n'aurait pu avoir son propre local aussi rapidement. Nous avons la chance de faire partie d'une communauté tissée serrée, qui a le coeur sur la main et d'un réseau de bailleurs de fonds qui constatent l'importance de notre organisme au sein de notre village.



Comités collaborateurs

Les comités sont le reflet de l'implication des nombreux bénévoles, qui ont été actifs autant dans la planification que la mise en oeuvre des activités. Cela permet de les valoriser dans leurs forces, de leur redonner du pouvoir d'agir et d'augmenter leur sentiment d'appartenance. Cette belle implication permet de démontrer à quel point la ressource est portée par la communauté!

Nos comités collaborateurs :

- Quiz: 2 bénévoles
- Jeux de société: 5 bénévoles
- Skatepark: 5 bénévoles
- Levée de fonds: 8 bénévoles



- Cuisine solidaire 10 bénévoles
- Boulangerie 4 bénévoles
- Tricot 4 bénévoles
- Impro 3 bénévoles



Implication de l'organisme

Au printemps dernier, l'arrivée d'une nouvelle coordinnatrice a marqué un nouvel élan pour la participation aux instances de concertation. Dès son entrée en fonction, une première présence à la Table de concertation en sécurité alimentaire des Pays-d'en-Haut (REPAS) a permis de renouer avec ces espaces d'échanges et de collaboration. La volonté est clairement affirmée de poursuivre et d'accroître cette implication afin de renforcer les liens avec les partenaires et de contribuer activement au développement d'initiatives communes au bénéfice de la communauté.





Tables de concertation: Représenté par notre coordonnatrice Liliane Dicaire

- REPAS: Participation à la table de concertation en sécurité alimentaire des Pays-d'en-Haut
- Concertation au sein du comité des organismes de Saint-Adolphe-d'Howard
- Table des ainés : Porte-parole Diane Vendette des 4 Saisons d'Adolphe

Concertation et collaboration avec différents intervenants:

- CISSS des Laurentides : Communications de suivis avec les intervenant(e)s
- Municipalité: Collaborations lors d'événements municipaux (Carnaval d'hiver, Halloween)
- Service de garde de l'école : Lien avec les éducatrices pour le projet Croque santé

Concertation et collaboration avec d'autres organismes communautaires:

- Entraide bénévole des Pays-d'en-Haut : Offrir un point de dépôt, Clinique d'impôt
- 4 Saisons d'Adolphe: Atelier de fermentation, cerveau actif, club de tricot, aide à la paperasse, tournoi de 500.
- ATSA (Quand l'Art passe à l'action): Atelier d'écriture
- Bonhomme à lunettes: Clinique mobile pour la lunetterie communautaire
- Ruche d'art : Prêt du local pour des ateliers créatifs pour les enfants
- Communauté nourricière: Circuit nourricier

La mise sur pied de notre milieu de vie permet à plusieurs partenaires d'offrir de nouveaux services à la communauté Adolphine. Nous renforçons le réseau d'aide et de soutien.

Implication de l'organisme (suite)

Événements particuliers:

- Journée des organismes de Saint-Adolphe, implication au comité organisateur du 24 aout 2024
- Point de chute de la guignolée et ramassage des denrées dans les commerces de Saint-Adolphe-d'Howard
- Point de chute pour la clinique d'impôt d'Entraide bénévoles des Pays-d'en-Haut
- Halloween 2024, distribution de bonbons en soirée
- Potager urbain installé à l'entrée de la ressource par la Communauté nourricière, dans le cadre du parcours du circuit nourricier.
- À la mi-juillet, nous avons perdu une membre fondaterice de la Ressource communautaire, décédée subitement. Francine, propriétaire du restaurant *Le Pic Assiette* pendant 27 ans, a marqué notre communauté. Ses petits plats cuisinés font partie intégrante de la mémoire culinaire de plusieurs.





Ressources communautaires Saint-Adolphe participe à de nombreuses activités avec d'autres organismes du milieu, ce qui témoigne de son ancrage fort dans la communauté.

Vie associative et démocratique

- Nos membres
- Conseil d’administration
- Gouvernance
- Gestion administrative
- Implication de nos bénévoles
- Formation de l’équipe et des bénévoles

Nos membres

Adhésion et mobilisation des membres

Pour une deuxième année, nous avons pignon sur rue, ce qui nous offre une meilleure visibilité et renforce notre présence dans la communauté. Nous constatons avec fierté un soutien croissant de la part de nos membres, partenaires et citoyen.ne.s engagé.e.s. Toute personne intéressée à contribuer à notre mission peut devenir membre, l'adhésion étant simple, accessible et ouverte à toutes et à tous. Afin de mieux structurer notre réseau et d'encourager la participation, nous avons instauré un système de cartes de membre au coût de 10 $, qui facilite la communication et permet la diffusion d'une infolettre régulière dès septembre. Cette démarche contribue à renforcer le sentiment d'appartenance et fait de notre ressource un lieu familier, accueillant et porteur de sens, tant pour les résidents que pour les personnes de passage.

Catégories de membres :

- **Fondateur**
- **Utilisateur**
- **Communauté**
- **Honoraire / supporteur**

Avantages de l'adhésion :

- **Réception d'une infolettre contenant des nouvelles de l'organisme, des faits locaux, des mises à jour de projets et des invitations à s'impliquer**
- **Inscription prioritaire de 24 heures aux activités avant leur diffusion publique**

À ce jour, l'organisme regroupe plus de 243 membres.

Le Conseil d'administration



Jacques Raymond
Président
Retraité



Roxane Bernier
Trésorière
Enseignante



Chantal Dagenais
Secrétaire
Retraité



Maxime Lafantaisie
Administrateur
Entrepreneur



Réal Audet
Administrateur
Entrepreneur

Notre conseil d'administration engagé et présent est composé de cinq membres actifs, tous résidents de Saint-Adolphe-d'Howard. Élus en assemblée générale en 2023 et 2024, ils s'impliquent bénévolement avec dévouement au sein de notre ressource.

Au-delà de leur rôle décisionnel, plusieurs membres sont présents au café communautaire jusqu'à trois jours par semaine pour prêter main-forte : cuisine, caisse, entretien… rien n'est laissé au hasard. Ils contribuent également de façon active à nos campagnes de financement. Leur présence sur le terrain et leur engagement soutenu sont essentiels à la vitalité et au bon fonctionnement de notre organisme.







Gouvernance

Le conseil d'administration établit chaque année les grandes orientations de l'organisme et travaille en étroite collaboration avec la coordonnatrice afin que les objectifs fixés demeurent au cœur des priorités, notamment lors des rencontres du conseil. Il veille également à ce que la gestion financière soit rigoureuse et en adéquation avec les budgets prévisionnels adoptés.

Au cours de l'année 2024-2025, le conseil d'administration a tenu six réunions officielles, assurant un suivi constant des activités et la saine gouvernance de l'organisme.

Assemblée générale annuelle



Nous avons tenu notre assemblée générale annuelle le 28 août 2024 à 17h00, en présence de 37 personnes. Cet événement est un moment clé de notre vie associative, à la fois rassembleur et mobilisateur. Pour l'occasion, nous convions tous nos membres, partenaires, bénévoles, membres de nos comités collaborateurs et personnes issues de notre réseau d'entraide.

L'invitation est largement diffusée par le biais de nos différents moyens de communication (site web, infolettre, réseaux sociaux, affichage local, etc.), afin de rejoindre le plus grand nombre possible. Sur place, un accueil chaleureux est proposé autour d'un café, dans une ambiance conviviale propice aux échanges.

La participation active est encouragée, que ce soit lors de la période de questions ou pendant l'élection des membres du conseil d'administration. Nous tenons à faire de cette rencontre un espace de dialogue respectueux, où chaque voix compte et où l'engagement citoyen est mis à l'honneur.

À travers ce fonctionnement démocratique, notre organisme est libre de déterminer sa mission, ses orientations, ses approches et ses pratiques.

Gestions administratives

Chaque semaine, nous prenons un moment pour nous retrouver en amont afin de faire le point. Ces rencontres hebdomadaires, à la fois structurées et conviviales, sont l'occasion de discuter des enjeux rencontrés, d'identifier les besoins, et de souligner les bons coups de l'équipe dans une ambiance positive et bienveillante.

La directrice bénévole et la coordonnatrice y valident les priorités, s'assurent du respect des budgets liés aux dépenses essentielles et abordent les problématiques afin de trouver des solutions concertées. Lorsqu'un ajustement est nécessaire pour une activité ou un projet, les responsables concernés sont sollicités afin de faire valoir leur point de vue et favoriser une prise de décision inclusive.



Toutefois, Il demeure essentiel de préserver nos règlements généraux, qui constituent la base collective du fonctionnement de Ressources communautaires Saint-Adolphe. Ces règlements précisent de façon claire et structurée les rôles et responsabilités des membres fondateurs, utilisateurs, communauté et honoraires/supporteurs. Ils affirment également les principes qui nous unissent : gestion participative, éthique, confidentialité et sécurité. Ce cadre partagé reflète notre vision d'un organisme porté par et pour la communauté, où chacun et chacune peut contribuer, s'impliquer et participer aux décisions, en cohérence avec notre mission et nos valeurs communes.

Nos activités, pour leur part, sont toujours organisées en fonction des besoins exprimés par la communauté. Lorsqu'une demande particulière émerge de la part de nos membres ou qu'un besoin se fait sentir, l'équipe évalue son urgence et sa pertinence. Nous cherchons ensuite à mettre en place une activité ou une conférence qui viendra compléter et enrichir l'offre existante, dans le but de mieux répondre aux intérêts et aux réalités des citoyens et citoyennes de Saint-Adolphe.

Implication de nos bénévoles

Les bénévoles sont littéralement au coeur de notre organisme et rendent possible le déploiement de nos services malgré un budget restreint. Cette importante mobilisation permet le rayonnement de notre ressource et offre un apport inestimable dans l'atteinte de notre mission. Cela favorise la création un réseau d'entraide dans notre communauté ainsi que la création d'un filet social pour les personnes en situation de vulnérabilité. Bref, cela fait une grande différence dans une communauté comme la nôtre qui a difficilement accès à des services de proximité.

Ainsi, les bénévoles sont, plus que jamais, les piliers de l'organisme. Ils sont toujours présents et disponibles pour donner de leur temps, assumer l'ensemble des services de la ressource et venir en soutien à notre coordonnatrice. Malheureusement, nous savons tous qu'en l'absence d'un financement récurrent cette ressource humaine est épuisable, mais pour le moment, tous se serrent les coudes pour répondre aux besoins des membres. La solidarité, la bienveillance et la compassion sont au cœur même de notre mission, et ce, afin d'assurer le bien-être de chacun.

Nombre de bénévoles:
Nous comptons plus d'une cinquantaine de bénévoles, dont plusieurs sont actifs au sein des comités collaborateurs

Nombre d'heures de bénévolat:
Nos bénévoles ont effectué plus de 4092 heures de bénévolat au courant de l'année 2024-2025

Exemples de travaux bénévoles:

- Rénovations du local
- Préparation des repas de la cuisine solidaire et du café communautaire
- Développement d'activités par le biais des comités
- Aménagement et entretien intérieur - extérieur
- Participation lors des levées de fonds
- Faire les achats de la ressource







Formation de l’équipe

Dans notre équipe, nous avons la chance de compter sur des personnes aux parcours et aux expériences variés, ce qui constitue une richesse humaine précieuse. Cette diversité nous permet d’aborder les situations sous différents angles, d’apporter des solutions créatives et de mieux répondre aux besoins uniques de notre communauté.

Parmi ces forces vives, Marie-Julie, membre utilisatrice engagée, s’est distinguée par sa curiosité et son implication. Elle a suivi de nombreuses formations et participé à divers ateliers, notamment :

- Formation sur la Loi 90
- Ateliers d’accompagnement de personnes vivant avec des troubles cognitifs (en collaboration avec l’association L’Amalgame)
- Ateliers pour proches aidants offerts par la Maison Carpe Diem
- Conférences portant sur les différents types de démence

Cette accumulation de connaissances et d’expériences enrichit ses compétences personnelles et contribue à rehausser la qualité des échanges et du soutien offert par toute l’équipe.

Nous comptons également sur Jacques, président du Conseil d’administration, qui a suivi la même formation auprès de l’association L’Amalgame. Fort de son expérience professionnelle dans le domaine du transport adapté destiné à une clientèle vulnérable, il apporte une compréhension fine des besoins spécifiques de ces personnes, renforçant ainsi la pertinence et la qualité des services que nous offrons.

De son côté, Nicole Tétreault met à profit une expérience significative en organisation communautaire au sein d’un CLSC. Elle a aussi complété une formation en prévoyance envers les aînés, ce qui lui permet de contribuer activement à la réflexion et à l’action de notre équipe en matière de soutien aux personnes âgées.

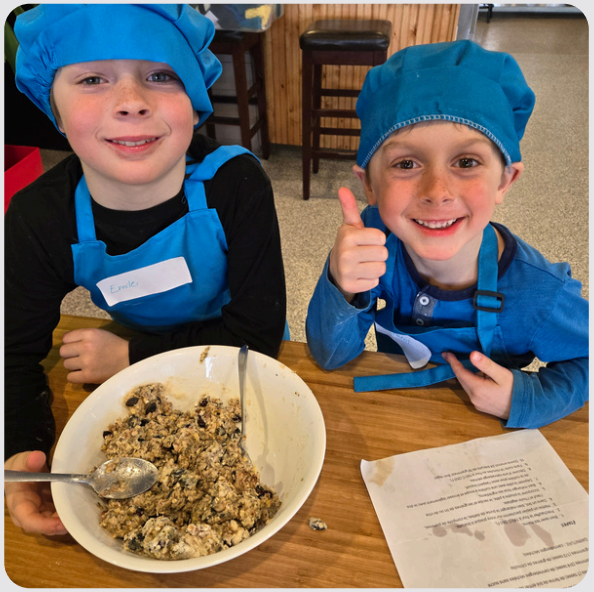


Formation de l’équipe

Dans un souci constant d’offrir un accompagnement sécuritaire, attentif et adapté aux besoins de la population, notre coordonnatrice s’appuie sur les compétences acquises dans son parcours professionnel en milieu médical. Bien qu’elle soit nouvelle dans le milieu communautaire, elle fait preuve d’une grande ouverture à l’apprentissage, d’une volonté sincère de s’adapter aux réalités du terrain et d’un désir profond de contribuer au bien-être des personnes rejointes.

Elle a notamment complété plusieurs cours et les formations suivantes :

- Établir une relation d’aide avec une personne en détresse
- Appliquer les principes d’une approche clinique
- Intervention en milieu clinique
- Secouriste en milieu éloigné (RCR/DEA)
- Intervention en cas d’empoisonnement aux opioïdes



Ces formations permettent à notre équipe de développer des compétences solides en intervention, en reconnaissance des signes de détresse physique ou psychologique, ainsi qu’en relation d’aide. Elles outillent également nos bénévoles et membres dans leur engagement quotidien, renforçant la qualité, la sécurité et la bienveillance de l’accompagnement offert à toutes les personnes que nous soutenons.

Dans cette même volonté de mieux comprendre les réalités vécues par les usagers et d’y répondre de manière bienveillante et structurée, notre équipe souhaite poursuivre des formations continues. Celles-ci permettront d’approfondir notre approche communautaire, de raffiner nos interventions et de renforcer notre capacité d’accompagner avec respect, empathie et justesse.

Témoignages et vision

- Vision 2025-2026
- Témoignages
- Outils d’information
- Collaborateurs
- Coordonnées

Vision 2025-2026

Ateliers et conférences:

Offrir des activités et des conférences plus fréquentes, variées et accessibles fait partie de nos priorités. En diversifiant notre programmation, nous souhaitons que chaque personne de notre municipalité puisse y trouver un sujet qui l'interpelle, un moment pour se rassembler, s'exprimer, apprendre... et ainsi briser l'isolement, une rencontre à la fois

Poursuivre nos partenariats dans la communauté:

Renforcer les partenariats existants et en créer de nouveaux avec les organismes de notre village et de l'ensemble de notre MRC, afin de multiplier les retombées positives pour notre communauté.

Assurer la pérennité de la Ressources Communautaires

multiplier les initiatives de financement, en maintenant nos activités de levées de fonds et en développant de nouvelles collaborations avec divers bailleurs de fonds et partenaires.

Formation de notre équipe

outiller notre équipe grâce à des formations variées et adaptées, afin de répondre encore mieux aux besoins de la population de Saint-Adolphe-d'howard

Témoignages

Le Pic Café est entré dans ma vie par un heureux hasard. Après la pandémie, j'ai surmonté toutes les épreuves engendrées par le diagnostic d'un cancer. Bonjour la solitude et l'isolement! Je devais réapprendre à socialiser, à côtoyer des personnes. Je me retrouve au Pic Café pour y faire du bénévolat. Cuisiner, accueillir les gens, sourire, jaser et, de fil en aiguille, y tricoter.

Aujourd'hui, le Pic Café est bien au-delà d'un point de rencontre. Il fait partie intégrante de ma vie, de mon vocabulaire, de mon agenda. Une sécurité sociale et communautaire s'y bâtit. C'est un déclencheur de causeries, de rires, de confidences et d'entraide. Des amitiés y naissent et élargissent notre réseau tout en solidifiant notre solidarité à notre communauté.

Oui, il brise l'isolement. Au coeur du village, on s'y rend. Assurément on y trouve de l'accueil, de la chaleur humaine, une ambiance parfois bruyante mais toujours brillante et pétillante. C'est un point de rencontre et de petites douceurs pour les papilles.
Un gâteau aux carottes avec ça!

Je suis retraitée, autonome et active. Le Pic m'a permis de rencontrer de belles et bonnes personnes de tous les groupes d'âge, sont devenues des amies. Ne serait-ce que le temps d'un café, de participer à un atelier ou donner un coup de main, ces moments me sont précieux et bénéfiques. Les rencontres, échanges et services du Pic Café me sont rendus indispensables. Lorsque je dois aller au village, j'y fais un petit arrêt même si c'est juste pour dire Bonjour.
Longue Vie au Pic Café!
Bravo et Merci aux dirigeants et bénévoles.

La vie m'a appris qu'une société, une communauté ou toutes autres organisations ne peut être en santé sans le partage, l'entraide et la bienveillance. Ressources Communauté Saint-Adolphe, par sa mission, représente en tout point ces principes. Les résultats en font foi. Une synergie s'installe entre les membres de la communauté Adolphine et déborde à l'extérieur de notre village. D'autres groupes et associations s'y sont greffés et partagent, s'entraident et son bienveillants entre eux.

Un lieu qui m'a permis de sortir de chez-moi, de faire des activités nouvelles et de me faire des amis. Depuis mon arrivée ici, en 2022, j'étais seule et je ne connaissais presque personnes. Aujourd'hui, grâce au Pic café, je ne suis plus seule. Je fais partie de la communauté de Saint-Adolphe.

Outils d'information

Présentoir de dépliants pour faire connaître les organismes du territoire:

Exemples de dépliants:

- CISSS des Laurentides
- Entraide bénévole - sécuritéCAB
- Prévoyance envers les aînés
- APEL
- Bonhomme à lunettes
- Bottin des aînés
- FADOQ
- Communauté nourricière
- Arts et culture Saint-Adolphe
- Manoir Saint-Adolphe
- Habitations Saint-Adolphe
- Garde-manger des Pays-d'en-Haut
- Etc.

Site web :
https://ressourcescommunautaires.org/

Facebook :
https://www.facebook.com/ressourcescommunautaires?locale=fr_CA



Collaborateurs

le book Humanitaire — Partenaire de services

CRAL — Table de concertation régionale des aînés-e-s des Laurentides — Concertation et références globales

Repas — Regroupement des partenaires alimentaires et solidaires des Pays-d'en-Haut — Concertation en sécurité alimentaire

Regroupement des partenaires des Pays-d'en-Haut — Concertation et enjeux régionale

Entraide bénévole des Pays-d'en-Haut — Centre d'action bénévole — Partenaire de services

Centre intégré de santé et de services sociaux des Laurentides — Québec — Concertation et soutien global

Centraide Laurentides — Partenaire financier Soutien à la mission

Moisson Laurentides banque alimentaire — Partenaire alimentaire

Jardins Nourri-Cimes — Partenaire de produits maraichers

Partenaire de services

Prévoyance envers les aînés des Laurentides inc. — Partenaire de services

Maison des jeunes OVO Local Saint-Adolphe-d'Howard — Partenaire de service transport et aide à la communauté

Seul nous pouvons faire un bout de chemin
mais tous ensemble, nous pouvons parcourir le monde.

Coordonnées

1965, chemin du Village St-Adolphe d'Howard (Québec), J0T 2B0

819 324-8240

ressourcescommunautaires@adolphins.com

www.ressourcescommunautaires.org

Ressources Communautaires Saint-Adolphe

Retrouver nos aventures sur le Facebook de :

- Ressources Communautaires
- La gang de St-Adolphe
- MunicipaSaint-Adolphe-d'Howard