

RAPPORT ANNUEL

2022-2023



TABLE DES MATIÈRES

ÉQUIPE	4
MOT DE LA PRÉSIDENTE	5
MOT DE LA DIRECTION GÉNÉRALE	6
NOTRE RAISON D'ÊTRE	7
L'ANNÉE EN UN COUP D'ŒIL	8
PROFIL DE NOTRE CLIENTÈLE	9
RAPPORT DES ACTIVITÉS 2022-2023	10
ACTIVITÉ PROCHES AIDANTS	18
PROGRAMME LA VIE APRÈS UN AVC	19
ÉVÉNEMENTS BÉNÉFICES	21
RÉSUMÉ - ÉTATS FINANCIERS	23
ARTÈRE EN IMAGES	25
PARTENARIAT, COLLABORATION, SUBVENTIONS & CONCERTATION	26
NOS COORDONNÉES	27

ÉQUIPE



Nous tenons à remercier chaleureusement, notre conseil d'administration, notre équipe de permanence, nos contractuels et tous nos partenaires et collaborateurs qui gravitent autour d'ARTÈRE, de près ou de loin. Votre implication est importante pour nous :

CONSEIL D'ADMINISTRATION 2022-2023

- Mme Linda Pichard, présidente
- M Denis Valcourt, vice-président
- Mme Laura Monetta, secrétaire
- Mme Roxanne Périnet-Lacroix, trésorière
- Mme Carol L. Richards, administratrice
- Mme Caroline Goulet, administratrice
- Mme Lucie Blanchet, administratrice

- Mme Louise Lavergne, consultante

ÉQUIPE DU PERSONNEL

- Mme Joëlle Duchesne, directrice générale
- Mme Line Bédard, adjointe-administrative
- Mme Camille Laforest, agente aux familles

PERSONNELS CONTRACTUELS

- Mme Marjolaine Hébert, professeure de peinture
- Mme Christiane Gauthier, animation Cultiver la joie & Initiation tablette
- Mme Geneviève Morin, animation Muscler vos méninges
- Mme Gabrielle Boucher, animation théâtre & lecture/écriture
- Mme Natasha Létourneau-Edwards, animation théâtre
- Mme Marjorie Villeneuve, animation théâtre
- Mme Sarah Bérubé-Lalancette, projet ACCES
- Mme Camille Angers, projet ACCES

COMMUNICACTIFS

- Mme Annie Légaré, orthophoniste
- Mme Laura Monetta, orthophoniste
- Mme Monica Lavoie, orthophoniste

MOT DE LA PRÉSIDENTE



Mesdames, messieurs, chers membres,

À titre de présidente d'ARTERE ainsi qu'au nom de tous les membres du conseil d'administration, c'est avec plaisir et fierté que nous déposons le rapport annuel 2022-2023.

L'année qui vient de s'écouler fut encore une fois bien remplie et enfin libérée des contraintes relatives à la pandémie. Ceci a grandement facilité les contacts avec nos partenaires actuels et a favorisé le développement de nouveaux partenariats.

Nous avons ajouté de nouvelles activités et de nouveaux ateliers à notre offre de services et d'autres sont à venir dans la prochaine année. Chaque nouvel ajout est la somme de beaucoup de travail en amont et nous sommes donc heureux de pouvoir offrir à notre clientèle une offre de services enrichie et plus diversifiée afin de répondre aux besoins variés de nos membres.

Nous avons accru notre présence dans les médias ce qui a permis de donner davantage de visibilité à notre organisation. Un de nos objectifs demeure de mieux faire connaître ARTERE afin de rejoindre toutes les personnes qui pourraient bénéficier de nos services.

Notre toute nouvelle fondation, avec la tenue de sa première activité de financement, prend progressivement son envol. Nous sommes heureux de pouvoir compter sur ce précieux partenaire pour nous soutenir.

La réalisation de nos objectifs repose notamment sur une étroite collaboration avec une équipe formidable qui a à cœur la mission d'ARTERE et ne ménage aucun effort pour répondre aux besoins de notre clientèle. Nous les remercions chaleureusement de leur engagement et ce, sans oublier les nombreux bénévoles qui soutiennent ARTERE et nos membres.

Nous vous souhaitons une bonne lecture,

Linda Pichard
Présidente conseil d'administration

MOT DE LA DIRECTION



Nous voilà rendu au moment de l'année où il temps de dresser un portrait global des réalisations et du travail effectué au cours des 12 derniers mois. La dernière année a repris un rythme, disons-le, plus « normal ». ARTÈRE a pu reprendre sa programmation d'activités et son offre de services dans des conditions plus facilitantes et ce, au bénéfice de nos membres ayant subi un AVC ainsi que leurs proches.

En cohérence avec notre planification stratégique, ARTERE a su, au cours de la dernière année, poursuivre ses différents objectifs afin de bonifier son offre de services tout en poursuivant ses démarches de référencement et de recrutement. Deux nouveaux ateliers se sont ajoutés à la programmation régulière, de nouveaux projets ont vu le jour et de belles collaborations ont été mises en place au sein de l'association.

Le projet ACCES a officiellement été lancé afin d'offrir aux commerces de type service au comptoir, une formation pour les employés, en ligne et gratuite, afin de les sensibiliser aux différentes stratégies de communication ainsi qu'un accompagnement personnalisé pour adapter l'environnement de leur commerce et ainsi, faciliter l'accessibilité communicationnelle auprès des personnes vivant avec un trouble de la communication. Ce dernier a même fait l'objet d'une présentation devant plus de 300 personnes lors du 11e sommet canadien de l'AVC.

Au cours de l'année, plusieurs bénévoles ont gravité au sein de l'association pour offrir de leur temps et de leurs expertises. Cette implication est précieuse et nous souhaitons les remercier chaleureusement. Merci aussi à vous chers membres, partenaires, collaborateurs qui participez à la pérennité et au rayonnement d'ARTÈRE. En terminant, l'équipe de permanence, malgré son petit nombre, travaille très fort durant l'année pour poursuivre la mission de l'association. Nous ne pouvons passer sous silence leur implication et leur dévouement. MERCI !

En terminant, pleins de beaux projets sont à venir pour l'année 2023-2024 pour ARTÈRE. Comme toujours, notre plus grand souhait est de répondre aux besoins d'un plus grand nombre de personnes ayant subi un AVC et leurs proches. Nous poursuivrons nos travaux en ce sens et ce, afin d'être encore plus visible dans la Capitale-Nationale et Chaudières-Appalaches.

Bonne lecture !

Joëlle Duchesne
Directrice générale

NOTRE RAISON D'ÊTRE



MISSION

ARTÈRE a pour mission de promouvoir, de rassembler et de favoriser la réintégration dans la communauté des personnes ayant subi un AVC et leurs proches, en offrant une programmation d'activités et de services adaptés visant la santé et le bien-être en collaboration avec différents partenaires.

VISION

ARTÈRE, l'organisme d'excellence et la référence dans la région de Québec pour accompagner les personnes, et leurs proches, dans leur processus de réintégration sociale après un AVC.

VALEURS



La bienveillance - Compassion et souci du bien-être des membres par l'attention aux besoins, le support et l'accompagnement des personnes qui requièrent des services et prioriser l'intérêt de l'autre personne.



L'autonomie - Réalisation de soi et développement de la personne dans la mesure de ses capacités. Considérer le potentiel, valoriser et encourager les capacités, les forces et les qualités de l'autre. Favoriser l'autonomie, respecter les limites et le rythme de l'autre.



L'équité - Offre de services en fonction des besoins particuliers des personnes. L'équité assure l'accès aux services en fonction des besoins, dans la limite des ressources disponibles ainsi que dans l'application des politiques et procédures.

L'ANNÉE EN UN COUP D'OEIL



3

sessions complètes

647

heures d'animation de la programmation régulière

2

nouveaux ateliers

100

heures d'activités dans la communauté

1

nouveau groupe de peinture

500

heures de bénévolat

30

rencontres individuelles pour nouveaux membres

12

groupes connaissances pour les usagers de l'IRDPO

1

projet-pilote pour les personnes vivant avec une Aphasie Primaire Progressive (APP)

1

nouveau projet pour l'Accessibilité Communicationnelle des Commerces pour une Équité des Services (Projet ACCES)

3

employés

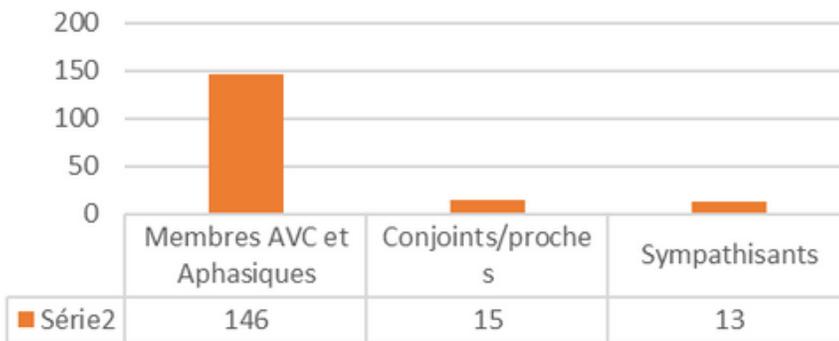
10

contractuels

30

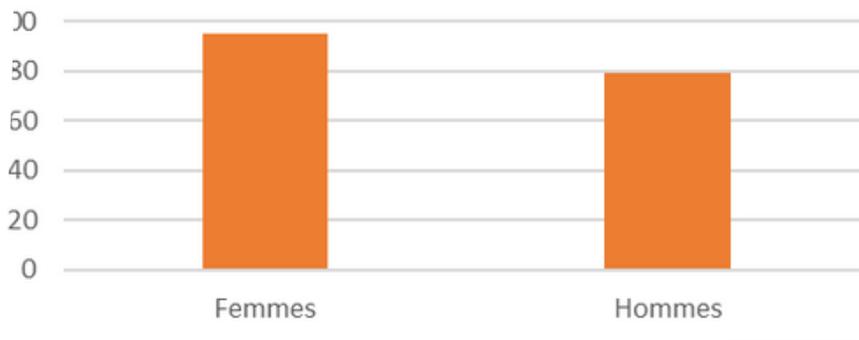
bénévoles

PROFIL DE NOTRE CLIENTÈLE



Le nombre de membres pour l'année 2022-2023 totalise **174 membres**. De ce nombre, plus de **75 nouveaux membres** ont bénéficié de leur première année gratuite.

Une augmentation de **8%** comparativement à l'année précédente.



Sur le total de nos **membres ayant subi un AVC**, nous comptons plus de :

79 hommes 95 femmes



VIE ASSOCIATIVE & COMMUNAUTAIRE



ACTIVITÉS & PROJETS



« Wow, une belle programmation !!
ARTÈRE reste vraiment dynamique et je trouve que La Jasette est vraiment bien présentée aussi visuellement [...] » - Orthophoniste IRDPQ, décembre 2022

Programmation régulière et activités dans la communauté

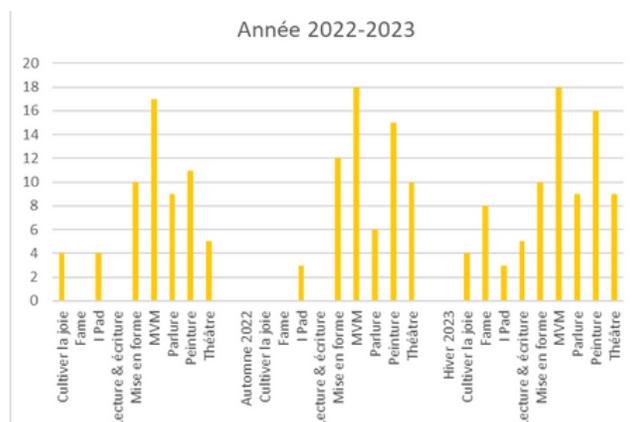
L'année 2022-2023 a repris son cours sous un rythme plus « normal » au plus grand bonheur de tous. Différents ateliers ont été mis à l'horaire au cours de la dernière année rassemblant, pour la majorité, un bon nombre de participants.

Nous avons bonifié notre programmation régulière pour ajouter deux nouveaux ateliers soient : le programme FAME ainsi qu'un atelier de lecture/écriture. Un troisième groupe pour l'atelier de peinture a vu le jour en raison du nombre grandissant d'intérêt pour ce dernier. Les déjeuners rencontres et les activités dans la communauté ont repris à un rythme régulier.

Nos activités sociales ont repris graduellement, notamment notre fête de Noël. Grâce à nos précieux partenaires, nous avons pu poursuivre nos locations de locaux afin de poursuivre notre programmation dans des lieux accessibles et à proximité de tous.

Nous poursuivons nos orientations de bonification de nos services dans le but de répondre aux besoins d'un plus grand nombre de personnes ayant subi un AVC et leurs proches. Nous comptons aussi, au cours de la prochaine année, maximiser nos occasions sociales afin de se retrouver et pouvoir échanger dans le plaisir, l'accessibilité et la convivialité.

Session 2022-2023 Les ateliers	Printemps 2022	Automne 2022	Hiver 2023	Nombre de participants
Cultiver la Joie	3	--	4	7
FAME 2x/sem	--	8	8	16
Initiation I Pad	5	3	4	12
Lecture & écriture	--	--	4	4
Mise en forme de groupe	10	12	10	32
Musclez vos méninges	15	19	17	51
Parlure	4	6	7	17
Peinture	9	15	15	39
Théâtre	8	11	10	29
Plaisir actif	10	--	--	10
Cabane à sucre	29	--	--	29
Fête de Noël	--	75	--	75
Total :	93	149	79	321



Projet ACCES

Le projet ACCES a vu le jour le 1er mai 2022 grâce au soutien financier de l'Office des Personnes Handicapées du Québec (OPHQ). Son objectif principal est d'outiller les commerces qui souhaitent offrir des services plus accessibles aux personnes aux prises avec des difficultés de communication. Les commerces de type restauration avec service au comptoir ont été spécifiquement ciblés pour la première phase du projet. Seuls des commerces de ce type peuvent actuellement recevoir le sceau ACCES.

Pour rendre leur commerce accessible, deux étapes essentielles doivent être effectuées :

1-Sensibilisez le personnel à la problématique de l'aphasie et aux stratégies de communication pouvant soutenir la communication des clients vivant avec un handicap communicationnel. Formation gratuite et disponible en ligne.

2-Bonifiez l'environnement du commerce afin qu'il soit le plus facilitant possible pour les personnes ayant des difficultés de communication. Une grille de recommandations d'adaptations a été conçue et mise à la disposition des commerçants qui souhaitent participer au projet.

Le premier commerçant à avoir répondu présent pour embarquer dans le projet a été Chez Boulay – Comptoir Boréal. Grâce à l'implication de M. Arnaud Marchand et son équipe, le projet a connu des retombées médiatiques aux travers différents médias (radio, journaux, télévision, etc.). Au cours de l'année 2022-2023, plusieurs commerces au Québec se sont intéressés au projet et certains ont terminé leur processus d'accréditation et sont maintenant ACCESSible :

- Bar Laitier Chouinard
- Tambour Café
- Bar à café H8S
- La boîte à lunch surprise



Le projet ACCES a retenu l'attention à plusieurs occasions au cours de la dernière année, notamment en remportant le prix Innovation Desjardins remis par l'Ordre des Orthophonistes et audiologistes du Québec. De plus, une résolution de félicitation a été adoptée au conseil de Ville lors de la séance du 21 novembre 2022 pour reconnaître le prix remporté ainsi qu'encourager les commerces de Québec à joindre l'initiative.

ACCES est rendu possible grâce à la collaboration d'une équipe proactive ayant à cœur les valeurs d'engagement social, de respect et d'innovation. Un merci spécial à toutes celles qui ont mis leur expertise à profit pour mettre en œuvre ce magnifique projet aux bénéfices des personnes aux prises avec des difficultés de communication : Mme Annie Légaré, orthophoniste - Mme Monica Lavoie, orthophoniste - Mme Laura Monetta, orthophoniste et Mme Sarah Bérubé-Lalancette, orthophoniste.

En terminant, l'étude de besoin quant à l'accessibilité communicationnelle au sein des institutions financières est présentement en branle grâce au soutien financier de Normes Accessibilité Canada.

Pour en savoir plus sur le projet ACCES : [Site web](#)
Facebook : [Projet ACCES](#)



RAYONNEMENT DU PROJET ACCES

Depuis son lancement officiel en mai 2022, le projet ACCES a bénéficié d'une belle visibilité dans les médias, en plus de remporter un prestigieux prix.

PRIX INNOVATION-DESJARDINS DE L'ORDRE DES ORTHOPHONISTES ET AUDIOLOGISTES DU QUÉBEC



En novembre dernier, le projet ACCES s'est vu décerner le prix Innovation-Desjardins 2022 remis par l'OOAQ à des membres orthophonistes ou audiologistes s'étant démarqués par leur esprit d'entrepreneuriat, leur créativité, leur dynamisme et leur engagement.

LE PROJET ACCES SUR LES RÉSEAUX SOCIAUX

Plus de 600 abonnés
Mention du projet sur plusieurs pages d'envergure

Bruno Marchand, maire de Québec

Bruno Marchand
3 mai · 0

L'organisme *Arrière* lance un nouveau défi aux restaurateurs pour rendre leurs établissements accessibles aux personnes vivant avec un handicap communicationnel comme l'aphasie 🗣️. Le tout premier restaurant ambassadeur du défi ACCES dans la province est *Chez Boulay - Bistro bordelais*, un petit geste qui saura définitivement faire toute la différence pour ces personnes qui méritent tout autant un service de qualité. Vous savez que j'aime les défis 🏆 Je vous invite à identifier en commentaire vos restaurants ou cafés favoris pour qu'ils puissent y adhérer à leur tour à ce nouveau mouvement 🗣️

Josée Boudreault, conférencière

Josée Boudreault
3 mai · 0

Vous avez une magnifique initiative pour aider, entre autre, les gens comme moi qui sont aphasiques et pour qui ce n'est pas toujours facile de se faire comprendre dans les commerces. Merci de partager et de mettre au défi vos commerces de restauration avec service au comptoir préférés. On veut que le plus de commerces possibles reçoivent le sceau ACCES. En fait, ça veut dire qu'ils sont mieux adaptés pour aider les gens comme moi, qui ont un petit trouble de communication. Comme ça, si je commande un hamburger, j'ai moins de chance de regarder avec 12 hot dogs et 8 poutines. (Quoique 8 poutines, je ne serai pas tellement fâchée 😊) #ACCES

Pour faire partie du changement et vous inscrire, cliquez ici : <https://acces.arterequebec.com/informations-pour-tous/>

OPHQ

Office des personnes handicapées du Québec
3 mai · 0

Semaine orange - Semaine québécoise des personnes handicapées
Et si les commerces étaient plus accessibles aux personnes ayant un trouble du langage? C'est pour répondre à ce besoin que le **Projet ACCES** a vu le jour avec la collaboration de l'organisme *Arrière*. Il a pour objectif d'outiller les commerces qui souhaitent offrir des services plus accessibles aux personnes ayant des difficultés de communication 🗣️. L'aphasie est souvent considérée comme un handicap invisible. Cependant, elle touche plus de 6 000 Québécoises et Québécois annuellement. Avec le projet ACCES, nous tenons à donner une tangibilité à l'accessibilité communicationnelle aux personnes qui vivent avec l'aphasie ou autres troubles de la communication. + Josée Duchesne, directrice générale, ARTERE

Pour en savoir plus sur leur projet, consultez leur site Web 🗣️ : <https://acces.arterequebec.com/>
#OPHQ2022

Salut Bonjour Week-End
Lancement du «PROJET ACCES»
Une campagne accessible qui permet aux personnes ayant un trouble de communication

Téléjournal Radio-Canada
Rédonner une voix aux personnes aphasiques dans les commerces

Le Soleil
Un projet pour sortir de l'isolement les personnes aphasiques

Noovo Info

LE PROJET ACCES DANS LES MEDIAS

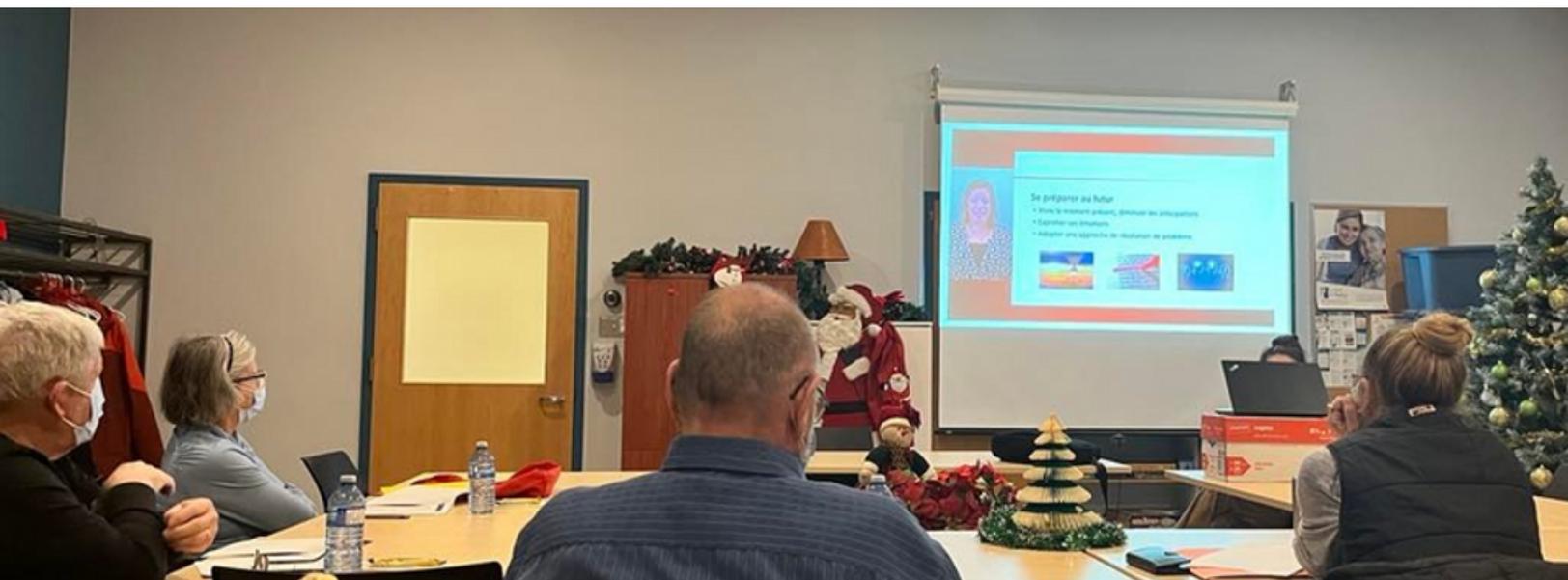
- 3 Reportages à la télévision
- 3 Articles dans les médias écrits
- 2 Entrevues à la radio

Projet pilote APPrivoiser l'Aphasie Primaire Progressive (APP)

Dans le cadre d'un projet pilote mis sur pied grâce à la collaboration entre la Chaire de recherche sur les aphasies primaires progressives – Fondation de la famille Lemaire, l'Université Laval et ARTÈRE, nous avons co-construit, au cours de la dernière année, le programme APPrivoiser l'APP.

L'objectif de ce projet est d'informer et soutenir les personnes vivant avec une aphasie primaire progressive et leurs proches. Les séances proposées sont une occasion parfaite pour les personnes vivant avec une aphasie primaire progressive et leurs proches d'en apprendre davantage sur la maladie et par le fait même, créer des espaces de discussion avec des personnes qui vivent la même réalité. Bien que l'aphasie primaire progressive soit une maladie dégénérative du cerveau qui touche principalement le langage et non une séquelle post-AVC, ARTÈRE souhaitait participer à la mise en place d'un tel projet afin d'accueillir cette clientèle au sein de son organisation et leur offrir un lieu d'appartenance.

Le projet pilote s'est déroulé à l'automne 2022 sur une période de cinq semaines, soit du 21 novembre jusqu'au 19 décembre, tous les lundi soir. Au total, neuf participants ont pris part au programme. Un questionnaire a été remis aux participants avant le début du programme ainsi qu'à la fin de ce dernier. En fonction des commentaires retenus, des améliorations ont été apporté à la formation initiale afin de bien répondre aux besoins des personnes vivant avec une aphasie primaire progressive et leurs proches. Ceci étant, ARTÈRE sera prêt à déployer, dès l'automne 2023, le programme APPrivoiser l'APP au sein de sa programmation régulière.



ACTIVITÉS SOCIALES, CULTURELLES & SPORTIVES



Théâtre Périscope

Les membres de nos ateliers de théâtre ont eu la chance de performer au Théâtre Périscope le 3 novembre dernier dans le cadre d'une activité périphérique en lien avec la pièce Maurice ! C'est devant près de 50 personnes que nos membres ont offert une prestation d'improvisation dirigée aux convives. Suite à la représentation, des orthophonistes ainsi que les membres du théâtre ont été invités à répondre aux questions du public.



Fête de Noël

Après une absence de plus de deux ans, c'est le 9 décembre dernier que les membres d'ARTÈRE ont pu renouer avec les festivités. Pour l'occasion, tous ont été invités à venir se rassembler au Patro Roc-Amadour et profiter de l'occasion pour se rencontrer, échanger, jouer et même danser !

Plus de 75 membres étaient présents pour souligner la Fête de Noël. Repas, animation et prix de présence étaient au rendez-vous. Durant la soirée, nous avons profité de l'occasion pour souligner les 10 ans d'ancienneté de notre adjointe-administrative, Mme Line Bédard. Ayant à cœur les membres de l'association, c'était l'occasion parfaite pour souligner et reconnaître tout son travail des 10 dernières années (et même 11 !).

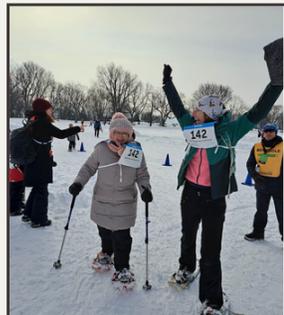
Lors des festivités, nous avons aussi fait le dévoilement du calendrier 2023 réalisé par nos membres participants à nos ateliers de peinture. C'est au travers les descriptions personnelles et leurs œuvres respectives que le calendrier promotionnel a vu le jour.

Pentathlon des Neiges

En collaboration avec l'Association Régionale de Loisir pour Personnes Handicapées (ARLPH) de la Capitale-Nationale, ARTÈRE a participé à l'édition 2023 du Pentathlon des Neiges – Sun Life. Le 19 février dernier, une équipe de l'association a pris part au Défi Intégration Sociale afin de parcourir, en équipe, plus de deux kilomètres en raquette sur un terrain balisé pour l'événement. C'est avec beaucoup de fierté que les membres et les accompagnateurs se sont dépassés pour cette épreuve.

Plaisir, dépassement et fierté étaient au rendez-vous !

On se retrouve pour l'édition 2024 ... Qui se joindra à nous ?



Festival Un talent pas si différent

Pour une première édition, le Festival Un talent pas si différent a permis aux membres d'ARTÈRE participants aux ateliers de peinture ainsi que de théâtre de présenter leurs talents aux bénéficiaires du grand public.

En effet, nos artistes peintres ont eu la chance d'exposer leurs œuvres à la bibliothèque Aliette-Marchand du 23 février au 23 mars 2023. Un vernissage a aussi été organisé le 18 mars à la bibliothèque Paul-Aimé-Paiement afin de rassembler les talents de tous les organismes participants et permettre aux artistes de pouvoir présenter le fruit de leur travail à leurs proches ainsi qu'au grand public. Plus de 70 personnes ont assisté à cet événement.

Pour sa part, l'activité théâtrale a eu lieu le 26 mars au Palais Montcalm. Plus de 40 artistes en situation de handicap ont présenté des numéros variés devant 100 spectateurs et plusieurs bénévoles. Nos membres de l'atelier de théâtre ont eu l'occasion de graver les planches à deux occasions pour présenter un numéro intitulé « Avant la fin ». C'est devant un public ravi que nos membres ont été applaudis chaleureusement pour leurs performances humoristiques et rythmées.

Bravo à tous nos artistes !

Le Festival Un talent pas si différent sera de retour en 2025.



Émissions de radio CKIA

Au cours de la dernière année, deux occasions radiophoniques se sont présentées pour ARTÈRE afin de discuter de différents sujets. Dans un premier temps, en février, notre agente aux familles, accompagnés de deux membres de l'organisme, ont participé à l'enregistrement de l'émission La parole aux aînés, présenté par le Centre d'Action Bénévole du Contrefort (CABC) sur les ondes de CKIA-FM, afin de sensibiliser la population à la cause de l'AVC

En mars dernier, lors de l'émission Aujourd'hui à la Croix-Blanche, encore sur les ondes de CKIA-FM, notre directrice générale s'est entretenue avec les deux animateurs afin de parler de l'organisme ARTÈRE, sa mission, son offre de services, ses réalisations et plus encore.

Ces deux occasions ont permis à nos membres de partager leurs expériences respectives ainsi que d'informer les auditeurs de la raison d'être d'ARTÈRE et l'offre de services déployée pour les personnes ayant subi un AVC ainsi que les proches aidants.



ACTIVITÉS PROCHES AIDANTS



Pour l'année 2022-2023, notre agente aux familles, Mme Camille Laforest a repris l'animation du groupe des proches aidants de manière autonome et ce, à partir de la session d'automne 2022. Suite à certaines conclusions ressortant de sondages auprès du groupe et du noyau participatif actuel pour cibler les besoins principaux, il était toujours préférable de tenir les séances une fois aux deux semaines, soit le lundi matin de 10h00 à 12h00. Encore cette année, il s'agissait de la plage horaire la plus favorable pour une majorité d'entre eux. Tout comme l'année dernière, après quelques séances d'essais pour expérimenter les intérêts des participants, et suite à des commentaires ressortis, nous avons décidé de garder la formule de brunchs au restaurant, entrecoupée de sorties (culturelles, artistiques, etc.) en supprimant les types « cafés rencontres » qui ne faisaient pas l'unanimité chez les proches aidants participants. Encore une fois, nous ressortons un enjeu au niveau des besoins entre les différents proches aidants : les besoins étant différents pour les proches aidants nouvellement arrivés dans l'organisme et les proches aidants étant dans l'organisme depuis longtemps (Nouvellement proche aidant ou Étant proche aidant depuis quelques années). Nous travaillons actuellement sur un projet de répit, qui nous croyons, répondra davantage à des besoins plus spécifiques de plusieurs proches aidants. Chaque session, soit : automne, hiver, printemps, été, comporte une série de rencontres pour les proches aidants, dont les dates sont toujours spécifiées dans le journal « La jasette » de l'offre de services d'ARTÈRE. Au cours de la dernière année, la moyenne de participants a été de six proches aidants, excluant l'animatrice.

Pour terminer, nous siégeons depuis 2022 sur la table de concertation toute proche aide de la région de Portneuf. Cette table, entourée d'organismes et de chefs de secteurs, permet de se tenir au courant des besoins actuels et des différents services offerts dans la région en plus de favoriser la collaboration entre les différents organismes. Nous attendons toujours la tenue d'une table de concertation pour la Capitale-Nationale et restons à l'affût quant à sa création.





PROGRAMME

LA VIE APRÈS UN AVC

Le programme La vie après un AVC de la Fondation Coeur & AVC a subi une refonte au cours de l'année 2022-2023. Notre agente aux familles, Mme Camille Laforest et M. Gilles Drouin (membre et co-animateur) ont continué l'animation de ce dernier. ARTÈRE, ainsi qu'un seul autre organisme, ont été choisis pour faire partie du projet pilote de cette refonte à l'automne 2022. Le but de celle-ci est de favoriser l'animation du programme en ligne ou en version hybride, afin d'ouvrir la porte à un plus grand nombre de participants ainsi que de refaire une mise à jour complète du programme aux animateurs. La version en présentiel du programme peut cependant être maintenue, et ce, en fonction des besoins du milieu. Selon les constats antérieurs à l'animation, les personnes qui y participent ont besoin du contact humain et de la proximité afin de développer une cohésion de groupe forte et très importante pour la tenue de ce dernier. ARTÈRE a donc décidé de maintenir la version en présentiel du programme. Camille et Gilles ont donc dû suivre une nouvelle formation en ligne à l'automne 2022 sur une période de cinq semaines : une séance en direct au début, suivie de trois semaines d'apprentissage autodirigé (1 à 3 heures par semaine), et une séance en direct pour terminer la formation. Suite à quoi, une courte séance de formation « mise à jour » devra être suivie chaque année, en ligne.

Camille et Gilles ont finalement débuté l'animation en présentiel à l'IRDPO, toujours sous la formule de huit séances de deux heures en raison d'une séance par semaine. Une première cohorte à l'Automne 2022 de 12 participants (dont 5 proches aidants). S'en est suivie d'une deuxième cohorte à l'Hiver 2023 de 11 participants (dont 4 proches aidants). Ainsi qu'une dernière cohorte au Printemps 2023, qui vient de se conclure, de 9 participants (dont 2 proches aidants).

Les constats du présentiel ressortent toujours aussi forts : les participants apprécient tous de se voir et d'échanger sur les différents sujets couverts par le programme. Ils apprécient également ce point de rencontre, qui leur permet de découvrir différentes limitations des séquelles de l'AVC chez d'autres personnes, tout en en apprenant davantage sur leurs propres limitations et les ressources qui leurs sont disponibles.

Tout comme l'année dernière et même après cette refonte, le programme a pu continuer d'être bonifié afin qu'il soit le plus pertinent possible, en fonction des besoins de notre clientèle : plus d'échanges entre les participants, ajouts de témoignages, vidéos explicatives, ajout d'informations et de ressources du milieu (Capitale Nationale) ainsi que la continuité d'invités conférenciers pour certains modules : nutritionniste pour le module sur la nutrition et comptable-fiscaliste pour le module « aller de l'avant », qui les informe beaucoup plus sur les différents crédits d'impôts disponibles (Fédéral et Provincial - personne handicapée et personne proche aidante).

De plus, depuis l'année dernière, pour la pertinence de l'information divulguée pendant le programme, ainsi que par souci de cohérence dans le cheminement post-AVC des participants, celui-ci est restreint aux personnes ayant subi un AVC dans les quatre dernières années. Une nuance pour certaines exceptions est parfois faite, selon le jugement de l'animateur qui recrute les participants. Le programme sert également de pont entre les services de réadaptation, le retour à domicile et l'introduction aux services et programmes communautaires d'ARTÈRE. Nous travaillons actuellement pour que le programme puisse être accessible en région et en périphérie de la ville de Québec.

ÉVÉNEMENTS BÉNÉFICES



Collecte fonds Triathlon découverte

Le 9 juillet dernier, Olivier et Stéphane ont décidé, suite à leur AVC (décembre et février), de relever le défi de participer à une épreuve XTERRA Québec et par le fait même, amasser des sous pour l'organisme ARTÈRE. Déterminés, disciplinés, persévérants et inspirants, ils ont travaillé fort pour prendre le départ de ce triathlon découverte et réaliser les distances suivantes :

- 400 mètres de natation en eau libre
- 13 kilomètres de vélo de montagne
- 4 kilomètres de course en sentier

Désirant se dépasser, mais aussi contribuer, ils ont amassé lors de cette levée de fonds, un montant total de 19 870\$. Ce montant a permis à l'association d'offrir gratuitement le souper de Noël à tous les membres participants ayant subi un AVC, mettre sur pied un nouvel atelier de Lecture/Écriture, de maintenir nos groupes de mise en forme adaptée et plus encore.

N.B. Le montant du chèque diffère en raison de dons reçus après l'événement





« Je suis maintenant capable de me tenir debout dans l'autobus. Ça facilite grandement mes déplacements aux heures de pointe »
Participante FAME, été 2022

Fondation ARTÈRE

Le 14 mai 2022 avait lieu la première marche organisée par l'organisme ARTÈRE en collaboration avec la Fondation ARTÈRE. L'événement se déroulait dans le parc linéaire de la Rivière-Saint-Charles sous forme de rallye ludique. L'objectif était de mieux faire connaître la Fondation ARTÈRE et les services de l'association ARTÈRE.

Au terme de cette première édition, un montant de 8210\$ a été amassé. Ce dernier a permis de mettre sur pied, au sein de l'association ARTÈRE, le programme FAME :

Le programme « Fitness and Mobility Exercise (FAME) » est un programme d'exercices, de groupe, basé sur les bonnes pratiques. Ce dernier a été développé par la Dre Janice Eng, Professeure à l'Université de la Colombie-Britannique pour les personnes en voie de rétablissement suite à un AVC. Ce programme est actuellement utilisé pour favoriser la récupération après un AVC dans plus de 600 sites et ce, dans plus de 21 pays. Les bienfaits de ce programme sur la force, l'équilibre, l'endurance la densité osseuse ainsi que la réduction de chutes ont été démontrés dans des études cliniques impliquant des personnes en phase de récupération de leur mobilité après un AVC. Le programme, offert deux fois par semaine pour six semaines, sera sous la gouverne d'un(e) professionnel (le) formé (e) à la réalité des personnes ayant subi un AVC (ex. kinésiologue, physiothérapeute, etc.). Il est conçu pour des adultes capables de se tenir debout pour au moins cinq minutes et qui peuvent marcher 10 mètres (avec ou sans une aide à la marche). Les participants dans une étude pilote d'implantation du programme FAME effectuée par l'Association ARTÈRE, en collaboration avec Adaptavie, ont rapporté des acquis en mobilité associé à une meilleure qualité de vie

N.B. Le montant du chèque diffère en raison de dons reçus après l'événement



RÉSUMÉ ÉTATS FINANCIERS



PRODUITS

	2023	2022
Subventions	227 093\$	270 117\$
Autres produits	73 179\$	18 050\$
Dons	10 588\$	7 955\$

CHARGES

Information/Promotion	30 468\$	29 356\$
Activités/Services aux membres	64 549\$	19 930\$
Fonctionnement	190 516\$	181 101\$
Surplus des produits sur les charges	25 337\$	67 735\$

BILAN

AU 31 MARS 2023



ACTIF

A court terme

Encaisse	379 108\$	283 530\$
Comptes clients et autres créances	9 122\$	5 287\$
Billet a recevoir de la Fondation ARTÈRE	45 000\$	45 000\$
Frais payé d'avance	1 162\$	---

Immobilisation

6 198\$

7 216\$

PASSIF

A court terme

Fournisseurs et charges courues	8 477\$	11 481\$
Salaires et vacances	14 063\$	11 617\$
Sommes à remettre à l'État	655\$	329\$

Dette à long terme

30 000\$

Actif net

Investi en immobilisations	6 198\$	7 216\$
Non affecté	54 933\$	28 578\$

ARTÈRE EN IMAGES



★★★★★
« Je tiens à vous remercier pour cette session si stimulante, faite avec autant de plaisir et de rire. C'est rare pour moi mais je me suis tout de suite sentie acceptée et intégrée dans ce groupe où chacun participe avec tout ce qu'elles ont et ce qu'elles sont [...] » - Participante Muscles vos méninges, juin 2022.



PARTENARIAT, COLLABORATION, SUBVENTIONS & CONCERTATION

- ADAPTAVIE
- Aphasie Québec – Le Réseau
- Association Régionale de Loisir pour Personnes Handicapées (ARLPH) de la Capitale-Nationale
- Bénévoles d'Expertise
- Centraide Québec et Chaudières-Appalaches
- Centre de Services Scolaire de la Capitale
- Centre Interdisciplinaire de Recherche en Réadaptation et Intégration Sociale (CIRRIS)
- Chaire de recherche sur les Aphasies Primaires Progressives - Fondation de la Famille Lemaire
- Centre Intégré Universitaire de Santé et de Services Sociaux de la Capitale-Nationale (CIUSSSCN)
- Comité sur la phase de réadaptation et sur la phase de réintégration et de maintien dans la communauté
- Fondation ARTERE
- Fondation Cœur & AVC
- Ministère de la Santé et des Services Sociaux
- Normes Accessibilité Canada
- Office des Personnes Handicapées du Québec
- Participation Sociale et Ville Inclusive (PSVI)
- Patro Roc-Amadour
- Programme Action Aînés du Québec (PAAQ)
- Services Québec
- Table de quartier Vanier – La Ruche Vanier
- Table proche aidance Portneuf
- Théâtre Aphasique
- Théâtre Périscope
- Université Laval

POUR NOUS JOINDRE



NOS COORDONNÉES:

525 boulevard Wilfrid-Hamel Est, local F-117-2
Québec (Québec) G1M 2S8

T. 418-647-3684

C. info@arterequébec.com

- Visitez notre site web: www.arterequébec.com
- Visitez notre page Facebook: [@Arterequébec](https://www.facebook.com/Arterequébec)
- Contactez nous par téléphone ou par courriel





ARTÈRE