

# ÉCHANGER

12-2024

VOL.26 N°4

## pour mieux faire



**FQLI**

[www.fqli.org](http://www.fqli.org)

FÉDÉRATION QUÉBÉCOISE DU LOISIR EN INSTITUTION



# 45<sup>e</sup>

de la

# FQLI!

Lancement des prix FQLI 2025

# Table des matières

COUP DE CŒUR DE LA PRÉSIDENTE 4  
À VOTRE SERVICE 6  
VITALITÉ RÉGIONALE 18  
NOTRE HISTOIRE 26  
LA FQLI CRAQUE POUR... 32  
AVANÇONS ENSEMBLE 36  
PUBLICATIONS 40  
TRUCS ET ASTUCES 42  
BABILLARD 44

## À votre service



RETOUR SUR LE SYMPOSIUM 2024

6

## Historique



ENTREVUE AVEC ANNE-LOUISE HALLÉ

26

## Avançons ensemble



LE POUVOIR DES MOTS

38

### ÉCHANGER POUR MIEUX FAIRE

La revue est publiée quatre fois par année, soit en mars, juin, septembre et décembre.

### PRODUCTION

Fédération québécoise du loisir en institution.

### PROCHAINE PARUTION

La prochaine date de tombée est le 7 février 2025. La prochaine parution sera en mars 2025.

### GRAPHISME

Conception graphique BCGD [www.bcgd.ca](http://www.bcgd.ca)

Dépôt légal : Quatrième trimestre, 2024  
Bibliothèque et Archives nationales du Québec : D9150396  
Bibliothèque et Archives Canada : 416287D  
Photo en page couverture : Centre le Cardinal inc.



Fédération québécoise  
du loisir en institution

ORGANISME NATIONAL  
EN LOISIR RECONNU PAR :

Québec



Faites comme plus de  
**2 502 personnes** et  
suivez-nous sur **Facebook!**

# NOUVEAUTÉS

*coup de cœur*

**CDS**  
Boutique

#1 en loisir pour aînés  
depuis plus de 31 ans!

Lise



Bent



Rencontrez **Lise et Bent**, notre poupée et notre paresseux lestés sympathiques aux **câlins apaisants**. Conçus sur l'axe de la détente et de la stimulation cognitive, ils travaillent sur la posture, la mobilité et la gestion du stress des résidents. Un nouveau compagnon réconfort incontournable!



**inmu**

Découvrez **inmu**, un coussin multisensoriel qui a le pouvoir de transformer les mouvements de son utilisateur en mélodies uniques et en douces vibrations.

**Demandez une démonstration et tombez en amour!**

# Coup de cœur de la présidente



**DÉJÀ L'ANNÉE 2024** Voici mon coup de cœur du moment  
**QUI TIRE À SA FIN!** pour finir en beauté!

Les déléguées régionales de chacune des régions se sont réunies les 14 et 15 novembre dernier pour une rencontre de la FQLI à St-Ferréol-les-Neiges. C'était une première dans l'existence de la Fédération, que toutes les régions soient représentées autour de la table. C'est avec émotion qu'Anne-Louise, notre directrice générale, a accueilli la première représentante pour les régions du Saguenay-Lac-Saint-Jean/Côte-Nord/Nord-du Québec!

Je tiens à remercier chaque déléguée personnellement pour sa présence. Nous vous savons toutes très occupées dans chacun de vos milieux et vous avez pris le temps, malgré vos horaires chargés du mois de novembre, de vous déplacer et représenter vos régions. WOW! Un beau cadeau de Noël qui a même créé une petite émotion à notre directrice générale, Anne-Louise. Tout le monde est reparti avec un bagage plein d'informations et de projets pour l'année 2025 qui arrive bientôt.

À tous les membres de la FQLI, je peux vous dire que vous êtes choyés d'avoir de si bons porte-paroles pour vos régions. Ce sont des filles dynamiques et engagées qui vous représentent! N'hésitez pas à les contacter si vous avez des commentaires, des opinions ou de nouvelles idées pour votre région. Elles seront à votre écoute, j'en suis certaine.

Au moment d'écrire ces lignes, nous sommes rendus à 621 membres à travers le Québec. C'est du jamais vu, et cela, grâce à chacun de vous, membres du personnel de la FQLI, administrateurs sur les C. A., délégués et membres! Merci pour l'implication que vous offrez pour faire rayonner votre région, et ce, qu'elle soit petite ou grande. Vous êtes indispensables.

Sur ce, je vous souhaite une bonne année 2025, avec un temps des Fêtes doux et rayonnant. Prenez du temps de bonheur pour vous!

Amicalement, votre présidente de la FQLI  
Louise Poirier



# Population active 2024

# À votre service

Voici un aperçu des demandes reçues dans le cadre du programme Population active 2024 et comment l'argent de cette subvention est réparti dans les régions. Avec un record de 395 demandes, c'est un montant maximum de 645 \$ qui a été accordé cette année.

Régions	Montant total accordé	Nb d'installations	Nb de membres	Pourcentage
ASLIQ 01/11	17 499,69 \$	28	41	68,29 %
ASLIQ 02/09/10	7 351,20 \$	12	30	40,00 %
ASLIQ 03/12	33 039,84 \$	54	102	52,94 %
ASLIQ 04/17	19 856,81 \$	31	46	67,39 %
ASLIQ 05	28 471,61 \$	45	53	84,91 %
ASLIMM 06	48 279,29 \$	76	116	65,52 %
ASLIQ 07/08	14 807,15 \$	23	36	63,89 %
ASLILLL 13/14/15	38 826,04 \$	62	95	65,26 %
ASLIM 16	39 881,78 \$	64	97	65,98 %
<b>TOTAL GÉNÉRAL</b>	<b>248 013,42 \$</b>	<b>395</b>	<b>616</b>	<b>64,12 %</b>

Pour tous les milieux qui ont appliqué sur cette subvention, n'oubliez pas que vous avez jusqu'au 17 janvier 2025 pour nous faire parvenir vos factures afin de recevoir votre remboursement.

## Formation et information

### RETOUR SUR LE SYMPOSIUM – JOURNÉES ANNUELLES DE FORMATION 2024

La 39<sup>e</sup> édition du Symposium s'est tenue du 9 au 11 octobre dernier à l'Hôtel Plaza de Québec. 304 intervenants ont participé à cet événement de formation annuelle, ce qui représente un record dans l'histoire de la FQLI.

#### Actes des ateliers

Il vous est possible de récupérer les présentations des ateliers en cliquant sur les icônes de téléchargement de ce PDF.

Notre travail est déjà commencé pour la prochaine édition qui se déroulera à St-Sauveur en octobre prochain. Vous avez des idées d'ateliers ou de conférences à nous soumettre? Écrivez-nous!

**SYMPOSIUM - JOURNÉES ANNUELLES DE FORMATION 2024**  
Actes des ateliers

**Bloc 1**

- 1. **INTROUVANTS : À vos déplacements**
- 2. **Talents multilinguistiques, atouts et Aménagements à domicile**
- 3. **Passer de l'hypermarché et du Jardin de Bio-dôme**
- 4. **Services développés et Applications pour le loisir libre**

**Bloc 2**

- 1. **Le matériel roulant et les Aménagements comme outil technologique en QR**
- 2. **Aménagement d'un Train-Voyage**
- 3. **Le TCC C'est qui? C'est quoi?**
- 4. **Innovate en SPA**

**Bloc 3**

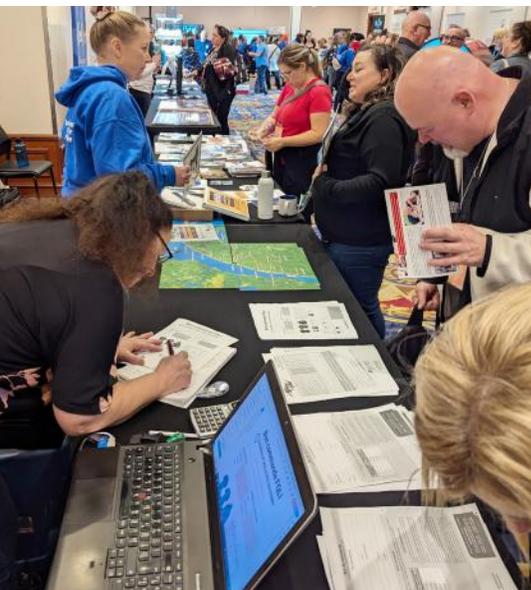
- 1. **Création d'ambiance en SPA et Le programme connecté en QR**
- 2. **Théâtre chorégraphique et Danse contemporaine en QR**
- 3. **Tout et encore tout en santé mentale**
- 4. **Rencontres interactives extérieures et Santé thématique**

Si vous éprouvez de la difficulté à télécharger les documents ou pour toutes informations supplémentaires, contactez le bureau de la FQLI au 418 847-1744.

Geneviève GUILBAULT  
Députée de Louis-Hébert  
Vice-première ministre  
Ministre des Transports et de la Mobilité durable  
Élisabeth PRUSS, députée de D'Arcy-McGee  
Parti libéral du Québec  
Fondation Mirella et Lino Saputo

### Salon des exposants

Une belle représentation des partenaires qui étaient présents avec nous pour le Salon. Merci de votre présence!



Merci à nos partenaires



Geneviève GUILBAULT  
Députée de Louis-Hébert  
Vice-première ministre  
Ministre des Transports et de la Mobilité durable

Elisabeth PRASS, députée de D'Arcy-McGee  
Parti libéral du Québec

Fondation Mirella et Lino Saputo

## Des mentors inspirants

Pouvoir compter sur des intervenants aussi inspirants est une chance incroyable. Les commentaires sont unanimes, ce fut une activité très appréciée et enrichissante.



## Encan silencieux

Un total de 23 paniers ont été mis à l'encan cette année. Merci à tous les conseils d'administration régionaux qui ont travaillé fort encore cette année pour offrir des ensembles magnifiques. C'est un montant de 3 250 \$ qui a été amassé au total et remis à la FQLI. Ce montant bénéficiera d'un taux d'appariement de 390 % de la part du gouvernement.

Au vu de ce résultat, la FQLI a décidé de redonner dans les régions. Chaque association sera invitée, dans les prochains mois, à travailler sur un projet pour ses membres.



## Guide d'activités culturelles pour les aînés

Ce guide, de l'organisme InterAction Loisirs (membre de la FQLI), a pour but de présenter de manière condensée une banque d'activités variées qui viendront soutenir la curiosité des participants et leur permettre de maintenir ou encore d'éveiller leur appréciation pour les multiples facettes de la culture ainsi que pour l'expression artistique et musicale. Ce guide est accompagné d'une clé USB comprenant certaines des activités présentées en format PowerPoint.

Il est disponible au coût de 30 \$ + taxes et frais d'expédition (frais réels de Postes Canada).

**Pour vous procurer ce produit,  
veuillez communiquer avec la FQLI : 418 847-1744**

## Une activité sociale rassembleuse

Le nombre d'intervenants présents au souper du mercredi soir a dépassé toutes les attentes! À 17 h nous étions déjà plus de 200 intervenants entassés au restaurant Ginger Resto-Bar. C'était un réel plaisir de tous se retrouver après un an d'attente.



## La marée bleue

Un nombre impressionnant, soit 151 installations étaient représentées lors de notre assemblée générale annuelle. Cela représente un taux de participation de 25 % ce qui est incroyable! Merci!



Pour ceux qui étaient absents, notez que le rapport annuel est toujours disponible sur notre site Internet.

Nous vous informons également que les nouveaux règlements généraux ont été ratifiés lors de la rencontre. Vous pouvez les consulter dans la page Vie démocratique de notre site Internet :

<https://tinyurl.com/2p4abe7y>



## De nouvelles déléguées en poste

L'AGA nous a permis d'accueillir de nouvelles déléguées sur le conseil d'administration provincial. Sonia Arès est de retour après une absence d'un an et représente désormais la région de l'Estrie. Claudia Morin prend la relève pour les régions de Québec et Chaudière-Appalaches. Après une année avec un siège vacant, les régions de l'Outaouais et de l'Abitibi-

Témiscamingue seront représentées par Catherine Roy. Finalement, pour la première fois de son histoire, les régions du Saguenay-Lac-St-Jean, de la Côte-Nord et du Nord-du-Québec auront aussi une voix à la table du conseil provincial en la personne de Sabrina Cantin.

Bienvenue!

### SABRINA CANTIN ADMINISTRATRICE

Déléguée des régions du  
Saguenay-Lac-St-Jean/  
Côte-Nord/Nord-du-Québec  
(02/09/10)



Sabrina Cantin, technicienne d'intervention en loisir, œuvre au CHSLD Dolbeau-Mistassini depuis 2008. Forte de ses nombreuses années d'expérience, elle s'est toujours distinguée par son dévouement envers les aînés et son engagement à améliorer leur qualité de vie. Passionnée par son travail, Sabrina est une visionnaire, constamment à la recherche de nouvelles idées et approches pour enrichir l'expérience de ses résidents. Depuis le début de sa carrière, elle nourrit le rêve de voir sa région représentée sur le C. A. de la FQLI. Elle croit fermement au pouvoir du regroupement et du partage de connaissances pour renforcer les pratiques et offrir des services de loisir de qualité. Pour elle, l'union fait la force.

### CLAUDIA MORIN ADMINISTRATRICE

Déléguée des régions  
de Québec/  
Chaudière-Appalaches  
(03/12)



Technicienne en éducation spécialisée, Claudia choisit de travailler dans sa région natale dès sa sortie de l'école en 2013. À peine un an plus tard, elle accepte un poste pour le Service d'animation-loisirs au CHSLD Richard-Busque de Saint-Georges. En juin 2023, elle fait son entrée sur le C. A. de l'ASLIQ 03/12 où elle occupe un poste d'administratrice. Elle se démarque rapidement par son énergie, son regard avisé sur les différents dossiers et sa capacité à rassembler les intervenants. Lorsqu'une année plus tard le poste de déléguée régionale se libère, elle profite de l'occasion pour se porter volontaire et venir relever ce nouveau défi professionnel.

### SONIA ARÈS ADMINISTRATRICE

Déléguée de la région  
de l'Estrie (05)



Sonia Arès est bachelière de l'Université Concordia en Therapeutic Recreation depuis 2002. Elle détient deux certificats de l'UQAM, l'un en gérontologie sociale et l'autre en psychosociologie de la communication. Elle travaille depuis 2012 comme récréologue chez Santé Courville de Waterloo. Au fil des années, elle a eu la chance de travailler pour diverses organisations telles que l'Hôpital du Sacré-Cœur, le Manoir Cartierville, la Villa St-Joseph, la Résidence St Charles et le CHSLD Waterloo. Elle s'est impliquée comme administratrice au sein du C. A. de l'ASLIM pendant 7 ans avant que les fusions des régions l'amène à occuper un poste pour l'Estrie. Après un an avec sa nouvelle équipe, elle nous revient sur le conseil d'administration provincial.

### CATHERINE ROY ADMINISTRATRICE

Déléguée des régions  
de l'Outaouais/  
Abitibi-Témiscamingue  
(07/08)



Ayant été mère au foyer pendant 10 ans, Catherine a développé son goût du loisir en adaptant des activités et des jeux pour ses enfants à besoins particuliers. Elle a décroché un diplôme de zoothérapeute en 2022, lui faisant découvrir la clientèle en CHSLD. Après 1 an de bénévolat dans différents milieux de vie, elle se lance dans un nouveau défi en acceptant un poste en animation et loisir. Elle tombe en amour avec la FQLI dès les premiers instants. En mai 2024, Catherine décide de s'impliquer dans le C. A. de sa région et devient la représentante au niveau provincial. Elle apportera de la couleur et du dynamisme dans les différents C. A.

### Une soirée sociale magique

Voici en quelques images l'impressionnant décor offert par Muralunique et les costumes flamboyants de nos membres.



## LA REMISE DES PRIX DE LA FQLI 2024



### Loisir et Milieu de vie

#### **CISSS de la Gaspésie Centre d'hébergement Mgr-Ross**

Ce qui caractérise cette installation, c'est la place importante qu'occupe le loisir sur l'ambiance du milieu de vie et la gamme diversifiée d'activités pour rejoindre toute la clientèle. L'histoire de vie de chacun des résidents est au cœur de l'intervention, ce qui a pour impact de maintenir leurs capacités cognitives et physiques.

Ce centre se distingue par son engagement à rendre le milieu de vie le plus dynamique qui soit en impliquant le personnel de toutes les façons possibles. Pour eux, le bien-être du personnel est aussi important que celui des résidents. Un employé heureux est un agent multiplicateur de bonheur sur les unités et les retombées sur les résidents sont décuplées.

C'est pourquoi, ils ont mis de l'avant le bien-être des travailleurs en les gratifiant lors de leur implication. Le loisir est vraiment une affaire de tous dans cette installation et la qualité du milieu de vie se veut d'une importance primordiale. Tout est mis en œuvre pour renforcer le sentiment de famille afin que chaque employé devienne une personne significative dans la vie des résidents.

Nous voulons souligner le travail et les efforts de l'intervenant en loisir, Patrick Soucy, qui agit comme une abeille qui butine de fleur en fleur et qui propage sa joie de vivre sur tout le monde afin de rendre le milieu de vie dynamique et chaleureux.

Nous tenons à féliciter cette installation qui met tout en œuvre pour répondre aux besoins de tous et qui place les résidents ainsi que le personnel au cœur de l'animation du milieu de vie.

### Loisir et Intervention

#### **Odette Johnson CIUSSS du Nord-de-l'Île-de-Montréal Centre multiservices de santé et de services sociaux de Rivière-des-Prairies**

Cette personne se distingue par ses qualités professionnelles, son leadership, sa passion et son amour pour la clientèle hébergée.

Au fil des ans, elle a mis à contribution sa créativité et son dynamisme pour répondre et innover afin d'offrir une programmation diversifiée d'activités.

Tout au long de sa carrière, elle s'est faite un devoir de partager son expertise avec les autres intervenants de la province. Par son grand respect qu'elle porte aux divers intervenants, elle a su guider et outiller les professionnels dans l'ensemble de leurs actions. Son enthousiasme est contagieux et démontre bien qu'elle est un atout inestimable dans son milieu ainsi qu'après de ses pairs.

Nous voulons souligner la contribution de cette professionnelle qui a réussi à transmettre aux autres intervenants ses idées et ses connaissances afin de répondre aux goûts et intérêts de la clientèle et d'animer les milieux de vie.



## Loisir et Innovation

### **CISSS du Bas-Saint-Laurent Maison des aînés et alternative de Rivière-du-Loup**

Cette installation de santé se démarque par son dynamisme, son leadership, mais principalement par sa volonté de répondre aux besoins de ses résidents. Tout est mis en œuvre pour s'assurer d'offrir des activités diversifiées à l'ensemble de la clientèle, et ce, en se basant sur leurs goûts, leurs intérêts et surtout, leurs capacités.

Ce milieu se distingue par la réalisation d'un projet créatif qui a apporté une véritable bouffée d'air frais dans le milieu des activités de loisir et qui permet à chacun de s'amuser. En raison du manque d'espace pour le rangement du matériel en loisir, les intervenantes en loisir ont su innover et se réinventer pour trouver de nouvelles façons d'animer et rejoindre la clientèle en construisant des jeux en format numérique. Chaque jeu a été soigneusement conçu pour être interactif et stimulant pour les résidents.

De plus, les membres du personnel recrutés pour devenir animateurs sont formés afin d'être en mesure d'animer chaque jeu de manière dynamique et engageante, tout en veillant à ce que les participants soient impliqués.

Nous tenons à souligner cette installation pour la créativité de ses intervenantes qui ont mis en place des activités dynamiques qui facilitent l'animation et qui impliquent l'ensemble des acteurs du milieu de vie.



## Vitalité régionale

### **ASLIM 16 Montréal**

Cette association se démarque par son dynamisme, son esprit d'innovation et la solidarité qui caractérisent l'équipe.

Depuis quelques années, elle a su mettre en place des moyens pour garder une stabilité au sein du conseil d'administration, tout en développant une ouverture pour accueillir la relève.

Grâce à l'implication des membres du conseil d'administration, et au partage des différents dossiers, l'équipe a su se fixer des objectifs afin de répondre aux besoins des membres, notamment par la présentation de la tournée Tapis Go! pour les rejoindre, la création d'un comité pour l'activité sociale dans le cadre du Symposium – Journées annuelles de formation 2023, la création d'un comité pour soutenir la FQLI dans le développement des extensions pour la Malle des souvenirs, ou les partenariats avec deux agences d'artistes pour soutenir les intervenants et contribuer au financement de l'Association.

Sa vitalité se reflète également dans son souci de connaître les besoins des installations membres de sa région en visitant les milieux.

Nous voulons saluer le travail de cette association qui mérite nos félicitations et nos applaudissements.



### Bénévole ambassadeur

Ce prix est remis à un bénévole ou un groupe de bénévoles d'une installation de santé membre de la FQLI apportant une contribution significative dans son implication auprès de la clientèle hébergée du milieu de vie.

**Marcelle Morin**  
**CISSS du Bas-Saint-Laurent**  
**Centre d'hébergement de Squatec**

Cette personne se distingue par son dévouement et son énergie contagieuse. Elle a à cœur le bien-être des résidents et cela se reflète dans l'ensemble de ses actions.

Elle met tout en œuvre pour participer à l'animation du milieu de vie, en plus de travailler à la mobilisation de la relève bénévole et la création de liens avec les familles et les différents organismes dans la communauté. Sa présence se fait ressentir au-delà des murs, contribuant ainsi à faire rayonner le Centre d'hébergement de Squatec dans toute la région.

La Fédération québécoise du loisir en institution tient à décerner le prix Bénévole ambassadeur à cette personne exceptionnelle pour son apport à l'amélioration de la qualité de vie de la clientèle.

### Coup de cœur de l'équipe

C'est avec une immense fierté que nous décernons aujourd'hui le prix Coup de cœur de l'équipe de la FQLI 2024, une distinction qui célèbre pour la première fois une personne exceptionnelle.

**Sonia George**  
**CISSS de la Montérégie-Est**  
**Centre d'hébergement de Lajemmerais**

Ce prix met en lumière une intervenante dont le dévouement et l'énergie sont des sources d'inspiration pour nous tous. Elle incarne pleinement les valeurs d'engagement et de passion, des qualités essentielles pour soutenir et améliorer le milieu de vie des personnes qu'elle accompagne.

Toujours débordante de projets, elle se démarque par sa capacité à innover et à trouver des solutions créatives pour offrir des services de la plus haute qualité. Sa quête constante de nouveauté ne vise qu'un objectif : améliorer le bien-être des résidents.

Elle travaille main dans la main avec les intervenants de son milieu, ainsi qu'avec des ressources externes, bénévoles et familles, assurant une synergie précieuse qui renforce la communauté. Grâce à ses efforts, elle crée un environnement collaboratif où chaque voix compte et où le bien-être collectif est au cœur de chaque action.

Nous sommes honorés de lui remettre ce prix, témoignage de sa contribution extraordinaire et de son impact indélébile sur le loisir en institution.

**38<sup>e</sup>**  
ÉDITION

## 38<sup>e</sup> ÉDITION DES PRIX DE LA FQLI ET PRIX DE RECONNAISSANCE

Vous pouvez dès maintenant poser votre candidature pour 2025!  
Toutes les informations sont disponibles sur notre site Internet :  
<https://tinyurl.com/hsam7a6c>



### Plus de 20 ans de loisir au quotidien

Nous voulons souligner la contribution des intervenants œuvrant dans le milieu institutionnel depuis plus de 20 ans.

**Marie Bouchart d'Orval**

InterActions Loisir

**Johanne Couture**

CHSLD de Laval

**Julie Desrosiers**

Centre d'hébergement Élisabeth-Lafrance

**Isabelle Gauthier**

Centre d'hébergement de Lasalle

**Carolyne Gélinas**

Centre d'hébergement Élisabeth-Lafrance

**Sabrina Langlois**

Centre d'hébergement Champlain des Montagnes

**Geneviève Roy**

CHSLD Sylvie-Lespérance

**Merci!**  
Remerciements sincères et  
mérités à deux  
personnes exceptionnelles  
qui nous ont prêté main forte  
durant les 2 jours  
de notre Symposium.

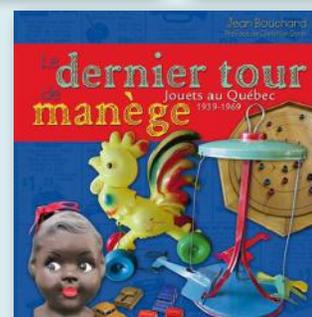
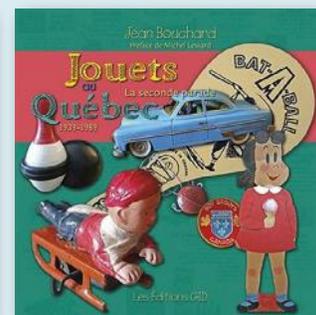
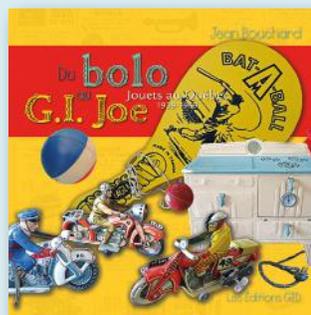
**Merci à nos  
deux bénévoles,  
Lorraine Arès et Alain Bilodeau!**

## Si mon enfance m'était contée : les jouets au Québec 1939-1969

Conférence-atelier historique  
Jean Bouchard,  
collectionneur et auteur

**Résumé –**

Jean Bouchard met en scène une soixantaine (60) de jouets de sa collection et invite les participants à les faire parler, à raconter les petites histoires autour de ces jouets. On y verra une toupie tourner, un sifflet roucouler, des jouets à clé s'agiter; peut-être chantera-t-on en dansant à la corde...? Les jouets sont souvent la représentation en miniature du monde des adultes. Tout en se révélant porteurs de folklore et de traditions, ils livrent des informations fort intéressantes sur les modes de vie passés. La conférence permet aussi de faire le lien entre ces vieux jouets et ceux d'aujourd'hui. Elle éveillera des souvenirs heureux et les émotions qui sont rattachées à ces jouets, cette magie de l'enfance. En résumé, une vision nouvelle de notre histoire entre 1939-1969 puisée chez les enfants canadiens-français, leurs jouets, leurs jeux.



Il est possible de vous procurer ces trois livres au coût de 40 \$ chacun + taxe et frais de poste, au bureau de la FQLI. Prenez note que votre achat permettra à la FQLI de recevoir une ristourne.

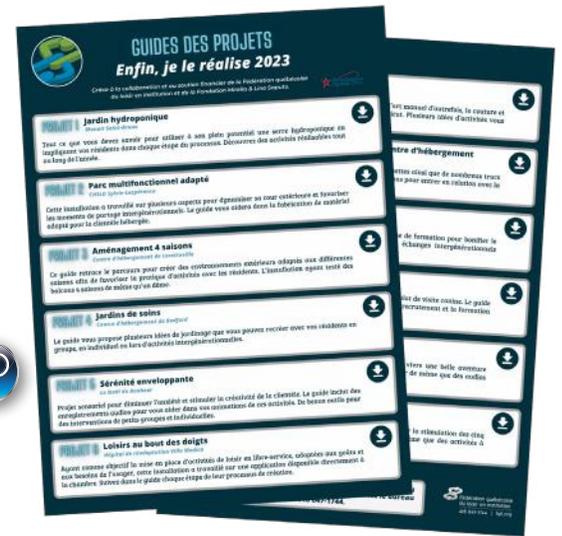
**Information :**  
Jean Bouchard, 418 832-7112  
ou [elie26@videotron.ca](mailto:elie26@videotron.ca)

## GUIDES ENFIN, JE LE RÉALISE 2023

Nous sommes heureuses de vous présenter les 12 projets qui ont bénéficié d'un financement en 2023 dans le cadre de la subvention Enfin, je le réalise!

Chaque guide détaille les étapes clés de ces projets, mettant en lumière la diversité des idées et le travail remarquable accompli dans les différents milieux. Le document ci-joint vous permettra d'accéder facilement à ces guides et de vous en inspirer. Nous vous souhaitons une excellente lecture!

Si vous avez des questions ou des commentaires, n'hésitez pas à nous les partager. Nous sommes extrêmement fières des résultats de cette première édition et serions heureuses de connaître votre avis.



## SEMAINE DU LOISIR 2024

Nous souhaitons vous féliciter pour votre précieuse participation à cette deuxième édition de la biennale de la Semaine du loisir. Votre engagement et votre enthousiasme ont grandement contribué au succès de cet événement, et nous sommes fières d'avoir été témoins via les pages de discussion de vos magnifiques activités.

Bravo à Patrick Soucy, gagnant de notre concours de la parade de la Semaine du loisir! Il remporte une paire de bas à l'effigie de la Semaine.

## NOS PROJETS À VENIR EN 2025

L'équipe de la FQLI travaille sur différents projets tout au long de l'année dans le but de vous offrir du matériel adapté à votre réalité, et ce, gratuitement ou à un coût abordable.

Voici un aperçu de nos dossiers.



Guide pour la Semaine du loisir 2025



Guide S'aider par le jeu - Tome 3



Bouger, c'est la santé - Fascicules 5 et 6



Parcours Les Essentiels - 4 modules de formation

# Représentation

## PARTENARIAT DE RECHERCHES EN BREF

Voici quelques informations concernant la recherche :

Poursuite de la participation au développement du projet avec l'Université d'Ottawa « Briser l'isolement des aînés en centre d'hébergement de longue durée en temps de COVID-19 », en partenariat avec l'Université du Québec à Trois-Rivières, le CIUSSS de la Capitale-Nationale et la FQLI. Développement de 4-5 capsules de formation durant l'hiver 2025.

Poursuite de la mise à jour de l'Approche par le plaisir avec l'Université du Québec à Trois-Rivières. Poursuite de la mise à jour du contenu de la formation et première formation au mois de novembre 2024 (en présentiel et en virtuel).

# Les Services des Génies



## Et si on s'amusait ?

- Musiciens
- Danseurs
- Conférences
- Ateliers créatifs
- Rendez-vous gourmands
- Magie



Et bien d'autres !



(514) 525-4364

Fin de semaine : (514) 883-4440



info@lesservicesdesgenies.ca

## POURQUOI DONNER À LA FQLI? FAITES LA DIFFÉRENCE EN DONNANT DÈS MAINTENANT!

La générosité de nos donateurs est essentielle à la réalisation de la mission de la FQLI et favorise l'épanouissement du loisir institutionnel partout au Québec en permettant l'amélioration et la qualité des services offerts.

En plus de remettre un reçu de charité officiel pour tous les dons de 25 \$ et plus, le nouveau programme Placements Sports et Loisirs du gouvernement du Québec bonifiera l'impact de votre don via un généreux appariement de 390 %. Par exemple, pour chaque don de 100 \$, la FQLI recevra un appariement de 390 \$.

SVP, aidez-nous à faire la différence et à briser l'isolement des personnes hébergées! Il n'y a pas de petit don et chaque donation compte.

En faisant un don sur la plateforme Zeffy, un reçu vous sera automatiquement émis par voie électronique. Vous pouvez choisir de faire un don ponctuel ou un don récurrent (mensuel).

 [Faire un don](#)

FAITES UN DON À LA FQLI ET

**QUADRUPLEZ**  
**VOTRE IMPACT!**



\* Appariement à 390 %

### MERCI à nos donateurs

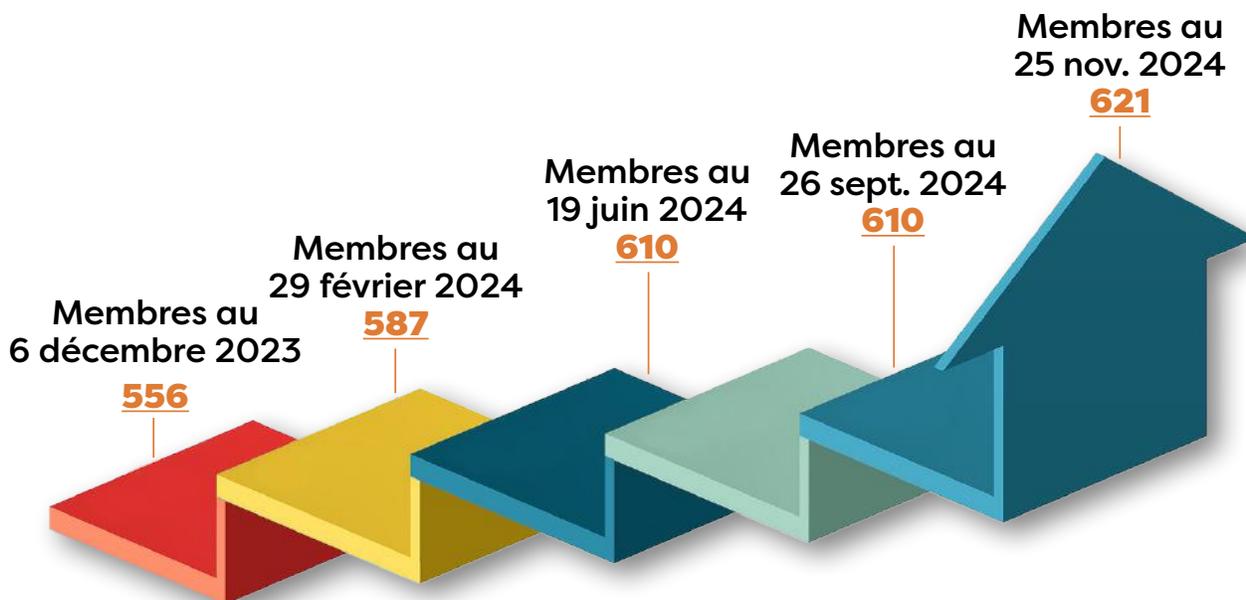
Lorraine Arès  
Carole Caron  
Vanessa Cholette  
John Conway  
Mélodie Demers  
Annabel Francoeur  
Meggie Francoeur  
Pierre Fortin-Dionne  
Anne-Louise Hallé  
Valérie Labonté

Julie Lahaie  
Marie-Michèle Lajoie  
Béatrice Léonard  
Cindy Lévesque  
Lydia Martin-Bérubé  
Nadia Pelletier  
Louise Poirier  
Andrée Rochon  
Catherine Tremblay

# Vitalité régionale



## MEMBRARIAT



En route vers les 700 membres!

# Agenda

(janvier à mars 2025)



**14 janvier, 8 h 15**

Rencontre régionale Zoom Café  
ASLIQ 01/11



**15 janvier, 8 h 15**

Conférence sur TEAMS  
ASLIQ 07/08



**16 janvier, 8 h 15**

Rencontre Zoom Café  
avec la participation de Marie-Pier Vaudry  
FQLI



**22 janvier, 8 h 15**

Point d'information « Mémoire active »  
8 h 30 et 12 h 15  
FQLI



**23 janvier, 8 h 15**

TEAMS Lunch  
ASLIMM 06



**11 février, 8 h 15**

Rencontre Zoom Café  
FQLI



**11 mars, 14 h**

Conférence gratuite  
FQLI

# Partenaires de la FQLI



## RABAIS DE 20 \$

Un rabais sur les activités à la carte en temps réel (19 \$ + taxes au lieu de 39 \$ + taxes) à tous les membres de la FQLI sur l'ensemble de son offre de services (aînés). Deux connexions pour le prix d'une sur l'abonnement mensuel ou à la carte.

**Code : FQLI-80**



## LES SERVICES DES GÉNIES INC.

## RISTOURNE

Une ristourne de 1,5 % sera versée à la FQLI pour l'ensemble des prestations de loisirs clés en main ponctuelles ou régulières achetées par votre milieu.

## Les bons coups régionaux

### RÉGIONS DU BAS-SAINT-LAURENT/ GASPÉSIE—ÎLES-DE-LA-MADELEINE (01/11)

Le projet « Tuque et tricot » est une initiative d'une infirmière auxiliaire du CHSLD de Matane, passionnée de tricot. Elle a souhaité intégrer cette passion à la vie des résidents pour en faire une bonne cause, soit confectionner des tuques pour les nouveaux-nés de l'Hôpital de Matane. Le département d'obstétrique a accueilli cette idée avec enthousiasme, ravi que des tuques pour bébés soient fabriquées par les résidents du CHSLD. La participation est grande, et certaines personnes ont même découvert une nouvelle passion pour le tricot. La machine à tricoter appartenait à l'infirmière auxiliaire à l'origine du projet. Cependant, avec l'ampleur croissante de l'initiative, nous en avons acheté une autre sur Amazon au coût approximatif de 70 \$. Nous organisons des activités de groupe, que ce soit pour faire des pelotes de laine ou pour tricoter tous ensemble, et nous nous déplaçons même dans les chambres pour en faire des activités individuelles.

Fabriquées avec amour par les résidents du  
CHSLD de Matane



Pour le département d'obstétrique de Matane



### RÉGIONS DU SAGUENAY-LAC-SAINT-JEAN/ CÔTE-NORD/NORD-DU-QUÉBEC (02/09/10)

**Recréation du Festival Western de St-Tite au CHSLD Isidore-Gauthier :  
Un voyage au cœur de l'Ouest**

Au CHSLD Isidore-Gauthier, nous avons offert à nos résidents une expérience unique en recréant l'ambiance du célèbre Festival Western de St-Tite, et ce, directement dans notre établissement. L'événement a inclus un cheval et un poney, apportant une touche de plaisir au quotidien de nos résidents. Le personnel et les résidents se sont aussi imprégnés du style country avec de beaux déguisements.

L'objectif de cette activité était de stimuler les sens, de favoriser la rencontre avec les animaux et d'évoquer des souvenirs joyeux des résidents, dont certains avaient déjà participé au Festival ou étaient de grands amateurs de l'univers western. L'impact a été immédiat : les résidents ont manifesté leur enthousiasme, et plusieurs se sont aventurés à caresser les chevaux, se remémorant des moments de leur jeunesse.

Les bienfaits de cette initiative ont été significatifs tant sur le plan physique que psychologique. La simple présence des animaux a permis de stimuler la curiosité et la participation active de nos résidents. L'interaction avec ceux-ci a eu un effet apaisant, réduisant le stress et apportant un sentiment de bien-être. Pour certains, c'était une occasion rare de renouer avec des souvenirs d'enfance ou de campagne, créant ainsi un lien affectif fort avec l'événement.

En plus d'enrichir l'expérience des résidents, cette activité a renforcé les liens entre les familles, le personnel et les usagers. Les proches ont partagé ce moment spécial, ce qui a favorisé un sentiment de communauté et de chaleur humaine au sein du CHSLD.

Ce projet a été un véritable succès et démontre l'importance de l'interaction avec les animaux dans le quotidien des résidents. Cette expérience a prouvé que la seule limite à notre créativité et à nos initiatives est celle que nous choisissons de nous imposer, et que les possibilités sont infinies lorsque nous osons imaginer et innover pour le bien-être de nos résidents.





## RÉGIONS DE QUÉBEC/ CHAUDIÈRE-APPALACHES (03/12)

### Animalerie du Bonheur

L'organisme **Le Noël du Bonheur** offre une expérience unique aux résidents en centres d'hébergement dans les régions 03/12 grâce à ses *Animaleries du Bonheur*. Celles-ci incluent des animaux robotisés au design doux et réaliste, qui procurent des bienfaits tangibles pour le bien-être mental et émotionnel des personnes âgées, particulièrement celles atteintes d'Alzheimer.

Chaque *Animalerie du Bonheur* se compose d'une boîte en coroplaste imprimé, facile à transporter, contenant trois petits animaux robotisés : deux chats et un chien, confortablement installés dans leurs paniers. Ces animaux, réalistes et interactifs, réagissent aux caresses des résidents en miaulant, en ronronnant, en haletant ou en agitant la queue. Ils peuvent même fermer les yeux ou se tourner sur le dos, invitant à des moments de complicité et de détente, rappelant ainsi l'interaction avec de vrais animaux de compagnie.

Cette activité se révèle particulièrement bénéfique lors de périodes difficiles, comme celles liées à des éclosions de maladies ou des pandémies, où la zoothérapie traditionnelle peut être mise en pause. Les animaux robotisés offrent une alternative douce, permettant aux résidents de vivre des moments de réconfort, de calme et de joie, tout en favorisant des interactions sociales saines avec leurs pairs et les soignants.

Les *Animaleries du Bonheur* ont ainsi un impact mesurable sur la qualité de vie des aînés, favorisant la sérénité, la stimulation sensorielle et un sentiment de satisfaction et d'accomplissement en prenant soin de leurs « compagnons ».

Jusqu'à aujourd'hui, 40 animaleries ont été distribuées dans plusieurs centres associés à l'organisme dans les régions de Québec et de Chaudière-Appalaches. Les résultats sont très positifs, tant sur le plan des retours des résidents que de l'impact constaté par le personnel soignant.

Chaque *Animalerie du Bonheur* a une valeur de 750 \$, incluant les trois animaux robotisés, la boîte en coroplaste imprimé, les paniers et les sangles de transport, facilitant leur rangement et leur utilisation dans différents contextes.

La FQLI, par le biais de son programme *Mémoire active*, a contribué à la création d'une de ces *Animaleries*, soulignant son engagement pour le bien-être des aînés.

Pour mettre en place ce type d'activité dans votre installation, vous pouvez vous procurer les animaux auprès de *CDS Boutique* ou *Eugeria*. Vous pouvez aussi contacter *Le Noël du Bonheur* afin d'avoir plus d'informations sur la boîte animalerie au : [info@noeldubonheur.com](mailto:info@noeldubonheur.com) ou au 418 687-6635.

## RÉGIONS DE LA MAURICIE/ CENTRE-DU-QUÉBEC (04/17)

### Une bouffée de traditions au CHSLD de St-Thècle : Le magasin général qui ravive les souvenirs

Niché au cœur du CHSLD de St-Thècle, un magasin général pas comme les autres attire l'attention et réchauffe les cœurs des résidents et visiteurs. Ce petit havre de nostalgie, aménagé avec soin, est bien plus qu'un simple lieu de vente : c'est un lieu où la tradition et la modernité se rencontrent pour offrir réconfort et joie aux aînés. Le magasin général de l'installation est un projet mis en place pour offrir aux résidents une expérience sensorielle, riche en souvenirs. Inspiré des commerces traditionnels des années 1950-60, il évoque l'époque où les magasins de quartier étaient le centre de la vie communautaire.

Au cours des activités, les résidents accumulent de l'argent qu'ils peuvent ensuite dépenser au magasin général, qui ouvre ses portes une journée par mois. Les produits sont variés; que ce soient des chèques-cadeaux, des collations sucrées et salées, des boissons, ou même des objets parfaits à offrir.

L'employée du magasin, Martine, est également une personne formidable qui connaît ses résidents. Elle ne se contente pas de vendre des produits, mais elle écoute les histoires, partage des sourires et apporte une dose de bienveillance. Pour beaucoup de résidents, ces interactions sont une bouffée d'air frais dans leur routine. Les retours sont unanimement positifs. Les résidents expriment leur gratitude pour ce lieu qui les connecte avec leurs souvenirs et leur passé, tout en leur offrant une activité agréable. Les familles, de leur côté, apprécient la possibilité de voir leurs proches souriants et engagés dans des interactions sociales significatives.

En définitive, le magasin général du CHSLD de St-Thècle est un bel exemple de la façon dont les initiatives communautaires peuvent transformer la vie des aînés et raviver les traditions du passé dans un cadre moderne. C'est un témoignage de l'importance de la mémoire collective et de la capacité des petites choses à apporter une grande joie.



## RÉGION DE L'ESTRIE (05)

Le 25 octobre dernier, le Centre de jour de l'Hôpital de Coaticook, ainsi que certains patients de la MDA de Coaticook (Maison des aînés) ont pu participer à une sortie au Verger Le Gros Pierre, à Compton.

Sans la possibilité d'avoir un 2<sup>e</sup> autobus pour apporter les patients à la sortie, les intervenants ont dû user de créativité. Pour les usagers ambulants, le personnel a décidé d'utiliser leurs propres véhicules. Pour les patients à mobilité réduite, le personnel s'est tourné vers l'APHC+ (Association des personnes handicapées de la MRC de Coaticook). Nous avons pu louer une voiture adaptée pour les fauteuils roulants, et ainsi offrir la possibilité de se rendre au verger.

Une fois à destination, les patients ont pu faire un tour de tracteur autour du verger. Ils ont eu la chance de cueillir des pommes Passionata, une grosse pomme jaune très sucrée. Une variété de pommes que personne n'avait goûtée encore. Pour terminer l'activité en beauté, une tarte aux pommes et du café ont été servis. L'activité fut une belle réussite.

Un merci tout spécial au Club des Lions de Coaticook qui a financé l'activité. Sans eux, la sortie n'aurait pas pu avoir lieu.



Écouter lire, c'est aussi lire!



**Liratoutâge**  
PARTOUT AU QUÉBEC

[liratoutage@areq.lacsq.org](mailto:liratoutage@areq.lacsq.org) | [liratoutage.com](http://liratoutage.com)



## RÉGION DE MONTRÉAL (06)

### Gros défi qui se terminent avec succès!

Après deux ans de travail sur le dossier de la Semaine du loisir, nous sommes fières du résultat obtenu. Tout au long de l'organisation, toute l'équipe était très euphorique pour développer la thématique et l'exploiter avec beaucoup d'idées et de concepts à créer. Ce fut un plaisir pour notre région de pouvoir réaliser ce beau et grand événement.

Bravo à toute l'équipe et merci à tous les intervenants qui ont utilisé nos suggestions pour faire bouger leurs résidents!



### Gala Méritas

Depuis plus de 20 ans, le Gala Méritas est célébré dans notre région. Pour une première fois, le défi a été lancé partout au Québec afin que tous les milieux puissent organiser leur propre événement. Les documents avaient été intégrés dans le Guide de la Semaine du loisir.

Le comité organisateur tient à remercier le ministère de la Santé et des Services sociaux et le ministère des Aînés pour leur soutien. Avec cette aide financière précieuse, nous avons pu offrir un trophée et une clé USB à tous les membres de la région de Montréal.





## RÉGIONS DE L'OUTAOUAIS/ ABITIBI-TÉMISCAMINGUE (07/08)

Depuis 1 an, le CHSLD de Val-d'Or s'est associé avec le Programme d'éducation intermédiaire de l'école Polyvalente le Carrefour. C'est par le billet du volet communautaire que nous recevons des étudiants bénévoles afin de créer des échanges intergénérationnels. Cette implication se traduit par de l'aide au niveau de la préparation des plates-bandes de la cour extérieure, de la présence des étudiants lors des grosses activités ou simplement lors de visites individuelles en soirée.

Cette année, 47 jeunes de secondaire 4 et 5 ont levé la main afin de venir réaliser des peintures de Noël dans les fenêtres du CHSLD de Val-d'Or ainsi que de l'unité transitoire de récupération fonctionnelle.

## RÉGIONS DE LAVAL/LANAUDIÈRE/ LAURENTIDES (13/14/15)

**Le Manoir hanté de Dracula au CHSLD Riviera de Laval :  
Une expérience mémorable pour tous!**

Le CHSLD Riviera de Laval a organisé un événement exceptionnel pour célébrer l'Halloween : *Le Manoir hanté de Dracula*. Les résidents ont eu la chance de vivre un parcours multisensoriel captivant, incluant un jeu-questionnaire sur Dracula, où chacun pouvait tester ses connaissances tout en s'amusant. Le tout était accompagné d'un décor fabuleux et effrayant, plongeant les participants dans une atmosphère pleine de mystères et de frissons. Les résidents ont été soutenus tout au long de l'activité par les préposés aux bénéficiaires, garantissant ainsi la participation de tous. Pour couronner cette activité, des chocolats ont été offerts aux participants. Un grand bravo à Nadine Léger, récréologue, et Gabrielle Desrochers, technicienne en loisir, pour l'organisation de cet événement réussi et inoubliable.



**VOYEZ  
ENCORE PLUS  
DE BELLES  
RÉALISATIONS  
D'HALLOWEEN  
AUX PAGES  
33 ET 34**



## RÉGION DE LA MONTÉRÉGIE (16)

Dans le cadre de la Semaine du loisir, les résidents du CHSLD Champagnat ont reçu deux classes de maternelle de l'école du quartier le 8 novembre dernier. Pour la station bibliothèque, deux résidents avaient choisi et pratiqué la lecture d'un conte pour les enfants. Ce fut une belle activité où les résidents et les enfants ont pu entendre et voir le conte puisque des images défilaient sur la télévision en même temps. Les résidents et les enfants ont aimé leur expérience.

*Julie L'Écuyer, technicienne en loisir  
CHSLD Champagnat*



# muralunique.com

*Créateur d'ambiance  
et d'environnement plus  
chaleureux pour vos  
résidents et vos équipes!*

- Camoufler des portes
- Améliorer l'expérience des bains
- Décorer les salles à manger
- Créer un espace salon convivial
- Personnaliser des portes  
et bien plus !



## *Améliorer les milieux de vie des résidents!*

Nous offrons un service **clé en main** incluant la création, la production et l'installation



**Leader Canadien de murales en papier peint écologique,**  
nous sommes renommés pour la qualité du produit et du service.

*Nos murales résistent à la moisissure, sont biodégradables  
et sans COV (composé organique volatil)*



**mu muralunique.com**  
créateur d'ambiance • atmosphere creator

1.888.616.7477 info@muralunique.com 514.339.9479

www.muralunique.com • 6431 chemin St-François, Montréal, Québec, Canada H4S 1B6



# Notre histoire

## Maintenant pour la suite...

Comme annoncé dans la dernière édition de notre revue, et lors de l'assemblée générale annuelle, notre directrice générale, Anne-Louise Hallé, prendra sa retraite dans un an. Le processus de sélection pour trouver son successeur est donc déjà en cours, afin de maximiser le temps consacré à l'intégration et à l'accompagnement de la personne qui reprendra le flambeau.

Après avoir mis l'accent sur l'histoire de la FQLI dans nos précédentes publications, nous tournons maintenant notre regard vers l'avenir. Nous avons donc posé cinq questions à Anne-Louise pour connaître sa vision de la Fédération et l'héritage qu'elle souhaite transmettre.

**Q.** Après toutes ces années à la direction, quelle réalisation te rend la plus fière?

**R.** Il y a beaucoup de choses qui me remplissent de fierté, mais je souhaite vous parler de deux réalisations en particulier. La première concerne la reconnaissance du travail de la FQLI, et la deuxième réalisation est en lien avec le rayonnement du loisir dans le réseau de la santé

La reconnaissance de la FQLI comme organisme national de loisir par le gouvernement du Québec en 1998 a donné des ailes à l'organisation. Cette reconnaissance a permis d'obtenir du financement à la mission pour la Fédération et la possibilité de soumettre des projets spéciaux avec un financement spécial. C'est à partir de ce moment que la vitesse de croisière de la FQLI a augmenté, autant par la visibilité que l'augmentation des services pour répondre aux besoins des installations membres, ce qui a entraîné une augmentation considérable du membrariat.

Quelques années plus tard, en 2021, ce fut toute une victoire de retrouver le nom de la FQLI dans la *Politique d'hébergement et de soins et services de longue durée - Des milieux de vie qui nous ressemblent*. Après de nombreuses années à faire la promotion des bienfaits et retombées du loisir pour les clientèles hébergées, des dépôts de mémoire pour démontrer que le loisir est incontournable dans le réseau de santé, des présentations dans le cadre de consultation publique, la FQLI a finalement réussi à ce que cela soit officiellement inscrit dans la politique et que les visites ministérielles évaluent la qualité de la programmation loisir qui est offerte dans les milieux.

**Q. Au fil des ans, tu as collaboré avec de nombreux intervenants engagés et passionnés sur les différents conseils d'administration régionaux. Quels sont les projets sur lesquels vous vous concentrerez cette année?**

**R.** Cette année, je souhaite redonner à la base, soit aux membres, et plus particulièrement aux intervenants. Nous travaillerons en collaboration avec les différents conseils d'administration régionaux pour trouver des projets emballants, porteurs d'énergie et d'inspiration pour l'ensemble des intervenants en loisir du réseau de la santé.

Au cours de l'année, je souhaite également mettre à jour le site Internet de la FQLI afin d'optimiser son accessibilité et son rayonnement.

Je voudrais aussi travailler à la planification stratégique de l'organisme afin d'amener les intervenants à réfléchir ensemble sur l'avenir de la FQLI et de ses services. Ce processus est essentiel afin d'analyser ensemble les facteurs internes et externes qui influenceront l'avenir de l'organisation et nous aidera à développer des stratégies opérationnelles pour surmonter les défis et exploiter les opportunités, notamment la transformation qui s'opère présentement avec les changements pour Santé Québec.

**Q. Avant ton départ, y a-t-il un dernier projet ou objectif que tu aimerais réaliser ou voir aboutir pour la FQLI?**

**R.** J'ai très hâte au lancement du Parcours Les Essentiels qui va venir outiller l'ensemble des professionnels qui œuvrent en loisir dans les différentes installations de santé au Québec. La rédaction des capsules est presque terminée et nous pourrions bientôt débiter des phases de tests.

Je souhaite également poursuivre et peut-être élargir notre partenariat avec la Fondation Mirella et Lino Saputo pour offrir d'autres opportunités financières aux installations membres.

**Q. La FQLI connaît une croissance remarquable de son nombre de membres depuis deux ans. Où l'imagines-tu dans 10 ans?**

**R.** Dans les dernières années, l'organisation a connu une croissance exceptionnelle et une augmentation de la portée de ses services par le réseau de la santé. Dans mes rêves, je vois que la FQLI poursuit sa mission de faire la promotion du loisir dans le réseau de la santé, qu'elle continue à rayonner et qu'elle atteint 700 membres au cours des deux prochaines années.

Pour poursuivre sa mission, la FQLI aura besoin d'une meilleure reconnaissance financière pour la soutenir de la part du gouvernement.

**Q. Quel est ton souhait le plus cher pour l'avenir de la FQLI?**

**R.** Que l'on puisse trouver des solutions pour contrer la pénurie de main d'œuvre spécialisée en loisir. Que l'ensemble des partenaires (installations membres, organismes de loisir, écoles de formation, etc.) créent des outils de promotion et de sensibilisation pour recruter de futurs professionnels en loisir afin de faire vivre notre profession. Que l'on trouve des façons pour soutenir et aider à la reconnaissance des acquis et des compétences pour conserver dans le réseau de la santé des intervenants d'expérience. Que les intervenants poursuivent la création d'activités qui encouragent les liens intergénérationnels afin que ces moments positifs de partage dans les installations du réseau puissent inspirer les jeunes dans leur choix de carrière.

Je souhaite que l'ensemble du Québec soit encore représenté par les 9 associations régionales de loisir en institution (ASLIQ) et que soient mis en œuvre des moyens pour accompagner, encourager et soutenir l'engagement des bénévoles (intervenants) à poursuivre leur implication.

Finalement, j'espère que l'on prendra soin des intervenants en loisir dans le réseau. Actuellement, ces professionnels accomplissent leur rôle de façon extraordinaire, dans des conditions et des règles qui évoluent constamment et qui ne sont pas toujours claires. Je souhaite que les gestionnaires réalisent le rôle essentiel de ces professionnels dans l'animation du milieu de vie, dans l'accompagnement des familles, dans l'encadrement des bénévoles et dans le développement sur l'ouverture sur la communauté. Je souhaite également qu'ils réalisent les limites de leurs interventions lorsqu'ils se retrouvent seuls dans un milieu ou en surcharge de travail. Il faut prendre conscience que la pression, les multiples mandats et demandes viennent contribuer à briser la motivation et l'engagement des intervenants à poursuivre leur carrière dans le réseau de la santé.

En terminant, je voudrais profiter de l'occasion pour remercier les intervenants pour leur implication, mais surtout pour la qualité de leur travail. Continuez à rayonner, à célébrer et à utiliser votre créativité pour toujours innover dans votre offre de services en loisir. Chaque jour vous illuminez le quotidien et mettez tout en œuvre pour répondre aux besoins de la clientèle.

## LA PEUR DE LA PRESSION DE PERFORMANCE : COMMENT LA SURMONTER EN LOISIR

Travailler dans le domaine des loisirs, particulièrement auprès des aînés en hébergement ou utilisant un service du réseau, peut être une expérience gratifiante, mais elle n'est pas sans défis. Beaucoup d'intervenants ressentent une pression constante pour innover, se surpasser et répondre à des attentes parfois élevées. Cette peur de la performance peut engendrer du stress, voire un sentiment d'épuisement, si elle n'est pas bien gérée. Pourtant, il existe des stratégies pour surmonter cette pression tout en offrant des activités enrichissantes et adaptées. En prenant le temps de comprendre son environnement, en planifiant ses actions de manière proactive et en s'inspirant intelligemment des autres, chaque intervenant peut évoluer sereinement et efficacement dans son rôle.

### Prendre le temps de tout connaître

Au-delà de connaître les attentes des résidents, de comprendre leurs besoins et leurs préférences, il faut savoir identifier les ressources à notre disposition, et ce, qu'il s'agisse d'équipements matériels, de budgets ou d'appuis humains tels que les autres intervenants, les membres des familles et les bénévoles. C'est en prenant en considération tous ces éléments que nous pouvons être efficace. Connaître son environnement, c'est aussi créer des liens avec toutes ces personnes, en échangeant avec eux pour leur permettre de mieux comprendre votre rôle, mais également pour cerner tout le champ des possibles, ce qu'eux peuvent apporter comme contribution. Cette relation d'échanges et d'ouverture permettra également de moduler les attentes puisque vous travaillerez dorénavant en équipe et vous ne serez plus seul à porter le poids de la réussite de vos activités.

Si vous débutez dans un nouveau milieu, il est essentiel de ne pas se précipiter. Se donner une année complète pour observer son environnement est une étape clé. Douze mois d'observation donnent aussi l'occasion de mieux comprendre le calendrier des activités régulières : les temps forts comme les fêtes thématiques de même que les saisons plus calmes. Avec le temps, vous découvrirez les exigences spécifiques de chaque événement.

### Planifier pour gagner du temps et éviter la surcharge

La planification est une arme précieuse contre la pression de performance. Prendre le temps d'anticiper les grandes étapes de l'année permet non seulement d'éviter d'être pris au dépourvu, mais aussi de répartir la charge de travail de manière plus fluide. Par exemple, préparer à l'avance les événements majeurs tels que la Semaine du loisir ou Noël réduit la pression de dernière minute. Cela libère également de l'espace pour intégrer des activités innovantes ou répondre à des demandes

ponctuelles sans que cela devienne une source de stress. Avec le temps et l'expérience, l'intervenant peut mieux identifier ce qui fonctionne dans son milieu et ce qui plaît réellement aux résidents. Cette connaissance approfondie permet de prioriser les activités qui ont le plus d'impacts, sans s'éparpiller dans des initiatives qui ne rencontreraient qu'un faible intérêt. Ainsi, la planification proactive devient une véritable alliée, non seulement pour maintenir une programmation riche, mais aussi pour préserver sa sérénité face aux défis.

### S'inspirer des autres sans s'épuiser

Dans le monde du loisir, il est fréquent de chercher des idées auprès des autres intervenants par le biais des Zoom Café de la FQLI ou lors des formations. Ces échanges sont une source inestimable d'inspiration, mais ils doivent être abordés avec discernement. S'inspirer ne signifie pas copier à l'identique ce qui est fait ailleurs. Chaque milieu possède ses particularités, et il est crucial d'adapter les idées à ses propres capacités et ressources. Par exemple, une programmation très élaborée et chargée d'activités à grand déploiement dans une installation pourrait ne pas convenir à un milieu plus petit ou disposant de moins de moyens financiers et humains. De ce fait, vous ne devez pas craindre les comparaisons. Chacun fait de son mieux et, au final, chacune de vos actions fait une différence dans la vie de vos résidents.

De plus, il est important de se rappeler qu'être innovant ne nécessite pas non plus de proposer du spectaculaire chaque semaine. La nouveauté doit être dosée pour éviter l'épuisement personnel, mais aussi pour ne pas créer des attentes irréalistes chez les résidents. Un rythme équilibré permet de maintenir l'enthousiasme, tout en préservant l'énergie et la motivation à long terme. Enfin, ces partages entre intervenants ne sont pas seulement bénéfiques pour les idées qu'ils apportent, mais également pour renforcer l'engagement collectif et le rayonnement du loisir.

En conclusion, la peur de la pression de performance est une réalité pour de nombreux intervenants, mais elle peut être atténuée par des approches réfléchies et stratégiques. En prenant le temps de bien connaître son milieu et ses ressources, en planifiant judicieusement ses activités et en s'inspirant intelligemment des autres, chaque intervenant peut trouver son équilibre. L'objectif n'est pas d'impressionner à tout prix, mais de créer des moments significatifs pour les résidents tout en respectant ses propres limites. De plus, cultiver un esprit de collaboration et de partage avec ses pairs contribue à valoriser le loisir et vous aidera à évoluer tant sur le plan personnel que professionnel.



# La musique et ses bienfaits pour tous

en CHSLD, soins palliatifs, santé mentale, hôpital, résidences pour aînés, centres de jour...



samsante.org



LA DIFFUSION EN CONTINU  
POUR VOTRE CANAL INTERNE  
*La magie du temps réel*

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
ANTI-ROUILLE Modérée 9 h 30	ANTI-ROUILLE Modérée 9 h 30	ANTI-ROUILLE Modérée 9 h 30	ANTI-ROUILLE Modérée 9 h 30	ANTI-ROUILLE Modérée 9 h 30
MINI-BINGO 10 h 05	MINI-BINGO 10 h 05	MINI-BINGO 10 h 05	MINI-BINGO 10 h 05	MINI-BINGO 10 h 05
EQUILIBRE Élevée 10 h 30	DANSÉFORME Modérée 10 h 30	VITALITÉ + Élevée 10 h 30	POUND NOUILLES Modérée 10 h 30	
LA DOUCEUR Modérée 14 h 30	KARAOKÉ avec Daniel Kelly 14 h 30	CHANTEUR avec Serge Belisle 14 h 30	DANSE EN LI Modérée 14 h 30	

**DE D'INTENSITÉ**

- Modérée - Cours donné sur chaise
- Modérée à élevée - Cours donné sur chaise, parfois debout
- Élevée - Cours donné debout



## Avantages diffusion en continu

Gestion simplifiée  
Aucune installation complexe  
Aucun délai pour débiter  
Un contenu diversifié  
Aucun horaire à planifier  
Qualité haute définition  
**Aucun engagement,  
vous pouvez gérer votre  
abonnement en tout temps**

**Cours et activités  
offerts virtuellement.**

**Un bel outil pour les  
milieux d'hébergement !**

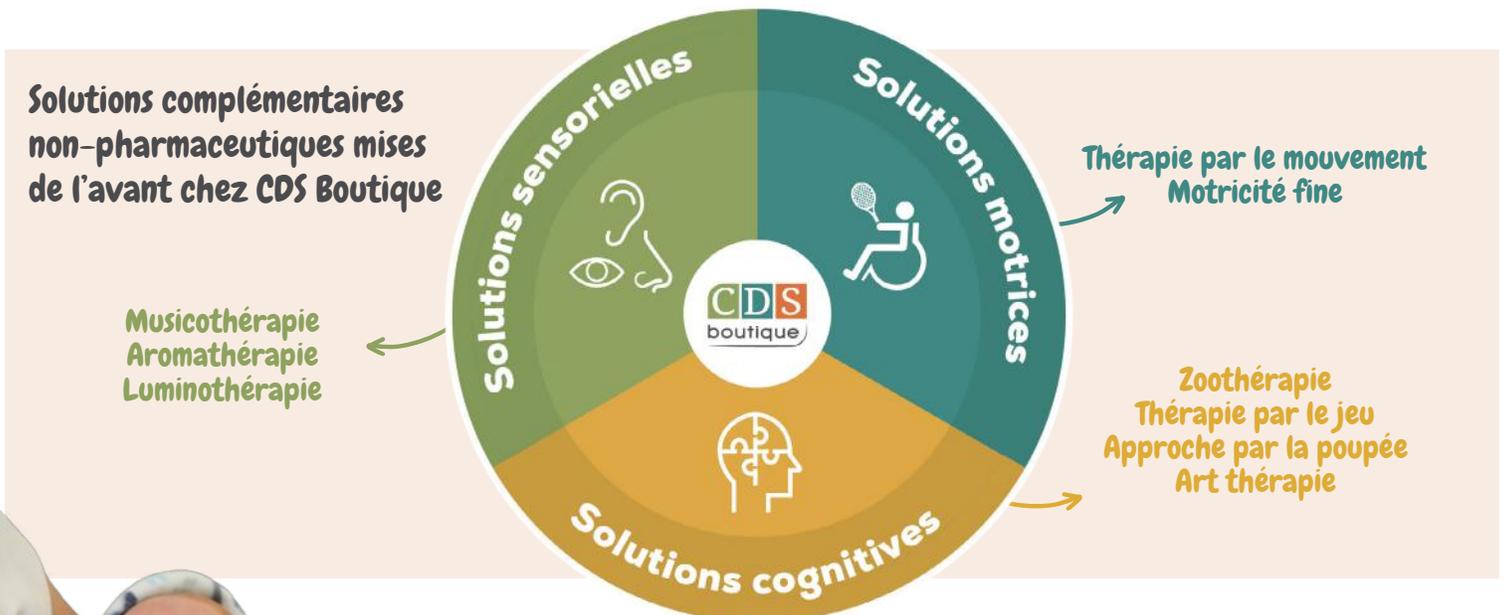
Contactez-nous dès aujourd'hui  
info@webor.ca • 514 219-4441

Dale Hanley  
fondatrice

webor.ca

# Des produits stimulants pour un futur adapté

Depuis quelques années, nous entreprenons un virage technologique dans notre offre de produits et de services. La raison est que les innovations technologiques répondent bien aux besoins de nos milieux, alors qu'elles sont intuitives, adaptables et évolutives. Les aînés de tous les niveaux d'autonomie sont ainsi stimulés selon leurs propres capacités et vivent beaucoup moins de frustrations au quotidien. D'ailleurs, alors que notre processus de sélection de produits est rigoureux, nous nous assurons toujours que les innovations choisies s'inscrivent dans notre mission de stimuler nos aînés au niveau sensoriel, moteur et cognitif.



## L'approche par la poupée

L'approche par la poupée est une approche complémentaire réaliste, sensible, créatrice et stimulante qui redonne un sens au quotidien des aînés. Pour une personne âgée, tenir une poupée-bébé brise sa solitude, en plus de générer un fort sentiment d'accomplissement. Les établissements qui mettent de l'avant cette approche remarquent que leurs résidents sont plus calmes, de meilleure humeur, curieux et moins stressés.





## Edie, une formation à l'approche immersive

Depuis maintenant 6 ans, nous offrons la formation Edie qui a fait découvrir à plus de 2 500 intervenants québécois le point de vue d'un aîné atteint par la maladie d'Alzheimer. Grâce à une combinaison de réalité virtuelle et de partages d'histoires réelles, les personnes qui suivent la formation ont tous la même réaction: il s'agit d'une expérience de formation « inoubliable », « qui remet en question des actions que l'on pose au quotidien », puis « que chaque établissement de santé devrait offrir à son personnel employé ».



## Le plaisir sans limite!

**Des projecteurs interactifs pour la stimulation sensorielle, cognitive et motrice**

Les projecteurs interactifs Obie pour le plafond et Obie Mobile Pro transforment les résidences pour aînés alors qu'ils offrent une façon de stimuler les résidents et par le fait même, de promouvoir le maintien des fonctions cognitives. En effet, à travers les différents jeux adaptés, les aînés mettent en pratique la réflexion, le mouvement et la coordination main-œil. D'ailleurs, les niveaux de difficulté disponibles pour chaque jeu rendent l'expérience d'autant plus plaisante pour les résidents!



## L'expérience multisensorielle par l'intelligence artificielle

inmu utilise l'intelligence artificielle pour transformer les mouvements d'une personne en musique et en douces vibrations afin de lui permettre de reconnecter avec l'essentiel. Le coussin est intuitif: les aînés n'ont pas besoin de se souvenir de comment l'utiliser, ils n'ont qu'à le toucher, le soulever ou le bouger. D'ailleurs, ayant déjà beaucoup de succès en Europe, inmu fait désormais ses preuves dans de nombreux établissements canadiens alors qu'il est utilisé avec les résidents pour faciliter les soins, favoriser le mouvement, aider à la détente et même encourager la socialisation!





# La FQLI craque pour...

## Coup de cœur de l'équipe de la FQLI



### Une immersion ludique et mémorable dans l'univers des bébés!

Organisée par la Centre d'hébergement Champlain Chanoine-Audet, cette activité thématique originale a été un véritable succès! Pensée pour amuser, rassembler et éveiller la créativité, elle proposait une panoplie d'activités variées et interactives.

La journée a débuté avec une présentation PowerPoint expliquant les concepts populaires tels que *shower*, *gender reveal* et les diverses traditions associées à l'univers des bébés. S'en sont suivis des jeux comme le Vrai ou Faux, Compléter la chanson et Le juste prix, qui ont mis à l'épreuve les connaissances des participants.

Tous les résidents étaient invités à se vêtir de rose ou de bleu pour entrer dans l'esprit de l'activité. Ils ont également dégusté de délicieux cupcakes décorés selon ces mêmes couleurs, ajoutant une touche gourmande au thème. Suivaient ensuite quelques jeux classiques, mais toujours amusants, tels que Le tri de chaussettes, Qui finira son biberon en premier? et un Duel de changement de couches. Rapidité et adresse étaient à l'honneur pour ces différents défis. Les participants ont aussi laissé des messages et conseils inspirants sur des cache-couches. Ces derniers ont ensuite été remis à l'organisme Ressources-Naissances pour de futurs parents.

Pour encore plus de rires et d'émotions, des vidéos drôles de bébés, issues de YouTube ont été présentées tout au long de l'activité. Enfin, les participants ont eu l'honneur de découvrir les nouveaux bébés *Reborn* de l'installation. Grâce aux suggestions de prénoms recueillies, les noms gagnants ont été révélés pour chacun de ces adorables poupons.

Cette activité thématique clés en main s'est avérée une expérience immersive et festive, parfaite pour rassembler petits et grands dans la bonne humeur tout en célébrant l'univers tendre et joyeux des bébés! Bien que l'activité ait été riche et variée, d'autres idées pourraient encore enrichir ce concept si vous souhaitez vous en inspirer.

- Une discussion autour de l'accouchement.
- Un jeu « Découvre la saveur » avec des purées pour bébés.
- Des défis comme habiller un bébé ou plier des vêtements miniatures.

À votre tour maintenant!

**Kim Lachance, éducatrice spécialisée**



**Canva pour l'animation  
de cette activité**



## Une vague de créativité pour Halloween!

Halloween a été l'occasion parfaite pour laisser libre cours à l'imagination et créer des moments mémorables dans vos installations. Entre les concours de citrouilles décorées, les défilés costumés, les ateliers de bricolage thématique, les décors hantés, vos idées ont enchanté autant les participants que les intervenants qui ont eu la chance d'admirer le résultat de vos efforts.

C'est un véritable plaisir de constater la passion et l'énergie que chacun met dans ses projets. Les membres se sont surpassés pour transformer Halloween en une fête inoubliable! Pourquoi ne pas s'inspirer de ces succès pour Noël? Que diriez-vous de revisiter certaines idées – un concours de décorations de sapins, un défilé en pulls de Noël, ou même un décor immersif vers le pôle Nord.

Continuez à partager vos bons coups avec nous et sur les réseaux sociaux. Chaque idée, petite ou grande, contribue à enflammer la passion et à créer un effet d'entraînement dans notre communauté. Ensemble, nous pouvons faire de chaque fête une expérience magique!

**Louis Chagnon, technicien en loisir**  
Centre d'hébergement Villa Bonheur

**Viviane Auger,**  
**technicienne en loisir**  
Hôpital Sainte-Anne



**Julie Massey,**  
**technicienne**  
**en loisir**  
Centre  
le Cardinal inc.



Camille Cid, éducatrice spécialisée  
Centre d'hébergement Ernest-Brisson



SENIOR CONNECT  
ENSEMBLE

  
Solution  
Québécoise

Modernisez Vos loisirs



1000  
activités  
par année



Communauté  
de partage



Bingo &  
Apps

inclus: Tableau interactif, Support mobile ajustable  
Chromebook, installation, formation, support

[www.senior-connect.com](http://www.senior-connect.com)

Alexandre  
438-993-3164

Sébastien  
514-442-7653



Fier partenaire  
Fédération québécoise  
du loisir en institution

# Bons coups en rafale!



**Journée thématique Far West**  
Centre d'hébergement Marie-Anne Ouellet



**Visite dans un CPE**  
Centre d'hébergement Mgr-Ross



**Séance de caricatures**  
CHSLD de Saint-Prosper

**Calendrier géant de l'aveit**  
CHSLD Benjamin-Victor-Rousselot



# Avançons ensemble



## BIENTRAITANCE

### PROJET « MA VIE ENTRE DEUX BOÎTES » – ÉTÉ 2024

Le projet « Ma vie entre deux boîtes » a été réalisé avec la participation de 7 jeunes et 7 aînés résidant au CHSLD de L'Assomption et le travail de l'artiste Ani Muller. Ce projet a mis en lumière une réalité émouvante : celle des aînés qui doivent se détacher de leurs biens matériels tout en prenant conscience que l'essentiel réside dans les souvenirs et les moments passés ensemble.

Ani Muller artiste  
[www.animuller.com](http://www.animuller.com)

## Bonne pratique

Le CHSLD de La Mitis a créé ses propres affiches pour sensibiliser le personnel aux gestes de bienveillance. Des capsules qui présentent des actions simples à mettre en place sont diffusées chaque semaine. Il suffit souvent que d'un simple rappel pour changer nos habitudes et adopter un comportement qui a un impact positif sur le bien-être des résidents.

**Merci de respecter mon intimité**



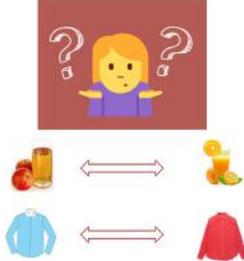
Que ce soit de fermer les rideaux lorsque tu me donnes des soins, ou de rester discret lorsque tu transmets des informations à mon sujet, ceci m'aide à établir un lien de confiance et je l'apprécie.

**Merci de cogner à la porte de ma chambre avant d'entrer chez moi**



Même si je ne suis pas en mesure de vous répondre, cela me démontre du respect et je l'apprécie!

**Merci de me laisser faire des choix**



Même s'il est difficile pour moi de vous répondre, que vous preniez le temps de me parler me démontre du respect et je l'apprécie.

## ÊTRE BIEN TRAITANT ENVERS SOI-MÊME

Qu'est-ce que la bienveillance envers soi-même? Comment cela se traduit dans votre quotidien et dans votre rôle de personne proche aidante? Développer la bienveillance, c'est prioriser votre bien-être et celui de la personne aidée.

Vous trouverez différentes capsules vidéo pour venir soutenir les personnes proches aidantes de vos milieux.

Voir le site



# Appui

proches aidants



## DES HISTOIRES QUI RÉSONNENT

Découvrez ce balado des proches aidants, animé par Marina Orsini. Ce projet se veut une fenêtre par laquelle on peut jeter un regard sur la réalité des proches aidants du Québec. Le but est de partager des histoires qui résonnent. On vous suggère d'explorer les différentes thématiques et surtout, de les regarder en compagnie des proches aidants.

Le thème de la proche aidance vous interpelle? Réservez la date du **11 mars 2025, 14 h à 15 h 30**, dans votre agenda. Nous vous proposons, lors de cette journée, une rencontre sur Zoom qui saura plaire autant aux intervenants, bénévoles, résidents et membres des familles! Nous dévoilerons l'identité de notre invité mystère dans quelques semaines sur notre page Facebook. C'est le temps de vous abonner pour ne pas manquer cette annonce!

## BÉNÉVOLAT

### LEXIQUE DE L'ACTION BÉNÉVOLE ET DE L'ENGAGEMENT SOCIAL

Réseau de l'action bénévole du Québec

Le projet de lexique sur l'action bénévole répond à un besoin exprimé par diverses parties prenantes à l'action bénévole. L'objectif poursuivi consiste à «harmoniser le vocabulaire du secteur de l'action bénévole» (Direction des politiques de lutte contre la pauvreté et de l'action communautaire, 2016 : 12). De fait, différents termes sont utilisés pour traiter de l'action bénévole et leur usage varie «en fonction des représentations que se font les bénévoles de leur identité ou de leur communauté d'appartenance. Cette situation fait en sorte qu'il est parfois difficile d'identifier les personnes engagées dans leur communauté et de les interpeller de manière inclusive» (Direction des politiques de lutte contre la pauvreté et de l'action communautaire, 2016 : 12).



Voir le document

## DÉFIONS L'HIVER!

L'hiver est perçu par plusieurs comme une saison rude et limitative en termes d'activités extérieures pour les aînés en résidence. Pourtant, il regorge de moments magiques et d'opportunités uniques pour se revitaliser et tisser des liens. Malheureusement, on ne profite pas toujours assez de ses avantages et la tendance est souvent de rester à l'intérieur, emmitoufflés, en attendant des jours plus cléments. Et si, cette année, nous nous mettions tous au défi de sortir de cette routine? D'ajouter quelques activités à nos programmations pour redécouvrir la beauté et la richesse de l'hiver. Cela pourrait non seulement changer notre perception de la saison, mais aussi offrir aux aînés des expériences mémorables. Dans les prochaines lignes, nous allons vous proposer quelques idées d'activités pour enrichir les mois à venir et transformer l'hiver en une période dynamique et joyeuse.

### Accessoires et aménagements extérieurs

Une première étape simple serait de laisser du matériel à disposition de tout le monde, près des sorties extérieures : des bâtons de marche avec crampons pour les promeneurs, des couvertures pour ceux qui souhaitent s'asseoir et passer du temps au grand air, et des couvertures adaptées pour les fauteuils roulants afin que même ceux en perte d'autonomie puissent sortir

et profiter des promenades. Vous pouvez également mettre à la disposition des résidents des sachets chauffe-mains. Il suffit de les glisser dans les gants ou les poches avant de sortir et cela procurera une chaleur apaisante. Dans le même ordre d'idées, pour encourager les résidents à sortir plus souvent, il est important de créer des espaces accueillants à l'extérieur. Assurez-vous qu'il reste des endroits pour s'asseoir, comme des bancs ou des chaises confortables, et créez des zones de rassemblement où ils pourront se retrouver en toute sécurité. L'installation de foyers extérieurs ou de chauffe-terrasses peut ajouter chaleur et convivialité, incitant davantage les résidents à prolonger leurs moments dehors. Pour aller encore plus loin, pourquoi ne pas installer un dôme, une structure plus facile à tempérer, qui offrira un espace abrité du vent. Ces équipements et aménagements peuvent multiplier les occasions de partager des instants de plaisir hivernal et inciter les résidents à inclure plus d'activités en plein air dans leur quotidien.



Poursuivre la lecture de cet article dans la revue Hiver 2025 du RQRA.

Résidence Alizéa



## LE POUVOIR DES MOTS : UN OUTIL CLÉ POUR MOTIVER ET INFLUENCER POSITIVEMENT LA COLLABORATION

### Tout d'abord, nous vous invitons à lire l'article

*Le poids des mots* de Quoc Dinh Nguyen qui met en lumière l'impact subtil, mais puissant du langage sur les décisions en matière de soins de santé.



À la suite de votre lecture, nous vous invitons à réfléchir au choix des mots que vous utilisez dans votre quotidien comme intervenant en loisir. Ce constat mis en lumière par monsieur Quoc Dinh Nguyen est, selon nous, tout aussi pertinent dans notre domaine, puisque les mots que nous choisissons peuvent influencer directement la motivation des résidents et l'engagement des équipes de soins.

Dans notre travail, le langage utilisé pour encourager la participation des résidents aux activités peut déterminer leur perception de celles-ci. Si un résident entend : « Vous devriez participer, ça vous occupera », il pourrait se sentir réduit à une personne passive. À l'inverse, proposer : « Cette activité vous permettra de partager vos idées et de vous amuser », qui valorise plutôt leur apport et leur autonomie.

Comme l'illustre l'étude, des termes négatifs ou porteurs d'une forte charge émotionnelle peuvent activer des réponses intuitives basées sur des peurs ou des stéréotypes liés au vieillissement. De la même manière, évoquer les bienfaits des loisirs en des termes positifs et inclusifs stimule des réponses qui associent l'activité à des valeurs telles que la dignité, la joie et l'épanouissement. L'objectif est donc de créer un environnement verbal qui inspire confiance et enthousiasme. Dire « Cette activité est conçue pour explorer votre créativité et rencontrer d'autres personnes », donne aux résidents un rôle actif, transformant une simple participation en une opportunité valorisante.

La même logique s'applique également à nos communications avec les équipes de soins et les bénévoles qui soutiennent les loisirs. Le choix des mots est tout aussi stratégique pour bénéficier de leur appui. Si l'on exprime les besoins uniquement en termes de contraintes – par exemple : « On a besoin de vous pour le transport des résidents à l'activité », cela peut être perçu comme une tâche additionnelle peu valorisante. En revanche, intégrer des termes qui mettent en évidence leur rôle, comme : « Votre aide est essentielle pour favoriser la participation des résidents à cette activité qu'ils apprécient », reconnaît leur importance et donne du sens à leur implication. Monsieur Nguyen souligne aussi que certains mots peuvent avoir un effet amplifié en raison de leur charge émotionnelle. Dans ce contexte, des expressions comme « contribuer au bien-être » ou « créer un impact positif sur le quotidien des résidents » suscitent davantage d'adhésion. Elles alignent les objectifs de ces alliés du quotidien sur des valeurs partagées, renforçant ainsi la collaboration.

Une réflexion éthique s'impose également. Tout comme en médecine, où l'emploi de mots chargés peut parfois biaiser les décisions des patients, il est important d'éviter d'utiliser des expressions qui manipuleraient les résidents ou les équipes. Dire, par exemple : « Si vous ne participez pas, vous risquez de vous isoler » ou « Vous allez le regretter », pourrait susciter une participation basée sur la peur, ce qui n'est ni éthique ni durable. L'approche privilégiée devrait être de présenter des options en mettant en avant les avantages concrets.

En résumé, l'étude montre à quel point les mots façonnent nos décisions, souvent sans que nous en soyons conscients. En loisir, cela souligne l'importance de cultiver un langage qui motive, valorise et respecte. Pour les résidents, il s'agit de mettre en lumière la possibilité d'avoir du plaisir, de s'impliquer et leur pouvoir décisionnel. Pour les équipes de soins, il faut souligner leur rôle clé dans le succès des activités et leur impact positif sur le quotidien des résidents.

En choisissant des mots positifs, inclusifs et porteurs de sens, vous avez le pouvoir d'améliorer le niveau de participation et mobiliser les équipes pour une collaboration harmonieuse. Les mots, loin d'être anodins, deviennent alors des outils essentiels pour construire un milieu de vie dynamique et inspirant.

## ALLEZ PLUS LOIN

Le concept des *systèmes 1 et 2* provient du psychologue Daniel Kahneman, qui les décrit dans son livre *Thinking, Fast and Slow (Système 1 / Système 2 : Les deux vitesses de la pensée)*. Ces deux systèmes représentent les modes de fonctionnement de notre cerveau pour traiter l'information et prendre des décisions.

### Système 1 : La pensée rapide

- **Caractéristiques** : Automatique, intuitive, rapide, inconsciente.
- **Rôle** : Prendre des décisions instantanées basées sur des réflexes, des émotions et des expériences passées.

### Système 2 : La pensée lente

**Caractéristiques** : Délibérée, rationnelle, lente, consciente.



## BOUGER, C'EST LA SANTÉ

Notre travail de création est recommencé pour vous préparer de nouveaux outils pour faire bouger vos résidents. Une belle nouveauté s'ajoutera cette année, la sortie des deux premiers fascicules en anglais, accompagnés des cartes et des vidéos, aussi dans la langue de Shakespeare.

Vous avez des suggestions ou des commentaires sur le matériel déjà en circulation, écrivez-nous!

## La nature au cœur de votre établissement

*Offrez à vos résidents un espace de vie plus vert et plus humain.*

Imaginez un jardin luxuriant, verdoyant, au cœur de votre établissement, offrant bien plus qu'une simple vue agréable. Avec Vitalo, le jardinage hydroponique devient un véritable outil de bien-être et de socialisation pour vos résidents.

Grâce à nos solutions clé en main, vous offrez à vos résidents une activité stimulante, créative et source de fierté. Ils découvriront les joies de la culture, partageront leurs connaissances et renforceront leurs liens sociaux.

**Prêt à offrir une nouvelle dimension à votre établissement ?** Contactez-nous dès maintenant pour découvrir nos solutions adaptées à votre réalité.

**Kim Goyette**  
418-208-7418  
info@vitalo.ca  
[www.vitalo.ca](http://www.vitalo.ca)



# Publications

## Pour aller plus loin dans vos animations



Bas-St-Laurent/Gaspésie—Îles-de-la-Madeleine

### Malle des souvenirs

Vous pouvez toujours commander le jeu La Malle des Souvenirs au coût de 60 \$ + taxes et frais d'envoi.

Le jeu de base est composé d'une planche de jeu ainsi que plus de 80 images d'objets anciens divisées en quatre catégories. Au verso de chaque image, se trouve le nom de l'objet, sa description ainsi que des indices pour faciliter votre animation.

### Extensions vêtement et sport

*Chaque image a une histoire et un trésor de souvenirs à partager!*

Les deux nouvelles extensions de La Malle des Souvenirs sont maintenant en vente au coût de 25 \$ + taxes et frais d'envoi.

49 nouvelles cartes sur des articles de sport ainsi que des vêtements. Retrouvez tous ces articles anciens en photo d'un côté et profitez des indices et des questions au verso pour bonifier votre animation.



Écrivez un courriel à [info@fqli.org](mailto:info@fqli.org) pour passer votre commande.

### S'aider par le jeu - Tome 3

Nous sommes à la recherche d'intervenants qui souhaitent s'impliquer sur le comité de travail pour rédiger le prochain tome. La création de jeu vous intéresse? C'est le temps de nous contacter pour mettre à profit votre créativité.



## CENTRE DE DOCUMENTATION

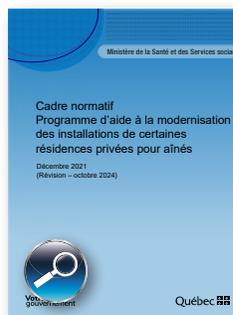
En consultant la page « Publications » <https://tinyurl.com/y4wo6uow> du site Internet de la Fédération, vous avez accès en un seul clic, par l'intermédiaire de liens Internet, aux divers documents répertoriés par la FQLI pouvant être fort utiles et d'intérêt pour la bonne pratique de tous.

Voici les derniers documents recensés depuis la parution de la revue d'octobre 2024.



**4496**

Plan triennal de déploiement de l'approche intégrée de proximité pour les personnes âgées. Mieux répondre aux besoins évolutifs des personnes âgées dans leur communauté. (MSSS), 2024, 35 pages.



**4497**

Cadre normatif. Programme d'aide à la modernisation des installations de certaines résidences privées pour aînés. (MSSS), 2024, 12 pages.



**4498**

Cadre de référence vers un service d'urgence adapté pour la personne âgée. (MSSS), 2024, 122 pages.



**4499**

La bientraitance des personnes proches aidantes, une responsabilité partagée! Guide d'animation d'un atelier de sensibilisation à la maltraitance envers les personnes proches aidantes destiné aux intervenants et professionnels de la santé et des services sociaux. (Université Laval/RANQ), 2021, 48 pages.



**4500**

Les expériences de personnes appartenant à un groupe ethnoculturel minoritaire qui prennent soin d'un-e proche au Québec. SAMSON Marie-Ève, Josiane LE GALL, Kettly PINCHINAT JEAN-CHARLES, Miria PRESNIELLE KOUKA, Anaïs EL AMRAOUI, Andréanne GUINDON et Janique JOHNSON-LAFLEUR, 2024, 238 pages.

## LA REVUE *Des histoires qui résonnent*

**UN FORMAT UNIQUE POUR DONNER VOIX  
AUX RÉCITS DES PROCHES AIDANTS!**

L'Appui innove avec un nouveau format : un magazine papier et numérique, qui allie la richesse des récits à une mise en page soignée et inspirante. La revue *Des histoires qui résonnent* propose une mosaïque de parcours inspirants.

Le [magazine](#) est accessible gratuitement sur le site Internet de l'Appui pour les proches aidants.



# Trucs et astuces

## Coin des patenteux

### FABRIQUER UN PASSE-TRAPPE

#### Outils et matériaux pour fabriquer un jeu de passe-trappe

- 2 tasseaux de 70 mm x 18 mm d'épaisseur pour au moins 3,80 mètres linéaires
- patins antidérapants adhésifs
- un pied cylindrique en hêtre de 50 mm de diamètre
- des vis courtes (12 mm de long) et longues (3,5 cm)
- une scie manuelle à onglets
- une perceuse avec une mèche du diamètre de l'élastique
- un gros cordon élastique
- une planche de contreplaqué 50 x 100 cm, épaisseur de 6 mm
- un crayon
- un mètre
- du papier à poncer



Suivre les étapes





Color correcto

DÉCOUVREZ!



Billard aérobille

## Multimédia

### L'INTELLIGENCE ARTIFICIELLE À VOTRE SERVICE

#### ***murf.ai***

Vous êtes mal à l'aise d'enregistrer votre voix pour des vidéos ou des consignes audio? Voici un outil gratuit, facile à utiliser, qui vous propose plusieurs options de voix et cela dans de multiples langues pour vous aider. Il vous suffit de choisir votre échantillon de voix préférée, de coller le texte que vous souhaitez et, en quelques secondes, vous aurez le résultat prêt à être téléchargé.



# MURF.AI



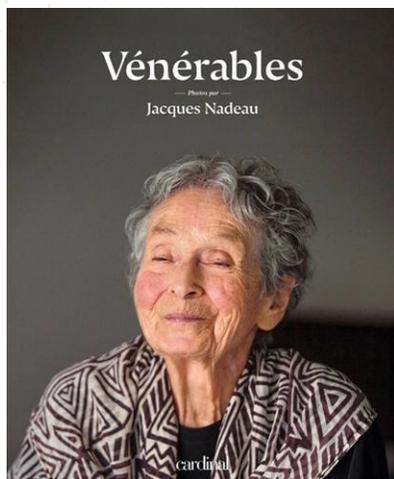
#### ***Fliki***

C'est un outil d'intelligence artificielle intuitif qui convertit vos textes en vidéos captivantes. Il vous suffit de coller le texte et Fliki se charge de résumer le contenu, de sélectionner les visuels appropriés et de générer une vidéo accompagnée d'une voix hors champ (voix-off) réaliste de votre choix. Vous pouvez ensuite modifier à votre goût les éléments sélectionnés. Vous avez 5 minutes gratuites de vidéo chaque mois.



# Babillard

## Suggestions de lecture



### Vénérables

NADEAU, Jacques

Dans cet ouvrage d'une saisissante humanité, le photjournaliste Jacques Nadeau va à la rencontre de plus de 80 personnalités québécoises d'âge vénérable, dont Béatrice Picard, Fernand Dansereau, Armand Vaillancourt et Phyllis Lambert. Pour rendre hommage à ces femmes et à ces hommes venant d'horizons très différents, le photographe capte des portraits qui inspirent par leur vérité. La magie de ces rencontres se dévoile aussi par de courts textes alors que les souvenirs s'entrelacent et se mélangent aux réflexions et aux confidences, sur des notes teintées d'humour, de poésie, de lucidité et de sagesse.

Édition : CARDINAL  
2024, 284 pages



### Cent ans d'amour, réflexions sur la vieillesse

BERTRAND, Janette

« Si tu as la chance d'être vieux, vieille, félicite-t'en. C'est que tu n'es pas mort. »

Janette Bertrand, notre Janette, aura très bientôt 100 ans. Pour souligner un siècle d'amour, elle nous offre sa vision de la vieillesse ainsi que ses réflexions sur l'âgeisme et sur les difficultés de vieillir, mais aussi, et surtout, sur les petits plaisirs du grand âge.

Édition : Libre Expression  
2024, 168 pages



RÉSEAU DE  
L'ACTION BÉNÉVOLE  
DU QUÉBEC



## Migration de la plateforme des formations GEO Bénévoles et ses modules complémentaires

Importante mise à jour concernant les formations GEO Bénévoles ainsi que les modules complémentaires *Cap sur les jeunes bénévoles* et *Cap sur les bénévoles de 50 ans et plus*.

À compter de janvier, ces formations seront disponibles sur une nouvelle plateforme, hébergée par FC3. Voici quelques précisions importantes :

- **Modules terminés** : Si vous avez complété un ou plusieurs modules, vos données seront automatiquement transférées vers la nouvelle plateforme.
- **Modules en cours** : Les modules que vous n'avez pas terminés devront être recommencés sur la nouvelle plateforme.
- **Accès à la nouvelle plateforme** : Un courriel contenant votre nouveau mot de passe ainsi que les informations pour vous connecter à la plateforme FC3 vous sera envoyé prochainement.

Nous vous remercions de votre compréhension et de votre collaboration dans cette transition. Si vous avez des questions ou besoin d'assistance, n'hésitez pas à nous contacter à [info@rabq.ca](mailto:info@rabq.ca)

# Sites Internet

## Vieillesse démographique et personnes âgées

Au Québec, les personnes âgées de 65 ans et plus pourraient constituer le quart de la population en 2031. Découvrez la pluralité des conditions de vie de cette population via des indicateurs liés à six thématiques, à l'aide de courts faits saillants et de données illustrées par des figures.

Voir le site



VITRINE  
STATISTIQUE  
SUR LE  
VIEILLISSEMENT



## Appui proches aidants

### Interagir avec un proche atteint de la maladie d'Alzheimer : conseils en vidéo

Voir le site



Ces capsules vidéo présentent des situations fréquemment vécues par des aidants, dans leur manière d'interagir avec un proche atteint de la maladie d'Alzheimer.

Dans chaque capsule, vous trouverez une mise en scène de la situation, des conseils, puis la mise en pratique de ceux-ci.

# Événement

## Lancement du concours de la Semaine québécoise intergénérationnelle

Nous avons le plaisir de vous annoncer l'ouverture officielle des inscriptions pour l'édition 2025 du concours de la Semaine québécoise intergénérationnelle. Cette année revêt une importance toute particulière, car Intergénérations Québec célèbre son 30<sup>e</sup> anniversaire. C'est l'occasion de récompenser les projets intergénérationnels qui ont contribué à bâtir des ponts entre les générations, un pilier fondamental de notre mission depuis trois décennies.

Le concours s'adresse à tous les individus et organismes à but non lucratif ayant réalisé une activité intergénérationnelle au cours de l'année. C'est une belle opportunité de mettre en avant vos initiatives et de faire rayonner votre contribution auprès de la communauté.

## CONCOURS

### des initiatives intergénérationnelles 2025

Inscrivez-vous avant le 2 mars!



Les catégories du concours couvrent des domaines variés : Artistique, Littéraire, Ludique et manuelle, Communautaire, Transmission et Coup de cœur. Chacun des six gagnants recevra une bourse de 1 000 \$, gracieusement offerte par la Fondation Luc Maurice, en reconnaissance de leur engagement. Les municipalités et les entreprises privées peuvent soumettre leurs projets dans la catégorie Honorifique. Le lauréat de cette catégorie ne recevra pas de bourse, mais sera honoré par une distinction spéciale pour sa participation remarquable.

Si vous avez mené un projet intergénérationnel entre avril 2024 et février 2025, nous vous invitons à soumettre votre candidature avant le dimanche 2 mars 2025. Remplissez le [formulaire en ligne](#) sur notre site, où vous trouverez également les [conditions de participation](#).

## Lumières sur la proche aidance

Journées de  
l'Appui 2025  
25 et 26 mars



## Lumières sur la proche aidance

Rendez-vous le mardi 25 et le mercredi 26 mars 2025 pour les Journées de l'Appui. Un événement incontournable pour les professionnels et intervenants en proche aidance.

Les Journées de l'Appui sont un moment d'échanges privilégiés pour favoriser le transfert de connaissances, le partage des bonnes pratiques autour de thématiques transversales ou d'actualité. C'est aussi une occasion idéale pour se nourrir de nouvelles perspectives et réseauter.



Réservez votre place



## JOYEUX TEMPS DES FÊTES

Les employées de la FQLI souhaitent que ces fêtes de fin d'année soient brillantes, que toutes vos aspirations et vos rêves se réalisent et que vous ressentiez ce bonheur toute l'année 2025.

Les bureaux de la FQLI seront fermés du 20 décembre 2024 au 5 janvier 2025 inclusivement.



Fédération québécoise  
du loisir en institution

ORGANISME NATIONAL  
EN LOISIR RECONNU PAR :

Québec

Fédération québécoise du loisir en institution  
14, rue St-Amand, Québec (Québec) G2A 2K9

Téléphone : **418 847-1744**  
Site Internet : [www.fqli.org](http://www.fqli.org)



Suivez-nous sur **Facebook!**