

**CENTRE LA THÉIÈRE 50+**  
**RAPPORT**  
**D'IMPACT**  
**ANNUEL**  
**2024-2025**



**CENTRE LA THÉIÈRE 50+**  
**THE TEAPOT 50+ CENTRE**

*Vieillir avec grâce, vivre avec vitalité.*

# Table des matières



- 1** MOT DE NOTRE PRÉSIDENT ET DIRECTEUR
- 2** À PROPOS DE NOUS
- 3** NOTRE ÉQUIPE ET CONSEIL D'ADMINISTRATION
- 5** DÉMOGRAPHIE
- 6** RESPONSABILITÉ SOCIALE
- 8** DÉVELOPPEMENT COMMUNAUTAIRE
- 9** PROGRAMMES DE SENSIBILISATION
- 10** INTERVENTION ET SERVICES SOCIAUX
- 14** PRÉVENTION ET INCUSION SOCIALE
- 17** BÉNÉVOLAT
- 21** COLLECTE DE FONDS ET MARKETING
- 22** ACTIONS STRATÉGIQUES 2025-2026
- 24** RAPPORT FINANCIER
- 25** BAILLEURS DE FONDS ET DONATEURS

## MOT DE NOTRE PRÉSIDENTE

Au nom du conseil d'administration de La Théière, j'ai le plaisir de vous présenter notre rapport annuel, reflet de l'engagement, des nouvelles initiatives et de la collaboration qui ont marqué l'année écoulée. Cette année a été marquée par des projets porteurs d'avenir, une visibilité accrue et des partenariats solides et fructueux. Nous sommes restés fidèles à notre mission, plaçant les besoins des aînés au cœur de toutes nos actions. Chaque réalisation témoigne de la force collective de notre personnel, de nos bénévoles, de nos membres et de nos partenaires dévoués. En tant que conseil d'administration, nous nous sommes attachés à apporter un soutien stratégique à la directrice générale et à son équipe, tout en assurant une gouvernance engagée et avant-gardiste. Ensemble, nous continuons de bâtir une organisation résiliente et crédible, toujours soucieuse de répondre aux besoins changeants de notre communauté.

Merci à tous ceux qui contribuent, de près ou de loin, à faire de La Théière un acteur clé dans le soutien et l'enrichissement de la vie des aînés.

Marie-Josée Boivin-Présidente du conseil d'administration

*Marie-Josée Boivin*



## MOT DE NOTRE DIRECTRICE GÉNÉRAL

À La Théière, nous reconnaissons que le vieillissement n'est pas seulement un parcours personnel, mais aussi une question de justice sociale. Chaque aîné mérite d'avoir accès aux ressources, d'être respecté et de vieillir dans la dignité. Grâce à nos programmes, à nos actions de sensibilisation et à nos partenariats, nous nous engageons à faire tomber les barrières, à garantir l'inclusion et à relever les défis uniques auxquels les personnes âgées sont confrontées dans le monde d'aujourd'hui. Cette année, nous avons constaté une croissance incroyable de notre participation, renforcé nos partenariats et renforcé notre mission de lutte contre l'isolement grâce à des activités enrichissantes et des services de soutien. Que ce soit par nos initiatives en santé mentale, nos échanges culturels ou nos programmes bénévoles, nous avons travaillé sans relâche pour que chaque personne de La Théière ressente un sentiment d'appartenance. Rien de tout cela ne serait possible sans le dévouement de nos bénévoles, de notre personnel, de nos partenaires et, surtout, de nos participants, qui nous inspirent chaque jour par leurs histoires, leur sagesse et leur esprit communautaire. Merci de participer à cette aventure et de nous aider à bâtir un avenir où les aînés continuent d'être valorisés et épanouis.

Avec appréciation,

Tamara Peel - Directrice générale

*Tamara Peel*



# À PROPOS DE NOUS

Ressources Troisième Âge Lachine – La Théière se consacre à améliorer le bien-être et la qualité de vie des personnes de 50 ans et plus de Lachine et des environs. Chaque année, nous offrons plus de 60 programmes, mobilisant plus de 1 600 participants dans des activités favorisant l'inclusion sociale, le bénévolat et l'engagement communautaire. Notre gamme diversifiée de programmes permet aux aînés de rester actifs, de préserver leur autonomie et de tisser des liens significatifs. Nous nous engageons à créer un espace sécuritaire, inclusif et accueillant où chacun, sans distinction d'origine ethnique, de sexe, de langue, de statut socioéconomique, de religion ou d'orientation sexuelle, se sent respecté et valorisé.

Ancrée dans l'équité et la participation citoyenne, La Théière joue un rôle essentiel dans le développement d'une communauté socialement engagée et compatissante.

## NOTRE HISTOIRE

L'histoire de la Théière a débuté au sous-sol de l'église Résurrection de Notre Seigneur, alors qu'il s'agissait d'un petit groupe de thé. Grâce à une subvention fédérale, nous avons embauché une employée à temps partiel et sommes rapidement devenus un centre d'accueil offrant divers services communautaires. Au fil du temps, l'organisme est devenu un centre communautaire multi-ressources, incluant des services de soutien à domicile, financé par l'Agence de la santé et des services sociaux du Grand Montréal.

En 1976, les Services communautaires catholiques ont obtenu un financement de Centraide, qui est devenu notre principale source de soutien. Ce partenariat nous a permis d'emménager dans un petit local à l'angle des rues Notre-Dame et de la 19<sup>e</sup> Avenue. En 1982, la Ville de Lachine (aujourd'hui l'arrondissement de Lachine) a mis à disposition un local pour La Théière à La Maison du Brasseur.

Après des décennies de collaboration, La Théière et Services communautaires catholiques se sont séparés en avril 2013, et La Théière a commencé à fonctionner de manière indépendante, poursuivant notre mission de soutenir la communauté avec soin, compassion et en mettant l'accent sur l'inclusion sociale.

## MISSION

La Théière aide les adultes de plus de 50 ans à faire partie intégrante de leur communauté.

## ASPIRATION ULTIME

Une société où l'on vieillit dans la dignité et où personne n'est oublié.



## VALEURS FONDAMENTALES



Autonomisation



Adaptabilité



Respect



Connexion

UN ESPACE POUR TOUS

# CÉLÉBRONS NOTRE ÉQUIPE

Nos équipes sont au cœur de notre organisation. Leur passion, leur créativité et leur dévouement garantissent le dynamisme, l'impact et l'accessibilité de nos programmes à notre communauté. Face à l'évolution constante des besoins de nos participants, notre équipe s'engage à poursuivre son apprentissage et son développement professionnel.

Cette année, le personnel a approfondi son expertise dans divers domaines, notamment le cycle d'apprentissage expérientiel de Kolb, la formation à l'enquête appréciative et les stratégies de motivation intrinsèque, ce qui lui a permis d'adopter des approches innovantes en matière d'engagement et de développement de programmes. Il a également renforcé sa capacité à fournir un soutien essentiel grâce à des formations en premiers soins et en premiers soins en santé mentale, en mettant l'accent sur la santé mentale des hommes. De plus, grâce au réseautage et au développement du leadership, grâce à des initiatives comme Leadership Rassembleur avec Centraide et Dynamo, notre équipe continue d'accroître sa capacité à servir et à défendre les intérêts de notre communauté.

Nous exprimons notre plus profonde gratitude à tous les membres du personnel qui ont travaillé sans relâche, en coulisses comme en première ligne. Votre dévouement apporte réconfort, joie et un véritable sentiment d'appartenance à nos participants. Notre équipe est le pilier du Centre La Théière 50+, et nous apprécions tout ce que vous faites.

## Kierra Dubeau

COORDINATRICE DES COMMUNICATIONS

## Jackie Casey

COORDONNATRICE DES SERVICES SOCIAUX

## Rebecca Bryan

COORDINATEUR DU DÉVELOPPEMENT SOCIAL

## Melissa Maselli

COORDONNATRICE DES BÉNÉVOLES ET DES RELATIONS COMMUNAUTAIRES

## Michelle Welsford

COORDONNATRICE D'ACTIVITÉS

## Ashley Hamilton

TRAVAILLEUSE DES PROGRAMMES

## Claudia Frate

TRAVAILLEUSE D'INTERVENTION

## Theresa Guihan

INTERVENANTE (2024)

## Carole Coulombe

AGENTE DE LIAISON COMMUNAUTAIRE

## Ambre Eckhardt

AGENTE DE LIAISON COMMUNAUTAIRE

## Nora Xu

COMPTABLE

## Peter Pardi

CHAUFFEUR DE BUS



# CONSEIL D'ADMINISTRATION

Le conseil d'administration s'est attaché à renforcer la gouvernance, à orienter les priorités stratégiques et à soutenir la mission de l'organisation, qui est d'enrichir la vie des personnes âgées. Grâce à son leadership, La Théière demeure une ressource fiable et réactive pour ceux que nous servons. Face à l'augmentation des besoins, notre responsabilité de nous adapter et de défendre les intérêts de ceux que nous servons s'accroît.

Cette année, le conseil d'administration s'est réuni dix fois, consacrant plus de 280 heures à l'amélioration de la vie démocratique au sein de l'organisation. Outre les réunions régulières, quatre comités actifs, composés de membres du conseil, de bénévoles et de participants, ont joué un rôle essentiel dans l'élaboration de notre orientation.

Il s'agit notamment de :

- Le Comité exécutif, qui se concentre sur les relations humaines et les questions relatives aux participants ;
- Le Comité interne, qui examine les règlements et les politiques organisationnelles;
- Le comité externe, qui supervise les efforts de collecte de fonds et de marketing.
- Et le Comité des finances, qui soutient la planification et la surveillance financières.

L'un des défis les plus importants auxquels le conseil d'administration a dû faire face a été la révision de notre politique d'inscription aux activités. Face à une augmentation significative du nombre de nouveaux participants locaux, nous avons pris la décision difficile, mais nécessaire, de donner la priorité aux résidents de Lachine. Grâce à des discussions, à la participation de la communauté, aux commentaires des membres et à une planification rigoureuse, nous avons mis en place des directives plus strictes afin de créer un système plus équitable, à l'image de notre mission. Nous continuons de collaborer étroitement avec tous les participants pour qu'ils se sentent entendus, valorisés et inclus. Nous comprenons que le changement peut être difficile et nous demeurons déterminés à engager un dialogue ouvert avec nos membres.



**Marie-Josée Boivin**

- **Présidente**

**Brownlee Thomas**

- **Trésorière**

**Gerlinda Gimber**

- **Administratrice**

**Valérie Clayton**

- **Vice-présidente**

**Diane Larouche**

- **Secrétaire**

**Anita Stern**

- **Administratrice**

Face à l'augmentation du nombre de membres et à l'espace limité, nous avons tenu compte de leurs commentaires et ajusté les horaires, la taille des groupes et l'utilisation des espaces afin de maintenir un environnement sûr, inclusif et accessible. Nous sommes fiers d'avoir privilégié l'engagement des membres dans la vie démocratique du Centre en les impliquant dans la planification des programmes et des services.

# DÉMOGRAPHIQUE DES PARTICIPANTS



**1434** Participants inscrits

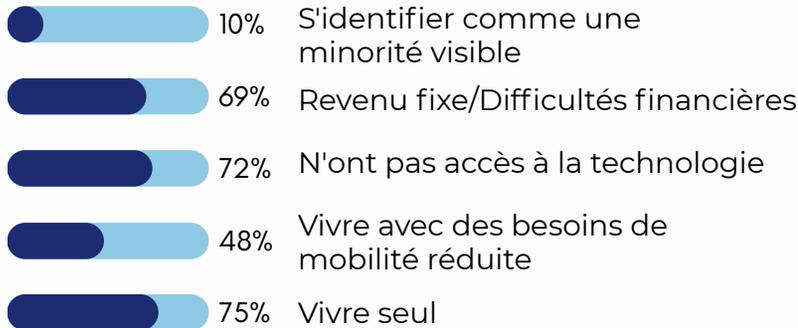
**606** Nouveaux participants actifs

**73%** Augmentation par rapport à l'année dernière

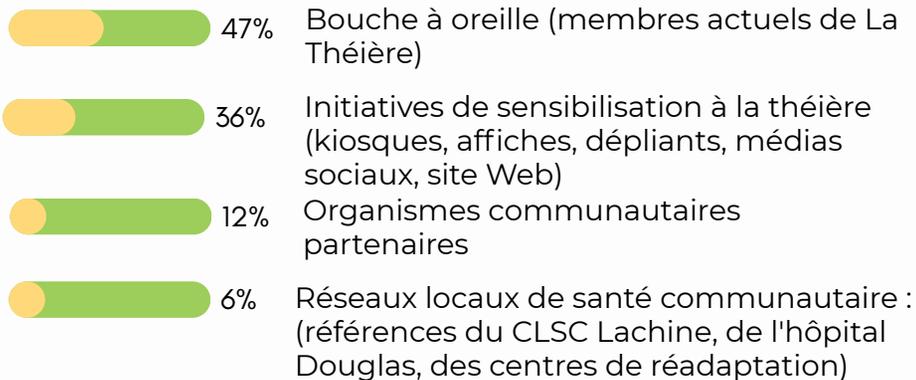
**20%** 60 à 69 ans

**23%** Ont plus de 80 ans

**57%** ont 70 ans et plus



## MEMBRES RÉFÉRÉS PAR



**81%** ♀  
Femelle

♂ **19%**  
Mâle

**6%**   
Identifie la communauté 2SLGBTQIA+

Hi

SALUT

OLA



**52%** Anglais seulement

**23%** Bilingue sans préférence

**47%** Français seulement

**10%** Parler 2 langues ou plus



Être à La Théière me permet de rencontrer de nouvelles personnes et de passer du temps de qualité avec elles. Tout le personnel est très honnête et accueillant. J'apprécie vraiment chaque minute passée là-bas. Participer aux activités m'aide à me sentir moins isolée et me permet de sortir de chez moi.

*Anonyme - Enquête démographique*

# RESPONSABILITÉ SOCIALE

## NOS PILIERS DIRECTEURS

Chez La Théière, nous assumons fièrement notre responsabilité de bâtir une communauté où la diversité, l'équité et l'inclusion (D.E.I.) ne sont pas seulement des valeurs, mais des principes directeurs. Notre plan stratégique D.E.I. complet est une feuille de route et un engagement audacieux pour éliminer les obstacles et garantir que chaque individu se sente vu, entendu et valorisé. Ce plan constitue les fondements de notre organisation en intégrant la D.E.I. dans chaque politique, programme et pratique.

- Dans le cadre de ce travail, nous avons interrogé nos membres afin de mieux comprendre leurs expériences, leurs besoins et leurs points de vue. Les commentaires recueillis éclairent directement nos priorités et garantissent que nos efforts restent ancrés dans la réalité des personnes que nous servons. En écoutant et en répondant, nous continuons à créer un environnement où chacun à La Théière peut s'épanouir et se sentir autonome.

### ANTI-IGNORANCE

- Éduquer et remettre en question les préjugés pour favoriser un environnement de respect et de compréhension.

### ENTENDRE LES VOIX SILENCIEUSES

- Veiller à ce que tous les membres de la communauté soient écoutés, valorisés et inclus dans nos programmes et nos prises de décision.

### CONSTRUIRE UNE COMMUNAUTÉ

- Renforcer les liens et les réseaux de soutien entre divers groupes pour créer un sentiment d'appartenance.

### ACCESSIBILITÉ

- S'attaquer aux obstacles en matière de communication, de soutien psychosocial, d'alphabétisation et de langue pour garantir que chacun puisse participer pleinement.

81%

ils ont dit; à La Théière, ils se sentent valorisés et écoutés.

85%

Convainquez que les différentes opinions, origines et expériences soient respectées.

17%

A indiqué n'avoir aucun sentiment d'appartenance à la communauté au sens large.

83%

Découvrez que la Théière offre une connexion sociale inclusive

41%

Faire face à des obstacles à l'accès aux services externes en raison de la langue, de l'alphabétisation et/ou de la technologie

36%

J'aimerais m'impliquer dans des événements et des initiatives communautaires



## DÉCLARATION D'IMPACT :

L'ignorance des autres engendre la peur. Si nous pouvons comprendre les raisons des actes de chacun, nous accepterions plus facilement la diversité.

Comprendre les autres nous rassure et nous les accueillons avec le sourire.

*-Participant anonyme via notre enquête D.E.I.*

# DÉVELOPPEMENT COMMUNAUTAIRE

## COMMUNAUTÉ INCLUSIVE ET INTERCULTURELLE

La Théière prône l'inclusion en impliquant activement les aînés dans le développement de leurs communautés par le biais de la défense des droits, de la collaboration et de l'engagement. Nous collaborons avec des organismes locaux pour lutter contre l'isolement social et la mobilité, tout en favorisant le dialogue intergénérationnel et le développement communautaire durable. Notre approche interculturelle et mondiale enrichit la communauté en valorisant la diversité culturelle, en favorisant les liens entre les différents horizons et en créant des espaces de partage. Nous agissons ainsi parce que les aînés méritent d'être connectés, valorisés et autonomes dans une société qui reflète leurs réalités diverses.

En mettant l'accent sur la programmation et les partenariats multiculturels, nous favorisons le bien-être individuel et renforçons le tissu social par la compréhension et la collaboration. Ainsi, la Théière demeure un modèle pertinent, réactif et inspirant pour les communautés qui souhaitent accompagner et célébrer le vieillissement de manière inclusive et avant-gardiste.

**45** Kiosques et présentations

**12** Nouveaux projets collectifs

**1371** Nouveaux citoyens atteints

**145** Heures d'activités de sensibilisation



### Table 50+ Lachine/Dorval:

Nous avons **co-animé le Salon des Aînés Lachine-Dorval**, une foire de ressources qui a présenté des services communautaires à plus de 300 personnes âgées.

En partenariat avec le SPVM, nous avons sensibilisé à la maltraitance envers les aînés et effectué des bilans de bien-être auprès des aînés vulnérables.

Nous avons également formé 48 travailleurs sociaux afin de renforcer leurs capacités d'intervention et de soutien auprès des personnes âgées vulnérables. Ce partenariat a été financé par la Croix-Rouge.

### Concert'Action Lachine "CAL"

**Les festivals communautaires de l'été** sont des événements interculturels organisés par la Ville de Lachine (**QIR**) pour promouvoir nos ressources.

**Projet Lachine Est** : Une navette « Théière » permet aux citoyens de découvrir l'histoire du secteur de la place Dominion.

**Comité Action Saint-Pierre** : Mobilisation et défense des droits des aînés. Amélioration de l'accessibilité à Lachine grâce à des collaborations avec la STM et les voix des aînés.

**TRAIL** : Organisation d'une collecte de vêtements pour les nouveaux arrivants. Cette initiative a favorisé les expériences interculturelles et a permis de créer un sentiment d'appartenance.

**P'tit Maison & La Théière** : 2 groupes de 12 familles se sont réunis chaque semaine pendant 10 semaines « **TISSER DES VIES : UNE HISTOIRE COLLECTIVE** »

**COMACO** : Membre actif du comité des petits déjeuners des directeurs et du comité consultatif stratégique.

# SENSIBILISATION COMMUNAUTAIRE

## Élargir notre portée

Nous sommes fiers de souligner notre partenariat avec l'Office municipal d'habitation de Montréal (OMHM) à Lachine, lancé en septembre. Cette collaboration nous a permis d'étendre nos actions de sensibilisation à quatre résidences pour aînés du secteur.

Une initiative de porte-à-porte a permis des échanges personnalisés et individuels, contribuant ainsi à tisser des liens forts avec les résidents. Nous avons ensuite organisé des réunions hebdomadaires pour présenter notre mission et définir des objectifs communs, en étroite collaboration avec les comités de résidents afin de renforcer les liens communautaires.

Grâce à ce partenariat, nous avons identifié les besoins et offert un soutien ciblé pour aider les personnes les plus vulnérables de notre communauté. Ces visites régulières nous ont permis d'instaurer un climat de confiance, de mieux comprendre les priorités des résidents et de proposer des ressources favorisant leur bien-être et leur autonomie. En apportant nos services directement aux aînés, nous leur offrons non seulement un soutien psychologique et un accès à un soutien essentiel, mais nous contribuons également à réduire l'isolement et à favoriser les liens entre les résidents.

Ce travail est important car établir des relations et intervenir efficacement demande du temps et de la confiance, en particulier auprès des personnes qui peuvent se sentir oubliées ou hésiter à s'engager. Notre présence constante et notre écoute créent un espace sûr où les résidents peuvent s'ouvrir, nous permettant ainsi de leur apporter un soutien pertinent et personnalisé.



275

Résidences de l'OMHM rejointes grâce au porte-à-porte

120

Des ateliers éducatifs et de bien-être ont été proposés

920

Heures investies dans les initiatives de sensibilisation du Community Hub

23

Personnes demandant une orientation vers des services essentiels (Transport médical, services CLSC)



## Pourquoi nous proposons ces activités de sensibilisation:

Nous proposons des activités de proximité pour rencontrer les aînés là où ils se sentent à l'aise et où la communauté se crée naturellement. Grâce à des kiosques, des événements et des présentations, nous créons des espaces accueillants favorisant les échanges et le soutien, sensibilisons aux ressources utiles, réduisons l'isolement social, instaurons la confiance et nous adaptons à la diversité culturelle et sociale. Notre objectif est de favoriser le sentiment d'appartenance et de donner aux aînés les moyens d'accéder au soutien dont ils ont besoin.

**Kiosques et événements :** *Saul-Bellow Public Library, Sarto Desnoyers Community Centre (Dorval), Concordia LIVE Centre, Volunteer Fair, Fête de la Paix (Parc Kirkland Ville Saint-Pierre), QIR Festival Caribbean, COVIQ Intercultural Party, Marché Notre-Dame (Sidewalk Sale), Les P'Tits Marchés: COVIQ (Duff Court), 59 Saint-Pierre (Ville Saint Pierre), Ivan Franko Park, Dixie Park, project PIC + GTSAL committee Presentation: Dawson College, Brunch des aînés with the Mayor, Concordia University*



## Présentation de M. Clo Clo d'amour -

*Un homme peu loquace, mais dont le sourire illumine la pièce.*

*M. Claude nous a été référé par le CLSC pour de l'aide avec ses impôts. Lors de sa visite, il a découvert notre café-rencontre et est rapidement devenu un habitué.*

*Ce qui a commencé comme un simple service s'est transformé en une connexion significative et maintenant, il se sent connecté !*

*-Connaisseur de café et de scones depuis 2024*

# DÉPARTEMENT D'INTERVENTION

## *Services sociaux – Défense des droits individuels : naviguer avec soin*

Chez La théière, nous pensons que chaque aîné mérite d'être entendu, respecté et soutenu. Notre service de défense des droits individuels vise à responsabiliser les aînés, en particulier ceux qui sont isolés, vulnérables ou confrontés à des difficultés complexes, en les aidant à s'orienter dans les systèmes qui affectent leur quotidien.

Notre mission prend vie lorsque nous rencontrons nos membres dans leurs moments les plus vulnérables. Nombre d'entre eux ignorent les avantages et les services qui leur sont offerts. Certains vivent avec peu ou pas de contacts sociaux, tandis que d'autres ont été victimes de fraude ou d'abus financiers et ont trop honte ou peur de demander de l'aide.

Grâce à ces services, nous offrons plus que de simples informations : un soutien personnalisé, un réconfort émotionnel et des solutions pratiques adaptées à chaque personne. Notre équipe écoute sans jugement et accompagne chaque personne dans ses démarches vers la sécurité, la stabilité et le lien.



**569** **Ressources des services sociaux pour les participants.**

**140** **Des dossiers de gestion de cas et d'intervention de crise ont été ouverts** pour répondre à des besoins urgents tels que le logement, les services de soins à domicile, les documents administratifs et l'accès à l'alimentation et aux transports d'urgence. Nous avons pu répondre à 100 % des demandes dans un délai de deux semaines.

**180** **Des colis de soins ont été livrés aux participants** ayant un accès minimal à d'autres services afin de garantir qu'ils soient connectés à nos ressources. **98 personnes** ont été suivies à la suite de nos livraisons.

**23** **Suivi des évaluations des besoins de porte à porte** avec la campagne de sensibilisation à la maltraitance des aînés du SPVM, nous avons fourni des services, des références et un soutien émotionnel

### ***Le cœur du plaidoyer - Confiance et transformation***

La défense des droits individuels exige patience, confiance et une compréhension approfondie de la situation de chaque personne. En instaurant cette confiance, nous aidons les aînés à reprendre confiance en eux, à accéder aux ressources essentielles et à retrouver le sentiment d'appartenir à une communauté bienveillante et inclusive. Notre impact va au-delà des cas individuels : chaque geste de soutien contribue à une vision plus large : une société où les aînés vivent avec plus d'autonomie, de dignité et d'appartenance.

# DÉPARTEMENT D'INTERVENTION

*Le transport comme bouée de sauvetage : assurer l'accès et la dignité*

« Les aînés en mouvement » a été créé en 2000 grâce au soutien de la Fondation commémorative Lindsay. Cette année, nous avons renforcé nos services de transport afin de mieux répondre aux besoins de nos participants les plus vulnérables. Conscients que l'accessibilité financière constitue un obstacle, nous avons revu et ajusté notre modèle tarifaire pour garantir un accès plus inclusif et équitable. Ces changements ont permis à davantage de personnes âgées, notamment celles ayant des revenus limités ou des problèmes de mobilité, d'assister à des rendez-vous essentiels, de participer à des programmes et de maintenir des liens sociaux. Nous avons pu offrir plus de transport avec 5 bénévoles et des coupons de taxi grâce à l'investissement que nous avons consacré à notre besoin croissant au sein de la communauté.

**347 Transports et accompagnements médicaux offerts,** couvrant **3720 km** à travers Montréal.

Imaginez; **la distance équivaut à voyager de Montréal à la Nouvelle-Écosse et retour!**

## **Visites amicales et appels amicaux: Comblent l'isolement par la compassion**

Dans le cadre de notre service d'accompagnement individuel, les visites amicales et les appels amicaux sont bien plus que de simples échanges informels. Ils constituent un soutien vital pour les personnes âgées en situation d'isolement ou de déconnexion. Ces interactions chaleureuses et régulières apportent un réconfort émotionnel tout en nous permettant d'identifier les besoins non satisfaits, qu'il s'agisse de préoccupations en matière de santé et de sécurité ou d'aide aux tâches quotidiennes. Elles constituent souvent la première étape pour rétablir la confiance et rétablir un sentiment d'appartenance. Chaque interaction est essentielle pour bâtir une communauté plus forte et plus bienveillante pour tous.



951

**Les personnes ayant bénéficié des services magasinage avec vous et pour vous** ont vu leur participation à nos services d'aide magasinage augmenter, grâce à un nombre plus élevé de références CLSC-SAPA, soulignant la demande et l'impact croissants de ces services.

779

**Les visites et appels amicaux** ont contribué à réduire la solitude, à offrir un soutien émotionnel et à renforcer les liens avec les personnes âgées isolées.

119

**Des déclarations de revenus gratuites** ont été remplies pour les personnes et les couples à faible revenu qui, autrement, n'auraient peut-être pas pu accéder à ces aides financières importantes.

130

**Services de soins des pieds** - Grâce à notre soutien infirmier subventionné, les participants, dont beaucoup sont diabétiques, ont reçu des soins essentiels des pieds qu'ils n'auraient pas pu se permettre autrement.

12

**Consultation en clinique de la mémoire** pour évaluer les troubles de la mémoire des personnes âgées et les sensibiliser à la nécessité de consulter un médecin. Les participants ont indiqué qu'ils souhaiteraient qu'une infirmière soit disponible pour répondre à leurs besoins de santé.



## À MES CÔTÉS:

«Je suis profondément reconnaissante pour tout ce que vous avez fait pour moi pendant cette période difficile concernant l'homologation du mandat de protection.

Du fond du cœur, merci pour votre disponibilité et votre générosité, elles m'ont été d'un immense soutien.

Je suis vraiment touchée par votre engagement et par la façon dont vous avez été à mes côtés.

"Merci pour toute l'aide que vous m'avez apportée, je n'aurais pas su où aller ni à qui m'adresser ! Je me sens privilégiée d'être si bien prise en charge !"

Je vous souhaite, ainsi qu'à toute l'équipe de La Théière, un succès continu et une longue vie à votre organisation extraordinaire.»

*-Monique Martin, participante de département d'intervention*

# DÉPARTEMENT DE PRÉVENTION

## SANTÉ ET BIEN-ÊTRE

L'activité physique est essentielle au bien-être mental. Elle contribue à réduire le stress, à améliorer l'humeur et à stimuler les fonctions cognitives. Une activité physique régulière favorise l'équilibre émotionnel, la clarté mentale et les liens sociaux, permettant ainsi de gérer sa santé mentale et de cultiver une attitude positive.

**Marche pour le bien-être** : Plus qu'une simple promenade, ce programme a réuni des individus dans la nature, favorisant l'activité physique tout en luttant contre la solitude et en encourageant une santé mentale positive par le partage d'expériences et le soutien communautaire. **36 personnes ont bénéficié de cette activité.**

**Boogie pour les cerveaux** est une initiative musicale dynamique qui stimule le corps et l'esprit. En combinant mouvements rythmiques doux et engagement cognitif, elle aborde les problèmes de santé mentale tels que l'anxiété et la dépression, tout en favorisant les liens sociaux et le sentiment d'appartenance.

Cette activité a mobilisé **54 participants** depuis septembre.



Chez La Théière, nous sommes convaincus que l'activité physique n'est pas seulement un moyen de prévenir les effets du vieillissement : elle est essentielle au maintien d'un bien-être général. Nos offres, notamment le **Pilates, l'aérobic, le tai-chi, le yoga sur chaise et le yoga stretch & fusion**, aident les participants à rester actifs et en bonne santé. Mais au-delà de la simple activité physique, nous souhaitons que les participants se sentent connectés à nos services, surtout lorsqu'ils en ont le plus besoin. Nous voulons que chacun sache qu'il ne s'agit pas seulement de faire du sport, mais qu'il fait partie d'une communauté solidaire, prête à contribuer à son bien-être à tout moment. Au cours de l'exercice, **485 personnes** ont participé à une ou plusieurs activités physiques.

### 612 Participants actifs aux activités de prévention

Ont déclaré qu'ils ne s'engageraient pas dans des activités de mouvement si ce n'était pas pour le faible coût, les conseils et le soutien fournis par les activités de La Théière.

85%

89%

Après le programme, les participants ont déclaré se sentir plus énergiques et moins anxieux.

95%

Des participants se sentent dotés des outils nécessaires pour gérer efficacement le stress

### Principaux points à retenir partagés :

**SENS DE LA  
COMMUNAUTÉ**

**OUTILS DE GESTION  
DU STRESS**

**MOTIVATION  
RENOUVELÉE  
POUR LE MOUVEMENT**



*Les participants ont souligné des améliorations dans la conscience de soi, la résilience émotionnelle et leur capacité à gérer l'anxiété et la dépression.*

# DÉPARTEMENT PRÉVENTION

## ATELIERS ÉDUCATIVES

Cette année, nous avons offert avec succès **36 ateliers éducatifs** sur divers sujets; plus particulièrement, trois séries d'ateliers se sont démarquées par leur contribution significative à l'amélioration du bien-être de notre communauté de personnes âgées.

- **La série d'ateliers sur l'âgisme** a favorisé les discussions sur la remise en question des stéréotypes et la promotion du vieillissement positif.
- **La série d'ateliers Essentrics** a aidé les participants à améliorer leur santé physique grâce à des exercices accessibles, augmentant la mobilité et l'énergie.
- **La série d'ateliers Nature et Bien-être** a permis aux participants de découvrir le pouvoir guérisseur de la nature, de réduire le stress et de favoriser la pleine conscience. Ces ateliers ont permis à nos membres d'adopter une vie plus saine et plus connectée.

## APPRENTISSAGE ET PLAIDOYER

Grâce à notre partenariat avec l'Alphabétisation Sans Limites, nous avons rendu nos programmes véritablement inclusifs en offrant un soutien essentiel à l'alphabétisation et une formation technologique. Cette approche combinée donne aux individus la confiance et les compétences nécessaires pour évoluer dans un monde de plus en plus numérique, favorisant ainsi une plus grande indépendance, un engagement social et une résilience accrue. En renforçant ces bases, nous permettons aux membres de la communauté de prendre leur vie en main et de participer pleinement à tous les aspects de la vie communautaire.

**339 aide technique individuelle** : Donner aux aînés les moyens d'agir grâce à l'éducation numérique et à un soutien personnalisé transforme la vie en comblant la fracture numérique et en ouvrant les portes à des services essentiels, à des liens sociaux et à l'apprentissage tout au long de la vie.

**35 personnes ont participé à deux ateliers : Fabrication de cartes d'amour de soi et cartes des fêtes.**

**Partenariat avec l'alphabétisation sans limites** : promouvoir l'accessibilité et l'inclusion garantit que chacun peut participer pleinement à la société, en éliminant les barrières causées par les difficultés linguistiques ou d'apprentissage.



« La Théière m'a aidée à sortir d'un trou noir. Je me fais de nouveaux amis et des gens formidables. Elle m'a sauvé la vie. »  
– Participant anonyme à notre enquête D.E.I.

## INATTENDU!

### ADOPTER LES ARTS POUR LE BIEN-ÊTRE

Bien que nos programmes aient toujours été axés sur le bien-être mental et les liens communautaires, un résultat passionnant est apparu : les participants s'engagent de plus en plus dans les arts comme élément clé de leur bien-être.

Au travers d'ateliers, de voyages et d'événements spéciaux, des personnes ont partagé comment des activités comme les chorales, les chants et l'improvisation amélioraient leur humeur, encourageaient l'expression personnelle et favorisaient l'engagement social. Ces exutoires créatifs sont devenus des outils essentiels pour gérer le stress, nouer des liens avec les autres et ressentir de la joie.

Nous nous engageons à faire de ces séances axées sur les arts une partie régulière de notre programmation.



## DÉCLARATION D'IMPACT :

Boogy pour les cerveaux a fait une grande différence dans ma vie. Il m'a aidée à retrouver équilibre physique, clarté mentale et confiance après un accident et une maladie. Le mélange de mouvement, de musique et de comptage a amélioré ma coordination et ma mémoire.

Le cours m'a aussi apporté de la joie ; je me sens connectée aux femmes solidaires. J'ai aussi ressenti une nouvelle estime de mon corps.

Je me sens plus gracieuse, plus sûre de moi et je me sens à nouveau moi-même.

-Rafika Charania  
*Membre depuis 2023*

# DONNÉES DÉMOGRAPHIQUES DES BÉNÉVOLES

**99** Bénévoles actifs

**28** Nouveaux bénévoles par rapport à l'année dernière

**6 212 heures** Ce temps équivaut à environ 3 employés à temps plein travaillant tout au long de l'année.



**60%** Ont entendu parler de nous par le bouche à oreille

**51%** Faites du bénévolat depuis plus de 3 ans

**26%** Bénévole 2 à 3 heures par semaine.

**36%** Faites du bénévolat occasionnellement lorsque nécessaire.

**23%** Bénévole 1 heure ou moins.

*Une évolution du bénévolat vers une participation plus flexible et ponctuelle plutôt que vers des engagements réguliers et programmés.*

## Principales raisons de faire du bénévolat

**55%** Redonner à leur communauté

**20%** Être actif dans leurs temps libres

**20%** Pour rencontrer de nouvelles personnes

**5%** Nouvel arrivant, immigrant ayant besoin de développer des compétences et des expériences (parmi les 5% ne sont pas citoyens canadiens)

**84%** 

Femelle

**16%** 

Mâle

## Langues

**48%** anglais

**33%** français

**19%** allemand, kirundi, grec, espagnol et arabe/berbère

**100%**

des bénévoles ayant survécu ont déclaré qu'ils estimaient que leur contribution en tant que bénévole était valorisée et appréciée.



## Profil des bénévoles:

70 à 79 ans **31%**

60 à 69 ans **27%**

Vivent seuls **66%**

Sont retraités **60%**

Travaille à temps partiel **20%**

Sans emploi **20%**

*Les statistiques ci-dessus sont basées sur les 63 réponses à notre enquête démographique sur les bénévoles.*

# DÉPARTEMENT DE BÉNÉVOLAT - PEER TO PEER



## Friperie “Boutique” et programme Ambassadeur

Nos initiatives entre pairs, notamment la « Boutique » de la friperie et le programme Ambassadeurs, permettent aux membres de s'entraider. Des bénévoles qui gèrent la Boutique aux Ambassadeurs qui accueillent et guident les nouveaux participants, ces programmes favorisent les liens, la motivation et un fort sentiment d'appartenance chez les aînés. Ce modèle réduit non seulement l'isolement, mais favorise également la dignité et l'engagement par une contribution significative.



## Café des langues - Des conversations qui comptent !

Depuis janvier 2025, notre Café de Conversation Linguistique réunit chaque semaine un groupe dynamique de membres de la communauté pour pratiquer l'anglais, le français et l'espagnol dans un espace accueillant et inclusif. Ouvert à des personnes de tous horizons, le groupe offre un environnement détendu pour développer la confiance en soi, améliorer la fluidité et favoriser des liens interculturels enrichissants. Nous comptons sur un groupe de bénévoles formidables et fiables pour proposer cette nouvelle activité.

### AUTONOMISER LES BÉNÉVOLES GRÂCE À UNE ORIENTATION ET UN SOUTIEN CONTINU

**78 heures** de formation mondiale dispensées à 45 volontaires

Formation visant à renforcer les compétences en communication, en empathie et en stratégies de soutien.

**20 % des bénévoles ont exprimé** le besoin de davantage de formation dans la gestion des conversations difficiles, soulignant un désir de grandir dans une dynamique interpersonnelle sensible

- **85 %** ont déclaré qu'ils recevaient des conseils, du mentorat et du soutien de la part du personnel lorsqu'ils faisaient du bénévolat

Cela souligne notre engagement continu à responsabiliser les bénévoles et à améliorer la qualité du soutien fourni à nos membres.



## Impact communautaire grâce à la formation

Nous sommes fiers d'avoir offert deux formations clés aux bénévoles : RCR/Premiers soins en novembre et Formation en santé mentale avec AMI-Québec en octobre 2024. Ces séances ont permis aux bénévoles d'acquérir des compétences essentielles tout en favorisant les liens entre pairs, l'apprentissage partagé et un soutien plus approfondi pour eux-mêmes et les populations vulnérables qu'ils servent.

# DÉPARTEMENT DES BÉNÉVOLES :



## Connexions intergénérationnelles

Le Centre de La Thérière 50+ est fier d'avoir élargi ses initiatives intergénérationnelles, créant ainsi des liens plus significatifs entre les aînés et les jeunes générations. Grâce à des programmes communs comme le tutorat technologique, notre boutique, le Club matinal, Soupe et sandwich, le Club des cartes d'anniversaire et un atelier de recherche d'emploi en partenariat avec Indeed Canada, nous favorisons l'apprentissage mutuel, éliminons les barrières d'âge et bâtissons une communauté plus forte et plus inclusive. Ces efforts enrichissent la vie de tous les âges : une conversation, une activité et un sourire à la fois.



## Stages étudiants

Au cours de la dernière année, nous avons activement recruté des étudiants stagiaires de diverses écoles pour rejoindre notre centre communautaire. Grâce à des partenariats avec des établissements d'enseignement, nous avons accueilli un groupe diversifié d'étudiants désireux d'apprendre et de contribuer. Leurs perspectives nouvelles et leur dynamisme ont grandement enrichi nos programmes, tout en leur offrant une expérience pratique précieuse dans un environnement stimulant et intergénérationnel. Nous avons accueilli des étudiants de la Lakeside Academy, de l'École Boileau, du programme de trilinguisme du Cégep André-Laurendeau, du programme de Techniques en Travail Social du Cégep André-Laurendeau, du programme de CRLT du Cégep Dawson, du programme de Techniques d'éducation spécialisée du Collège Vanier et du programme de sciences infirmières de l'Université McGill.

**46** Étudiants

**684** Heures consacrées à leur apprentissage et au développement de leurs compétences

**6** Écoles qui proposent des stages d'experts

- **Académie Lakeside** - École secondaire
- **Université McGill** - Étudiants en sciences infirmières
- **École Boileau** - (Adultes ayant une déficience intellectuelle)
- **CEGEP André-Laurendeau** (Trilinguisme – 2e année)
- **CEGEP André-Laurendeau** (Techniques en Travail Social)
- **Cégep Vanier** - Services de counseling en soins spécialisés



## L'ART DE DONNER:

Être chauffeur bénévole, ce n'est pas seulement offrir des trajets, c'est une bouée de sauvetage.

Pour beaucoup, le choix est entre manquer un rendez-vous et obtenir les soins dont ils ont besoin.

Je suis fier de participer à un projet qui apporte dignité et soutien à nos aînés, un trajet à la fois.

-Edward Lalonde  
Bénévole et participant  
depuis 2015

# MARKETING ET FINANCEMENT

## Renforcer notre voix et notre présence

Cette année, La Théière a fait des progrès significatifs dans la communication de sa mission et la mobilisation du public. Grâce au mentorat et à l'expertise de Gabrielle Thomas, nous avons créé des vidéos et du contenu pour les médias sociaux qui ont donné vie à nos programmes. Ses conseils, combinés au travail de notre coordonnatrice des communications, nous ont aidés à gagner en confiance, à développer des compétences transférables et à adopter une approche plus réfléchie de l'engagement communautaire. De plus, notre coordonnatrice des communications a suivi une **formation au Centre St-Pierre**, ce qui nous a permis de renforcer notre message et d'assurer sa cohérence.

Nous avons poursuivi la mise en œuvre de notre plan marketing en lançant une page web dédiée au développement communautaire afin de mettre en avant les initiatives que nous avons soutenues. Afin d'améliorer l'accessibilité, nous avons commencé à revoir nos supports afin de garantir leur accessibilité et leur convivialité.

En matière de collecte de fonds, **La Théière a récolté plus de 32 000 \$ grâce à des campagnes ciblées**, des partenariats communautaires et des initiatives locales. Nous avons mis en place un système de gestion des donateurs, permettant une communication et des remerciements plus rapides et plus personnalisés.

Nous sommes particulièrement reconnaissants à la **Banque Desjardins pour son don de 5 000 \$**, qui a permis de livrer des colis aux participants isolés. Le soutien continu de Bingo Lachine a permis de proposer des services comme le transport, des déplacements en minibus et des sorties culturelles, tandis que la Fondation Grace Dart nous a aidés à combler le fossé numérique pour les aînés.

Notre comité externe a joué un rôle clé dans l'organisation de notre tirage pour notre campagne Connexions joyeuses, en développant des partenariats locaux et en augmentant notre visibilité. Les revenus provenant de la Boutique, de la collecte de petites pièces, du Café et des tirages moitié-moitié ont démontré une fois de plus la force de la générosité portée par la communauté. À l'avenir, nous continuerons à nouer des partenariats solides et à lancer des campagnes inclusives et axées sur les liens. Nous développerons également le programme de dons en hommage, permettant aux donateurs de rendre hommage à leurs proches par des contributions significatives en héritage au bénéfice des adultes



«Travailler sur un contrat de médias sociaux pour le Centre La Théière 50+ a été une expérience incroyablement enrichissante. Cela m'a permis d'utiliser ma créativité pour mettre en valeur leur travail essentiel tout en tirant profit de la chaleur, de la sagesse et du dévouement des participants et du personnel. Je suis vraiment reconnaissant d'avoir l'opportunité de contribuer à un impact communautaire aussi significatif.»

— Gabrielle Thomas

**5320**

Impressions mensuelles moyennes du site Web

**35%**

Augmentation du nombre d'abonnés à l'infolettre



# ACTIONS STRATÉGIQUES 2025-2026

**La Théière s'adapte à la communauté en constante évolution et crée un espace inclusif.**

**Statistique n° 1 : Créer des programmes pour des groupes diversifiés**

- Développer des activités en soirée pour les seniors de 50 ans et plus

**Stratégie n°2 Augmenter la visibilité**

- Comité de sensibilisation des citoyens - Mieux faire comprendre au public comment La Théière contribue au bien-être des plus de 50 ans. Créer un « village » de personnes (de tous âges) investies dans le vieillissement.

**Stratégie n° 3 : Collaborer avec des partenaires de la communauté**

- Événements communautaires et programmation collective
- Connectez-vous et créez un partenariat nouveau et diversifié

**La Théière est une communauté de confiance et sûre où les gens acquièrent les compétences et les outils nécessaires pour soutenir leur propre bien-être mental.**

**Stratégie n°1 : Développer une équipe capable de soutenir le bien-être mental des participants**

- Mettre en œuvre une supervision clinique pour le personnel (consultation externe)
- Partage de ressources en santé mentale (documents, livres, etc.)
- Établissez des partenariats avec des organismes de santé mentale pour offrir des ressources d'externalisation en santé mentale.

**Stratégie n°2 Créer de nouveaux services et ressources**

- Développer des séries d'ateliers éducatifs

**Stratégie n° 3 : Investir dans des partenariats et collaborer avec des institutions/organisations spécialisées en « santé mentale »**

- Augmenter les activités et les services de sensibilisation dans la communauté auprès des participants, de la famille, des amis et des proches.

**La Théière donne la priorité au sens du but et à la valeur du personnel, ce qui contribue à une communauté saine.**

**Stratégie n°1 : Enrichir la culture de l'apprentissage et de la reconnaissance  
Trouver un espace où l'apprentissage peut être transféré**

- Créer une culture de pratique de l'apprentissage

**Stratégie n°2 : Investir dans le bien-être et l'équilibre entre vie professionnelle et vie privée de nos employés**

- Créer un espace de rassemblement pour renforcer l'esprit d'équipe
- Réfléchir et analyser comment offrir de la flexibilité à tous les travailleurs

**Stratégie n° 3 : Mettre l'accent sur l'équité salariale et les avantages sociaux**

- Créer une structure permettant d'ajuster les salaires et les avantages sociaux de tous les employés
- Offrir des avantages sociaux créatifs et innovants)



## UNE AMITIÉ EST NÉE:

Vilma (à gauche) et Winnie (à droite) se sont rencontrées grâce à leur amour du Scrabble. Tous deux ont trouvé réconfort, complicité et force l'une auprès de l'autre.

Ce qui a commencé comme un simple moment d'échange à La Théière s'est transformé en une amitié de 15 ans, empreinte de rires, de soutien et d'apprentissages partagés.

Merci, Vilma et Winnie, de nous rappeler les liens profonds et la résilience qui fleurissent au sein de la communauté.

-Winnie et Vilma  
actives depuis 2005

# RAPPORT FINANCIER

Sources de revenus et de dépenses

## REVENU

CIUSSS (PSOC)	249 507 \$
Subventions fédérales et municipales	5 050 \$
Programmes et services	62 825 \$
Centraide	116 100 \$
Dons et collectes de fonds	40 445 \$
Fondations et subventions	147 122 \$
Bingo Lachine	40 880 \$
Députés, Intérêt etc.	8 474 \$



**REVENU TOTAL : 670 403 \$**  
(p. 11 du rapport d'audit)

## DÉPENSES

Programmes et services	621 443 \$
Bureau et bâtiment	44 265 \$
Marketing et communication	12 125 \$
Administratif et Assurance	11 789 \$

**DÉPENSES TOTALES : 689 622 \$**  
**Déficit (19 219 \$)**  
(p. 5 du rapport d'audit)

# DONATEURS



# PARTENAIRES

ACEF du Sud-Ouest | Ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation du Québec (MAPAQ) | Avatil | Bibliothèque Atwater | Bibliothèque de Lachine | Carrefour d'entraide Lachine | C.A.D.R.E. | Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de l'Ouest-de-l'Île-de-Montréal (CIUSSS ODIM) | Centre social d'aide aux immigrants (CSAI) | Centre multi-ressources de Lachine (CMRL) | Centre Vieux Moulin de LaSalle et Ligne de fournisseur | Centre La P'tite Maison de Saint-Pierre | CLSC de Dorval-Lachine | COVIQ Duff Court | Club des personnes handicapées du Lac Saint-Louis | Groupe des aidants du Sud-Ouest (GASO) | Les P'tits Marchés de Lachine | Lachine Accueille | Literacy Unlimited | Institut Thomas More | SPVM – Poste de quartier 8 (PDQ 8) | Services psychosociaux généraux et relais du projet « Réseau d'Éclaireurs » | Parrainage civique de la banlieue ouest | Centre d'action bénévole de l'Ouest-de-l'Île | Centre de bénévolat de Montréal | LIAM – Ligne Intervenant.e-s Aîné.e-s Montréal | Gay & Grey Montréal | Projet de suivi communautaire | ITMAV | La Cantine pour tous | Maison des jeunes L'Escalier de Lachine | La Porte Jaune (The Yellow Door) | Westmount One | Institut de ressources sur la crise et les traumatismes (CTRI) | Commission de la santé mentale du Canada | Géronto-logi | NOVA | Suicide Action Montréal (SAM) | Info 211 | Ligne d'assistance pour maltraitance envers les aînés | Tel-Aide Montréal | Mission Bon Accueil | Action Bénévole Québec | Dynamo | COCo – Centre des organismes communautaires | Ricochet | 59 St-Pierre | Ami(e)s de la santé mentale | Thérapie assistée par les animaux – Caring Paws (CPAT) | Piscine Lachine Ouest | Centre de crise de l'Ouest-de-l'Île | Société Alzheimer de Montréal | Gérontologie | RBC Dominion valeurs mobilières | Club Rotary de Montréal Lakeshore | Service Canada | Fondation Emergence |

# MEMBRES DE:

Conseil Concert'Action Lachine | Table de réflexion et d'action interculturelles de Lachine (TRAIL) | Groupe de travail en sécurité alimentaire de Lachine (GTSAL) | Table 50+ Dorval-Lachine | Table de concertation des aînés de l'île de Montréal - TCAÎM | COMACO: La Coalition pour le maintien dans la communauté | Conseil des femmes de Montréal | Le Regroupement intersectoriel des organismes communautaires de Montréal (RICOM) | WIN: west island intergenerational network | Centre d'action bénévole Ouest-de-l'Île | Le Centre d'action bénévole de Montréal (CABM) | Association québécoise des centres communautaires pour aînés (AQCCA) |

# CONTRIBUTEURS

Action Autonomie | Services funéraires Actuel | Centre d'assistance et de référence (ARC) | Bibliothèque Atwater | Brigade solidaire de Lachine | Banque de Montréal | Agence du revenu du Canada | Croix-Rouge canadienne | Cégep Vanier | Collège Dawson | Éducaloi | Handicap-Vie-Dignité | Aide aux aînés | Karen Tannous | Kathleen Murphy | Valérie Fillion | Philip Lauzon | Kevin Boire | Monique Choquet | Labo Dumoulin | Lobe – Cliniques de santé auditive et de communication | Étudiants en sciences infirmières de McGill | DRAW – Université McGill | Observatoire sur le vieillissement et la société (OVS) | Représentant Philips Lifeline | Service Canada | Suzanne Reid | Florence Say | Annie-Effijie Brault | Lisa Hanash | Alejandra Gil | Sasha Cardinal | Ryan Backer | Nicola Goddard | John Pinnel | Laura Gan | Kasia Malec | Marie Corbeil de Parkinson Montréal | Kathleen Murphy – Organisatrice professionnelle | Dre Morais, M.D., directrice de la médecine gériatrique à McGill | Nelly Esmeralda Zarfi – Animatrice de groupe de théâtre | S. Maltezo – Doctorante en neuropsychologie | S. Ziou – Diététicienne | Dr Antonio Canuto – Optométriste | Cynthia Thibeault | Alan Wright – Auteur | Melissa Simard – Artiste/épicurienne du MEM | Russell Clough – Infirmier clinicien à l'Hôpital Douglas | Dr Chonciere & Dr Poulin – Membres du Groupe de travail canadien sur la douleur | Roger Chalet – Représentant Philips Lifeline | Jean-Marc Bélanger – Pharmacien communautaire | Patricia Clark – Vie active Canada | Jennifer Hobbs-Robert – Conseillère principale – JHCP | Kirstin Bennett – Planificatrice en soins aux aînés et défenseure du vieillissement actif | Gabrielle Thomas (The Community Gab) | Laurie-Lynn Macdonald | Michael Bardier | Jasmina Wegrzycka

MERCI À NOTRE PERSONNEL, PARTICIPANTS, BÉNÉVOLES, PARTENAIRES, DONATEURS ET BAILLEURS DE FONDS D'AVOIR AIDÉ LA THÉIÈRE À CRÉER UNE COMMUNAUTÉ PLUS INCLUSIVE ET ÉQUITABLE OÙ LES PERSONNES DE 50 ANS ET PLUS SONT CONNECTÉES, RESPECTÉES ET HABILITÉES À S'ÉPANOUIR.



CENTRE LA THÉIÈRE 50+  
THE TEAPOT 50+ CENTRE