

**RAPPORT
ANNUEL**

**2025
2026**

Connecter
les gens
par l'**activité !**



**Contactivity
CENTRE
Contactivité**

310 Victoria Ave. Suite 102, Westmount, QC H3Z 2M9
514-932-2326 | admin@contactivitycentre.org

www.contactivitycentre.org

**PROGRAMMES ET SERVICES
POUR LES ÂÎNÉS**



TABLE DES MATIÈRES



Message du Directrice générale et du Président	3
À propos du Centre Contactivité	4
Membres	5
Programmation	6
Bougez	7
Créez	8
Apprenez	8
Jouez	9
Les repas communautaires	9
Sorties	9
Programmes intergénérationnels avec l'école Selwyn House	10
Engagement communautaire	11
Services de bénévoles	12
Remerciements à nos donateurs et bailleurs de fonds	12





MESSAGE DU LA PRÉSIDENTE ET DE LA DIRECTRICE GÉNÉRALE

Chers membres et ami-es de Contactivité,

L'année qui vient de s'écouler a été marquée par une croissance soutenue, la bienveillance et un fort esprit communautaire au Centre Contactivité. Guidées par notre mission de rapprocher les personnes âgées, de réduire l'isolement, d'offrir du soutien, de proposer une programmation enrichissante et de défendre les intérêts des personnes âgées, nous sommes fières de tout ce que nous avons accompli ensemble.

Tout au long de l'année, nous avons continué à multiplier les occasions permettant aux personnes âgées de demeurer actives, engagées et connectées à leur communauté. Qu'il s'agisse de nouvelles activités récréatives, d'ateliers éducatifs, de sorties, d'événements sociaux ou d'initiatives intergénérationnelles, nos programmes ont créé des expériences significatives et favorisé un vieillissement actif et épanoui.

L'une des réalisations les plus importantes de l'année a été le lancement de notre nouveau **Programme de jour destiné aux personnes âgées vivant avec un trouble cognitif léger**. Rendu possible grâce au généreux soutien de la **Fondation Grace Dart**, ce programme a été conçu afin d'offrir un environnement accueillant, stimulant et bienveillant aux personnes âgées qui vivent les premiers changements cognitifs. Grâce à des activités adaptées, à l'engagement social et à un accompagnement empreint de compassion, ce programme a déjà un impact inestimable sur les participants et leurs familles, contribuant à réduire l'isolement et à offrir un répit précieux aux proches aidants.

Nos programmes et services n'auraient pas été possibles sans l'appui exceptionnel de nos bailleurs de fonds, donateurs, bénévoles et partenaires communautaires. La force et la pérennité du Centre Contactivité reposent sur ces relations essentielles, et nous leur sommes profondément reconnaissantes de leur générosité et de leur engagement continu.

À notre **conseil d'administration** dévoué, merci pour votre leadership réfléchi et votre engagement indéfectible envers le succès à long terme de notre organisme. Votre vision et vos orientations stratégiques contribuent à bâtir un centre communautaire solide et dynamique au service des personnes âgées.

À **notre équipe** exceptionnelle, merci pour le soin, la créativité et le dévouement que vous apportez chaque jour à votre travail. Votre contribution enrichit la vie de nos membres et crée l'atmosphère chaleureuse et accueillante qui caractérise notre centre.

Alors que nous portons un regard sur la dernière année, nous le faisons avec gratitude, fierté et optimisme pour l'avenir. Merci de faire partie de la communauté Contactivité. Ensemble, nous nous réjouissons de poursuivre notre croissance, de renforcer nos liens et d'accroître notre impact positif au cours de l'année à venir.

Cordialement,

Ann Rutledge

Ann Rutledge
Présidente

Benita Goldin

Benita Goldin
Directrice générale



Ann Rutledge - Présidente



Benita Goldin - Directrice générale





À PROPOS DU CENTRE CONTACTIVITÉ

MISSION

Faciliter l'autonomisation individuelle et collective ainsi que le bien-être des aîné-e-s.
Réduire les nombreuses formes d'exclusion, de pauvreté et d'isolement des aîné-e-s en favorisant le soutien mutuel et en créant des liens entre les aîné-e-s et les générations plus jeunes.
Collaborer afin que les aîné-e-s restent pleinement impliqué-e-s et positivement valorisé-e-s par la communauté et la société québécoise dans son ensemble.

Depuis plus de 50 ans, le Centre Contactivité est un centre communautaire dynamique et animé à Montréal destiné aux adultes de 60 ans et plus. Nous sommes fiers de proposer aux aînés des programmes et des activités qui leur permettent de rester actifs, engagés et en contact avec les autres. Que ce soit en personne ou en ligne, nous avons hâte de vous accueillir !

6 réunions du conseil d'administration ont eu lieu en 2025-2026.

Le comité des ressources humaines s'est réuni **deux reprises**, tandis que le comité d'audit et des finances s'est réuni à **trois reprises**.

CONSEIL D'ADMINISTRATION

Ann Rutledge

Présidente

Susan Szalpeter

Vice-présidente

Rebecca Alter

Secrétaire

John Bailey

Trésorier

Tony Wait

Administrateur

Sandra Baines

Administratrice

Rosalind Davis

Administratrice

Don Hendy

Administrateur

Dr Stanley Heisler

Administrateur

Benita Goldin

Directrice générale

ÉQUIPE

Benita Goldin

Directrice générale

Monica Flowers

Adjointe de direction

Emily Rill

Coordonnatrice des programmes

Elana Schwartz

Responsable des programmes intergénérationnels

Olivia Stairs

Responsable de programme

Lucas Liberta

Responsable de programme

Stephanie Gaidica

Responsable du programme de jour

Catherina Ellazar

Assistante au programme de jour

Noemi Stafford

Responsable de programme (jusqu'en novembre 2025)

Jawdat Dib

Travailleur de milieu (jusqu'en novembre 2025)

Elizabeth Buchanan

Travailleuse milieu

INSTRUCTEUR-E-S

Ashod Alemian

Suzy Levy

Aleksandrina Bakarova

Rob Lutes

Laurie Batrville

Giovanni Natale

Sachas Benard

Hayden Nolan

Philippe Briand

Trudie Ogden

Kirk Brydges

Natalie Osbourne

Giovanna Carrubba

Jonathan Palevsky

Yvonne Clark

Isabel Pardo

Dan Dutton

Julie Pomerleau

Alexa Gagnon

Zack Powell

Pamela Grimaud

Dr. Jason Retter

Sheldon Harvey

Lana Romandini

Chong Hu

Patricia Sikender

Natalie Kalinowicz

Catherine Sones

Carrie Kessner

Sheli Stevens

Nellie Kopek

Francis Therrien

Manon Lacroix

Jane Thomson

Rolland Lebrasseur

Dr. Avi Whiteman

Harvey Levinson

Colin Young

MEMBRES

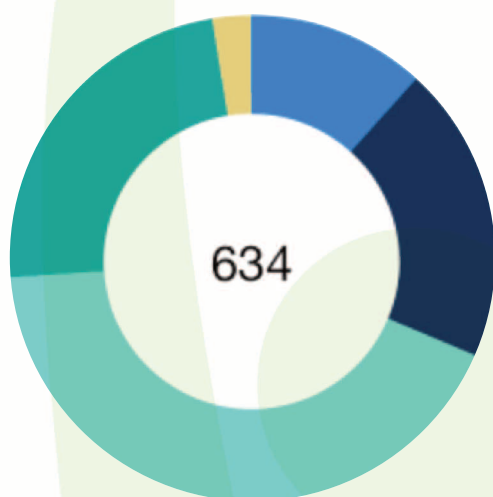


Le Centre Contactivité dont la mission est d'offrir aux personnes âgées des programmes stimulants, des occasions de créer des liens sociaux, de s'impliquer dans la communauté et de recevoir du soutien tout au long du vieillissement.

L'adhésion annuelle est offerte au coût de 20 \$, ou de 45 \$ pour les membres qui souhaitent recevoir par la poste les bulletins trimestriels de programmation. L'adhésion donne accès à divers avantages, notamment la participation gratuite à certaines activités, des tarifs réduits pour les programmes ainsi que des occasions de prendre part à une communauté dynamique et accueillante. Grâce à ces efforts, nous avons maintenu une base de membres solide et active.

Nos membres sont principalement des personnes âgées vivant de façon autonome dans des appartements, des copropriétés et des HLM à Westmount et dans les communautés avoisinantes, notamment le centre-ville de Montréal, Notre-Dame-de-Grâce (NDG), Côte-Saint-Luc, Hampstead, Snowdon, Lachine, LaSalle, la Rive-Sud, l'Île-des-Sœurs et Verdun.

Au cours de la dernière année, le Centre Contactivité a fièrement servi 634 membres.



STATISTIQUES SUR LES MEMBRES

Tranche d'âge		Nombre de membres
< 64		74
65 - 74		125
75 - 84		270
85+		149
Autres		16





PROGRAMMATION

PORTÉE ET IMPACT

Au cours de l'exercice financier 2025-2026, le Centre Contactivité a poursuivi sa mission en offrant une programmation diversifiée favorisant le vieillissement en santé, les liens sociaux, le soutien individuel et l'engagement communautaire.

Cette année, **3 851** inscriptions ont été enregistrées dans nos programmes et activités, tandis que **851** personnes distinctes ont participé à au moins une activité du Centre.

Ces résultats témoignent à la fois de la portée considérable de notre programmation et du niveau élevé d'engagement de nos membres. Les participants prennent part activement et régulièrement aux nombreuses activités offertes, créant ainsi une communauté dynamique et engagée. Au cours de l'année, le Centre Contactivité a offert plus de **2 000 heures** de programmation. Cette offre variée a permis aux aînés de maintenir leur santé physique, de développer leur créativité, de poursuivre leurs apprentissages, de tisser des liens sociaux significatifs et de bénéficier de services de soutien adaptés à leurs besoins.

En 2025-2026, nous avons continué à innover en développant de nouvelles initiatives tout en consolidant les programmes les plus appréciés de nos membres. Des activités artistiques aux programmes de conditionnement physique, en passant par les projets intergénérationnels et les services de soutien, notre travail reflète notre engagement à bâtir une communauté inclusive, active et solidaire.

PROGRAMMES DE SOUTIEN AUX MEMBRES ET AUX PROCHES AIDANTS

PROGRAMME DE JOUR POUR LES ÂÎNÉS VIVANT AVEC UN TROUBLE COGNITIF LÉGER

Cette année a marqué une étape importante dans l'évolution du Centre Contactivité avec la mise en place de notre **Programme de jour destiné aux aînés vivant avec un trouble cognitif léger ou des pertes de mémoire**. Ce programme, rendu possible grâce au généreux soutien de la **Fondation Grace Dart**, offre un environnement structuré, stimulant et sécuritaire où les participants peuvent prendre part à des activités significatives favorisant leur bien-être, leur participation sociale et leur sentiment d'appartenance. Chaque journée comprend une variété d'activités adaptées, notamment des activités musicales, artistiques, physiques et cognitives ainsi que des discussions de groupe favorisant les échanges et la stimulation intellectuelle.

Le **Programme de jour** offre également un soutien précieux aux proches aidants en leur procurant des périodes de répit essentielles, tout en leur permettant d'avoir l'assurance que leur proche évolue dans un environnement chaleureux et bienveillant. Grâce à cette initiative, le Centre Contactivité poursuit le développement d'un continuum de services permettant aux aînés de demeurer actifs, engagés et valorisés, peu importe leur niveau d'autonomie.

Au cours de la dernière année, **31 membres ont bénéficié du Programme de jour**.



GROUPE DE SOUTIEN POUR PROCHES AIDANTS

Le **Groupe de soutien pour proches aidants conjugués** s'est réuni à **21 reprises** au cours de la dernière année, à l'exception d'une pause estivale. **Douze participants** ont pris part à ces rencontres, qui leur ont offert un environnement sécuritaire et bienveillant où ils pouvaient partager leurs expériences, échanger avec d'autres personnes vivant des réalités semblables et développer des stratégies pour faire face aux défis émotionnels et pratiques liés au rôle de proche aidant. Grâce aux discussions animées et au soutien mutuel, les participants ont pu renforcer leur résilience, réduire leur sentiment d'isolement et accéder à des ressources adaptées à leurs besoins. L'engagement constant des participants témoigne de l'importance de maintenir des espaces accessibles offrant écoute, soutien et accompagnement aux proches aidants.

GROUPE DE SOUTIEN EN DEUIL

Le **Groupe de soutien en deuil** s'est réuni toutes les deux semaines durant la session d'hiver. Ce programme a offert un accompagnement précieux aux personnes vivant le deuil d'un conjoint, d'un proche ou d'un membre de leur famille. À travers les échanges, le soutien mutuel et un accompagnement respectueux, les participants ont pu exprimer leurs émotions, honorer la mémoire de leurs êtres chers et développer des stratégies favorisant l'adaptation et le mieux-être. Ce programme a été grandement apprécié et fait désormais partie intégrante de l'offre régulière du Centre Contactivité.

S'APPUYANT SUR NOS VOILETS DE PROGRAMMATION BIEN ÉTABLIS

2025-2026



Bougez, Créez, Apprenez, Jouez, Les repas communautaires, Sorties, et Retour à l'école à Selwyn –

nous avons continué à élargir et à faire évoluer notre offre d'activités afin de répondre aux intérêts variés de nos participants.



BOUGEZ

La programmation **Bougez** continue d'occuper une place centrale au Centre Contactivité en favorisant la santé physique, la mobilité, l'autonomie et le bien-être général de nos membres.

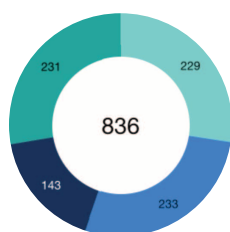
Tout au long de l'année 2025-2026, nous avons offert une vaste gamme d'activités physiques adaptées visant à améliorer la force, la souplesse, l'équilibre et la coordination. Les activités étaient offertes **en présentiel, en ligne ou en formule hybride** afin de répondre aux besoins variés de nos participants.

Cette année, nous avons enrichi notre programmation estivale avec l'ajout du **bocce** et du **disque-golf**, deux activités accessibles permettant aux participants de profiter du plein air tout en demeurant actifs et socialement engagés.

Parmi les activités les plus populaires figuraient **Étirements et mouvement, Kinstretch, Tai-chi et Qi Gong, Movers and Zoomers, Conditionnement physique fonctionnel, Prévention des chutes, Walkie Talkies** et le **Pickleball**.

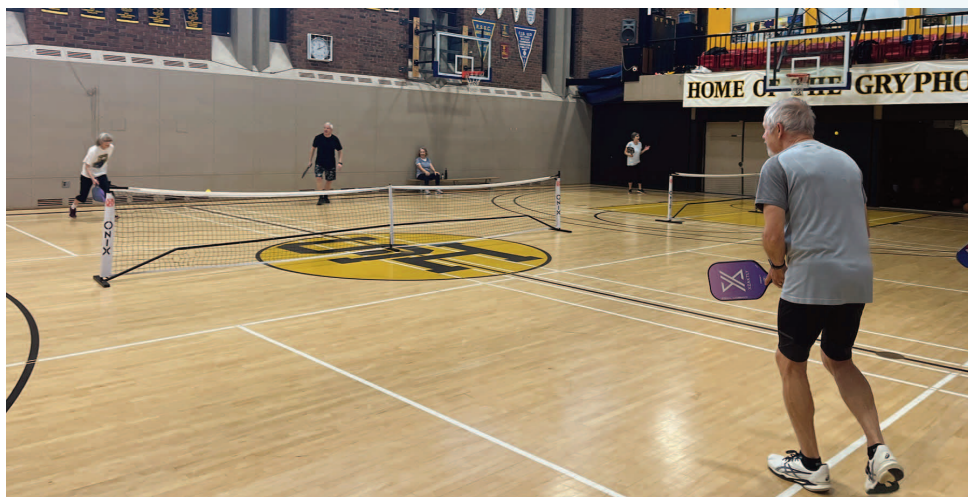
Les activités adaptées sur chaise comme **Danse yoga sur chaise et Yoga sur chaise**, ont continué d'attirer un grand nombre de participants, démontrant l'importance d'offrir une programmation inclusive favorisant la participation de tous les aînés, peu importe leurs capacités physiques.

Au total, **836** inscriptions ont été enregistrées dans la catégorie **Bougez**.



RÉPARTITION DES INSCRIPTIONS **Bougez**

Programmes Automne 2025	Programmes Été 2025
229	143
Programmes Printemps 2025	Programmes Hiver 2026
233	231





CRÉEZ

La programmation **Créez** a permis aux membres d'explorer leur créativité, de développer de nouvelles habiletés et de participer à des activités artistiques enrichissantes dans un environnement accueillant et stimulant.

Tout au long de l'année, les participants ont eu accès à une variété d'activités créatives comprenant les arts visuels, l'artisanat, la musique et des projets collectifs favorisant à la fois l'expression personnelle et les échanges sociaux.

Les activités les plus populaires comprenaient la **peinture acrylique, le dessin, le tricot, le crochet, le groupe Busy Bees** ainsi que différents ateliers saisonniers, notamment **l'art floral**.

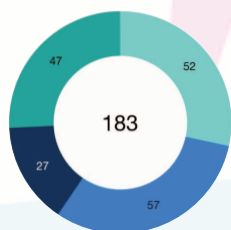
En préparation du **Thé de la Saint-Valentin**, une **série d'ateliers de création de cartes** a également permis aux participants de concevoir des cartes personnalisées qui ont contribué à rendre cette célébration encore plus spéciale.

Cette année, nous avons également ajouté de nouveaux ateliers de **calligraphie** ainsi qu'un **groupe musical communautaire** offrant de nouvelles occasions d'expression artistique et de création collective.

Dans le cadre de la **Semaine mondiale de la musicothérapie**, le musicien **Rob Lutes** a animé l'atelier **Découvrez l'auteur-compositeur en vous**. Cette activité a permis aux participants d'explorer leur créativité à travers l'écriture et la musique dans un environnement accessible et bienveillant.

Au total, **183** inscriptions ont été enregistrées dans cette catégorie.

INSCRIPTIONS AUX PROGRAMMES **Créez** : 183



RÉPARTITION DES INSCRIPTIONS **Créez**

Programmes Automne 2025	52	Programmes Été 2025	27
Programmes Printemps 2025	57	Programmes Hiver 2026	47



APPRENEZ

La programmation **Apprenez** favorise l'apprentissage continu, la curiosité intellectuelle et les échanges enrichissants entre les membres. Au cours de l'année 2025-2026, le Centre Contactivité a offert une variété de conférences, d'ateliers et de groupes de discussion permettant aux participants de demeurer informés, engagés et intellectuellement stimulés.

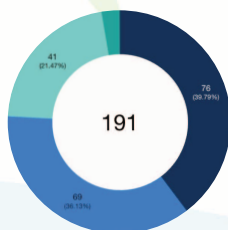
Parmi les activités offertes figuraient notamment **Histoire du costume**, la série de conférences **Que fait mon voisin ?**, **Vieillesse en santé**, ainsi que le **Groupe de discussion sur l'actualité**, qui demeure l'une des activités les plus appréciées des participants.

Dans le cadre du **Mois de l'éducation à l'Holocauste**, nous avons également présenté **Une voix à travers les générations : se souvenir de l'Holocauste**, une activité favorisant la réflexion et l'apprentissage. D'autres ateliers pratiques ont porté sur des sujets concrets touchant la vie quotidienne des aînés, notamment les **augmentations de loyer et les droits des locataires**. Une nouvelle série intitulée **L'art d'être grand-parent : amour, rire et liens durables** a également permis d'explorer les relations intergénérationnelles sous un angle positif et enrichissant.

Les activités de cette catégorie ont démontré un intérêt marqué pour les enjeux d'actualité, l'histoire, les questions sociales et les apprentissages pratiques. Elles contribuent de façon importante au maintien de la stimulation cognitive et au développement de liens significatifs entre les participants.

Au total, **191** inscriptions ont été enregistrées dans cette catégorie.

INSCRIPTIONS AUX PROGRAMMES **Apprenez** : 191



RÉPARTITION DES INSCRIPTIONS **Apprenez**

Programmes Automne 2025	76	Autres activités	5
Programmes Printemps 2025	69	Programmes Hiver 2026	41

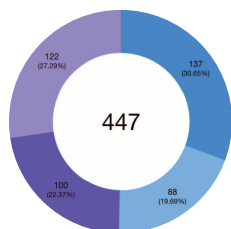




JOUEZ

Le programme **Jouez** a été maintenu en raison de ses bienfaits sociaux et cognitifs. Les principales activités proposées étaient le **bridge**, le **mah-jong**, la **canasta**, les **jeux-questionnaires** et les **jeux de société**.

INSCRIPTIONS AUX PROGRAMMES **Jouez** : 447



RÉPARTITION DES INSCRIPTIONS **Jouez**

Programmes Automne 2025	137	Programmes Été 2025	100
Programmes Printemps 2025	88	Programmes Hiver 2026	122



Les repas COMMUNAUTAIRES

Les repas communautaires demeurent l'une des activités les plus appréciées et les plus rassembleuses du Centre Contactivité. Au cours des sessions du printemps 2025, de l'automne 2025 et de l'hiver 2026, nous avons organisé **30 dîners communautaires et événements spéciaux**, incluant deux grandes célébrations saisonnières ayant chacune accueilli près de **100 participants** le **dîner des Fêtes et le Thé de la Saint-Valentin**.

Au total, environ **720 participants** ont été servis dans le cadre de nos **repas hebdomadaires du jeudi** et de nos **célébrations spéciales**. Ces activités ont généré plus de **1 500 heures** d'engagement social significatif et ont permis aux participants de profiter de repas nutritifs, de conférences éducatives, de prestations musicales, d'animations spéciales et d'occasions privilégiées de socialisation.

Pour plusieurs aînés, particulièrement ceux qui vivent seuls, ces rassemblements représentent un rendez-vous important favorisant le sentiment d'appartenance, la création de liens d'amitié et la réduction de l'isolement social. La popularité constante de ces activités témoigne du besoin réel d'espaces accueillants où les aînés peuvent partager un repas, échanger et participer pleinement à la vie communautaire.

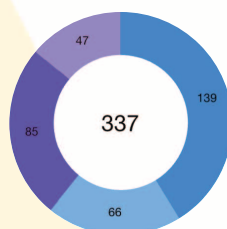


SORTIES

Avec nos programme **Sorties**, tout au long de l'année 2025-2026, le Centre Contactivité a organisé une variété de sorties culturelles, éducatives et récréatives permettant aux participants de demeurer actifs, curieux et engagés dans leur communauté. Les participants ont visité le **Musée des beaux-arts de Montréal**, assisté à des représentations théâtrales à l'**Upper Canada Playhouse**, découvert un **vignoble** et une **ferme apicole**, participé à une **sortie d'observation des oiseaux**, admiré les couleurs automnales au **Camp Kinkora**, partagé un repas à l'**ITHQ** et célébré les traditions québécoises lors d'une visite à la **cabane à sucre**. Ces activités ont offert de précieuses occasions de découverte, de socialisation et d'apprentissage tout en contribuant à réduire l'isolement social et à améliorer le bien-être général des participants. Qu'il s'agisse d'assister à un spectacle, de découvrir un nouveau lieu ou simplement de partager une expérience agréable avec d'autres membres, ces sorties ont créé des souvenirs durables et renforcé le sentiment d'appartenance à la communauté.

Au total, **337** inscriptions ont été enregistrées dans cette catégorie.

INSCRIPTIONS AUX PROGRAMMES **Sorties** : 337



RÉPARTITION DES INSCRIPTIONS **Sorties**

Programmes Automne 2025	139	Programmes Été 2025	85
Programmes Printemps 2025	66	Programmes Hiver 2026	47





Programmes Intergénérationnels avec l'école Selwyn House

LES PROGRAMMES INTERGÉNÉRATIONNELS représentent bien plus qu'une occasion de réunir des personnes de différentes générations. Ils constituent un puissant outil de rapprochement social, favorisant la compréhension mutuelle, le respect et le sentiment d'appartenance à la communauté.

Lorsque les aînés et les jeunes partagent des expériences, des conversations et des activités communes, ils développent des liens significatifs qui enrichissent leur vie respective. Ces échanges permettent aux jeunes de mieux comprendre le vieillissement et la réalité des personnes âgées, tout en offrant aux aînés de nouvelles occasions de transmettre leur expérience, leurs connaissances et leurs valeurs.

Au cours de l'exercice financier 2025-2026, **165 inscriptions** ont été enregistrées dans les activités intergénérationnelles du Centre Contactivité.

Au total, **269 élèves** de l'**École Selwyn House** ont participé à ces initiatives.

• VISITES D'AMITIÉ

Chaque semaine, des élèves du secondaire de l'**École Selwyn House** ont partagé un repas avec des membres du Centre Contactivité. Ces rencontres ont donné lieu à des discussions enrichissantes portant sur l'actualité, les sports, les relations humaines, les loisirs, le vieillissement et de nombreux autres sujets. Au fil du temps, de véritables amitiés se sont développées entre les élèves et les participants. Plusieurs de nos membres ont maintenu ces liens à l'extérieur du programme, témoignant de la profondeur des relations créées.

Au total, 39 aînés ont participé à cette activité.

• TECHNOLOGIE

Les élèves de **Selwyn House** ont agi à titre d'assistants dans nos ateliers technologiques destinés aux aînés. Grâce à leur accompagnement, les participants ont acquis des compétences essentielles leur permettant d'utiliser plus efficacement les technologies numériques et de demeurer connectés à leur famille, à leurs amis et à leur communauté.

Au total, 48 aînés ont participé à ce programme.



• ATELIER DE CUISINE INTERGÉNÉRATIONNEL

Des membres du Centre Contactivité ont participé à un atelier culinaire avec des élèves du premier cycle du secondaire. Ensemble, ils ont préparé un repas léger de trois services tout en échangeant leurs connaissances, leurs expériences et leur enthousiasme. Cette activité a favorisé le travail d'équipe, la collaboration et la création de liens significatifs entre les générations.

Douze aînés et seize élèves ont participé à cette activité.

• LECTURE AVEC LES ÉLÈVES

Chaque semaine, des membres du Centre Contactivité ont visité l'**école primaire Selwyn House** afin de lire avec les élèves. Les enfants ont grandement apprécié ces moments privilégiés, tandis que les aînés ont trouvé beaucoup de satisfaction dans le partage de leur amour de la lecture et dans les échanges avec les jeunes.

• DÎNERS AU CENTRE CONTACTIVITÉ

À **six reprises** au cours de l'année, des élèves du primaire sont venus servir les repas aux membres du Centre Contactivité. Leur enthousiasme, leur sens du service et leur facilité à créer des liens ont été particulièrement appréciés. Les élèves ont également participé au **dîner des Fêtes**, où ils ont contribué à l'ambiance chaleureuse de la célébration.

Seize élèves ont participé à cette initiative.

• CHORALE INTERGÉNÉRATIONNELLE

La **chorale intergénérationnelle** a connu un immense succès. Chaque rencontre débutait par un repas partagé favorisant les échanges entre les élèves et les aînés avant les répétitions. La chorale a présenté **deux spectacles**, dont une prestation en direct lors du **Thé intergénérationnel de fin d'année**. Une vidéo musicale du temps des Fêtes a également été produite et diffusée auprès des familles, des élèves, des bénévoles de **Selwyn** et des membres du Contactivité.

Trente-cinq aînés et quarante élèves ont participé à la chorale.

• THÉ INTERGÉNÉRATIONNEL DE FIN D'ANNÉE

Le **Thé intergénérationnel de fin d'année** a permis de célébrer les réalisations des participants et de souligner l'impact positif de ces programmes. Les témoignages présentés par les élèves et les aînés ont démontré l'importance des liens intergénérationnels et leur contribution au développement d'une communauté plus inclusive et solidaire. L'événement s'est conclu par une prestation de la **chorale intergénérationnelle** réunissant les participants des deux générations.

Trente étudiants et aînés ont assisté au thé.



Engagement communautaire

Les services du Centre Contactivité visent à répondre aux besoins pratiques des aînés tout en favorisant leur inclusion sociale et leur participation à la vie communautaire. La travailleuse de milieu joue un rôle central en offrant de l'information, des références, de l'accompagnement et des services de défense des droits. Elle aide les membres à accéder aux ressources appropriées et les accompagne dans leurs démarches lorsque cela est nécessaire. Au cours de la dernière année, plus de **600 aînés** ont été rejoints grâce à diverses activités de sensibilisation et de proximité.

Parmi ces personnes, **227 ont établi un contact direct avec notre travailleuse communautaire**, ce qui a donné lieu à **241 références** vers des ressources et services adaptés à leurs besoins. Au total, **398 interventions** individuelles ont été réalisées afin d'aider des aînés vivant diverses situations de vulnérabilité. Des cartes-cadeaux alimentaires et des billets de taxi ont également été remis à certaines personnes éprouvant des difficultés financières afin de leur permettre de répondre à leurs besoins essentiels. Tout au long de l'année, le Centre Contactivité a maintenu une présence active dans la communauté grâce à des visites, des activités d'information, des rencontres avec des partenaires et des initiatives de sensibilisation.

Pour assurer une large diffusion de ses services, la travailleuse de milieu a maintenu une présence visible à travers Westmount, en allant à la rencontre des aînés dans des lieux familiers tels que les bibliothèques, les cafés, les commerces de quartier, les parcs et les espaces communautaires. Ces points de contact informels ont permis de partager de l'information, de répondre aux questions et d'établir des liens de confiance avec des personnes qui n'étaient pas encore reliées aux services disponibles.

Les activités de sensibilisation ont également été renforcées grâce à une collaboration continue avec des partenaires locaux, notamment la **Sécurité publique de Westmount** et **diverses organisations communautaires**, afin d'identifier et de soutenir les aînés pouvant vivre des situations de vulnérabilité ou d'isolement.

Tout au long de l'année, les activités ont aussi compris l'organisation de séances d'information sur des sujets tels que la **planification financière, y compris la gestion budgétaire et les considérations fiscales, la navigation dans le système de santé et l'autoreprésentation lors des rendez-vous médicaux, les options de soutien à domicile, les programmes de soutien au revenu tels que la Pension de la sécurité de la vieillesse et le Supplément de revenu garanti, ainsi que les démarches liées aux augmentations de loyer.**

La travailleuse de milieu est demeurée activement impliquée dans les rencontres locales et les initiatives communautaires, renforçant ainsi le rôle de Contactivité comme source fiable d'information, d'orientation et de soutien.

Les efforts de sensibilisation ont continué d'évoluer tout au long de l'année afin d'assurer aux aînés un soutien constant et accessible. L'intervenante communautaire a également développé et consolidé des partenariats grâce à sa participation à des réunions, des formations et des activités de réseautage.

• PARTENAIRES COMMUNAUTAIRES

Nous remercions sincèrement nos partenaires communautaires pour leur collaboration, leur expertise et leur engagement envers le mieux-être des aînés. Grâce à leur soutien, nous sommes en mesure d'offrir des services de qualité et de rejoindre un nombre croissant de personnes âgées dans notre communauté.

Nos partenaires comprennent notamment :

Sécurité publique de Westmount, Office municipal d'habitation de Montréal (OMHM), Ville de Westmount, École Selwyn House, Collège Dawson, Collège LaSalle, Collège Vanier, SPVM – Poste de quartier 12, Metro Westmount, CHSSN, Université McGill, Université Concordia, Table de quartier Peter-McGill, One Voice Coalition, PASO-ITMAV, Réseau régional ITMAV, Seniors Action Quebec, COMACO, Direction régionale de santé publique, CIUSSS du Centre-Ouest-de-l'Île-de-Montréal, Table des aînés Montréal Centre Ouest.



Services bénévoles

LES SERVICES BÉNÉVOLES CONSTITUENT UNE RESSOURCE ESSENTIELLE OFFERTE À NOS MEMBRES

Les bénévoles jouent un rôle clé en aidant les aînés à maintenir leur autonomie, tout en contribuant aux programmes et aux activités quotidiennes du Centre. Leur engagement couvre un large éventail d'activités, notamment le service **Télécheck**, les activités de programmation, le programme de jour pour les aînés vivant avec un léger trouble cognitif, l'accompagnement aux rendez-vous médicaux, les dîners communautaires, la confection d'articles destinés aux collectes de fonds ainsi que la participation à différents comités. Grâce à leur dévouement et à leur soutien constant, les bénévoles contribuent à créer un milieu accueillant, solidaire et bienveillant.

• BÉNÉVOLES DES SERVICES DE SOUTIEN

L'accompagnement aux rendez-vous médicaux est demeuré un service important pour les membres, avec environ un rendez-vous facilité chaque semaine. Le service **Télécheck**, un appel quotidien de vérification, a permis aux aînés vivant seuls de recevoir un appel rassurant afin de s'assurer de leur bien-être du lundi au vendredi. Les appels de fin de semaine ont été assurés grâce à notre partenariat avec la **Sécurité publique de Westmount**. **Trente-trois aînés** ont bénéficié de ces appels quotidiens, leur offrant un soutien supplémentaire et un lien régulier avec la communauté. En partenariat avec **Metro Westmount**, les aînés ont également bénéficié d'un service d'aide à l'épicerie. Les commandes étaient coordonnées par Contactivity et préparées par **Metro Westmount**, puis livrées directement au domicile des participants.

• BÉNÉVOLES RESPONSABLES D'ACTIVITÉS

Les bénévoles responsables d'activités jouent un rôle important dans l'enrichissement de la programmation du Centre en partageant leur temps et leur expertise avec les participants. Le groupe **Walkie Talkies** a été animé par une bénévole dévouée qui a consacré environ **60 heures** à l'organisation de marches hebdomadaires favorisant l'activité physique et les liens sociaux. Les animatrices des groupes de soutien pour proches aidants et de soutien au deuil ont également contribué de façon significative, offrant chacune environ **60 heures** de bénévolat afin de créer des espaces sécuritaires où les participants pouvaient échanger, se soutenir et recevoir de l'accompagnement émotionnel. D'autres ateliers ponctuels ont également été animés par des bénévoles et ont été grandement appréciés par les participants.

Le groupe **Busy Bees** continue de jouer un rôle précieux au sein de Contactivité grâce à sa créativité et à son engagement. Au cours de la dernière année, ses membres ont consacré plus de **700 heures** à la confection d'articles tricotés destinés à des ventes et à des initiatives caritatives. Leur travail a non seulement soutenu le Centre, mais a également apporté réconfort et chaleur à la communauté.

Un nouveau poste bénévole a été créé au sein du **Programme de jour destiné aux adultes vivant avec une perte de mémoire précoce ou un déclin cognitif**. Deux bénévoles étaient affectés chaque jour au programme afin de renforcer davantage notre capacité à soutenir les participants.

Les stagiaires constituent également une ressource indispensable pour Contactivité. Chaque année, nous accueillons des étudiants provenant de l'**Université McGill**, de l'**Université Concordia**, du **Collège Vanier**, du **Collège Dawson** et du **Collège LaSalle**. Ces étudiants poursuivent des études en médecine, en sciences infirmières, en récréothérapie, en gestion, en travail social, en intervention spécialisée ainsi qu'en leadership communautaire. Ils apportent au Centre une perspective nouvelle ainsi qu'un soutien précieux aux participants et au personnel. Cette année, nous avons accueilli **13 stagiaires**.

Au cours de l'année, **118 bénévoles ont contribué un total de 2 801 heures** au sein des programmes, des services et des activités de rayonnement communautaire. Ces bénévoles provenaient de divers horizons, notamment de la communauté locale et du milieu étudiant, apportant chacun leur temps, leurs compétences et leur énergie au Centre.

Rôles bénévoles : aide de bureau, service aux dîners communautaires, soutien aux programmes intergénérationnels, aide à l'animation des activités, accompagnement médical, stagiaire, aide au programme de jour et membre de comité.

MERCI À NOS BAILLEURS DE FONDS

Nous remercions chaleureusement nos bailleurs de fonds pour leur soutien essentiel. Leurs contributions rendent notre travail possible et nous permettent d'offrir des programmes et des services qui favorisent les liens sociaux et le bien-être des aînés. Grâce à leur appui, Contactivité demeure un lieu où les aînés peuvent rester actifs, engagés, connectés à leur communauté et soutenus dans leur quotidien.



MNA Jennifer Maccarone



Individual Donors

