

RAPPORT ANNUEL D'IMPACT

2025-2026



**Le Temps
d'une Pause**

Table des matières

Mot d'ouverture	3
Notre raison d'être	4
Faits saillants	6
Nos membres	7
Nos services	9
Notre équipe	14
Partenaires	18
Perspectives	20

Merci à ceux et celles qui ont contribué à la réalisation de ce rapport d'impact.

Photos : Elsa Morette et l'équipe du Temps d'une pause

Rédaction : Sarah Laurence

Correction : Martyne-Isabel Forest

Graphisme : Enarsouline Ahoyo et Sarah Laurence

Statistiques : Daniel Charbonneau

Mot d'ouverture

Agir pour soutenir

L'année 2025-2026 a été une année charnière pour notre organisme. Une année consacrée à la stabilisation de nos fondations, marquée par des décisions structurantes, des efforts collectifs soutenus et une volonté claire de consolider nos bases afin de mieux poursuivre notre mission.

Nous tenons d'abord à remercier sincèrement les membres du conseil d'administration pour leur engagement, leur rigueur et leur confiance. Leur implication constante a été déterminante dans le redressement financier de l'organisation et dans l'adoption de piliers structurants essentiels à notre pérennité.

Nous souhaitons également exprimer notre profonde gratitude envers l'équipe du Temps d'une pause. Leur professionnalisme, leur résilience et leur dévouement ont permis de traverser une période de réorganisation interne significative, tout en maintenant la qualité des services offerts. L'adoption de nouvelles échelles salariales témoigne de notre volonté d'investir concrètement dans notre personnel et de reconnaître la valeur de leur contribution.



Sur le plan organisationnel, l'année a été marquée par le renouvellement de nos ententes clés : avec le CIUSSS de l'Est-de-l'Île-de-Montréal pour le maintien de l'offre de répit au Centre de jour St-Michel de 2026 à 2029, ainsi qu'avec l'Appui pour les proches aidants pour la période 2025-2028, soutenant à la fois le répit et le soutien psychosocial. Ces partenariats confirment la pertinence de notre mission et renforcent notre capacité d'agir durablement auprès des personnes que nous accompagnons.

Portés par ces acquis, nous abordons l'avenir avec confiance et détermination. Nous avons bâti les conditions d'une croissance saine et durable.

Nous vous souhaitons une bonne lecture de ce rapport d'impact et vous remercions de l'intérêt que vous portez au Temps d'une pause.

**Francine David, présidente
& Sarah Laurence, directrice générale**

Notre raison d'être

Les personnes proches aidantes jouent un rôle essentiel dans la qualité de vie et le maintien à domicile en santé des personnes vivant avec une maladie neurodégénérative. Cette responsabilité entraîne souvent de l'isolement, de l'épuisement physique et psychologique, ainsi qu'une importante charge émotionnelle et financière.

Le Temps d'une Pause agit comme un repère, un lieu d'écoute, de répit et d'accompagnement spécialisé afin de prévenir l'épuisement et soutenir la dignité et l'autonomie des proches.



Action communautaire autonome (ACA)

Fondé en 2002, le Temps d'une pause est un organisme d'action communautaire autonome (ACA). Il contribue à la transformation sociale et respecte les 8 critères de l'ACA :

1. Avoir le statut d'un organisme à but non lucratif;
2. Être enraciné dans sa communauté;
3. Entretenir une vie associative et démocratique;
4. Être libre de déterminer sa mission, ses orientations, ses approches et ses pratiques;
5. Avoir été constitué à l'initiative des gens de la communauté;
6. Poursuivre une mission sociale propre à l'organisme qui favorise la transformation sociale;
7. Faire preuve de pratiques citoyennes et d'approches larges axées sur la globalité des situations problématiques abordées;
8. Être dirigé par un conseil d'administration indépendant du réseau public.

Notre mission

Améliorer les dynamiques relationnelles entre les proches aidants et les personnes touchées par une maladie neurodégénérative (type Alzheimer), en offrant un accompagnement personnalisé et un répit global, physique, mental et émotionnel, adapté à leurs besoins.

Nos valeurs

- Communication empathique
- Adaptabilité
- Accueil inconditionnel
- Énergie bienveillante
- Collaboration durable

Notre approche

Le Temps d'une Pause a développé une approche relationnelle adaptée aux personnes vivant avec des déficits cognitifs modérés à sévères, ainsi qu'à leurs proches aidants. Cette approche repose sur la qualité des soins et des services, le respect, la bienveillance et la valorisation de l'autonomie résiduelle de chaque personne accompagnée.

Afin de demeurer au plus près des réalités vécues par les personnes proches aidantes, notre équipe tient compte à la fois de leur trajectoire d'aidance et de l'évolution des maladies neurodégénératives. Cette compréhension globale nous permet d'ajuster l'intensité de notre accompagnement, de proposer des services adaptés et de soutenir les familles à chaque étape de leur parcours.

Dès le premier contact, nous évaluons les risques d'épuisement des personnes proches aidantes.

Chaque personne proche aidante peut bénéficier d'un plan d'accompagnement personnalisé, élaboré à partir d'une offre de services multidisciplinaire et complémentaire, en collaboration avec nos partenaires internes et externes. Cet accompagnement vise à renforcer le sentiment de compétence des proches aidants, leur capacité d'adaptation et leur compréhension des changements liés à l'évolution de la maladie.

Nous travaillons également à tisser des liens durables avec les professionnels et les partenaires des réseaux public, privé et communautaire, afin de favoriser un accompagnement précoce, cohérent et accessible. En orientant les personnes proches aidantes vers les ressources appropriées et en facilitant leur accès à l'information, Le Temps d'une Pause contribue à briser l'isolement, à prévenir l'épuisement et à soutenir le mieux-être des familles.

Faits saillants



331 membres



276 plans d'accompagnement personnalisés (PAP) actifs pour les personnes proches aidantes en date du 31 mars 2026



237 participations des membres à des ateliers et conférences



Plus de 1600 heures d'intervention psychosociale et de soutien à la gestion des comportements

Répit	2025-2026	2024-2025	
Heures de répit (présences)	15 099 heures	14 007 heures	8 % d'augmentation
Heures de répit (inscriptions)	19 320 heures	18 011 heures	7 % d'augmentation
Heures de répit (capacité)	21 240 heures	20 736 heures	3 % d'augmentation grâce à notre projet pilote estival d'ouverture du dimanche

Nos membres

Historique et territoire desservi



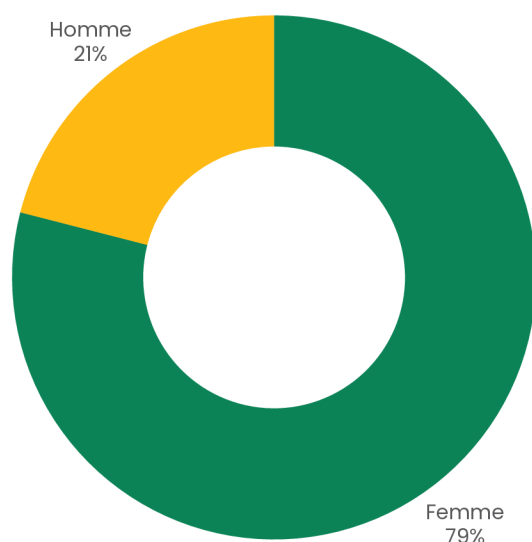
En 2002, un projet pilote de centre d'activités de jour destiné aux personnes vivant avec un trouble neurocognitif voit le jour en partenariat avec les CLSC de l'Est-de-Montréal. Devant les besoins grandissants des familles, l'initiative prend rapidement de l'ampleur et donne naissance à notre organisme.

Depuis plus de 20 ans, nous accompagnons les personnes proches aidantes et les personnes qu'elles soutiennent sur **l'ensemble du territoire montréalais situé à l'est du boulevard Saint-Laurent**, que ce soit le domicile de la personne proche aidante ou de la personne aidée.

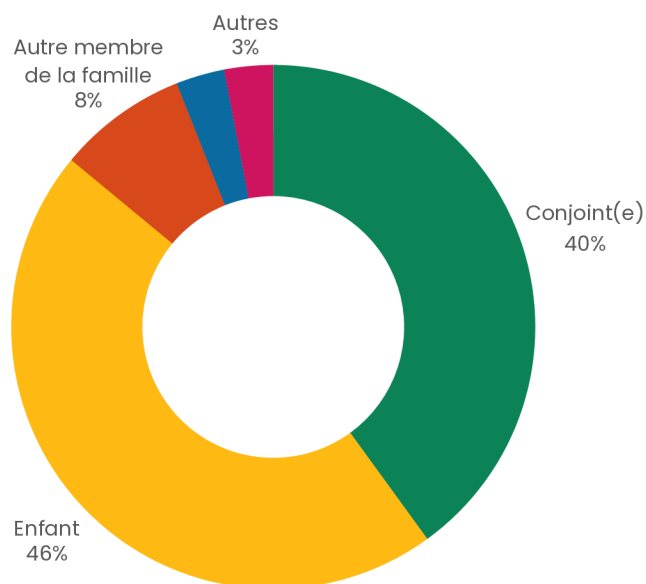
Données sociodémographiques

Les personnes proches aidantes que nous accompagnons représentent une diversité de réalités, de parcours et de besoins.

Sexe

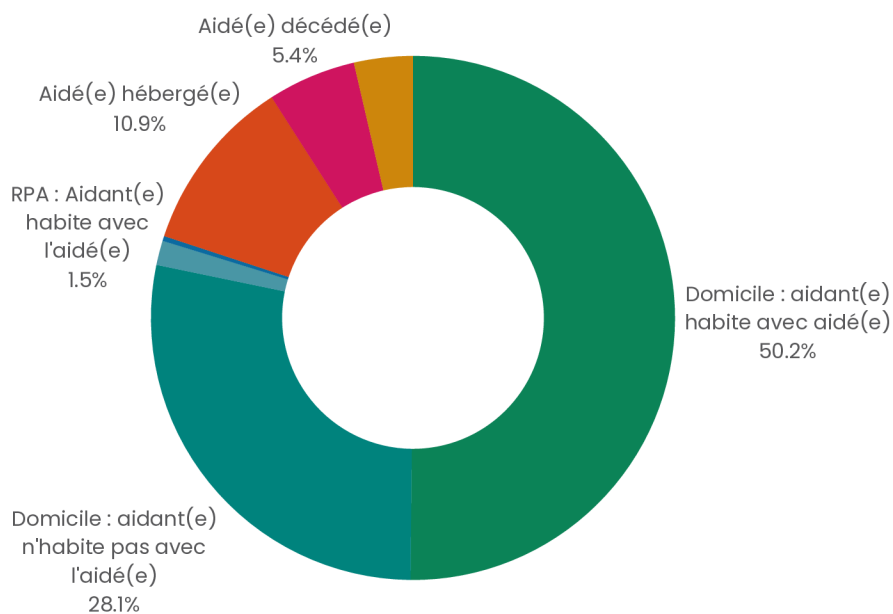


Lien avec l'aidé(e)

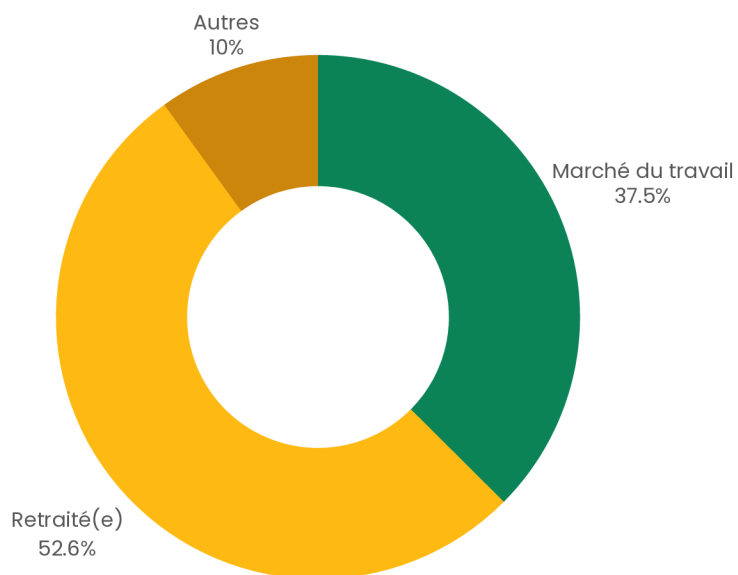


Données sociodémographiques (suite)

Lieu de résidence



Occupation



Nos services

Soutien psychosocial

Nos intervenantes psychosociales offrent un accompagnement personnalisé aux personnes proches aidantes tout au long de leur parcours. Dans un espace d'écoute bienveillant et confidentiel, elles aident à mieux comprendre les défis liés à la proche aidance, à identifier les ressources appropriées et à développer des stratégies favorisant l'équilibre et le mieux-être. Grâce à un soutien adapté au rythme et aux besoins de chaque personne, nous contribuons à briser l'isolement, à prévenir l'épuisement et à renforcer le sentiment de compétence des personnes proches aidantes.



Gestion des comportements

Offert par une équipe d'éducateurs spécialisés expérimentés, le service de soutien aux comportements accompagne les personnes proches aidantes confrontées aux changements comportementaux associés aux maladies neurodégénératives.

Par l'observation, l'évaluation et des interventions adaptées à chaque situation, nos éducateurs aident les familles à mieux comprendre les comportements observés, à développer des stratégies concrètes et à favoriser des interactions plus harmonieuses au quotidien. Ils peuvent également recommander du matériel adapté ou des aides technologiques, proposer des ajustements à l'environnement physique ou à la routine de vie, et identifier des solutions favorisant le maintien de l'autonomie et un quotidien plus sécuritaire et apaisant. Ce soutien contribue à réduire le stress, à renforcer le sentiment de compétence des proches aidants et à améliorer la qualité de vie de l'ensemble de la dyade.

Réalisations 2025-2026

- 123 nouvelles personnes proches aidantes évaluées afin d'identifier leurs besoins et les risques d'épuisement.
- 2 585 rencontres d'intervention réalisées
- 459 rencontres d'accueil, d'information et d'orientation offertes.
- 8 % d'augmentation des heures d'intervention comparativement à l'année 2024-2025

Répit

Centres de jour

Heures d'ouverture de nos centres de jour

- **CHSLD Saint-Michel**
Lundi au samedi (sauf mercredi) de 8h à 16h
- **CHSLD Paul-Gouin**
Vendredi de 8h à 16h

Au cœur de nos centres d'activités de jour se trouve une conviction simple : chaque personne possède des capacités, des intérêts et un potentiel qu'il est important de reconnaître et de valoriser. Inspirée de l'**approche Montessori adaptée aux personnes vivant avec un trouble neurocognitif, notre intervention met l'accent sur les capacités préservées, l'autonomie et la participation active de chaque participant.**

Les activités proposées sont personnalisées en fonction des intérêts, du parcours de vie et des besoins de chacun. Qu'il s'agisse d'activités de stimulation cognitive, d'activité physique adaptée ou d'occasions favorisant l'autonomie dans les gestes du quotidien, notre objectif demeure le même : offrir des expériences significatives qui procurent du plaisir, renforcent l'estime de soi et favorisent le maintien des capacités.

Cette approche repose également sur une **étroite collaboration avec les personnes proches aidantes**. Les échanges réguliers avec les familles nous permettent de mieux connaître les habitudes, les préférences et l'évolution de chaque participant, afin d'adapter nos interventions et d'assurer une continuité entre le domicile et le centre d'activités de jour. Au-delà des activités elles-mêmes, nous cherchons à créer un **environnement chaleureux, sécuritaire et stimulant** où chaque personne se sent reconnue, valorisée et à sa place.

Réalisations 2025-2026

- En moyenne, 54 familles différentes ont bénéficié du service de répit chaque mois.
- 58 nouvelles personnes ont été évaluées en vue de leur admission à l'un de nos centres d'activités de jour.
- 15 099 heures de répit ont été offertes aux personnes proches aidantes et à leurs proches.
- 8 % d'augmentation des heures de répit offertes comparativement à l'année 2024-2025.
- Création de nouveaux postes d'éducateurs spécialisés en centre d'activités de jour afin de renforcer la qualité de l'accompagnement et de la programmation.



Témoignages de nos membres

Les commentaires recueillis dans le cadre de notre sondage anonyme de satisfaction témoignent de l'impact concret de nos services sur la qualité de vie des personnes proches aidantes et de leurs proches.

« Le Temps d'une Pause m'ayant fourni plusieurs outils pour garnir mon coffre de références, une certaine quiétude est maintenant possible. Je ressens de la gratitude et une grande joie de pouvoir vivre de beaux moments avec ma mère, tout en prenant soin de moi-même. Merci. »

« Merci énormément pour le temps passé au Centre d'activités de jour. Cela stimule beaucoup ma mère et lui permet de vivre des moments significatifs. »

« Un service exceptionnel, offert par une équipe toujours à l'écoute de nos besoins. Les intervenantes ont même fait des recherches pour nous aider à trouver des accessoires facilitant notre quotidien. Une équipe formidable. Bravo! »

« Merci. Vos services sont essentiels. Personne ne devrait être privé d'un tel soutien. Vous méritez d'être davantage connus, car vous faites une réelle différence dans la vie des familles. »

Semaine nationale des personnes proches aidantes



Du 1er au 7 novembre 2025, Le Temps d'une Pause a participé à la Semaine nationale des personnes proches aidantes. Sous le leadership de Proche aideance Québec, nous avons contribué à la campagne en ligne sous le thème « Apprenons à voir l'invisible ». Cette initiative visait à sensibiliser la population à la réalité souvent méconnue des personnes proches aidantes et à mettre en lumière leur contribution essentielle à notre société.

Dans le cadre de cette semaine, Le Temps d'une Pause a offert deux activités ouvertes à ses membres ainsi qu'au grand public :

- La troupe Les Allumettes proches aidantes, un collectif de théâtre communautaire engagé composé de personnes proches aidantes, a présenté la pièce Coupable d'en faire trop. Sous la forme d'un tribunal-théâtre, cette représentation a permis d'aborder avec sensibilité, humour et authenticité les défis, les questionnements et les sentiments de culpabilité souvent vécus dans le parcours de proche aideance, tout en favorisant les échanges avec le public.
- Nous avons également proposé l'atelier « Des outils juridiques pour vous aider », animé par Éducaloi. Cette activité a permis aux participantes et participants de mieux comprendre certains mécanismes juridiques liés à la proche aideance et d'obtenir des informations concrètes pour soutenir leurs démarches et planifier l'avenir avec davantage de confiance.



Une programmation diversifiée

Tout au long de l'année, nous offrons des conférences, animées par des spécialistes invités ou des partenaires, portant sur des thèmes liés à la proche aidance, aux maladies neurodégénératives et aux ressources disponibles dans la communauté. Nos ateliers en petits groupes favorisent quant à eux les échanges, le partage d'expériences et l'acquisition de connaissances pratiques dans un environnement convivial et bienveillant.

Des groupes de soutien se rencontrent mensuellement afin de briser l'isolement, de partager les défis du quotidien et de bénéficier du soutien de pairs vivant des réalités similaires.

Notre expertise est également mise à profit à l'extérieur de l'organisme par le biais de formations offertes dans des résidences privées pour aînés et des CHSLD, contribuant ainsi à sensibiliser et à soutenir un plus grand nombre de personnes proches aidantes et de professionnels du milieu.

Réalisations 2025-2026

- 11 ateliers offerts, rejoignant 83 participants.
- 8 conférences présentées, auxquelles ont participé 154 personnes.
- 2 groupes de soutien animés mensuellement afin d'offrir un espace d'échange
- 12 formations externes dispensées auprès de partenaires du réseau de la santé et des milieux d'hébergement.

Sensibilisation et communications externes

Tout au long de l'année, Le Temps d'une Pause a participé à plusieurs événements afin de faire connaître ses services, sensibiliser la population à la réalité des personnes proches aidantes et développer des liens avec les partenaires du milieu.

Notre équipe a notamment tenu des kiosques d'information lors de la présentation de la pièce Parlez-moi d'amour à la résidence Saint-Eugène le 23 mai 2025, au Salon des aînés de Montréal-Nord le 7 octobre 2025 ainsi qu'au Forum de milieu du CHSLD Saint-Michel le 25 mars 2026. Ces activités contribuent à accroître la visibilité de l'organisme, à favoriser le référencement vers nos services et à sensibiliser la communauté aux réalités vécues par les personnes proches aidantes.

Le rayonnement de l'organisme passe également par ses plateformes numériques. Nos pages Facebook et LinkedIn permettent de diffuser de l'information, de promouvoir nos activités et de maintenir un lien avec nos membres, nos partenaires et la communauté. Au 31 mars 2026, elles comptaient respectivement 923 abonnés sur Facebook et 649 abonnés sur LinkedIn.

Notre équipe

Derrière chaque rencontre, chaque intervention, chaque moment de répit offert, il y a une équipe engagée qui contribue chaque jour à faire vivre la mission du Temps d'une pause.



Intervenant à l'accueil et à l'administration

Daniel Charbonneau

Intervenante psychosociale en soutien aux proches aidants

Valérie Desjardins

Vy K. Huynh

Intervenante en soutien aux comportements

Christelle Juteau

Intervenant(e)s en stimulation cognitive de groupe (Centre de jour)

Daphnée Pelletier

Maina Monopol

Samuel Massicotte

Sira Mushiya

Rim Khriiss

Aides à la personne

Akoko Amivi

Cécile Nabine

Céline Pitre

Éducateur(trice)s spécialisées

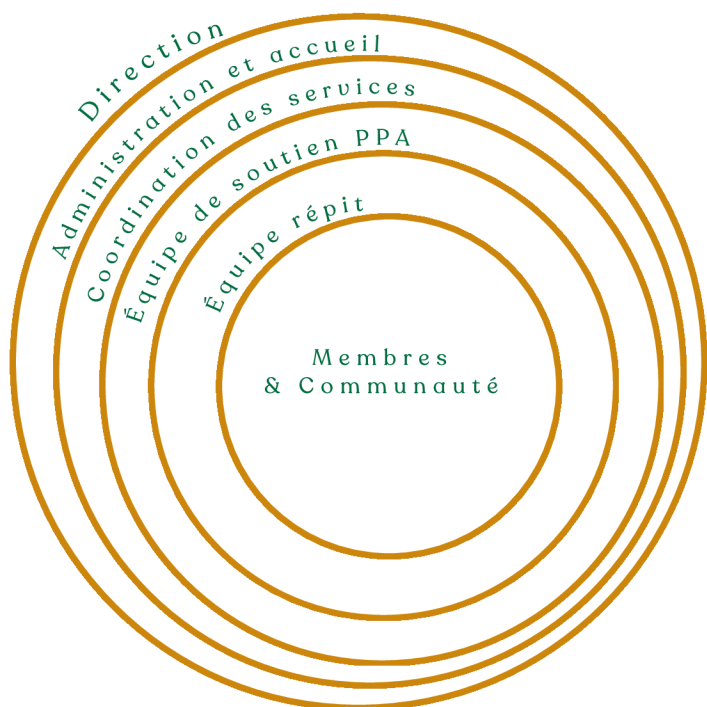
Leslie Agnant

Miguel Boisvert

Monica Espitia

Directrice générale

Sarah Laurence



Merci!

Stage et bénévolat

Le Temps d'une pause a le privilège de pouvoir compter sur l'engagement de bénévoles généreuses qui contribuent, par leur présence et leur implication, à enrichir notre milieu de vie. Nous remercions chaleureusement **Denise Brunelle, Elsa Morette et Annie Baillargeon-Fournelle** pour leur temps, leur bienveillance et leur précieuse contribution à notre mission.



Nous souhaitons également souligner le parcours de nos stagiaires, qui ont choisi de développer leurs compétences professionnelles au sein de notre organisme. Félicitations à **Simon Demers et Sira Mushiya**, stagiaires en éducation spécialisée, ainsi qu'à **Élisabeth Poirier**, stagiaire en travail social. Leur curiosité, leur engagement et leur désir d'apprendre ont contribué à la richesse de notre équipe et à la qualité de l'accompagnement offert à nos membres.

« Je me suis senti accueilli dès mon arrivée. C'est un milieu très encourageant qui m'a poussé à donner le meilleur de moi-même. Mon intervenante-guide était très à l'écoute et prenait toujours le temps de m'accompagner dans mes apprentissages. C'est un milieu profondément bienveillant, tant envers les employés que les personnes accompagnées. »

— Sira Mushiya, stagiaire en éducation spécialisée

« Lorsque je suis arrivée en stage au Temps d'une Pause, j'ai rapidement ressenti un accueil chaleureux et une approche humaine qui rejoignent profondément mes valeurs. Les personnes proches aidantes que j'ai eu la chance de rencontrer m'ont inspirée par leur force, leur résilience, leur courage et leur dévouement. Leur rôle essentiel mérite d'être davantage reconnu et valorisé dans notre société. Je ressors de cette expérience grandie, enrichie par des rencontres marquantes et des témoignages empreints d'humanité qui continueront de m'accompagner tout au long de ma carrière professionnelle. »

— Élisabeth Poirier, stagiaire en travail social

Conseil d'administration

Notre conseil d'administration est composé de membres bénévoles qui mettent généreusement à contribution leurs expertises afin de soutenir la mission et le développement du Temps d'une Pause.

Au cours de l'année, le conseil s'est réuni à 11 reprises et a joué un rôle clé dans l'accompagnement de l'arrivée de la nouvelle direction générale. Les travaux du conseil se poursuivent également au sein de trois comités: ressources financières, ressources humaines et planification stratégique.

Francine David, présidente



Proche aidante auprès de sa mère vivant avec des troubles neurocognitifs, Francine David a découvert Le Temps d'une Pause à travers les services offerts à sa famille. Impressionnée par la qualité de l'accompagnement, le professionnalisme de l'équipe et l'approche profondément humaine de l'organisme, elle a choisi de s'impliquer au sein du conseil d'administration. Forte d'une vaste expérience en gestion des services de santé, elle contribue activement au développement et à la pérennité de l'organisme.

Heide-Marie Boellinger, vice-présidente



Au cours de sa carrière, Heide-Marie Boellinger a œuvré dans les domaines de l'éducation, de la linguistique et du développement philanthropique, notamment au sein de Plan International et d'Amnistie internationale Canada francophone. Bénévole engagée dans sa communauté depuis plusieurs années, elle a également bénéficié des services du Temps d'une Pause à titre de proche aidante. Membre du conseil d'administration depuis quatre ans, elle met son expertise en financement et son engagement communautaire au service de la mission de l'organisme.

Monique Nadeau, secrétaire



Titulaire d'une maîtrise en sciences infirmières, d'une maîtrise en administration de la santé et coach certifiée, Monique Nadeau a consacré sa carrière à l'amélioration des services destinés aux personnes âgées et aux proches aidants. Son expérience comme directrice générale de L'Appui national lui a permis de développer une connaissance approfondie des enjeux liés à la proche aidance. Membre du conseil d'administration depuis 2020, elle met son expertise et son engagement au service du mieux-être des familles accompagnées par l'organisme.



Hatika Nakouri, trésorière

Forte de plus de 30 ans d'expérience en comptabilité, dont 15 ans au sein du réseau de la santé et des services sociaux, Hatika Nakouri est directrice adjointe planification et performance financière au CIUSSS de l'Est-de-l'Île-de-Montréal. Reconnue pour son expertise en pilotage budgétaire et en gouvernance financière, elle contribue activement aux travaux de l'organisme Le Temps d'une pause depuis maintenant trois ans, en apportant un soutien structurant à la gestion et à la prise de décision.



Chantal Robert, administratrice

Chantal Robert possède une solide expérience en gestion des ressources humaines et en gouvernance dans le secteur de la santé. Directrice des ressources humaines et des affaires juridiques à l'Institut de cardiologie de Montréal, elle détient également des certifications en coaching et en programmation neurolinguistique. Membre du conseil d'administration depuis un an, elle contribue notamment aux travaux du comité des ressources humaines. Son leadership, son approche humaine et son expertise constituent des atouts précieux pour l'organisme.



Martyne-Isabel Forest, administratrice

Profondément attachée à la dignité humaine ainsi qu'au respect des droits et libertés des aînés et des proches aidants, Martyne-Isabel Forest met son expertise en droit de la santé, en éthique clinique et en gouvernance au service de leur reconnaissance, de leur protection et de leur accompagnement.

Animée par des valeurs de justice sociale, d'écoute et d'humanité, et forte d'un parcours international à divers niveaux, elle poursuit cet engagement au sein de la communauté, notamment par sa participation à plusieurs conseils d'administration, dont Leucan, et depuis 2023, Le Temps d'une Pause.



Mélanie Boucher, administratrice

Professionnelle en ressources humaines et gestionnaire chevronnée, Mélanie Boucher se distingue par son approche axée sur l'accompagnement, le développement des personnes et la recherche de solutions concrètes. Son expérience personnelle comme proche aidante auprès de ses parents lui a permis de mesurer l'importance du soutien offert aux familles. Sensible à la mission du Temps d'une Pause, elle contribue aux travaux du conseil d'administration afin de favoriser le développement de services répondant aux besoins des personnes proches aidantes.

Vie associative

Notre **assemblée générale annuelle**, tenue le 18 juin 2025, a réuni **26 participants**. Ce moment privilégié a permis de présenter le bilan de l'année, d'échanger avec les membres et de réaffirmer notre engagement collectif envers les personnes proches aidantes et leurs proches. Nous avons également le privilège de pouvoir compter sur l'engagement de **10 bénévoles actifs**, dont la générosité et l'implication enrichissent nos activités et notre vie communautaire.

Nos partenaires

Concertation communautaire

Le Temps d'une Pause croit que le mieux-être des personnes proches aidantes repose sur une action collective et concertée. C'est pourquoi nous participons activement à différentes tables de concertation, comités de travail et espaces de collaboration réunissant des organismes communautaires, des établissements du réseau de la santé et des partenaires du milieu.

Ces lieux d'échange nous permettent de partager notre expertise terrain, de mieux faire connaître les réalités vécues par les personnes proches aidantes et de contribuer au développement de réponses adaptées à leurs besoins. La concertation favorise également la complémentarité des services, le référencement entre partenaires et la mise en place d'actions collectives ayant un impact positif sur la communauté.



Nous siégeons notamment aux concertations et comités suivants :

- Proche aideance Québec
- Comité des membres Valeurs et vision de Proche aideance Québec
- Table de concertation régionale sur les personnes proches aidantes de Montréal (TCRPAM)
- Comité de coordination de la TCRPAM
- CoMaco (Coalition pour le maintien dans la communauté)
- Forum sur la proche aideance du CIUSSS de l'Est-de-l'Île-de-Montréal
- Comité de pilotage du Plan ministériel sur les troubles neurocognitifs majeurs (TNM) du CIUSSS du Centre-Sud-de-l'Île-de-Montréal
- Tables de quartier, notamment celles de Saint-Michel et d'Anjou

Nos partenaires

Remerciements

La réalisation de notre mission est rendue possible grâce à l'appui de partenaires financiers qui partagent notre engagement envers les personnes proches aidantes. Nous tenons à exprimer notre profonde gratitude envers nos principaux bailleurs de fonds pour leur confiance renouvelée et leur soutien essentiel à la pérennité de nos services.

Nous remercions tout particulièrement le **Programme de soutien aux organismes communautaires (PSOC)**, qui soutient notre mission globale, ainsi que le **CIUSSS de l'Est-de-l'Île-de-Montréal**, partenaire de longue date dans le cadre de notre entente de service pour le Centre d'activités de jour. Nous soulignons également l'apport précieux de **L'Appui pour les proches aidants**, qui soutient deux projets majeurs pour la période 2025-2028 : les services de répit et le soutien individuel aux personnes proches aidantes.

Nous remercions également chaleureusement les **38 organismes et institutions partenaires qui ont référé des personnes proches aidantes vers nos services** au cours de la dernière année. Merci de contribuer, chacun à votre façon, à améliorer la qualité de vie des personnes proches aidantes et des personnes qu'elles accompagnent.



Nos partenaires ressources pour les personnes proches aidantes



Perspectives

Depuis mars 2026, Le Temps d'une Pause est accompagné par Anne-Laure Marcadet, d'IDéclic, dans une **démarche de planification stratégique** visant à orienter le développement de l'organisme pour les prochaines années. Cette réflexion nous permettra de valider que nos services répondent adéquatement aux besoins évolutifs des personnes proches aidantes, d'identifier des occasions de bonifier ou de développer notre offre de services, d'accroître notre capacité à rejoindre de nouveaux membres et de maintenir une complémentarité forte avec les organismes communautaires et le réseau de la santé.


Cette démarche constitue une occasion privilégiée de réaffirmer notre mission, de renforcer notre impact dans la communauté et de nous assurer que nos actions continuent de répondre aux réalités vécues par les personnes proches aidantes d'aujourd'hui et de demain.



Le Temps d'une pause

3130 Jarry Est, Montréal, QC H1Z 4N8

tempsdunepause.org

 514 373-9851

 admissions@tempsdunepause.org

 facebook.com/ltdporg