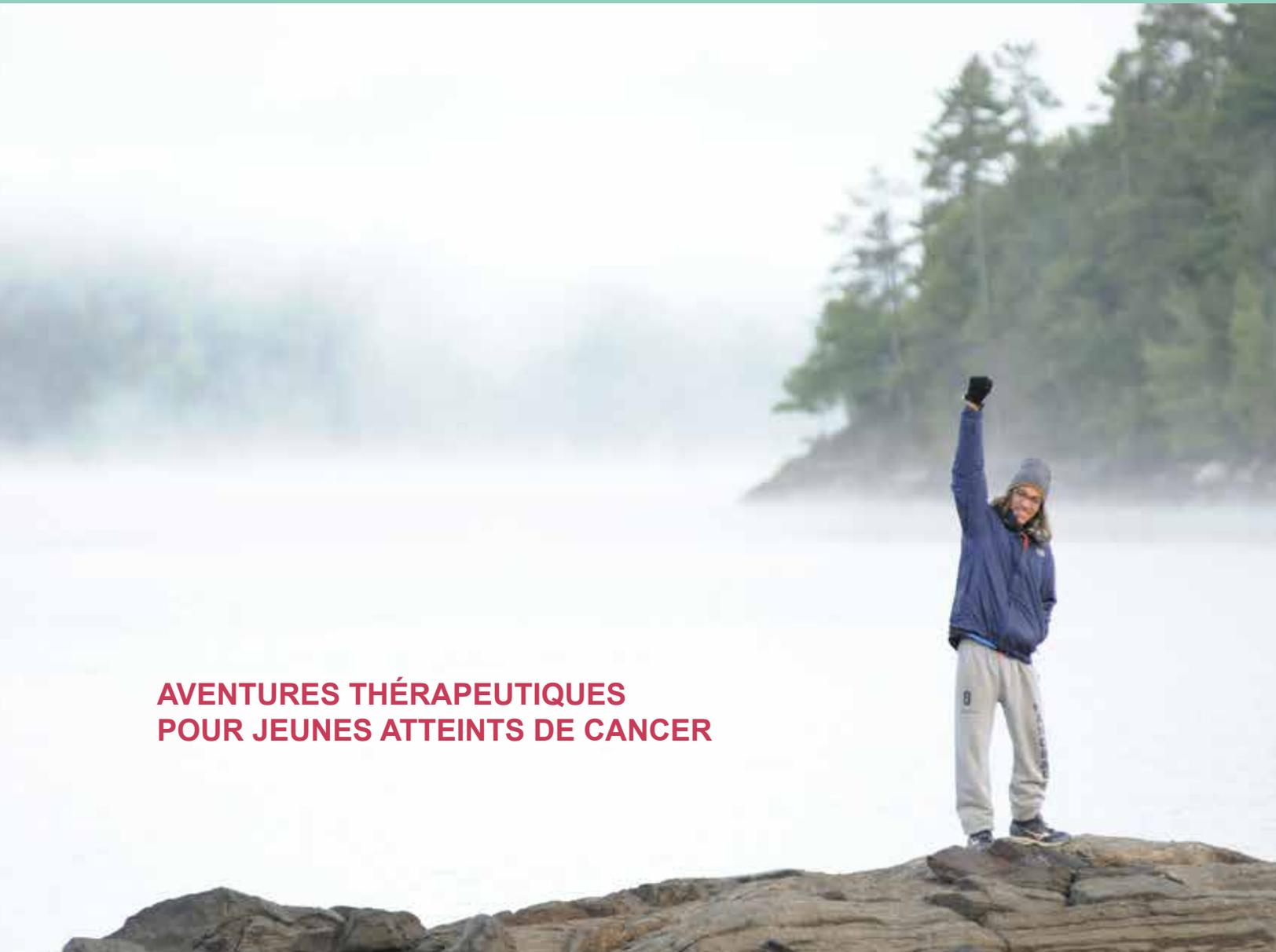


# SUR LA POINTE DES PIEDS

RAPPORT ANNUEL 2016



AVENTURES THÉRAPEUTIQUES  
POUR JEUNES ATTEINTS DE CANCER



# LA MISSION

La Fondation Sur la pointe des pieds a pour mission d'aider les jeunes atteints par le cancer à retrouver leur bien-être en relevant le défi d'une expédition d'aventure thérapeutique exceptionnelle. Encadrées par des experts du milieu médical et du plein air, les expéditions ont aussi pour vocation de changer l'image de la maladie tant auprès des participants que du public.

# LE BUT

Offrir à des jeunes atteints par le cancer l'opportunité de quitter le milieu hospitalier et de s'éloigner de la civilisation et de leur environnement habituel.

Nous créons ainsi une situation qui vise à reconstruire l'estime de soi ainsi qu'à redonner espoir en la vie par le biais du défi et du dépassement que permettent ces expéditions thérapeutiques.

# LES OBJECTIFS

- se dépasser physiquement pour stimuler l'estime de soi et reprendre confiance en l'avenir.
- découvrir de nouvelles destinations permettant de relever un défi physique: atteindre un sommet, descendre une rivière, parcourir des territoires sauvages.
- aller à la rencontre de cultures différentes afin de s'enrichir mutuellement et de découvrir d'autres façons d'approcher la vie et la maladie.
- profiter de cette aventure pour familiariser les jeunes avec l'histoire et la géographie, la faune et la flore, les notions de climat et de géomorphologie, et leur montrer l'importance des interactions entre l'environnement et les êtres humains.
- modifier la perception et l'image du cancer tant auprès des jeunes qui en sont victimes qu'auprès de leurs proches et du grand public.

# MOT DU PRÉSIDENT



Chers amis,

C'est avec enthousiasme que je vous présente notre rapport annuel 2016.

Nous sommes très fiers de vous dire que ce sont près de 450 jeunes de partout au Canada qui ont participé à l'une de nos 46 expéditions depuis notre création. Nous avons apporté bien-être, confiance et dépassement de soi à tous ces jeunes et généré un impact bien direct sur leurs amis et familles.

Pour rendre cette mission sur le terrain, autour de moi gravite une équipe exceptionnelle. La permanence est la pierre angulaire de notre organisation. Jean-Charles, Catherine, Marc-André et Claire : merci pour vos efforts. Nos succès de 2016 sont en grande partie grâce à vous et pour cela, merci!

Le Conseil d'administration veille à la bonne gouvernance et cadre ce succès afin d'en assurer la pérennité - un CA qui s'implique à la cause avec un dévouement sans pareil!

Parents et jeunes expéditeurs, vous êtes entre bonnes mains avec une équipe de professionnels passionnés et dévoués. Merci pour vos nombreux témoignages, ils sont sources d'inspirations pour nous.

En terminant, je ne pourrais passer sous le silence l'immense contribution de nos généreux bénévoles et donateurs. Ce sont vos efforts renouvelés qui rendent possibles de tels succès.

À tous, un très grand merci,

**MARC-ANDRÉ BLAIS, CPA, CA**  
*Président*

# MOT DU DIRECTEUR GÉNÉRAL



Chers lecteurs,

L'année 2016 fut marquante pour la fondation Sur la pointe des pieds.

De prime abord, nous avons fêté notre 20<sup>e</sup> anniversaire. Pour l'occasion, nous nous sommes faits quelques cadeaux : nouvelle image de marque, nouveau logo, nouveau site Internet, nouvelle documentation corporative. Nous avons également reçu un cadeau : la mention Coup de Cœur de notre chambre de commerce régionale durant son gala annuel, un prix qui vient s'ajouter à ceux que nous ont remis à la fin de 2015 le Ministère de la Santé du Québec et Aventure Écotourisme Québec.

Nous avons également souligné ce jubilé par la tenue de 4 expéditions dont l'une en rafting sur la rivière Magpie, reconnue comme l'une des 3 meilleures rivières au monde pour la pratique d'activités d'eau vive. Nous en avons par ailleurs profité pour nous faire un autre cadeau, véritablement hors du commun : une chute! En effet, la commission de toponymie du Québec a officiellement reconnu la dénomination officielle d'une chute sur ce cours d'eau au nom de notre organisation, la chute Sur la pointe des pieds. Il s'agit là d'une très belle reconnaissance, sachant notamment que plusieurs demandes similaires sont refusées par la commission, année après année.

Enfin, nous avons accueilli avec beaucoup de fierté les résultats d'une étude scientifique menée par Dre Linda Paquette de l'Université du Québec à Chicoutimi. Celle-ci a investi 5 ans de recherche afin d'évaluer l'impact psycho-social de nos expéditions sur nos participants. Les résultats sont sans équivoque : l'estime de soi, la confiance en soi et la qualité des relations avec parents et amis sont augmentés de manière très significative. On note également d'importants progrès au niveau du développement identitaire et de l'autonomie.

Le rapport annuel que vous tenez entre les mains vous permettra de prendre connaissance de nos accomplissements et de quelques-uns des marqueurs significatifs de l'évolution de notre organisation. C'est grâce à de généreux donateurs, de dévoués bénévoles et des professionnels chevronnés que nous y arrivons. Vous en faites partie et vous êtes à l'origine de ces succès. Sans vous, rien de ceci ne serait possible. Nous vous en remercions très chaleureusement.

Bonne lecture!

**J-CHARLES FORTIN, MGP**  
*Directeur général*

TYPE :

# GRANDE EXPÉDITION HIVER



27 FÉVRIER AU 6 MARS



## EXTRAITS DE BLOGUE

### JOUR 2 - 28 FÉVRIER 2016

(...) Avant le souper, nous avons pris un peu de temps pour que chacun explique aux autres ses motivations pour l'expédition. « Ça force à sortir de sa zone de confort », pense Antoine. « C'est aussi une manière de retrouver l'autonomie que j'ai perdu durant mon traitement », estime Colette, « et une occasion de passer du temps avec des jeunes qui ont vécu les mêmes épreuves que nous », rappelle Tabitha. (...)

### JOUR 4 - 1<sup>ER</sup> MARS 2016

(...) Non, la vie dans le bois n'est pas simple, tous ces petits confort qui nous semblent si naturels à la maison, ici, il faut les gagner. L'eau par exemple. Plutôt que de tourner un robinet, nous devons... casser la glace de la rivière avec un pic, puis remplir un seau, puis des bidons. L'eau a une drôle de couleur jaune, mais ça ce n'est pas grave, c'est juste les minéraux. Par contre, pour être certain qu'elle est bien potable, nous la laissons bouillir durant plusieurs minutes. Ensuite, elle sert à faire de délicieux chocolats chauds et à remplir nos gourdes. (...)

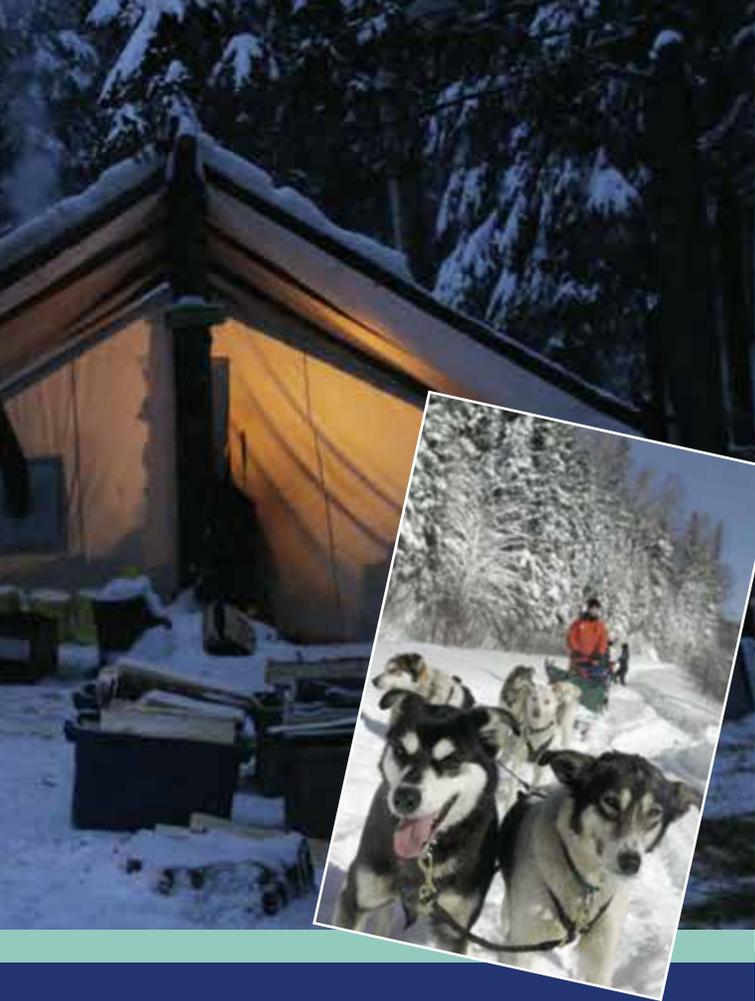
### JOUR 6 - 3 MARS 2016

(...) Au petit matin le thermomètre flirte avec les -30°C. Pas facile de se motiver à sortir de la douce chaleur de son sac de couchage... On écoute... Les bruits du camp qui commencent à s'éveiller. Les dernières bûches qui crépitent dans le poêle, les premiers pas qui crissent dans la neige, et les chiens bien sûr. Attachés pour dormir, ils sont calmes comme des anges, mais dès qu'ils sentent qu'on s'apprête à partir, le concert commence. Certains hurlent comme des loups, le museau levé vers le ciel, d'autres semblent crier comme des bébés, certains comme des otaries de cirque, et quelques-uns gazouillent comme des oiseaux. (...)

### JOUR 8 - 5 MARS 2016

(...) Hier, lors de notre dernière veillée en forêt, nous avons essayé de résumer notre expérience en un seul mot. Pour Dawson, l'expérience était « intéressante », à tous les points de vue, et pour Elliot, en un seul mot c'était juste « incroyable ». Pour Antoine ça a été une vraie « Aventure » avec un grand A. Il a avoué qu'au début il se sentait stressé de devoir passer une semaine avec une quinzaine inconnus, sans même savoir où il allait dormir. Étienne a retenu la « complicité » que chacun a pu développer avec les autres, ou même avec les chiens. Tabitha se sent pour sa part « reconnaissante » pour cette nouvelle famille dont elle a l'impression de faire partie, et Mercedes a souligné le mot « force », car « jamais personne n'a abandonné ». (...)

# EXPÉDITIONS



## JOUR 9 - 6 MARS 2016

(...) Nous nous quittons, mais nous conservons tous un petit bout de cette inoubliable aventure et de nos nouvelles amitiés. Hier soir, pour symboliser ce qui unit, nous avons découvert une autre des traditions de la fondation Sur la pointe des pieds. Catherine a fait passer un long bout de corde bleue et blanche que nous avons tous partagé en autant de bracelets que nous étions de participants à cette grande expédition. Alors, voilà c'est la fin de cette aventure là, mais juste le commencement de toutes les autres qui nous attendent, ensemble ou chacun de notre côté. (...)



DESTINATION :  
**PARC  
ALGONQUIN, ON**

COORDONNÉES :  
N45.702665, 079.38389



ACTIVITÉ :  
**TRAINEAU  
À CHIENS**



PARTICIPANTS :  
**14 JEUNES  
14-18 ANS**

PROVENANCE :  
IPE, N-É, QC, ON, MAN, AB, C-B

## QUELQUES TÉMOIGNAGES

The expedition was such a great opportunity, the dog sledding was amazing - such an incredible feeling. Thank you for the experience, it will be something I will always remember.

- Colette B.

Au départ, j'avais déjà ma propre idée de ce que serait l'expédition en traîneau à chiens, mais je me suis complètement trompé. Je croyais que ce serait facile et pour tout le monde, mais j'ai tout de suite vu que ce n'était pas le cas. L'activité était dure physiquement, mais très amusante. Bien qu'à la fin de la semaine j'étais fatigué, j'aurais aimé qu'elle dure plus longtemps. C'était génial!

- Esteban G.

Dogsledding was very fun and the people there were great. I never thought I would ever do something like this. I made some really good friends, too. Even though the weather was a bit cold, the equipment was good, so I was warm. Definitely a trip I will remember for the rest of my life!

- Noah S.

J'ai vraiment apprécié l'expédition les bénévoles, les gens de la fondation, les guides de Chocpaw, les activités, les chiens, l'ambiance, le matériel, les participants, le lieu, la température, TOUT ET MERCI ENCORE!!!!

- Étienne G.

I have recently experienced a trip of a life time... This was an amazing experience and I would do it again in a heartbeat. I made so many new friends and in the end we were all like a giant family. At the beginning of the trip I was nervous as to what it was going to be like but I had a close friend with me and I ended up having such a great time. When I think about the On the Tip of the Toes Foundation, I feel extremely lucky that I had the chance to be a part of such a great organization and I will always have the memories in my mind and a wonderful connection with the family I made.

- Tabitha P.

There's no words to explain how much this trip has made an impact on me. One day, I want the group to get back together. I miss everyone

- Mercedes R.

TYPE :

# GRANDE EXPÉDITION ÉTÉ



19 AU 28 AOÛT



## EXTRAITS DE BLOGUE

### JOUR 1 - 19 AOÛT 2016

(...) Quinze étrangers sont partis de Québec ce matin avec un point en commun, l'espoir de se dépasser en sortant de leur zone de confort. « C'est en se levant sur la pointe des pieds qu'on peut voir un peu plus loin », lance Mario Bilodeau, co-fondateur de la fondation, pour expliquer son nom.

Le plan de match : descendre la rivière Magpie, l'une des 3 plus belles rivières d'eau vive au monde selon le National Géographic, pendant sept jours. (...)

### JOUR 3 - 21 AOÛT 2016

(...) En plus d'être dans un nouvel environnement, tout le monde doit trouver une nouvelle zone de confort avec un groupe de personnes qu'on ne connaissait pas il y a quelques jours à peine. « Tout ça ne se fait pas en une journée, mais on a déjà commencé à grandir ensemble, souligne Mario. C'est dans la nature que les miracles surviennent. Et je vois déjà un miracle se dérouler devant moi en voyant les étoiles dans vos yeux. »

C'est demain que commence la descente en rafting où tout le monde devra créer sa nouvelle zone de confort. « Quand on aura atteint notre zone de confort avec les gens, l'environnement et les activités, plus rien ne pourra vous arrêter », commente Mario. (...)

### JOUR 4 - 22 AOÛT 2016

(...) Puis, nous apercevons l'embouchure de la rivière. Après quelques centaines de mètres, nous entendons le bruit du rapide qui s'en vient, ce qui fait aussitôt monter le taux d'adrénaline. De grosses vagues se dessinent à l'horizon et tout le monde écoute attentivement les consignes du guide pour suivre le courant comme des experts l'auraient fait. Ça y est, le baptême de l'eau vive est fait! (...)

### JOUR 6 - 24 AOÛT 2016

(...) Pour célébrer le 20<sup>e</sup> anniversaire de la fondation et le courage des personnes qui ont combattu un cancer, une chute sur la rivière Magpie a été nommée chute Sur la pointe des pieds. Une manière originale de marquer l'histoire!

« Cette chute incroyable est un énorme défi pour les pagayeurs qui descendent la rivière Magpie car on doit faire un gros portage ou encore prendre des décisions difficiles pour trouver les bonnes lignes pour descendre », explique un des guides de l'expédition. « C'est une image qui illustre bien votre courage et démontre qu'on peut passer à travers d'importants défis ». (...)

# EXPÉDITIONS



DESTINATION :  
**RIVIÈRE  
MAGPIE,  
QC**

➤ **COORDONNÉES :**  
**N50.695122, O64.582306**



ACTIVITÉ :  
**RAFTING**



PARTICIPANTS :  
**15 JEUNES  
19-29 ANS**

PROVENANCE :  
**N-É, N-B, QC, ON, C-B**



## JOUR 9 - 27 AOÛT 2016

(...) Près de deux heures plus tard, nous atteignons un autre obstacle : la chute Magpie. Pour éviter cette chute, nous devons faire un autre portage plutôt difficile car nous devons maintenant transporter les canots. Le dur labeur en vaut la chandelle car la vue est fantastique. «C'est un panorama de classe internationale», commente Dany, le chef de l'expédition. Et il a tout à fait raison. (...)

## JOUR 10 - 28 AOÛT 2016

(...) Au moment de se quitter, les émotions étaient très intenses, les larmes de joie et de tristesse aussi. Une belle démonstration de l'importance d'un tel voyage, où chaque participant a été en mesure d'élargir sa zone de confort pour reprendre le contrôle sur sa vie.

«Quand on revient à la maison après une expédition, on se rend compte que rien n'a changé. C'est chacun de nous qui à l'intérieur avons changé», a conclu Mario Bilodeau. (...)

## QUELQUES TÉMOIGNAGES

Nous voulions vous remercier tous les deux et tous ceux qui ont participé à l'expédition de la rivière Magpie à la fin août dernier.

Comme parents d'une participante, nous avons été en premier lieu très bien servis par l'organisation du texte du blogue à chaque jour accompagné de photographies, sans compter de votre localisation à chaque heure! Ces attentions ont été très, très appréciées pour faciliter notre «lâcher prise». Par la suite, avec les narrations de Valérie sur le déroulement de l'ensemble des journées, nous avons été à même d'apprécier toute la minutie et les moindres détails de l'organisation.

Maintenant, près d'un mois plus tard, nous pouvons aussi nous émerveiller des répercussions de l'expédition sur les agissements de Valérie: elle est plus sûre d'elle-même, se sent plus capable d'entreprendre ce qui lui tient à cœur, etc.

Pour toutes ces raisons et toutes les nombreuses autres qui pourraient être énumérées ici, nous tenons à vous remercier très chaleureusement pour la merveilleuse influence que l'expédition a eu et aura encore sur la vie de Valérie. Elle a vécu une expédition hors du commun, avec des «facilitateurs d'aventures thérapeutiques» hors pairs et qui ont le cœur sur la main. Encore une fois, un immense merci et félicitations pour votre excellent travail, si significatif pour les gens que vous côtoyez.

- Martine et Michel B., parents de Valérie B.

It changed my life forever. For the first time in a little over five years I felt like the people I was with actually wanted me there, instead of just including me out of pity. I made such strong bonds with everyone in the group, I never thought 10 days could make such a huge impact on me. I shared things with this group of almost strangers that I've never shared with anyone before, and some of them are even on camera!

Very few life changing events are for the better, but I think I can safely say that was the most positive and most life changing experience so far in my life. Dear participants and staff of the Magpie Rafting Expedition 2016, thank you all. I love you, and I hope to hear from, or even see you soon ☺. Very soon, because I miss you already.

- Anthony S.

I finally back to my life.... the past week just seems surreal. I went on the trip of a lifetime. The moment I got there I almost jumped on a bus back to Montreal, I was so terrified. That would have been my greatest regret in life. I never knew I could meet such incredible people and bond with them on such a deep level so quickly. Ten days was all it took and I made 29 of the most amazing friends I will ever have.

I just can't put it in words how incredible the experience was. I surpassed myself on so many levels I never thought I would be able to. Faced many of my fears and insecurities and just kept on charging forward and slaying those dragons. Thank you to all the guides, medical staff, film crew, participants and foundation staff. Even if we all had different titles we were one group and it was the trip of a lifetime that I will never forget.

- Arielle W.

TYPE :

# EXPÉDITION ÉVASION



22 AU 25 SEPTEMBRE



## EXTRAITS DE BLOGUE

### JOUR 1 - 22 SEPTEMBRE 2016

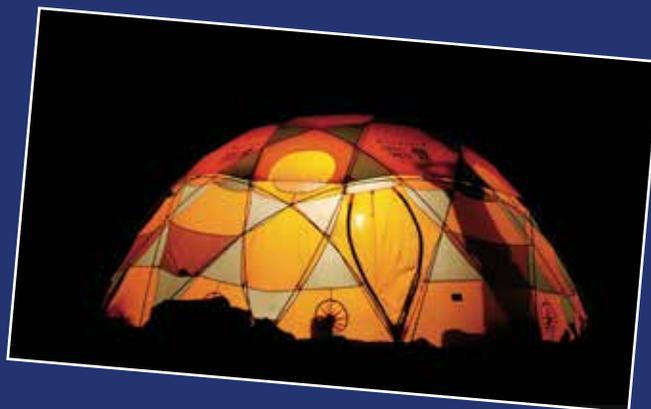
(...) La réalisation de cette aventure est sans contredit leur objectif commun. Cependant, d'autres objectifs motivent leur présence au rendez-vous. Certains parleront d'un moment pour avoir du plaisir, d'autres pour établir un contact privilégié avec la nature, aussi pour casser la routine, pour vivre le moment présent ou encore pour partager un parcours de vie qui ne semble pas être exactement celui qu'ils auraient souhaité. Doucement, normalement, quelques minutes après le départ, ils sont déjà amis. (...)

### JOUR 3 - 24 SEPTEMBRE 2016

(...) Ce sentiment superbe que je ressentais à travers les vagues du réservoir du Poisson blanc, ce sentiment qui nous donnait envie de continuer à avancer et qui nous faisait oublier tous les petits tracas de la vie. Cette émotion que nous éprouvions tous ensemble en rabaska alors que le vent nous poussait dans le dos, tandis que la veille il était contre nous. Bref, ce «truc» qui nous faisait vibrer... C'était tout simplement naviguer avec les gens que nous apprenons à aimer pour toujours, en même temps que nous traversons des épreuves soi-disant insurmontables. C'est aussi simple que cela. (...)

### JOUR 4 - 25 SEPTEMBRE 2016

(...) Définitivement, ces expéditions révèlent quelque chose de magique. À mon avis, ça ressemble à quelque chose comme de l'humanité dans sa plus simple expression. Un groupe qui semble si différent au départ, mais qui en si peu de temps laisse émerger un paquet de ressemblances. J'ose utiliser la métaphore qu'Antoine a utilisée hier pour exprimer l'image qu'il percevait du groupe. Voici à peu près ses mots : «Le groupe me fait penser à un bouquet de fleurs. Au début le groupe est ensemble, mais tarde à montrer son vrai visage, à s'exprimer tel qu'il est. Une fois dans l'eau, les fleurs commencent à sortir et peu de temps après, le bouquet fait tourner les têtes par sa splendeur... et toutes ses couleurs.» À mon avis, les fleurs qui se sont ouvertes dans cette expédition au Poisson blanc... ne se faneront jamais. (...)



# EXPÉDITIONS



## QUELQUES TÉMOIGNAGES

Comme vous savez, le cancer vient avec son lot de pertes pour nos jeunes :

- perte d'une partie de sa scolarité;
- perte de ses cheveux, cils et sourcils;
- perte de poids important;
- perte de son image corporelle;
- perte de ses activités et sports préférés;
- perte de son plaisir de vivre;
- perte de vacances;
- perte de la routine familiale;
- et perte, surtout, de son innocence.

Mais la fondation Sur la pointe des pieds offre des gains, **DES GRANDS GAINS**, pour nos jeunes :

- gain de l'aventure;
- gain de plaisir et de joie de vivre;
- gain de rencontrer d'autres jeunes qui ont une expérience de vie semblable;
- gain de créer des nouveaux liens et amitiés;
- gain de connecter avec la nature;
- gain de vivre une expérience extraordinaire;
- gain de sortir du quotidien et se dépasser;
- gain d'un temps d'arrêt pour savourer la vie;
- gain d'un sentiment de bien-être;
- et gain, surtout, d'une puissante force intérieure!

MERCI, MERCI, MERCI mille fois pour ce que vous faites pour nos jeunes, notre gratitude est inestimable!

*-Bonnie H., mère de Nicolas H.*

I'm glad I got on this trip and get to know everyone. It was such an amazing and one of kind trip, like the friends I made there and you're one of them Roya Destroya and Alexia - such purity people in and out. Hope we can all see each other soon.

*- Diego M.*

I am going to miss everybody from this expedition and I will never forget the amazing moments that I had in this trip. It was truly the greatest thing of my life and I am gratefull for that. I have become a stronger person. I wil remember everybody.

*- Mario J.*

En un mot, je suis reconnaissante pour tout tout tout!!!!

*- Alexia N.*

Wow, quelle aventure ! L'expédition m'a vraiment fait cheminer en tant que personne. Tout était bien dosé, et j'ai vraiment profité de chaque minute. Je pense que nous avons un groupe incroyable, et je me sens vraiment grandie d'avoir côtoyé chaque membre de l'équipe. Un gros merci à la fondation pour cette expédition qui a changé ma vie. Ça m'a aidé à tirer un trait sur plusieurs émotions négatives.

*- Aurélie V.G.*



DESTINATION :  
**RÉSERVOIR DU  
POISSON BLANC,  
QC**

✓ COORDONNÉES :  
N45.910388, O75.737072



ACTIVITÉ :  
**CANOT  
RABASKA**



PARTICIPANTS :  
**7 JEUNES  
14-18 ANS**

PROVENANCE :  
QC

TYPE :

# EXPÉDITION ÉVASION



1<sup>er</sup> AU 4 OCTOBRE



## EXTRAITS DE BLOGUE

### JOUR 2 - 2 OCTOBRE 2016

(...) Une fois la préparation terminée, c'est avec enthousiasme et satisfaction que les deux équipes de rabaska se forment et donnent leurs premiers coups de pagaies sous une très légère bruine. Le réservoir du Poisson Blanc est mythique, calme et accueillant. La brume épaisse donne un défi supplémentaire à ceux qui s'essaient à la navigation. Se repérer sur ce grand réservoir parsemé d'îles et d'îlots n'est pas évident mais ils y parviennent. (...)

(...) Ce soir, les fous rires et les histoires laissent voir que tout le monde est heureux et confortable parmi ces nouveaux compagnons d'expédition. Le groupe s'installe bien au chaud dans la tente pour la nuit, dans l'espoir d'un peu plus de soleil. La journée de demain est remplie de promesses, de nouveaux défis et d'inconnus. (...)

### JOUR 3 - 3 OCTOBRE 2016

(...) Nous démontons le campement, empaquetons nos canots et c'est parti : l'aventure recommence! Avec une belle agilité, nos deux capitaines nous amènent à notre première destination, l'île en «U», sur laquelle nous ferons une randonnée. Il fait chaud et le

chemin monte beaucoup. Pour plusieurs, cette randonnée est un bon défi! Un défi qui a par contre grandement valu la peine. Une fois arrivés au sommet, la vue qui nous est offerte est à couper le souffle. C'est avec un grand sourire, une grande fierté et un profond sentiment de quiétude que tout le monde se trouve un endroit pour profiter de la vue et de la chaleur du soleil. Quel beau moment! (...)

### JOUR 4 - 4 OCTOBRE 2016

(...) Le moment des au revoir est arrivé et Morgan quitte le groupe la première à Gatineau. Dans l'autobus, sentant la fin approchée, elle avait écrit un petit témoignage qu'elle a lu avec beaucoup d'émotion à tous ses nouveaux compagnons de route. Bien que ce moment soit chargé d'émotion en raison de la fin de quelque chose, il faut se rappeler que c'est également le commencement d'une autre aventure. Pour reprendre les sages paroles d'un participant hier soir autour du feu, « Cette expédition a semé une graine en moi et c'est à moi d'en prendre soin et de l'arroser. Pour moi ce n'est pas la fin, c'est un départ! » (...)



# EXPÉDITIONS



## QUELQUES TÉMOIGNAGES

Back home! What an adventure. I wish I could explain how therapeutic the canoeing expedition really was, but words fall short. It was wonderful to meet so many new people who were gracious enough to share their time with me, and showed me that young adults with cancer are not their diagnosis, something I struggle with often. I didn't see cancer, but instead vibrant personalities, humour, kindness and honesty in every participant and supporter during the trip. I feel like I've made significant connections to people I never would have met otherwise, and can't emphasize the healing that was done over a short 4 days. Thank you so much to On the Tip of the Toes Foundation for including me on this trip.

If any of you have some spare cash you want to do good with, I strongly recommend a donation to this foundation.

- Morgan M.

Sur le chemin du retour à l'arrière de l'autobus, entre mes deux nouveaux amis, j'observe tous les gens extraordinaires qu'il y a devant moi. Tous ces jeunes qui ont comme moi passé au travers de plusieurs moments difficiles. Nous avons tous ensemble passé une semaine pleine de surprises et remplie de rebondissements mais tous extraordinaires. J'ai appris à les connaître, appris à vivre avec eux et appris à avoir du plaisir avec ces personnes géniales, même si âges et langages nous séparent. Il y a aussi l'équipe des intervenants qui ont pleinement amélioré grandement cette semaine d'expédition. Je les remercie tous grandement et je souhaite plus que tout au monde nous voir un jour réunis à nouveau. Pour tout simplement avoir du plaisir et passer d'autres moments incroyables.

Merci pour tout, je vous adore.

- Esteban G.

Tout est parfait. Merci à tous pour les beaux et bons moments passés avec vous. Je vais m'en rappeler toute ma vie. Merci pour cette belle expérience. Je vous aime tous. Les minutes passées à relaxer avec vous furent extraordinaires.

- Samuel D.

You're all the ones I most admire, with great intentions and loving desires. Passion and trust and knowing that you all cared, brings a lifetime of happiness for us to share... in such a short time. Being so gentle, understanding and kind brings comfort, faith, and when love and friendship coincide, this is truly a blessed event. Never going to forget you guys. This rafting trip definitely changed my life for the better.

- Aaron D. H.

I had the best time of my life!!!! This trip truly changed my life I love all of you who shared it with me.

- Mario B.L.

The best time! Miss you all so much! The foundation works so hard and does so much good (:

- Roya G.



DESTINATION :  
**RÉSERVOIR DU  
POISSON BLANC,  
QUÉBEC**

📍 COORDONNÉES :  
N45.910388, O75.737072



ACTIVITÉ :  
**CANOT  
RABASKA**



PARTICIPANTS :  
**8 JEUNES  
19-29 ANS**

PROVENANCE :  
QC, AB

# vingt ANNÉES

D'AVENTURES THÉRAPEUTIQUES,  
au bénéfice de centaines de jeunes,  
de milliers de parents et de dizaine  
de milliers de leurs proches...

## 1996-2016



Logo de la fondation en 1996

L'Université du Québec à Chicoutimi (UQAC) offre un local, du mobilier et de l'équipement de bureau. Le secrétariat général de l'UQAC collabore également à la rédaction de la charte de la fondation à naître.

**1999**

Emménagement dans nos propres bureaux

Diffusion du documentaire «Souris Marie, la vie est belle» à Radio-Canada et «Larger than Life» sur CBC

Première édition du Rase-o-thon Marie-Hélène Côté

Retrouvailles des anciens participants pour le 5<sup>e</sup> anniversaire de la fondation

**2001**



Logo du Rase-o-thon



**2005** Modamitié

Première édition de l'événement «Modamitié», qui deviendra par la suite «Célébrons la Vie» en 2007

**2005**

**1996**

Toute première expédition d'aventure thérapeutique pour jeunes atteints de cancer au Canada, en traîneau à chiens sur les Monts-Groulx (Qc)



**1996**  
Expédition sur les Monts-Groulx

**2000**

Obtention des lettres patentes de la fondation.

Cinquième expédition de la fondation Sur la pointe des pieds et première à l'extérieur du Québec : randonnée pédestre sur l'Île d'Ellesmere (Nunavut)



**2000**  
Expédition sur l'Île d'Ellesmere (Nunavut)

**2004**

Nouveau logo et premier site web

Publication d'une première étude scientifique (Stevens et al.) décrivant l'expérience des jeunes participant à nos expéditions



Fondation Sur la pointe des pieds

Logo de la fondation en 2004

**2006**

Retrouvailles des anciens participants soulignant le 10<sup>e</sup> anniversaire de la fondation

Diffusion du documentaire «Chute libre» à Radio-Canada



**2006** Retrouvailles des anciens



**2009**

Double Défi des 2 Mario



Première édition du Double Défi des 2 Mario

**2009**



**2013** Expédition avec une clientèle de jeunes adultes



Première expédition avec une clientèle de jeunes adultes (19-29 ans)

**2013**

Prix en cancérologie, remis par le Ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec

Prix Excellence - Qualité et services, remis par le regroupement Aventure Écotourisme Québec

**2015**



**2015**

Prix Excellence - AEQ



**2015**

Prix du Ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec



**2012**

Expédition avec de jeunes greffés

**2012**

Expédition de type projet-pilote avec de jeunes greffés suite à des traitements d'hémo-oncologie

**2014**

Première expédition Évasion, composée de jeunes en traitement

**2016**

Prix «Coup de cœur», remis par la Chambre de commerce et d'industrie du fjord

Dévoilement des résultats d'une recherche scientifique (Paquette et al.) témoignant de l'impact psycho-social de nos expéditions

Nouvelle image de marque, nouveau logo et nouveau site Internet

L'événement «Célébrons la vie» franchit le cap des 3 millions de dollars accumulés



**2014** Expédition Évasion



**2016** Célébrons la vie

**SUR LA POINTE DES PIEDS**

## À VENIR EN 2017...

Le Rase-o-thon Marie-Hélène Côté franchit le cap des 2 millions de dollars accumulés!

Une 50<sup>e</sup> expédition pour la fondation Sur la pointe des pieds!





Yves Taschereau

# Célé- brons la VIE

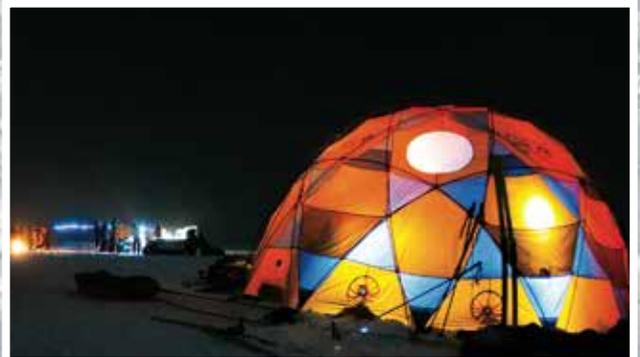
---

Le 23 novembre 2016 avait lieu la dixième édition de l'événement-bénéfice «Célébrons la Vie» au profit des jeunes atteints de cancer de la fondation Sur la pointe des pieds. Une fort généreuse somme de 386,300\$ fut amassée.

Cet événement unique, joyeux et ludique s'est déroulé dans l'univers humoristique de Stéphane Rousseau. Les gens d'affaires du grand Montréal s'étaient donné rendez-vous afin de supporter la mission de la fondation Sur la pointe des pieds. La présence de ceux-ci est due au travail acharné de notre équipe d'ambassadeurs qui, année après année, font valoir notre organisation auprès de leurs proches et sollicitent leur contribution. Nous leurs sommes hautement redevables.

L'invitation est lancée pour la prochaine année. Nominé comme spectacle de l'année au dernier gala de l'ADISQ, la revue musicale American Story sera la tête d'affiche d'un spectacle qui promet d'être haut en couleur. C'est donc un rendez-vous pour la onzième édition, ce 22 novembre 2017!

## ÉVÉNEMENTS



# Double Défi

des deux Mario

---

---

La huitième édition du Double défi des deux Mario s'est avérée un franc succès! Après trois jours de marche sur le lac St-Jean, les participants sont arrivés au Village sur glace de Roberval sourire aux lèvres, fiers d'avoir passés à travers le froid et d'avoir réussi à accomplir le défi.

Le Double défi des deux Mario est un événement unique qui permet aux participants de vivre le défi physique et le défi d'intériorisation, tel qu'il est vécu par les jeunes lorsqu'ils partent en expédition avec la fondation Sur la pointe des pieds, en offrant la chance à plusieurs équipes d'effectuer une traversée hivernale du lac St-Jean. Les participants chaussent skis ou raquettes, ancrent leur bagage dans un traîneau et avancent sur la glace dans un décor spectaculaire.

Le Double défi des deux Mario est né de la rencontre de deux aventuriers, Mario Bilodeau et Mario Cantin. Deux hommes au coeur d'or ont décidé de trouver un moyen novateur d'amasser des fonds afin de permettre à des jeunes atteints de cancer de participer à une aventure thérapeutique.

Au total 39 personnes ont traversé le lac St-Jean afin d'amasser 69,240\$ pour la fondation Sur la pointe des pieds.



# Rase -O- Thon

Marie-Hélène Côté

La seizième édition du Rase-O-Thon aura démontré, une fois de plus, toute la générosité et l'attachement que la population manifeste envers la fondation Sur la pointe des pieds. Cette année, l'événement s'est tenu sous la présidence d'honneur de Marik Pilote et Marc Larouche et a permis d'amasser la somme de 95 626\$.

Au total, une cinquantaine de personnes ont mis leur tête à prix pour la fondation Sur la pointe des pieds. Si la plupart l'auront fait devant famille et amis à l'aréna de St-Bruno, quelques-uns se sont plutôt fait raser avant l'événement, sur leurs lieux de travail, au Séminaire de Chicoutimi, au centre de formation L'Oasis ou encore au café-boulangerie La Bête à pain de Montréal.

Cet événement est porté année après année par la force et l'énergie de son comité organisateur et des nombreux bénévoles qui reviennent chaque printemps appuyer la cause. La fondation tient à remercier sincèrement les généreux commanditaires et partenaires de l'événement, ainsi que les co-présidents d'honneur pour leur implication, leur énergie et leur disponibilité tout au long de l'année.

## ÉVÉNEMENTS

# QUELQUES BONNES NOUVELLES DE L'ANNÉE 2016...

## LA RECONNAISSANCE DE NOS PAIRS

L'excellence du travail de la fondation Sur la pointe des pieds a été reconnu par la Chambre de commerce et d'industrie le fjord qui a choisi notre organisation comme récipiendaire de son prix «Coup de cœur» lors de son gala annuel au printemps 2016. Ce fut pour nous véritable un honneur de recevoir ce prix de la part de nos pairs. Qui a dit que nul n'était prophète en son pays?



## UN IMPACT PROUVÉ SCIENTIFIQUEMENT

Plus de 150 parents et jeunes ont participé à cet important projet de recherche mené par Dre Linda Paquette, professeure et chercheure au département de psychologie de l'UQAC. L'objectif : mesurer l'impact psycho-social des expéditions d'aventure thérapeutique de la fondation Sur la pointe des pieds. Résultats : un impact nettement significatif sur l'estime de soi et la qualité de la relation avec les parents et les amis. On souligne également d'importants progrès au niveau du développement identitaire et de l'autonomie que les participants ainsi que leurs parents attribuent à l'expérience d'expédition. La possibilité de briser l'isolement, par la mise en relation de jeunes ayant vécu similaire dans un contexte propice aux échanges, se révèle également comme un aspect grandement valorisé. Nous sommes très fiers de cette reconnaissance sans équivoque!

*Référence : Linda Paquette, Ph.D. Étude de l'impact de la participation à une expédition thérapeutique sur l'ajustement psychosocial et la qualité de vie d'adolescents atteints de cancer. Rapport de recherche inédit. 2016.*

## UNE CHUTE NOMMÉE EN NOTRE HONNEUR

Dans le cadre du 20e anniversaire de la fondation et de notre passage sur la rivière Magpie, la commission de toponymie du Québec a officiellement reconnu la dénomination d'une chute au nom de notre organisation, la chute Sur la pointe des pieds. Il s'agit là d'une reconnaissance hors du commun, sachant que plusieurs demandes similaires sont refusées par la commission.



## UNE NOUVELLE IMAGE DE MARQUE

Une vague de fraîcheur parfume dorénavant nos outils promotionnels! Une image actuelle, dynamique et inspirante marque nos différentes plateformes promotionnelles. Un cadeau bien mérité que nous nous sommes offert pour notre vingtième anniversaire!

Des remerciements bien sentis doivent être adressés aux équipes de Prospek et Transcontinental pour avoir gracieusement développé et imprimé ces outils!



# PRINCIPAUX DONATEURS ET COMMANDITAIRES

10,000 \$ ET PLUS	Camp Cayuga	100 000 \$	ENTRE 2,000 \$ ET 4,999 \$	Cole Foundation	4 000 \$
	Power Corporation	50 000 \$		La Bête à pain	4 000 \$
	Bell Media	38 000 \$		Atmosphère Chicoutimi	3 900 \$
	Prospek	30 000 \$		Fondation Phila	3 600 \$
	Aimia	20 000 \$		A. Lasonde inc	3 500 \$
	CN	20 000 \$		BNY Mellon	3 500 \$
	Corporation			Deloitte	3 500 \$
	Fiera Capital	15 000 \$		Execaire	3 500 \$
	TC Transcontinental	15 000 \$		Sanpalo	3 500 \$
	Fondation Bon départ de Canadiant Tire du Québec	14 400 \$		Air Medic	3 300 \$
	Fondation CHU Sainte-Justine	12 500 \$		Capital one	3 000 \$
	BCF	10 000 \$		Centria	3 000 \$
	Clarins	10 000 \$		Mike Elrick Tribute	3 000 \$
	Fondation J.A. Bombardier	10 000 \$		Fondation Gordon	2 500 \$
	Capinabel	8 500 \$		Groupe TMX	2 500 \$
				Hydro Québec	2 500 \$
	ENTRE 5,000 \$ ET 9,999 \$	LSM		5 400 \$	Montreal Children's Hospital Foundation
Ville de Saguenay		5 200 \$	Promotion Saguenay	2 500 \$	
BMO		5 000 \$	SAQ	2 500 \$	
Brigitte Brunet, avocats		5 000 \$	The North Face	2 500 \$	
CIBC		5 000 \$	Transforce	2 500 \$	
Coast to Coast Against Cancer		5 000 \$	OACIQ	2 400 \$	
Fondation Bellini		5 000 \$	André Fillion & Associés	2 200 \$	
Fondation Lise et Richard Fortin		5 000 \$	Christina Miller	2 000 \$	
			Denis LeVasseur	2 000 \$	
			Fondation Richelieu	2 000 \$	
			PME Inter Notaires	2 000 \$	

## MOT DE LA TRÉSORIÈRE

Pour son exercice financier se terminant le 31 décembre 2016, la fondation Sur la pointe des pieds a inscrit une insuffisance des produits sur les charges de 65,573\$. Cette perte est due en grande partie à une augmentation de certaines dépenses telles que la production de montages vidéo de même que les frais associés à la Grande expédition d'été (expédition 20<sup>e</sup> anniversaire) qui furent plus élevés qu'à l'habitude.

Le bilan de la fondation au 31 décembre 2016 démontre néanmoins une saine situation financière. Nous disposons ainsi des ressources requises pour poursuivre notre mission.

Je conclus en remerciant sincèrement les bénévoles, donateurs, employés et partenaires de nous appuyer à la réalisation de notre mission.

*Lydia Gaudreault*  
Trésorière

## OFFICIERS 2016

### PRÉSIDENT

**Marc-André Blais**  
*Président*  
*Picchio International inc.*

### VICE-PRÉSIDENT EXÉCUTIF

**François Veillet - Cofondateur**  
*Vice-président principal, Gestion privée*  
*Corporation Fiera Capital inc.*

### VICE-PRÉSIDENT – SECRÉTAIRE

**François Guillot - Cofondateur**  
*Directeur*  
*Parcs nationaux de la Pointe-Taillon et des Monts-Valin*

### VICE-PRÉSIDENT

**Mario Bilodeau - Cofondateur**  
*Professeur retraité*  
*Programme d'études plein air et tourisme d'aventure*  
*UQAC*

### TRÉSORIÈRE

**Lydia Gaudreault**  
*Associée*  
*Deloitte*

## ADMINISTRATEURS 2016

### Sylvain Arseneault

*Président, Associé*  
*PROSPEK*

### Frédéric Boucher, L.L.B.

*Directeur,*  
*Affaires juridiques – Développement*  
*Kruger Énergie*

### J-Charles Fortin, MGP

*Directeur général*  
*Fondation Sur la pointe des pieds*

### Linda Hershon, Inf. BSc. DESS

*Infirmière clinicienne*  
*en recherche clinique en oncologie*  
*CHU Sainte-Justine*

### Marie-Hélène Marcoux, L.L.B.

*Avocate*  
*Brigitte Brunet, avocats*

### Philippe Trudeau, B. Sc.

*Président directeur général*  
*Trudeau Corporation*

### Marc-André Blais, C.A. CPA

*Président*  
*Picchio International inc.*

### François Dufour, L.L.B.

*Avocat*

### Lydia Gaudreault, C.A. CPA

*Directrice principale,*  
*Certification et services conseil*  
*Deloitte*

### Denis Le Vasseur, C.A. CPA

*Vice-président et contrôleur*  
*Power Corporation du Canada*

### Pierre Marcoux, MSJ

*Vice-président principal, Solutions*  
*information d'affaires et éducation*  
*TC*

### François Veillet, MBA CIM

*Vice-président, Gestion privée*  
*Corporation Fiera Capital inc.*

### Mario Bilodeau, Ed. D.

*Professeur retraité*  
*Programme d'études plein air*  
*et tourisme d'aventure*  
*UQAC*

### Samuel Fischer, c.o

*Conseiller, psychologie du travail*  
*André Fillion et Associés*

### François Guillot, M. Sc

*Directeur*  
*Parcs nationaux de la Pointe-Taillon*  
*et des Monts-Valin*

### Pierre Malo

*Président*  
*Services-conseils Pierre Malo inc*

### J. Craig Miller, BA

*Président*  
*Sigvaris*

## COMITÉ MÉDICAL AVISEUR 2016

### Dre Josée Brossard

*Centre hospitalier universitaire*  
*de Sherbrooke*

### Naila Legault

*Infirmière en rôle élargi au Nunavik*

### Dr Simon Riendeau

*Centre de Santé Inuulitsivik*  
*et CISSS Bas-St-Laurent*

### Karine Godbout

*Infirmière*

### Dre Monnia Marzouki

*CHU Ste-Justine*

### Robert Pigeon

*CHEO, Ottawa*

### Dr Martin Robert

*Hôpital de Saint-Eustache*

### Linda Hershon

*CHU Sainte-Justine*

### Dr Bruno Michon

*Centre Hospitalier Universitaire de*  
*Québec*  
*Pavillon CHUL*

### Jo-Anne Richer

*CHU Sainte-Justine*

## PERMANENCE 2016

### DIRECTEUR GÉNÉRAL

**J-Charles Fortin, MGP**

### CHARGÉS DE PROJETS

**Catherine Provost, B.Sc.**  
**Marc-André Galbrand, B.Sc.**

### ADJOINTE ADMINISTRATIVE

**Claire Grenon**



**SUR  
LA  
POINTE  
DES  
PIEDS**



240, rue Bossé, Chicoutimi (Québec) G7J 1L9 Canada  
Tél.: 418 543-3048 / Téléc.: 418 543-9912 / [www.pointedespieds.com](http://www.pointedespieds.com)

Imprimé gracieusement par TC Transcontinental