

Insights on 2023 from EBM's Board Members

Rod Scott, Treasurer

Rod takes pride in his role on the board of this exceptionally efficient organization. The High Tea Fundraiser showcased the synergy and dedication of the EBM team, along with the volunteers, whose efforts contributed to making this event a tremendous success.

Zoha Kibar, Secretary

Zoha would love to pinpoint a single accomplishment among the organization's numerous achievements in 2023 but there have been so many. With the introduction of Art Expression, the continuation of Music Therapy, a new website and the many activities planned with EBM volunteers, she is proud to sit on the Board of Directors of such a dynamic organization.

Jitendra Desai, Administrator

EBM's clients appreciate the benefits of Music Therapy made possible through a generous grant from TD Ready Commitment and surpassing our fundraising goal at our annual High Tea fundraiser. This financial support will secure the continuation of this essential service well into 2024.

Margo Godin, Administrator

Margo, EBM's newest Board Member, feels privileged to be part of this dedicated organization. She highlights the High Tea Fundraiser as a wonderful experience, highlighting the dedication and collaborative efforts of volunteers, spanning all age groups. Their enthusiasm significantly contributed to the event's success. As well, their shared human values not only inspire hope for a better world but also ensures a commitment to the continuation of services for EBM clients.

Samra Alavi, Administrator

2023 was a memorable year for EBM ... we saw the return of our High Tea fundraiser and if the feedback from my friends was a small indication, it was an overwhelming success. Another highlight for me was participating to an art workshop with fellow volunteers held by the staff and instructor. Not only was it fun, we were able to see directly the work we do with/for our clients.

INCOME TAX SERVICES

Through the Community Volunteer Income Tax Program, EBM will once again partner with the Canada Revenue Agency (CRA) and Revenu Québec, offering free tax services to seniors who live in our territory. Our trained volunteer, Glen Marcotte, will prepare income tax and benefit returns assisting seniors who are unable to complete their own income tax return or who cannot afford the services of a professional.

To be eligible you must live in the EBM's territory, be at least 65 years of age and have an annual income less than \$35,000 (\$40,000 for a couple).

EBM will offer in person tax clinics every Tuesday during March and April, 2024. These clinics are by appointment only. If you cannot come in person, EBM will also work with an envelope system. From February 1 to April 30, 2024, bring all required documents to the CLSC Métro Reception on the 3rd floor at 1801 de Maisonneuve Blvd. W. You will be given a receipt and your taxes will be filed electronically - no need for a signature. A summary of your tax return and your documents will be available for pick up or mailed back to you via Canada Post. All taxes will be filed on a first come, first served basis.

To make an appointment or if you need additional information,
please call EBM at **(514) 939-9575**.



*Aider les aînés à conserver leur
indépendance dans la collectivité depuis 1985*

*Helping seniors stay independent
in the community since 1985*

1801, de Maisonneuve o. #750
Montréal, Québec H3H 1J9
(514) 939-9575
ebmmetro@vif.com
www.ebmservices.org

Hiver / Winter 2024

RéfleXions

Un retour sur 2023, une année emballante par Brenda Gervais

L'année 2023 vient à peine de s'achever, et en jetant un regard sur cette année, les membres d'EBM ont de quoi ressentir fierté et gratitude. La fierté découle de tout ce que nous avons accompli, et la gratitude s'adresse à nos formidables bénévoles, pour le temps qu'ils nous ont donné, ainsi qu'à l'ensemble des personnes qui nous ont soutenu afin d'aider les aînés à vivre de façon autonome.

En guise de note finale pour cette année, la présente édition du bulletin RéfleXions donnera à chaque membre de l'équipe d'EBM la possibilité de faire un retour sur les grands moments de l'année. Beaucoup d'activités se sont déroulées en 2023, et voici les trois qui m'ont le plus marquées.

Pendant la période des déclarations d'impôts, EBM a offert des cliniques gratuites de préparation des déclarations aux aînés disposant de revenus modestes et vivant sur le territoire d'EBM. Le gros avantage de ces cliniques, c'est qu'elles avaient lieu dans les locaux d'EBM et que nous pouvions interagir avec les bénéficiaires. Ce service est toujours apprécié des aînés qui trouvent la période des impôts stressante.

En tant que coordonnatrice des communications chez EBM, j'ai ressenti beaucoup de fierté lors du lancement de notre nouveau site **ebmservices.org**. Ce projet était une tâche faite avec amour qui a abouti en juin. Notre nouveau site offre un aperçu de nos services aux bénéficiaires potentiels et aux membres de leur famille. De plus, les bénévoles peuvent poser leur candidature directement sur le site et les gens peuvent y faire un don en quelques clics.

Après avoir organisé une campagne de financement virtuelle trois années de suite, nous avons été enchantés de pouvoir tenir un *Thé anglais* en personne et d'accueillir de nouveaux et d'anciens amis dans la salle Kildonan de l'église St-Andrew et St-Paul. La campagne de financement de cette année était axée sur notre programme de musicothérapie. Nos bénévoles, commanditaires et supporteurs ne nous ont pas déçus, car nous avons réussi à dépasser notre objectif et à récolter plus de 11 000 \$.

Continuez de nous lire pour en savoir plus sur nos succès et sur la façon dont EBM continue d'aider les aînés à mener une vie productive et autonome.

Nous vous souhaitons une belle saison hivernale et une année remplie d'amour et de bonheur!

LE SAVIEZ-VOUS? Il est maintenant possible de faire un don à EBM au moyen d'un transfert électronique.

Vous pouvez faire un don à EBM en effectuant un transfert de votre banque à la nôtre. Vous n'avez qu'à ajouter *Entraide Bénévole Métro* dans vos destinataires ainsi que notre adresse **ebmmetro@vif.com**. Dans la boîte Message, inscrivez le mot *Don*. La réponse à la question de sécurité doit être *EBM*. Un reçu officiel sera émis pour tout don de 10 \$ ou plus. Chaque dollar que vous donnez contribue directement au maintien des services offerts par EBM aux aînés de notre collectivité.

Nous vous remercions à l'avance de votre générosité.

DID YOU KNOW? Donations to EBM can now be sent via e-transfer.

You can now send a donation to EBM directly from your bank to ours. Simply add *Entraide Bénévole Métro* and our email **ebmmetro@vif.com** as a contact. Enter *Donation* as your message and the answer to any security question should be *EBM*. Tax receipts will be issued for all donations of \$10 and more. Every dollar goes directly to supporting the services EBM provides to seniors in our community.

Thank you in advance for your generosity.

Des membres du conseil d'EBM reviennent sur 2023

Rod Scott, trésorier

Rod est heureux du rôle qu'il joue au sein du conseil d'administration d'un organisme exceptionnellement efficace. La campagne de financement du *Thé anglais* a mis en relief la synergie et le dévouement qui caractérisent les membres de l'équipe d'EBM qui, avec l'aide des bénévoles, ont fait de l'événement un immense succès.

Zoha Kibar, secrétaire

Zoha aurait aimé souligner un élément majeur parmi les nombreuses réalisations de l'organisme en 2023, mais ces éléments étaient trop nombreux. Cela aurait pu être le lancement des ateliers Expression artistique, la poursuite du programme de musicothérapie, le nouveau site Web ou les nombreuses activités planifiées avec les bénévoles d'EBM. Une chose ressort toutefois, c'est sa fierté de faire partie du conseil d'administration d'un organisme vraiment dynamique.

Jitendra Desai, administrateur

Les bénéficiaires d'EBM apprécient énormément le programme de musicothérapie, un service qui a été rendu possible par le don généreux de la *Promesse TD Prêts à agir* et qui devrait perdurer grâce au dépassement de notre objectif lors de la campagne de financement du *Thé anglais*. Ces apports financiers devraient assurer le maintien de ce service essentiel en 2024 et au-delà.

Margo Godin, administratrice

Margo, la dernière venue au conseil d'EBM, se sent privilégiée de faire partie de l'organisme. À ses yeux, la campagne de financement du *Thé anglais* est une merveilleuse expérience, grâce au dévouement et à la collaboration de nombreux bénévoles de tous les groupes d'âges. La réussite de l'événement a reposé en grande partie sur l'enthousiasme des bénévoles. Les valeurs humaines de ces derniers permettent de croire à l'avènement d'un monde meilleur mais aussi, constituent un engagement pour la pérennité des services offerts aux bénéficiaires d'EBM.

Samra Alavi, administratrice

L'année 2023 a été mémorable pour EBM ... car nous avons assisté au retour de notre campagne du *Thé anglais*. Et si je me fie aux commentaires de mes amis, ce fut un succès retentissant! Un autre point fort selon moi fut ma participation – avec d'autres bénévoles – à un atelier d'art animé par le personnel et un instructeur. Cette activité a été non seulement amusante, mais elle nous a permis de voir directement le travail que nous faisons auprès de nos bénéficiaires.

SERVICES D'IMPÔTS

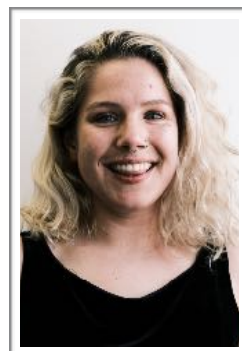
Grâce au Programme communautaire des bénévoles en matière d'impôt en collaboration avec l'Agence du revenu du Canada et Revenu Québec, EBM offre, encore cette année, des services d'impôt aux aîné(e)s. Notre bénévole formé est disponible pour remplir les déclarations de revenus et de prestations. Le service a pour objectif d'offrir gratuitement de l'aide aux aîné(e)s qui ne peuvent remplir leurs déclarations de revenus et qui n'ont pas les moyens de confier cette tâche à des professionnels.

Pour être admissible vous devez avoir 65 ans ou plus, demeurer dans le territoire d'EBM et avoir un revenu n'excédant pas 35 000,00 \$ (40 000,00 \$ pour un couple).

EBM offrira des cliniques d'impôt en personne tous les mardis en mars et avril, 2024. Ces cliniques sont sur rendez-vous seulement. Si vous ne pouvez venir en personne, nous travaillerons encore avec un système d'enveloppes. Du 1er février au 30 avril 2024, vous apportez tous les documents requis à la réception du CLSC Métro, 3e étage au 1801, Boulevard de Maisonneuve o. Vous recevrez un reçu et vos impôts seront déposés par voie électronique - pas besoin de signature. Un sommaire de vos déclarations et vos documents vous seront retournés par la poste via Postes Canada. Toutes les déclarations seront complétées selon le principe du premier arrivé, premier servi.

Pour toute question ou information supplémentaire, veuillez appeler EBM au (514) 939-9575.

Un mot de la part de Rhiana



Me voici à la fin de ma première année chez EBM, et quelle année ce fut!

Quand je suis arrivée chez EBM en novembre 2022, je savais que j'allais traverser une période de changement, mais je ne soupçonnais pas qu'EBM allait également connaître une période de transformation. Valeri venait d'endosser son nouveau rôle de directrice, et l'équipe réfléchissait à l'avenir d'EBM et à la façon dont l'organisme pouvait poursuivre son développement. J'ai offert une perspective de « l'extérieur de l'organisation » à une équipe bien établie, et mes idées et propositions ont été accueillies avec ouverture. Mes collègues ont été fort réceptifs, même si je me laissais emporter par l'enthousiasme! Heureusement, mes élans de passion pouvaient coexister dans l'environnement d'EBM, car ses membres ont l'habitude de soutenir et d'encourager quiconque apporte des suggestions ou de nouvelles idées, ou exprime des préoccupations.

Pour moi, le moment le plus mémorable de 2023 a été notre campagne de financement! C'était la première fois que je participais à l'organisation et à la mise en œuvre d'un tel événement. J'ai été impressionnée par le nombre d'invités, et j'ai eu l'occasion de rencontrer des bénéficiaires en personne pour la première fois. Et bien sûr, c'est en grande partie grâce aux bénévoles que le Thé anglais a remporté un grand succès. Je tiens à remercier tout spécialement Kristen Whitelaw et Nicolas Al Khoury du Collège Vanier, qui ont contribué à nous fournir un grand nombre d'étudiants bénévoles pour l'événement.

Enfin, j'aimerais dire un mot sur mon premier demi-marathon. J'ai été inspirée par une ancienne coordonnatrice, Karine, qui avait recueilli des fonds pour EBM en réalisant un triathlon. L'entraînement et l'haltérophilie sont pour moi des passe-temps importants, mais la participation à un marathon était un projet que je reportais depuis un certain temps. Mon poste chez EBM m'a apporté la motivation dont j'avais besoin et en plus, ma démarche m'a semblé encore plus spéciale, car elle me permettait de recueillir de l'argent pour une cause en laquelle je croyais. J'ai pu amasser une somme additionnelle de 576 \$ et aider ainsi à dépasser notre objectif global de 10 000 \$. Il y a beaucoup de similitudes entre la préparation d'une campagne de financement et l'entraînement nécessaire pour un demi-marathon. Il faut consacrer beaucoup de temps et d'efforts pour mettre sur pied un tel événement et obtenir des dons. Il y a eu des revers et des moments de frustration lorsque nous avons cru que la mise sur pied de l'événement (ou la réalisation de notre objectif) allait être impossible. Ensuite, tout a semblé aller comme sur des nuages, et j'ai vu que le travail que j'avais accompli allait être « payant ». Sans que je m'en rende compte, le jour de la course est arrivé; je m'étais entraînée, j'avais mis de mon temps et voilà que je me retrouvais à la ligne d'arrivée. Ma première pensée a été de me demander... à quand la prochaine fois!

J'ai hâte d'entreprendre une autre année chez EBM et de voir où nous nous rendrons ensemble.

A word from Rhiana

It's a wrap on my first year at EBM – and, what a year it has been!

When I joined EBM in November 2022, I knew that I would experience a period of adjustment, but little did I know that EBM was also in the midst of transformation. With Valeri having stepped into her new role as Director, the team was in a state of reflection that brought up questions about the future of EBM and how we can further develop. Bringing an outside perspective to a well-established team, my ideas and contributions were welcomed with open minds. Seriously, they were so receptive, even if I can get a little carried away! Thankfully, my passionate tendencies can exist, as the environment fostered at EBM is one of support and general encouragement for everyone to bring forward suggestions, fresh ideas, and even concerns.

My most memorable moment of the 2023 year was our fundraiser! This was my first time being involved in organizing and putting on an event like this. I was impressed with the turnout of our guests, including having the opportunity to meet some of our clients face-to-face for the first time. And of course, our volunteers were instrumental in making the High Tea a success. I want to give a special shout-out to Kristen Whitelaw and Nicolas Al Khoury of Vanier Student Life, who came through in providing a great group of students to volunteer with the event.

I would also like to highlight running my first half-marathon. I had been inspired by a previous coordinator, Karine, who raised money for a past EBM fundraiser by participating in a triathlon. Working out and weight lifting are important hobbies of mine, but running a marathon was a goal that I kept putting off. Working at EBM was the motivation that I needed, and of course, it made it feel all that much more special because I was raising money for something I believe in. I was able to raise an additional \$576 towards our overall goal of \$10,000. There are many similarities between the preparation that went into the fundraiser and what it takes to train for and run the half-marathon. There is so much time and effort that goes into organizing and implementing an event, and of course, generating donations. There were setbacks and moments of frustration where we felt like putting on the event (let alone even meeting our fundraising goal) was going to be impossible. Then there are days when that long run feels like running on a cloud, and I just knew that the work I put in would pay off. Before I knew it, the day had arrived, I had trained and put in the time, and then I was at the finish line. My first thought was that I couldn't wait to do it all over again!

I look forward to another year with EBM and seeing where we go from here.

Rhiana Warawa,

Volunteer Coordinator - Coordonnatrice des bénévoles

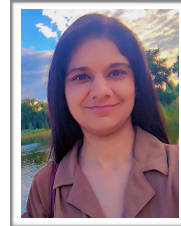


A Spotlight on some EBM volunteers

Our year would be incomplete without acknowledging the committed volunteers who generously devote their time to ensure our clients receive the best possible service. While we appreciate each of our volunteers, we want to recognize some who have been with us for several years and who have surpassed their volunteer responsibilities with EBM.

Manpreet Kaur Saini

Manpreet found EBM through an ad on a website in 2022. Her motivation to volunteer is twofold: to find personal happiness and to selflessly assist others. She finds the greatest joy in volunteering through the diverse connection she makes with people from various backgrounds and every moment spent with a senior, becomes a cherished memory. "Everyone is so busy with their lives, they have little time for others," states Manpreet. "Making a difference in a senior's life, brings me a sense of fulfilment and well-being."

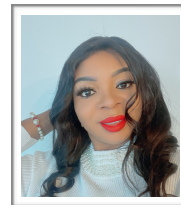


Ricardo Casagrande

Ricardo sought out EBM in 2021 after witnessing a senior who was struggling with large grocery bags on a bus during a heat wave. He recalled thinking that she shouldn't have to be exposed to these elements and that help begins with each of us as individuals. Ricardo takes pride in dedicating his time to volunteering with EBM and knowing he is part of a larger group of individuals who share the same concern for seniors.

Ronke Ogundayo

Ronke brought her compassion for seniors with her when she came to live in Montreal. She enjoys sitting with seniors and listening to their stories. Her volunteering experience with EBM has helped Ronke to understand there comes a time in life when you might need a helping hand and that at some point in our lives, we will be dependent on someone. Volunteering has also taught her patience, empathy, tolerance and to appreciate life. As a recent arrival to Montreal, Ronke is also learning how to navigate the city thanks to her many interactions with clients.



Ilsa Eysseric

Following her mother's passing, Ilsa made a commitment to assist seniors in overcoming any challenges they may face. Over the course of five years volunteering with EBM, Ilsa has remained true to that commitment. Ilsa appreciates the flexibility that comes with volunteering and values the camaraderie among fellow volunteers, having participated in many volunteer evenings and in her interactions with EBM staff. Through her many visits with seniors, she continually learns new things and gains insights into their life stories.

Jeanne Madranges

Jeanne faced challenging times when, shortly before moving to Montreal to start her PhD, one grandparent was diagnosed with Alzheimer's disease and another with macular degeneration. Despite feeling helpless being far away, she discovered the substantial support her family received from the medical system and local organizations. This experience inspired Jeanne to seek out an organization dedicated to assisting seniors, and found EBM. Jeanne has met many numerous EBM clients with fascinating life stories and experiences. Her volunteer experience has been enhanced through the invaluable support from the dedicated EBM staff. She is grateful to EBM for providing her with the chance to make a meaningful impact by assisting people in her community.

That's a Wrap! Looking back on 2023

by Brenda Gervais

As we close the chapter on another year, everyone at EBM can look back at 2023 filled with pride and gratitude. Pride for all that we accomplished and gratitude for the wonderful volunteers who generously give their time and a community of supporters who want to help seniors live autonomously.

In the spirit of putting a bow on the year, this issue of RéfleXions will wrap things up as each member of the EBM team shares some of their most notable moments. So much happened in 2023 but, here are my top three.

During tax season, EBM offered free tax clinics for seniors with a modest income and who live in our territory. The best part was having the tax clinic at the EBM office where we could interact with clients. This service is always appreciated by seniors who find tax season to be a stressful time.

As EBM's Communications Coordinator, I felt very proud when we launched our new website **ebmservices.org**. This project has been a labour of love that came to fruition in June. Our new website gives clients, potential clients and their families an overview of our services. Volunteers can apply directly on the site and donors can donate with one click.

Three years after holding imaginary events, we were thrilled to finally welcome new and old friends, in Kildonan Hall at the Church of St. Andrew and St. Paul, to our High Tea fundraiser in October. Our focus for raising funds was our Music Therapy program. Volunteers, donors, supporters and advertisers did not disappoint, helping us surpass our goal and we raised over \$11,000.

More success stories and how EBM continues to help seniors lead more autonomous and productive lives are included in this issue. Happy reading.

Wishing you all a New Year filled with much love and happiness!



**EBM's fundraiser for Music Therapy is still going strong
Notre levée de fonds pour la musicothérapie se poursuit toujours**

À cette période de l'année, chacun est invité à faire un don généreux pour une cause. Si vous choisissez de faire un don à EBM, sachez que 100 % de votre don sert directement à fournir les services que nous proposons à nos bénéficiaires.

During this time of year, everyone is asked to donate generously to a cause. Should you choose to donate to EBM, please know that 100% of your donation goes directly to providing the services we offer to our clients.

J'aimerais contribuer/I would like to donate : _____ 10 \$ _____ 25 \$ _____ 50 \$ ou/or _____ \$

Nom/Name _____

Adresse/Address _____

Ville/City _____ Prov. _____ Code postal/Postal Code _____

SVP ne faites parvenir que votre chèque payable à EBM et ce formulaire dans l'enveloppe incluse avec ce bulletin.

N'envoyer pas d'argent par la poste. Des reçus d'impôt sont émis pour tout don de 10 \$ ou plus.

Please mail your cheque payable to EBM and this form in the envelope provided with this newsletter.

Do not send money by mail. Tax receipts are provided for all donations of \$10 and more.

Merci pour votre support! Thank you for your support!

Message de la directrice

L'année 2023 a été une période formidable pour EBM. Je m'estime chanceuse de faire équipe avec Ashley, Rhiana et Brenda, trois personnes passionnées par leur travail; nous formons un groupe formidable. Le dévouement sans faille et la synergie qui caractérisent l'équipe nous ont permis d'accomplir bien des choses pendant cette année, notamment en étendant ou en améliorant les services que nous offrons aux aînés.

L'un des meilleurs moments de 2023 selon moi est le lancement du programme Expression artistique, l'été dernier. J'ai été ravie de savoir à quel point les participants appréciaient le service et de voir les œuvres qu'ils réalisaient grâce à l'aide fournie par leur bénévole. Compte tenu du fait que le programme Expression artistique a été si bien accueilli, nous comptons étendre le service en 2024 de façon à offrir cette activité à beaucoup d'autres aînés.

Au printemps dernier, j'ai été très heureuse d'apprendre qu'EBM allait recevoir du financement par l'entremise du programme *Nouveaux horizons pour les aînés* et de la *Promesse TD Prêts à agir*, afin de développer davantage notre programme de musicothérapie. Ces subventions nous ont permis d'offrir des séances supplémentaires individuelles ou de groupes dans trois HLM habités par des aînés. Le programme de musicothérapie a été très bien accueilli par nos bénéficiaires et, si nous parvenons à recueillir les fonds appropriés, nous continuerons de l'offrir encore longtemps.

Cet automne, Centraide a accordé une subvention à EBM pour l'acquisition de nouveau matériel technologique, en remplacement d'équipements plus anciens et moins performants. Nous avons bien hâte de profiter de l'efficacité accrue que nous fournira ce matériel.

EBM a lancé en 2023 un nouveau site Web amélioré. Si ce n'est pas déjà fait, allez y jeter un coup d'œil à l'adresse www.ebmservices.org. Je tiens à remercier vivement l'équipe de développement du site, Norm et Judy Birrell, qui ont généreusement offert leur temps et leur expertise pour mettre au point notre nouveau site Web.

Enfin, un mot sur l'un des moments forts de 2023, soit notre campagne annuelle de financement *Le Thé anglais*. L'événement a été une grande réussite grâce aux nombreux bénévoles, commanditaires et invités qui nous ont appuyés. Les participants ont apprécié la nourriture et les rafraîchissements servis, les prestations de nos musicothérapeutes, notre petit coin photo et le tirage de nombreux prix. Compte tenu des efforts consacrés par l'équipe pendant les mois précédant l'événement, il était gratifiant d'entendre dire – de la bouche de plusieurs de nos invités – que ce Thé anglais était le meilleur à ce jour. De plus, c'était la première fois que nous dépassions notre objectif de 10 000 \$!

J'ai bien hâte de voir ce qu'EBM accomplira au cours de 2024. Restez aux aguets! Et bonne année à tous et toutes!

Valeri Batten

LA FÊTE DES BÉNÉVOLES D'EBM



En décembre, les bénévoles, le personnel et les membres du conseil d'EBM se sont réunis pour une soirée combinant l'échange de cadeaux, de bonne nourriture et beaucoup de joie.

Les bénévoles ont été invités à partager des faits à propos d'eux-mêmes pour un jeu brise-glace amusant. Il y a eu beaucoup de conversations captivantes pour lancer la soirée. Chacun a apporté un petit cadeau choisi au hasard. Les cadeaux ont été échangés au milieu de beaucoup de rires. C'est lors de ces soirées que nous avons tous l'occasion de mieux nous connaître.

La soirée s'est conclue par des vœux chaleureux pour de merveilleux temps des fêtes, une nouvelle année en bonne santé et de nombreux remerciements à nos bénévoles dévoués.



Un mot d'Ashley

Il y a un peu plus d'un an, Valeri est devenue la directrice d'EBM, et à la suite de cette nomination, notre organisme a connu des changements significatifs. Nous avons eu la possibilité d'explorer de nouvelles voies pour notre organisation et avons lancé notre tout premier programme d'expression artistique. Nous avons aussi remis sur pied notre programme de musicothérapie et nous continuons d'explorer de nouvelles possibilités et de nouvelles formes de subventions qui nous permettraient d'établir des liens plus profonds avec nos collectivités et de fournir de meilleurs ou nouveaux services à nos bénéficiaires.

Un merci tout spécial à nos formidables bénévoles; ceux-ci se sont dépassés au cours de l'année pour qu'EBM continue d'offrir ses services à l'ensemble de ses bénéficiaires. Les bénévoles ont toujours été le fondement d'EBM, et ce fut exactement le cas cette année encore. Nous avons recommencé à donner des formations en personne à plusieurs nouveaux bénévoles et espérons en recruter encore d'autres afin de les intégrer dans notre équipe. Cette année, EBM a mis beaucoup d'énergie à bâtir des liens avec des acteurs communautaires tels que le Collège Vanier et l'Université Concordia, et nous souhaitons poursuivre le développement de tels liens pendant la nouvelle année. Nous n'aurions pu accomplir toutes ces choses sans nos fabuleux bénévoles!

Enfin, saluons chaleureusement nos nouveaux bénévoles : Jessica, Bira, Queen, Jasmyne, Jess, Hikaru, Rocky, Sawsen, Muchie, Saleem, Jesica, Samuel, Jordan, Candace, Andrew, Sophie, Kayla, Medea, Minmin, Tianqi, Lucero, Doreen, May et Jeandel.

A word from Ashley

It has been a little over a year since Valeri has taken over as Director and as a result, EBM has undergone significant changes. We have been given the opportunity to explore new avenues as an organization and have launched our first ever Art Expression Program. We have resumed Music Therapy and are actively exploring various opportunities and grants that will allow us to strengthen our connections with communities aiming to enhance and expand the services we offer to our clients.

Heartfelt appreciation to our exceptional volunteers who, over the past year, have gone above and beyond to ensure that EBM remains prepared and available to offer services to our clients. Volunteers have consistently been the foundation of EBM, and this past year is no exception.

We have resumed in person orientations with many of our new volunteers, and are actively seeking new volunteers to join our team.

It has been a significant year for EBM establishing connections with new community partners, like Vanier College and Concordia University. We look forward to fostering many more relationships in the coming year.

Everything we do is made possible through the invaluable support of our dedicated volunteers.

A big welcome to all our new volunteers: Jessica C, Bira, Queen, Jasmyne, Jess, Hikaru, Rocky, David, Sawsen, Muchie, Saleem, Jesica, Samuel, Jordan, Candace, Andrew, Sophie, Kayla, Medea, Minmin, Tianqi, Lucero, Doreen, May and Jeandel.

Ashley Mayoff,

Volunteer Coordinator - Coordonnatrice des bénévoles

VOLUNTEER HOLIDAY PARTY



In December, EBM volunteers, staff and board members got together for an evening that included a gift exchange, good food and plenty of laughter.

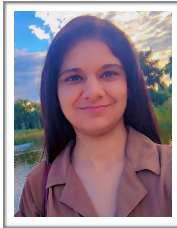
Volunteers were invited to share facts about themselves for a fun ice breaker game. There was plenty of engaging conversations to kick off the evening. Everyone brought a small gift and based on instructions chosen from a hat, gifts were exchanged amid much laughter. It is during these evenings, we all have an opportunity to get to know each other better.

The evening ended with best wishes for a wonderful holiday season, a healthy New Year and many thanks to our dedicated volunteers.

Pleins feux sur des bénévoles d'EBM

Notre retour sur l'année serait incomplet sans un mot de reconnaissance pour nos bénévoles qui ont généreusement donné de leur temps afin que nos bénéficiaires reçoivent le meilleur service possible. Nous apprécions tous nos bénévoles bien entendu, mais nous désirons souligner ici l'apport de certains d'entre eux qui sont avec nous depuis plusieurs années et qui vont au-delà de leurs responsabilités de bénévole.

Manpreet Kaur Saini



Manpreet a découvert EBM par l'entremise d'une annonce sur le Web en 2022. En se portant bénévole, elle visait deux buts : s'épanouir sur le plan personnel et aider les autres de façon altruiste. Le bénévolat lui apporte beaucoup de joie grâce aux liens qu'elle tisse avec des personnes aux parcours variés, et chaque instant passé auprès d'un aîné lui laisse un beau souvenir. « Les gens sont si occupés qu'ils n'ont que peu de temps à consacrer aux autres », déclare Manpreet. « En m'impliquant auprès d'une personne aînée, je me sens comblée et heureuse. »

Ricardo Casagrande

Ricardo a pris contact avec EBM en 2021 après avoir vu une aînée transportant de gros sacs d'épicerie dans un autobus lors d'un épisode de canicule. Il s'est dit qu'elle n'aurait pas dû être exposée à une telle chaleur, et que de l'aide pourrait lui être fournie par chacun de nous, individuellement. Ricardo est fier d'être bénévole pour EBM et de savoir qu'il fait partie d'un grand groupe de gens qui se préoccupent du sort des aînés.

Ronke Ogundayo

Lorsque Ronke s'est établie récemment à Montréal, elle a apporté avec elle sa compassion pour les aînés. Elle aime bien s'asseoir avec des aînés et écouter leurs histoires. Son bénévolat chez EBM lui a fait comprendre qu'à un moment ou l'autre, les gens ont besoin d'un coup de main et qu'à un certain point de notre vie, nous devons compter sur quelqu'un d'autre. Le bénévolat a également éveillé Ronke à la patience, l'empathie et la tolérance, et l'a amené à mieux apprécier la vie. Depuis son arrivée à Montréal, Ronke apprend à découvrir la ville grâce à ses nombreuses interactions avec les bénéficiaires.



Ilsa Eysseric

Après le décès de sa mère, Ilsa a pris l'engagement d'aider les aînés à surmonter les défis qu'ils rencontraient. Au cours de ses cinq années de bénévolat chez EBM, Ilsa est restée fidèle à cet engagement. Ilsa apprécie la flexibilité que lui offre le bénévolat, ainsi que l'esprit de camaraderie au sein des bénévoles; elle a assisté à de nombreuses rencontres de bénévoles et a eu plusieurs interactions avec le personnel d'EBM. Lors de ses nombreuses visites chez les aînés, elle apprend sans cesse de nouvelles choses et connaît mieux leur histoire individuelle.

Jeanne Madranges

Juste avant de s'établir à Montréal pour entreprendre son doctorat, Jeanne s'est retrouvée devant d'énormes défis lorsqu'elle a appris qu'un grand-parent avait reçu un diagnostic d'Alzheimer et qu'un autre était atteint de dégénérescence maculaire. Ne pouvant pas intervenir à cause de son éloignement, elle a constaté qu'une aide substantielle avait été offerte à sa famille par l'entremise du système de santé et d'organisations locales. Cela a incité Jeanne à faire du bénévolat dans un organisme dédié aux aînés. Et c'est ainsi qu'elle a découvert EBM. Jeanne a rencontré de nombreux bénéficiaires d'EBM qui ont partagé avec elle leurs expériences et leurs histoires fascinantes. Le précieux soutien du personnel d'EBM a contribué à bonifier son expérience. Elle est heureuse qu'EBM lui ait donné l'occasion d'avoir un impact significatif en aidant les gens de sa collectivité.

Director's Message

2023 was a great year for EBM. I am fortunate to work with Ashley, Rhiana and Brenda who are very passionate about their work, together we make a fantastic team. The unwavering dedication and synergy of the team has enabled us to achieve many accomplishments throughout the year, helping to expand and improve upon EBM's services to better serve seniors.



One of my more memorable moments in 2023 is when we launched our Art Expression program this summer. Hearing just how much the clients are enjoying the service and seeing the artwork they produce with the help of their volunteer has been gratifying. Given that Art Expression has been so well received, the goal for 2024 is to expand the service in order to have the capacity to offer the service to many more seniors.

It was extremely exciting when we received news in the spring that EBM would be awarded grants from New Horizons for Seniors and TD Ready Commitment to help expand our Music Therapy Program. These grants enabled us to offer additional individual music therapy sessions and even group sessions in three HLM (housing at moderate rent) buildings for seniors. The Music Therapy program has been tremendously well received by our clients and with adequate funding, we hope to keep the service running for as long as possible.

This fall EBM was awarded a grant from Centraide for the purchase of new technological equipment for the office to update some of our older, less functional equipment. We eagerly anticipate the increased efficiency the new equipment will bring to the office.

EBM launched its new and improved website in 2023. If you haven't already, please go check it out at www.ebmservices.org. I would like to give a huge thanks to our web developing team; Norm and Judy Birrell who very generously donated their time and expertise to bring our new website to fruition.

Lastly, one of the most important highlights of 2023 was our annual High Tea fundraiser. Thanks to the numerous volunteers, sponsors and guests, the event was a tremendous success. Everyone in attendance had a wonderful time enjoying the food and refreshments, the musical performance by our Music Therapists, taking photos at the photo booth and participating in the raffle. Given how hard the staff worked in months leading up to the high tea, it was rewarding to hear many guests say they thought it was EBM's best High Tea fundraiser to date. Furthermore, for the first year we were able to raise over \$10,000!

I am looking forward to seeing what EBM can accomplish in 2024. Stay tuned!

Happy New Year!

Valeri Batten

« Si le bénévole n'est pas payé, ce n'est pas parce qu'il ne vaut rien, mais parce qu'il n'a pas de prix »

"Volunteers don't get paid, not because they're worthless, but because they're priceless."

DU THÉ POUR DEUX...ET PLUS ENCORE



Nos musicothérapeutes
Laurena Segura & Alexandra Hadjis
Chartrand our Music Therapists

Le samedi 14 octobre 2023 a été une date mémorable, car ce jour-là la directrice d'EBM, Valeri Batten, a accueilli plus de 160 invités à l'occasion de notre campagne annuelle de financement Le Thé anglais, dans la salle Kildonan de l'église St-Andrew et St-Paul. Nous organisons cette campagne annuelle depuis 2010, mais nous étions heureux cette année de revenir à un événement « en personne », après avoir tenu un Thé anglais *imaginaire* au cours des trois dernières années.

L'équipe d'EBM était heureuse d'accueillir d'anciens et de nouveaux amis venus partager des souvenirs et de la musique pendant un après-midi. Les commanditaires, annonceurs et bénévoles ont répondu à notre appel et ont grandement contribué à la réussite de l'événement. Cette année, nous cherchions à recueillir des fonds pour notre programme de musicothérapie et nous avons dépassé notre objectif en récoltant plus de 11 000 \$.

Adonis, ainsi que le IGA de la Place Alexis Nihon et l'épicerie fine Les 5 Saisons ont donné des cartes-cadeaux qui nous ont permis d'acheter ce qu'il fallait pour préparer les aliments et le thé que nous avons servis. Amin Cao, un bénévole d'EBM qui est également le fondateur de Gourmet Grinds, nous a offert un assortiment de cafés gourmet. Peggy Regan, de la boulangerie Gryphon, soutient la campagne du Thé anglais d'EBM depuis 2016; cette année, elle nous a donné non seulement des sablés, mais aussi des scones. La générosité de Peggy est hors du commun!

Les prix de présence fournis par la quincaillerie Hogg, Clarins Skin Spa (Laval), Tris Coffin Optométristes, Cominar Alexis Nihon, Camellia Sinesis, Nespresso, les chocolats Lindt et le restaurant The Keg ont attiré l'attention de nos invités, qui espéraient avec fébrilité que leur numéro de billet soit pigé. Wendy Harris Williams nous a donné une courte-pointe faite à la main, comme elle le fait chaque année depuis 2018. La personne ayant gagné la courte-pointe cette année souhaitait donner son prix à une amie enceinte; lorsqu'elle s'est présentée à l'avant pour réclamer son prix, elle s'est aperçue que son amie était assise dans la salle et a aussitôt remis son prix à l'amie en question. Un geste bien touchant...

Nous désirons exprimer notre reconnaissance à Petra Demers pour son soutien constant en publicité, et remercier nos nouveaux annonceurs, le fleuriste Westmount et Coop Taxi.

Nos chaleureux remerciements aussi à Rhiana Warawa, la coordonnatrice des bénévoles d'EBM, qui a couru une distance de 21,1 km au Marathon de Montréal et a ainsi recueilli l'impressionnante somme de 576 \$ au bénéfice de notre programme de musicothérapie.

Des chapeaux de fantaisie donnés par Marie-Lianne Williams ont été vendus par les bons soins de Sandra Spina; cette dernière a offert un service de stylisme personnalisé à chaque invitée qui achetait un chapeau.

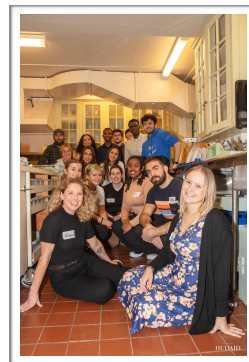
France Marchand, notre chef d'équipe de la cuisine qui participe bénévolement à notre campagne depuis 2010, a admirablement coordonné l'aide offerte par les étudiants du Collège Vanier pour remplir les assiettes, préparer le thé, laver la vaisselle et nettoyer la cuisine. Les bénévoles d'EBM méritent aussi nos applaudissements pour avoir servi les assiettes de sandwiches et de desserts ainsi que le thé, et pour s'être occupés de nettoyer la salle à la fin.

Les membres du conseil d'EBM ont assisté à l'événement avec leurs invités et nous ont soutenu en participant à la vente des billets, en aidant à préparer la salle, en confectionnant des sandwiches ou en accueillant les invités. Nous sommes bien chanceux d'avoir des membres du conseil aussi proactifs.

Pendant tout l'événement, Salma Hudaid, une photographe de Montréal, a offert gracieusement de son temps pour prendre des photos des meilleurs moments de la rencontre.

Un dernier point enfin, mais pas le moindre : nous désirons remercier Laurena Segura et Alexandra Hadjis Chartrand, les musicothérapeutes d'EBM, pour la prestation musicale qu'elles nous ont offerte, à notre plus grand plaisir. Nous leur avons remis de magnifiques bouquets préparés par Fleuriste Centre-ville.

« Ça prend un village » pour organiser un événement de financement, et c'est exactement ce qui s'est produit pour EBM. Au nom de nos bénéficiaires, nous remercions toutes les personnes qui ont soutenu notre campagne et qui nous permettront d'apporter de la musique au domicile des aînés.



Rhiana, Ashley et nos bénévoles.
Rhiana, Ashley and our volunteers.



Nos invitées Amy Candoleta et Leslie Calip posent à notre coin photo.
Guests Amy Candoleta and Leslie Calip pose at our photo corner.



Grace Thornley-Brown, one of EBM's founding members, gets fitted for her fascinator. L'une des membres fondatrices d'EBM s'adapte à son chapeau de fantaisie.

TEA FOR TWO...AND THEN SOME

October 14, 2023 was a memorable Saturday as Valeri Batten, Director of EBM, welcomed over 160 guests to our annual High Tea Fundraiser in Kildonan Hall at the Church of St. Andrew and St. Paul. We have been holding a High Tea fundraiser since 2010 and, this year, we held an in-person event after three years of an Imaginary High Tea.

The EBM team were happy to welcome old and new friends for an afternoon filled with memories and music. Sponsors, advertisers and volunteers responded favourably and were invaluable to making our fundraiser a success. This year, we raised funds in support of our Music Therapy program and surpassed our goal, raising over \$11,000.



Guests Lynn Watts and Lee Brassard pose at our photo corner. Nos invitées Lynn Watts et Lee Brassard posent à notre coin photo..

Adonis, IGA Alexis Nihon and Les 5 Saisons donated gift cards allowing us to purchase the groceries needed to prepare the food and tea we served. Amin Cao, an EBM volunteer and founder of Gourmet Grinds, provided a variety of gourmet coffees. Peggy Regan from Gryphon Bakery has supported EBM's High Tea since 2016 and, this year, she not only donated shortbread but also scones. Peggy's generosity knows no bounds.

Our door prizes provided by Hogg Hardware, Clarins Skin Spa (Laval), Optometrist Tris Coffin, Cominar Alexis Nihon, Camellia Sinesis, Nespresso, Lindt Chocolate and The Keg were appreciated by our guests as they excitedly awaited to hear us announce their raffle ticket number. Wendy Harris Williams has been donating a hand-made quilt to EBM's fundraiser since 2018 and this year's winner was happy to win the quilt for a friend expecting a baby. When she came to the front of the hall to claim her prize, she noticed her friend was sitting at a table and happily presented her with the quilt. A truly touching moment.

We are grateful to Petra Demers for her continued advertising support and welcomed new advertisers, Westmount Florist and Coop Taxi.

Heartfelt thanks to Rhiana Warawa, EBM's Volunteer Coordinator, who ran 21.1 km in the Montreal Marathon and raised an impressive \$576 to support our Music Therapy program.

Fascinators, donated by Marie-Lianne Williams, were sold at the event by Sandra Spina who offered a personalized styling service to every guest who purchased a fascinator.

France Marchand, our kitchen team leader has volunteered since 2010 and did an amazing job this year coordinating students from Vanier College who plated food, made tea, washed dishes and cleaned the kitchen. EBM volunteers also deserve a round of applause on serving plates of sandwiches, desserts and tea to our guests plus, they stayed to clean the hall.

Members of EBM's Board of Directors attended with their guests and supported the event by either selling tickets, helping to prepare the Hall, making sandwiches or greeting guests. We are fortunate to have such proactive Board members.

The entire event was photographed by Salma Hudaid, a Montreal-based photographer who volunteered her time to ensure some of the best moments were captured on film.

Last, but certainly not least, we thank Laurena Segura and Alexandra Hadjis Chartrand, EBM's Music Therapists, who performed at the event for all to enjoy. They were presented with beautiful bouquets provided by Fleuriste Centre-Ville.

It takes a village to hold a fundraising event and EBM is surrounded by just that. On behalf of our clients, we cannot thank everyone enough for supporting our mission of bringing music into the homes of seniors in our community.