

SUR LA POINTE DES PIEDS

RAPPORT ANNUEL 2021



VOIR PLUS LOIN QUE L'HORIZON.
ENSEMBLE.



RIVIÈRE MISTASSINI - AOÛT 2021

LA MISSION

Aider les jeunes atteints du cancer à retrouver leur bien-être en relevant le défi d'une expédition d'aventure thérapeutique exceptionnelle encadrée par des professionnels du milieu de la santé et de l'intervention par la nature et l'aventure.

LE BUT

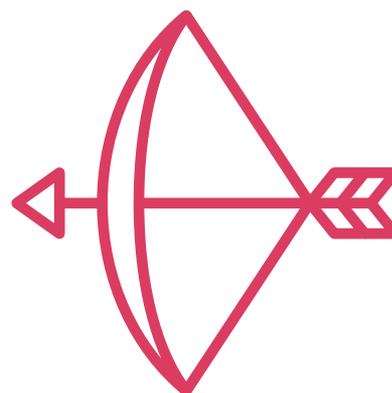
Offrir à des jeunes atteints par le cancer l'opportunité de quitter le milieu hospitalier et de s'éloigner de la civilisation et de leur environnement habituel.

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.



TABLE DES MATIÈRES

Mots de la présidente et du directeur général	3
Témoignages	4
Nos projets pilotes	5
25 années d'aventures thérapeutiques	12
Nos campagnes de financement	14
Nos généreux donateurs et commanditaires	18
Notre équipe	19



MOT DE LA PRÉSIDENTE



L'espoir fait vivre...

Cette première année à titre de présidente du conseil d'administration de la fondation a été marquée par un sentiment d'appartenance sans cesse grandissant, motivé par l'esprit qui guide notre mission et forge notre identité.

Bien que la pandémie fasse partie de notre réalité grâce à notre intelligence collective, notre gouvernance et notre efficacité opérationnelle, nous avons maintenu un ensemble d'activités qui auront permis d'assurer une solidité financière pour notre organisation.

Je tiens à féliciter toutes les interventions de sensibilisation et les événements qui ont servi de leviers au cours de l'année. Rien n'arrête les deux Mario, ni le vent, ni le froid. Fidèles et engagés pour la cause, ils ont traversé le Lac-St-Jean avec courage et avec la certitude qu'ils le font pour une bonne raison. Les Courses CYO ont pour leur part confirmé leur importance par les inscriptions et leur pertinence par l'implication de gens qui participent au mouvement d'unité dont l'objectif est de pouvoir donner au suivant.

Nous avons amorcé les travaux de réflexion dans le cadre d'une planification stratégique. Basé sur notre modèle d'affaire actuel, cet exercice est orienté sur l'importance de capitaliser sur les forces et les piliers de la fondation et sa capacité d'innovation afin d'en assurer sa pérennité.

Ce sont les gens qui composent une organisation et qui définissent sa valeur et sa dimension humaine.

Je profite de l'occasion pour remercier tous les membres du conseil d'administration et la permanence, son directeur Jean-Charles Fortin avec qui tout devient possible, repoussant constamment les limites portées par l'espoir.

Aussi, la fondation doit son rayonnement par l'implication des communautés, nos partenaires et tous les donateurs qui ont à cœur de faire une différence dans la vie des jeunes atteints de cancer.

Une mention spéciale à André Robitaille et toute l'équipe de Nova Média du documentaire « La vie devant moi » qui a sensibilisé encore davantage la raison d'être de la fondation et aura permis de mesurer l'impact bienveillant des expériences et des expéditions thérapeutiques.

C'est avec optimisme et inspiration que nous vivons cette nouvelle année qui nous invite ensemble à voir grand et loin.

JUSTINE DELISLE, CPA, CA, PL. FIN.
Présidente

MOT DU DIRECTEUR GÉNÉRAL



*There is a crack,
a crack in everything.*

*That's how the light
gets in.*

-L. Cohen

L'année 2021 devait être jubilatoire : elle marquait le 25^e anniversaire de notre organisation. Nous comptons en profiter pour rassembler les centaines et centaines de jeunes qui ont pris part à l'une ou l'autre de nos expéditions réalisées depuis la toute première en 1996. Nous avions prévu l'enregistrement d'une pièce musicale avec une chorale de 70 personnes. Nous caressons le rêve de réaliser une expédition d'envergure. Et quoi d'autre encore.

Mais je suis de nature optimiste. Je dirai donc que ce n'est que partie remise... Mon optimisme m'amène également à m'émerveiller - une fois de plus ! - du dynamisme et de la créativité de notre équipe. Après une année 2020 à soutenir à distance les jeunes atteints du cancer, il nous tardait de retourner sur le terrain. Mission accomplie : les prochaines pages vous permettront de voir comment vos contributions ont eu un impact des plus significatifs en 2021 - merci d'être là avec nous!

Parlant de créativité, quelques chanceux ont pu voir notre (superbe!) exposition photo, présentée en primeur lors du Zoom photo festival de Saguenay à l'automne 2021 et par la suite à l'Espace 400e de Québec. Pour celles et ceux qui n'auraient pu voir cette riche rétrospective de 25 ans d'expéditions, sachez qu'elle sera également présentée en septembre prochain au marché Bonsecours de Montréal, en marge du World Press Photo 2022.

Qui plus est, l'année 2021 s'est terminée par la diffusion du (magnifique!) documentaire La vie devant moi à Radio-Canada. On y voit le comédien André Robitaille accompagner des jeunes en expédition, ceux-ci se révélant sans retenue dans des échanges authentiques et des plus touchants. À voir et revoir sur la plateforme Tou.TV.

L'ensemble de ces réalisations me porte à croire que, en dépit des nuages épars qui subsistent, il est possible d'entrevoir les mois et années qui viennent avec optimisme. J'irai même plus loin : notre organisation a un devoir d'optimisme envers les jeunes atteints du cancer et les difficultés auxquelles ils font face, encore davantage avec cette pandémie qui s'étire.

Et c'est vous, qui lisez ces lignes, qui alimentez cet optimisme. Sans vos contributions en temps, en argent, en support de toutes sortes, rien de tout cela ne serait possible. C'est chacun de vous qui fait jaillir la lumière à travers les nuages et les failles que décrit Cohen. Du fond du cœur, un grand, très grand merci.

J-CHARLES FORTIN, MGP
Directeur général

NOS AVENTURIERS DE 2021 NOUS ÉCRIVENT...



Durant l'expédition, je me suis reposé le cerveau qui, on dirait, a arrêté de fonctionner durant toute l'expédition. En forêt, je ne pense pas à ce qui se passe à l'extérieur et ça me fait énormément de bien.

Sur le bord de l'eau, tôt le matin, en pêchant au saumon, je me sentais seule au monde avec moi-même et le saumon. Je me sentais zen, sereine et relaxe. J'ai pris plusieurs grandes respirations et je me suis dit: Wow, la vie est belle :)

Monica B.

Le projet, tant par l'organisation que l'environnement, m'ont plongé rapidement dans un état de pleine conscience dès le début. Je me suis sentie connectée à chaque moment avec la nature, mais avoir les deux pieds au fond d'une rivière très dynamique m'a fait réaliser combien la nature est forte et douce pour les yeux, le corps et la tête.

Mylène G.

Mais quelle organisation! En aucun temps je me suis sentie laissée à moi-même, insécure, ou encore en danger. Visiblement l'équipe de la fondation est bien « rodée », elle connaît ses objectifs et met en place les outils techniques ainsi que des intervenants formidables pour y arriver.

Marie-Claude M.

C'était extrêmement bien organisé. Sur la pointe des pieds a vraiment réussi à nous faire sentir à l'aise malgré le fait que la plupart du groupe sortait de leur zone de confort. Les membres de l'équipe s'assuraient toujours de notre confort (très apprécié). J'ai fait de très belles rencontres aussi, parler avec des proches qui l'ont aussi vécu était très agréable! Une aventure que je ne suis pas prête d'oublier!

Rose-Marie C., sœur de Loryanne C.

Je crois qu'en ces temps difficiles c'était une vraie récompense de pouvoir vivre ces moments entourés de gens exceptionnels. Juste le fait de voir tout plein de gens m'a fait un énorme bien au niveau mental.

Gabriel D.

Je sentais que notre groupe était seul au monde et ça c'est quelque chose de précieux quand on vit dans le brouhaha quotidien. Voir des étoiles filantes, avoir la rivière presque qu'à nous seuls, dormir avec les loups. Des activités qui m'ont fait du bien plus que ce que je ne pensais.

J'ai été vraiment contente aussi de voir mon père rester avec nous malgré le mal de dos important qu'il avait. J'ai vu une persévérance que j'avais peu vu chez lui avant. Nous avons eu tous tellement de plaisir à se découvrir tout en découvrant la nature et ses bienfaits. J'ai vu chaque personne avoir des moments de doutes ou de difficultés tout en repoussant tout cela pour passer des moments de partage avec les autres. C'était superbe à voir et à vivre.

Émilie K.

Les deux pieds sur les roches, les jambes sous les flots de la rivière, l'oeil attentif aux poissons, les oreilles qui bourdonnent par le vent, les feuilles qui bougent, tombent et surtout, ma soie qui va et vient en dansant... À presque chaque lancer, je me suis sentie complètement dans le moment présent. J'y repense, que j'y retourne, que je le ressens encore.

Anik D.

Cette expédition m'a permis de me sentir comprise...pour de vrai, pour la première fois. C'est parfait que ce soit un groupe d'âge spécifique, la majorité avons vécu les mêmes choses, de manière similaire !

Everard J-B.

Assurément les deux pieds dans la rivière, la canne à l'eau, les yeux sur les paysages grandioses qui s'offraient à nous et la tête dans les nuages ! À quelques reprises je n'étais plus vraiment en train de pêcher, mais simplement en train de profiter du moment et de la vie.

Mariève P.

La magie se produit quand l'âme agit et j'ai pu observer et participer à ce ballet de lumière. C'est un grand privilège et ces mémoires vont rester graver à jamais dans mon cœur et dans la mémoire du temps.

Philippe K., papa d'Émilie K.

TÉMOIGNAGES

UNE ANNÉE PAS COMME LES AUTRES...

Certes, nos programmes d'intervention de 2020 ont été teintés de succès. Les groupes de soutien à distance que nous avons créés ont été des plus appréciés par les jeunes atteints du cancer. De plus, ces initiatives nous ont valu deux reconnaissances provinciales, dont l'une via le Ministère de la Santé et des Services sociaux. Le fait demeure, notre souhait le plus cher demeurait de recommencer à faire ce que nous faisons le mieux : de l'intervention par la nature et l'aventure (INA).

Après un premier essai avec *Bulle d'aventure* à l'hiver 2021, nous avons poursuivi avec un second projet pilote, cette fois-ci prenant la forme d'une expédition dont la trame de base était la pêche à la mouche. Ce programme, nommé Connexion, se voulait par la même occasion la brillante conclusion des études de 2^e cycle universitaire de notre collègue Marie-Michelle Paradis.

Les pages qui suivent vous permettront également de prendre connaissance de deux autres projets fort inspirants. Dans un premier temps, *La Familia Aventura*, une expédition des plus innovantes, réalisée en bulles familiales, de même que *Lâcher-prise*, fruit d'une collaboration réussie avec la Fondation québécoise du cancer et la Fondation du cancer du sein du Québec.

Bonne lecture!

TYPE : **PROJET PILOTE**



23 FÉVRIER AU 9 MARS 2021



DESTINATION : **MONTÉRÉGIE, QC**

COORDONNÉES : 45°30'48"N , 73°30'01"O



ACTIVITÉ : **MULTI-ACTIVITÉS**



PARTICIPANTS :

2 JEUNES ÂGÉS DE 14 À 18 ANS EN RÉMISSION ET LEURS FAMILLES

PROVENANCE : **QC**



Avec les restrictions en vigueur en février 2021, il fallait user de beaucoup d'ingéniosité pour mettre sur pieds des programmes d'intervention par la nature et l'aventure en groupe! D'une part, les rassemblements étaient interdits et d'autre part les déplacements à l'extérieur de la région d'origine n'étaient pas recommandés...

Qu'à cela ne tienne, notre équipe a développé et testé un concept d'encadrement à distance : deux jeunes et leur famille immédiate ont eu l'occasion de prendre part à une série d'activités dans leur propre région. Supervisés à distance par notre équipe, ils ont pu s'initier au fat bike et à la photo en nature, faire une sortie de raquette en autonomie, de la cuisine d'expédition, et bien d'autres. La semaine de relâche aura été bien occupée!

BULLE D'AVENTURE

TYPE :

PROJET PILOTE



2 AU 8 JUILLET 2021



EXTRAITS DE BLOGUE

2 JUILLET - JOUR 1

(...) Le ciel gris peut bien nous passer dix pieds au-dessus de la tête car après plusieurs mois d'attente, voire des années, c'est ce matin que nous nous rencontrons finalement en personne. Enfin! Notre groupe composé de neuf femmes dans la trentaine et des membres de l'équipe de la fondation Sur la pointe des pieds sont plus que prêts pour cette première expédition d'aventure thérapeutique en contexte de pandémie.

(...) Finalement arrivés sur le site défriché spécialement pour notre projet, le montage des tentes commence avec une certaine perplexité. Admettons que plusieurs d'entre nous n'ont pas tant l'habitude de dormir dans ces petits abris. Avec un peu d'effort et beaucoup d'entraide, nous finissons tous par nous installer confortablement pour les jours à venir. Difficile de ne pas apprécier le moment malgré tout, étant donné que chacun d'entre nous jouit de sa propre tente et que nous sommes constamment émerveillés par les fleurs, les papillons et le doux rugissement de la rivière qui accompagnent chacun de nos déplacements.

4 JUILLET - JOUR 3

(...) Il faut toutefois admettre que pour d'autres participants, les premières minutes de pêche sont un peu plus chaotiques. Julie semble tout avoir oublié tandis que Catherine B se fait peur à elle-même en perdant de vue sa propre mouche dans les airs. Un peu plus haut sur la rivière, Catherine prend son courage à deux mains et marche périlleusement sur les roches avec l'objectif de se rendre à une fosse prometteuse selon les dires d'Isabelle.

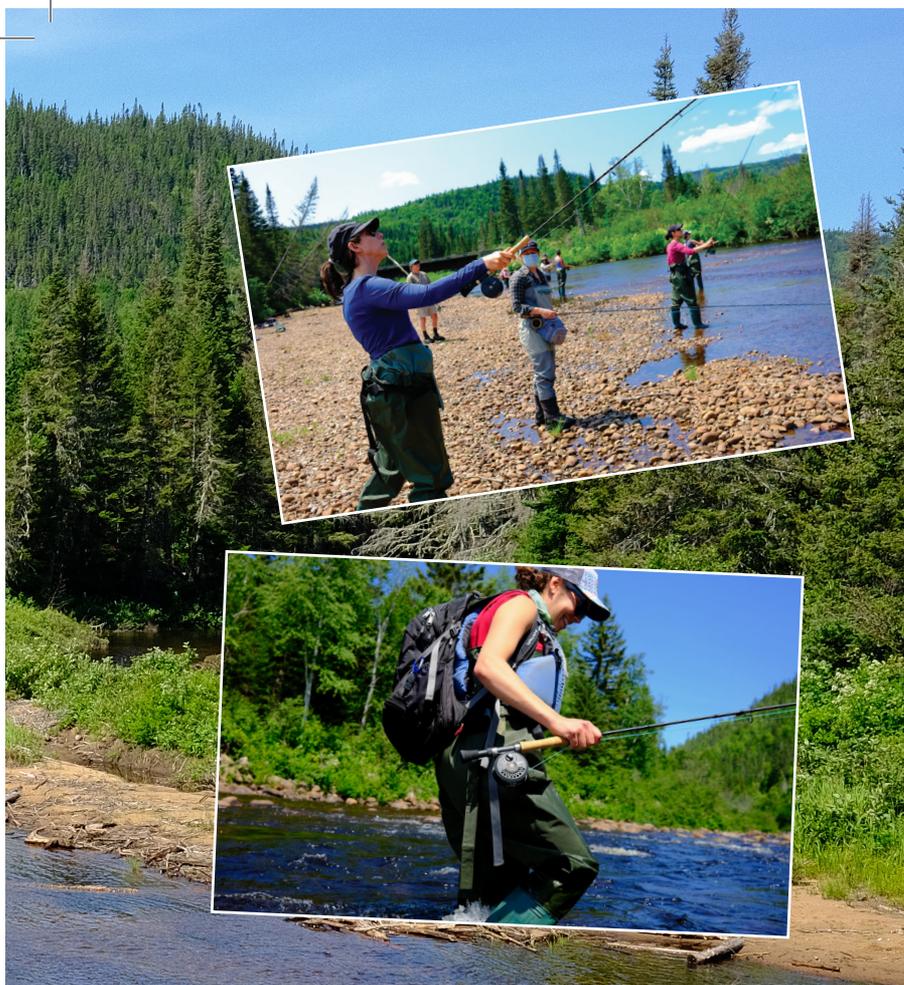
S'ensuit une autre petite période de pêche durant laquelle Julie, contre toutes attentes, attrape une belle petite truite. De son côté, Sophie continue sur sa lancée et réussit à faire prendre un poisson de 12 pouces ou plutôt 12 centimètres tout dépendant de vos sources. Mention spéciale ici à Mylène qui a dû porter main forte à une Julie surexcitée pour sauver ledit poisson en détresse afin de le remettre à l'eau. Un beau travail d'équipe.

5 JUILLET - JOUR 4

(...) Après un dîner rapide, Robert, notre intervenant psychosocial, nous propose de prendre un peu de temps pour repenser chacun de notre côté, aux objectifs que nous nous étions fixés au début du voyage.

Ce moment en silence nous fait d'autant plus apprécier le chant de la chute tout en nous faisant réaliser à quel point nous sommes sans cesse en train de parler entre nous. La magie de ce type d'expédition a définitivement fait son effet et nous ne pouvons nous empêcher de profiter au maximum de la présence de chacun d'entre nous.

CONNEXION



7 JUILLET - JOUR 6

(...) Ça y est. C'est aujourd'hui mercredi que notre expé se termine. Et même si l'appel de la douche se fait sentir - dans tous les sens du terme - , je ne crois pas que nous ayons réellement hâte que notre aventure se termine.

(...) En vérité, je pourrais essayer de décrire toutes les émotions qui nous traversent en ce moment sur plus de 10 pages, mais je dois admettre que je ne m'en crois pas capable. Ce qui nous habite à ce moment est tellement beau, tellement fort, que je doute qu'une langue ait à ce jour développé le vocabulaire pour le décrire.

La seule certitude qui m'habite par rapport à cela est que les rivières ne seront plus jamais les mêmes et nous non plus.



	DESTINATION : RIVIÈRE ESCOUMINS, QC
	COORDONNÉES : 69°20'41"N , 69°24'28°O
	ACTIVITÉ : PÊCHE À LA MOUCHE
	PARTICIPANTES : 9 PARTICIPANTES ÂGÉES DE 30 À 39 ANS EN RÉMISSION ET EN TRAITEMENT
	PROVENANCE : QC

QUELQUES TÉMOIGNAGES

Lors de notre retour dans la randonnée de la Chute à Pinel, je me suis retrouvée seule, entre les deux groupes de marcheurs, pendant quelques minutes. Je n'entendais plus jaser, je marchais à mon rythme, personne ne s'inquiétait pour moi... Je me suis sentie vivante, vibrer, même si j'étais épuisée (par ma chimio).

Anik D.

Lorsque je pêchais dans la rivière avec les deux pieds dans l'eau, j'étais envahie par un grand sentiment de plénitude. Ça fait du bien de sentir qu'on est comme tout le monde dans un groupe.

Marie-Claude M.

J'ai vraiment réussi à décrocher pendant l'expédition. Et rares sont les moments que je décroche avec mon style de vie super occupé. C'est certain que je vais prendre plus de temps pour moi à partir de maintenant pour décrocher en nature. Pour ma santé mentale :)

Monica B.

TYPE :

PROJET PILOTE



9 AU 14 AOÛT 2021



EXTRAITS DE BLOGUE

10 AOÛT JOUR 1

(...) Après les kilomètres (et les détours), un bon défi attend les participants dès les premières minutes au campement : les guides sortent « la caisse jaune » qui jouera le rôle de coffre-fort et nous invite à couper les liens avec nos téléphones cellulaires, même les montres y passent; tout est à « off » pour la semaine, on scelle le couvercle. Le concept est porteur : On se déconnecte des technologies et même de la notion du temps calculé pour se connecter à nous-même, aux autres et à l'environnement.

Coupure technologique faite : Ce n'est pas long que ça fourmille au campement, on s'initie à l'équipement. Il y a beaucoup à apprendre : C'est quoi une « vache-à-eau » et des « aqua-tabs » ? Comment se créer un Lazy-boy avec son matelas de sol plié et comment monter les tentes?



11 AOÛT JOUR 2

(...) Donc, il fait chaud. « As-tu mis de la crème solaire? – bois de l'eau ! – une tite collation? », la sainte-trinité de l'anti-coup de chaleur. Tout au long du parcours, nos deux bénévoles de l'équipe médicale s'assureront religieusement de notre bien-être dans l'adversité caniculaire du nord. Tout le monde rêve d'une saucette bien fraîche, recherche la brise, se réfugie à l'ombre.

(...) L'après-midi nous réservera pas mal de défis. On se pousse, on s'aide en famille et entre famille; il y a des côtes. C'est technique, parfois sablonneux, une vraie épreuve pour les néophytes sans laisser les plus expérimentés sur leur faim. Qu'on pratique nos manœuvres de vélo, notre cardio ou notre patience, les trois sont tout aussi valables. Globalement, le moral reste très bon. Toute l'équipe est impressionnée par la détermination de chacun. Disons que ce n'est pas tous les jours qu'on a l'impression de faire du vélo dans un four!

14 AOÛT JOUR 5

(...) C'est les Perséides, comme si la nature avait préparé un spectacle pyrotechnique pour l'anniversaire de Gabriel. Tous en rond, semi couchés sur le sable, on lâchait des «OH» et des «AH». L'émerveillement et nombreux fous rires étaient au rendez-vous.

LA FAMILIA AVENTURA



	DESTINATION : RIVIÈRE MISTASSINI, QC
	COORDONNÉES : 51°01'25"N , 72°52'25"O
	ACTIVITÉ : KAYAK DE MER ET VÉLO
	PARTICIPANTS : 4 JEUNES ÂGÉS DE 14 À 18 ANS EN RÉMISSION ET LEURS FAMILLES
	PROVENANCE : QC
PRÉSENTÉ PAR :	 

J'ai demandé aux jeunes participants s'ils accepteraient de partager un souhait, un vœu d'étoile filante, avec la communauté de Sur la pointe des pieds :

« Je souhaite qu'on trouve un remède au cancer, sans chimio, sans souffrance. » – Tanya

« Je souhaite que ma sœur et toute ma famille restent en santé. » – Rose-Marie

« Je souhaite que tous les enfants qui ont le cancer apprennent à connaître la fondation et puissent vivre de genre d'expérience d'expédition. » – Loryanne

15 AOÛT JOUR 6

En intervention par la nature et l'aventure, deux moments clés ponctuent la fermeture d'une l'expédition : un de réflexion et un de célébration.

Les participants sont invités à revisiter leurs objectifs de la semaine ; ça échange sur le dépassement, sur l'harmonie, sur les défis qu'entraînent autant de proximité en famille et de celui de se lancer dans l'inconnu avec une bande de quasi-inconnus ; on parle d'inconforts, de confiance, de surprises et de réussites. (...)

Comme dirait « Mario Bil », le mentor de Marie-Michelle (et de pas mal tout le monde dans le domaine), en fin d'expé, on ne perd pas les gens qu'on quitte, on quitte plutôt avec le cadeau de toutes ces nouvelles connaissances dans le fond de la poche.

QUELQUES TÉMOIGNAGES

Un immense merci, je suis vraiment reconnaissante pour ce que la fondation a fait pour nous. La mission de votre fondation est parfaite. Joindre le plaisir et l'aspect thérapeutique est puissant et vous contribuez assurément au bien-être et à la guérison des jeunes. Je vais vous supporter et parler de votre fondation afin que d'autres jeunes puissent en profiter. Merci encore! xx

Julie B., maman de Loryanne C.

Cette expédition était magique. C'est le mot que j'ai utilisé le plus pour la décrire quand je l'ai raconté à mes proches. Il faut toutefois que je dise que magique n'était pas un mot assez fort pour décrire tout ce qui me venait à l'esprit quand je pensais à l'expédition. J'ai vraiment adoré me pousser jusqu'à mon maximum et ça m'a fait tellement de bien. C'était un « trip » de gang qui sortait tellement de l'ordinaire et qui va créer des souvenirs à jamais. Je manque un peu de mots parce que cette expérience est indescriptible, elle se vit tout simplement!

Émilie K.

Je crois qu'en ces temps difficiles c'était une vraie récompense de pouvoir vivre ces moments entourés de gens exceptionnels. Juste le fait de voir tout plein de gens m'a fait un énorme bien au niveau mental.

Gabriel D.

TYPE :

PROJET PILOTE



2 AU 6 OCTOBRE 2021



EXTRAITS DE BLOGUE

2 OCTOBRE - JOUR 1

« On a créé le projet-pilote Lâcher prise parce que les femmes ont mentionné avoir un important besoin de déconnecter et de lâcher prise sur un paquet d'affaires, notamment pour penser à autre chose que la maladie, explique Catherine Provost, chargée de projets et facilitatrice en intervention par la nature et l'aventure pour la fondation Sur la pointe des pieds. Ça peut être difficile de se changer les idées de voir le positif à travers tout ça. »

La fondation Sur la pointe des pieds a travaillé en partenariat avec la Fondation du cancer du sein du Québec et la Fondation québécoise du cancer pour créer un projet pilote adapté à la réalité des femmes 30 à 39 ans qui vivent avec un cancer du sein métastatique.

(...) C'est ainsi qu'un séjour a été conçu sur mesure pour Anik, Everard, Mariève, Caroline, Émilie, Anna, Geneviève, et Joanie. « Tout est calculé pour qu'il y ait une ambiance assez smooth, note Catherine Provost, mais derrière chaque action, on a un objectif thérapeutique. On ne fait pas les choses pour rien. »



LÂCHER PRISE

3 OCTOBRE - JOUR 2

(...) Avec toutes les pêcheuses en rangée sur le bord de la rivière, le tableau est magnifique. Après quelques heures de pratique, les lancers s'améliorent, et après le diner, les groupes se dispersent dans quatre fosses à poisson.

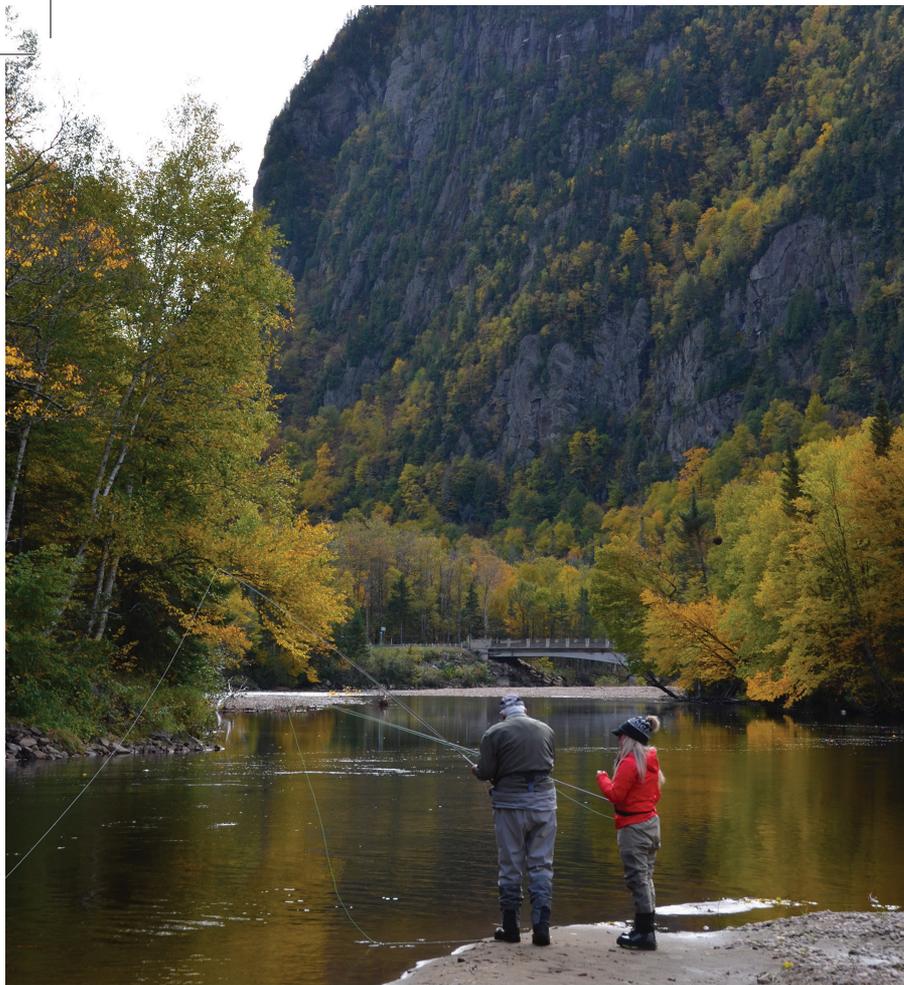
Le groupe composé de Joanie, Émilie, Marie-Michelle et Raynald, doit marcher dans la rivière pour atteindre un banc de roche où se trouve la fosse. « Avec un aussi beau décor, c'est facile de décrocher, souligne Joanie, en lançant sa mouche à l'eau. Et il y a tellement de choses à apprendre, sur les lancers, sur la rivière, sur les mouches, que ça permet de vraiment lâcher prise ».

4 OCTOBRE - JOUR 3

(...) Question d'offrir une diversité d'activités, la pêche est mise de côté pour la journée et dès 9h, le groupe se dirige vers le parc national du Fjord-du-Saguenay. Le plan de match : faire une randonnée de 6 km sur le sentier de la halte du béluga, soit un aller-retour jusqu'à l'embouchure de la rivière Sainte-Marguerite, où elle se jette dans le fjord. « C'est un sanctuaire où les bélugas viennent se reproduire », souligne Mario Bilodeau, l'un des cofondateurs de la fondation, qui accompagne le groupe.

Chemin faisant, la brume se disperse graduellement et le soleil perce à travers les pins, sapins et thuyas que l'on croise sur notre chemin. Des effluves de la forêt boréale laissent tranquillement leur place aux parfums marins.

Sur le chemin, Everard s'arrête pour lire une pancarte d'interprétation où elle trouve une feuille en forme de coeur. « J'ai senti que c'était pour moi, dit-elle avec un large sourire. Je pense que ça veut dire qu'il y a beaucoup d'amour dans l'univers. »



5 OCTOBRE 2021 - JOUR 4

(...) Alors que le soleil de fin d'après-midi frappait sur la rivière, Anik a lancé sa canne dans la fosse #28 sur la rivière Sainte-Marguerite, puis elle a senti un fort coup tirer sur la ligne. « J'ai crié à Faruq (un des mentors de pêche) de venir m'aider parce que je ne savais pas trop quoi faire », a expliqué Anik.

(...) Après une dizaine de minutes de combat, Anik a réalisé qu'elle venait d'attraper une grosse truite de 14 pouces, une surprise à cette période de l'année, car ce sont généralement les juvéniles, les truites bleues, qui sont pêchées.

« Tout le monde pleurait tellement on était contentes », note pour sa part Catherine. « On était vraiment émues », renchérit Émilie.



	DESTINATION : RIVIÈRE SAINTE- MARGUERITE, QC
	COORDONNÉES : 48°16'11° N, 61°52'05° O
	ACTIVITÉ : PÊCHE À LA MOUCHE
	PARTICIPANTES : 8 JEUNES FEMMES ÂGÉES DE 30 À 39 ANS ATTEINTES D'UN CANCER DU SEIN MÉTASTASIQUE
	PROVENANCE : QC

QUELQUES TÉMOIGNAGES

Merci du fond du cœur de m'avoir permis de vivre une si belle aventure. Vous avez rempli mon cœur de bonheur et ma tête de souvenirs inoubliables. En plus j'ai rencontré de belles personnes passionnées avec lesquelles je vais garder contact. Merci pour tout. Cette aventure a été un succès du début à la fin. Je vais m'en rappeler toute ma vie. Merci!!!!!!

Joanie C.

Les échanges que j'ai eus avec les autres m'ont permis de constater que nous ne sommes pas que des femmes malades; que nous pouvons rire de la maladie; que la vie continue et qu'il ne faut pas s'arrêter de faire des projets; qu'il est important de s'écouter.

Émilie P.

Je crois que le contact avec la nature est multisensoriel - c'est peut-être pour cela que ça peut créer de forts souvenirs. Pour mon bien-être, ces souvenirs forts me font du bien, c'est comme des petites ficelles qui me tirent vers le haut quand j'y pense, quand j'en ai besoin.

Anik D.

VINGT-CINQ ANNÉES

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

1996-2021



Logo de la fondation en 1996

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

1999

1996

Première canadienne : une expédition d'aventure thérapeutique pour les jeunes atteints de cancer



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 (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 participants à nos expéditions



Fondation Sur la pointe des pieds

Logo de la fondation en 2004

2006

Retrouvailles des anciens participants soulignant le 10^e anniversaire de la fondation
Diffusion du documentaire « Chute libre » à Radio-Canada



2006 Retrouvailles des anciens



2001 Rase-o-thon Marie-Hélène Côté

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^e anniversaire de la fondation

2001



2001 Retrouvailles des anciens



2005 Modamitié

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

2005

Première édition du Double Défi des 2 Mario

2009



Première expédition avec une clientèle de jeunes adultes (18-29 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 Aventure Écotourisme Québec

2015



Une 50^e expédition pour la fondation Sur la pointe des pieds!

2017

Première édition des Courses CRYO

2019

Mise sur pieds de 4 expéditions de type projet-pilote, afin de composer avec la pandémie

Diffusion du documentaire « La vie devant moi » à Radio-Canada

Lancement d'une exposition photo

2021

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 de 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

SUR LA POINTE DES PIEDS



2020

20^e anniversaire du Rase-O-Thon Marie-Hélène Côté

Mise sur pieds de 3 programmes alternatifs virtuels, innovation remarquée en temps de pandémie

Prix Innover en temps de crise / Coup de cœur du jury, remis par Aventure Écotourisme Québec





Double Défi

des deux **Mario**



Dans sa version originale, Le Double défi des deux Mario est un événement unique qui prend la forme d'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. Les participants ont alors la possibilité de vivre un défi physique et un défi d'intériorisation, tel qu'il est vécu par les jeunes lorsqu'ils partent en expédition avec la fondation Sur la pointe des pieds.

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 qui eurent l'idée de ce moyen novateur d'amasser des fonds afin de permettre à des jeunes atteints de cancer de participer à une aventure thérapeutique.

Le format de l'édition 2021 de la traversée hivernale du lac St-Jean a dû être revu en raison du contexte de la pandémie. Les

participants ont cependant été très nombreux à exprimer leur engagement envers la cause en participant au Double défi à distance, la version maison de l'événement.

Chaque participant était appelé à relever un défi personnel entre le 4 et le 13 février. À défaut d'être réunis sur les glaces du lac St-Jean, les participants et les Mario se sont unis dans leurs efforts afin de permettre à des jeunes atteints de cancer de garder espoir.

Présentée une fois de plus par notre généreux partenaire Rio Tinto, 84 personnes auront pris part à l'événement à distance et auront permis d'amasser un peu plus de 140 000\$ pour la fondation Sur la pointe des pieds.

NOS CAMPAGNES DE FINANCEMENT



CRYO

Courses sur
le Lac



ARC'TERYX

Les Courses CRYO est un évènement véritablement unique en son genre au cours duquel les adeptes de course à pieds ont la chance d'effectuer une traversée hivernale du lac St-Jean dans la pénombre. Sous un ciel étoilé, n'entendant que le bruit de leurs pas dans la neige, les participants vivent une expérience des plus dépaysantes sur l'une des deux distances proposées, soit un 10km ou la traversée classique de 32 km, présentée par Arc'teryx.

Puisqu'il n'était pas possible d'accueillir au Lac-St-Jean les 71 sportifs inscrits à l'édition de février 2021, ceux-ci ont dans un premier temps complété des parcours de distances variables dans l'environnement de leur choix, bien souvent autour de leur domicile. Chacun d'eux s'était engagé à effectuer une levée de fonds. La synergie de tout ce beau monde a généré la somme de 80 000\$ pour cette troisième édition.

Dans un deuxième temps, une traversée symbolique du lac St-Jean a été organisée au début mars. Dans le respect des normes alors en vigueur, deux coureurs jeannois ont complété le parcours séparant St-Gédéon de Roberval, sur un peu plus de 33 kilomètres.

Ils étaient suivis par une équipe de tournage et leur exploit était également commenté en direct par une équipe d'animateurs bénévoles. Le tout était retransmis en direct via Facebook Live. Un bien beau moment qui semble en avoir inspiré plus d'un : en effet, une trentaine de personnes se sont inscrites pour l'édition 2022 dans les heures qui ont suivi cet épisode!





Rase -O- Thon

Marie-Hélène Côté

C'est à l'été 2001 qu'a eu lieu le tout premier Rase-o-thon Marie-Hélène Côté. Vingt ans de Rase-O-Thon, ça laisse des traces! Et pas seulement sur la tête des milliers de personnes qui ont mis leur tête à prix ou encore chez tous ces gens qui ont contribué à leur levée de fonds. Ça laisse des traces dans leur cœur et dans l'histoire aussi.

La fondation Sur la pointe des pieds aimerait remercier de tout cœur Dominique Larouche et Réjean Côté, co-fondateurs du Rase-O-Thon Marie-Hélène Côté, pour leur immense contribution. Ensemble, ils ont mobilisé des bénévoles, des donateurs et des milliers de personnes qui ont mis leur tête à prix. À toutes ces magnifiques et généreuses personnes qui ont contribué au succès de cet événement, sachez que vous nous en serez éternellement reconnaissants.

Le Rase-O-Thon Marie-Hélène Côté fera maintenant partie d'un grand chapitre de l'histoire de la fondation Sur la pointe des pieds. Nous tournons cette page le cœur rempli de souvenirs inoubliables et d'émotions positives.

Il importe néanmoins de poursuivre le travail amorcé. En date du printemps 2021, l'événement festif tenu à chaque mois de mai a laissé sa place à un héritage qui sera tout aussi important : une campagne annuelle ayant comme origine le Rase-O-Thon et comme nom L'Héritage.

2001-2021 EN QUELQUES CHIFFRES

- 1418 braves qui se sont fait raser!
- 400 bénévoles!
- 21 président.e.s d'honneur!
- 2,400 000\$ amassés auprès de donateurs!
- Et surtout... 470 jeunes en expédition!

NOS CAMPAGNES DE FINANCEMENT

Célé- brons la VIE

À l'automne 2021, notre événement-bénéfice « Célébrons la Vie » a pris la forme d'une campagne de dons majeurs. Grâce à la générosité sans borne de nombreux donateurs et la précieuse implication bénévole de nos Ambassadeurs, plus de 250 000\$ furent amassés. Année après année, ceux-ci font valoir notre organisation auprès de leurs proches et sollicitent leur contribution. Nous leurs sommes hautement redevable!

Au moment où vous lirez ces lignes, tout indique que nous serons en mesure d'effectuer un retour en force en 2022 avec un événement rassembleur le 23 novembre prochain. Restez à l'affût, joignez-vous à nous et changez vous aussi la vie des jeunes atteints du cancer! Par avance un grand merci!

Club 3A

aventuriers _
athlètes _
ambassadeurs _

Le club des Aventuriers et Athlètes Ambassadeurs Sur la pointe des pieds, c'est une équipe de sportifs engagés provenant de différents horizons qui souhaitent donner un nouveau sens à leurs exploits.

En plus de relever des défis sportifs personnels hautement significatifs, ils appuient notre organisation par la réalisation d'importantes levées de fonds. Des exemples de projets 2021? Traversée solo de l'arrière-pays de la Gaspésie en unicycle, expédition en kayak de mer solo dans l'estuaire du St-Laurent, traversée de la réserve faunique des Laurentides à ski...

Le contexte de pandémie n'a pas essoufflé nos membres : le Club 3A compte actuellement 12 membres actifs et nous espérons que de nombreux aventuriers se joindront à eux. Déjà bon nombre de projets sont dans les cartons pour 2022 : 4200km de rando solo sur la Pacific Crest Trail, 100 ascensions du Mont Ventoux en un an, 500km de vélo en 24 heures...



PRINCIPAUX DONATEURS ET COMMANDITAIRES

10 000 \$
ET PLUS

Don anonyme	30 000 \$
CN	25 000 \$
Power Corporation du Canada	25 000 \$
Rio Tinto	25 000 \$
KOA Care Camps	23 000 \$
Val Métal	21 000 \$
Fondation J. A. Bombardier	20 000 \$
Arc'teryx	18 100 \$
Clarins Canada	12 125 \$
Produits forestiers Résolu	11 250 \$
Fondation CHU Ste-Justine	10 000 \$
Don anonyme	10 000 \$
Fondation Lise et Richard Fortin	10 000 \$
MRC Domaine du Roy	10 000 \$
RBC Banque Royale	10 000 \$
Ville de Roberval	10 000 \$

ENTRE
5 000 \$
ET 9 999 \$

Construction Kiewit	9 045 \$
Cogeco média	9 000 \$
Zamora Realities	7 500 \$
Fondation pour l'enfance CIBC	7 000 \$
Anonyme	5 000 \$
Brigitte Brunet Avocats	5 000 \$
Capinabel	5 000 \$
Champlain Capital	5 000 \$
Conam Charitable Foundation	5 000 \$
Corporation Fiera Capital	5 000 \$
David Lehoux	5 000 \$
Elkem	5 000 \$
Fondation Charitable Richter	5 000 \$
Fondation Huguette et Jean-Louis Fontaine	5 000 \$
Fonds Fondation Gatien Paquette de la Fondation du Grand Montréal	5 000 \$
GFT Canada	5 000 \$
Korem	5 000 \$
Leslie Raenden	5 000 \$
Lois Wells	5 000 \$
Pomerleau	5 000 \$
Sandalwood Management Canada	5 000 \$
TransForce	5 000 \$

ENTRE
2 000 \$
ET 4 999 \$

Fondation Famille Mongeau	4 000 \$
Air Medic	3 500 \$
Deloitte S.E.N.C.R.L./c.r.l.	3 500 \$
Contact Nature	3 476 \$
Echo Aviation Leasing	3 000 \$
Fondation Henrichon Goulet	3 000 \$
Séminaire de Chicoutimi	2 613 \$
Élise Marcoux	2 500 \$
Fondation Linoit	2 500 \$
Fonds Patrick Foley de la Fondation du Grand Montréal	2 500 \$
Luc Jobin	2 500 \$
Municipalité St-Gédéon	2 500 \$
Produits BCM	2 500 \$
The Joseph Neufeld Family Foundation	2 500 \$
Anonyme	2 000 \$
Groupe Mercille Inc.	2 000 \$
Héritage Faune	2 000 \$
Nemar / Mike Elrick Tribute	2 000 \$
Quincaillerie Tremblay Laroche	2 000 \$
Sun Life Québec	2 000 \$
W Investment	2 000 \$

ENTRE
1 000 \$
ET 1 999 \$

Morrie M. Cohen Family Foundation	1 500 \$
IG National	1 313 \$
Ann-Sophie Lainesse	1 250 \$
Anselm Lewis	1 045 \$
Anonyme	1 000 \$
Anonyme	1 000 \$
Anonyme	1 000 \$
Blakes, Cassels & Graydon LLP	1 000 \$
CGI	1 000 \$
Famille Richard Boucher	1 000 \$
Fondation Pierre et Gisèle Laberge	1 000 \$
Fonds Achbée inc.	1 000 \$
Gabriel Gagnon	1 000 \$
Groupe financier PEAK	1 000 \$
Hon. Michael M. Fortier	1 000 \$
Jane and Lawrence Plotnick Fund	1 000 \$
Les Serres Lefort	1 000 \$
Lucie Hamel	1 000 \$
Lucie Rémillard	1 000 \$
Marie Bernard MD inc.	1 000 \$
Marie-Pierre Lépine	1 000 \$
Recyclage Ungava	1 000 \$
S3 Technologies Inc.	1 000 \$
Sanimax San Inc.	1 000 \$
Stéphane Bourgeois	1 000 \$
Stéphanie Dupras Renaud	1 000 \$
The David H. Laidley Foundation	1 000 \$
Toumoro	1 000 \$
Ville Saguenay	1 000 \$
Yannick Juneau	1 000 \$

MERCI !



MOT DE LA TRÉSORIÈRE

Pour son exercice financier se terminant le 31 décembre 2021, la fondation Sur la pointe des pieds a inscrit un excédent des produits sur les charges de 163 000\$. Cet excédent exceptionnel est dû en partie à la transformation de nos programmes habituels en projets pilotes faisant l'objet de financement spécifique.

Je suis particulièrement fier que nous ayons atteint ce niveau de sécurité financière en contexte de pandémie. Ceci démontre l'attachement sincère de nos donateurs à notre organisation. Cette somme nous permettra de poursuivre notre travail et de reprendre nos activités avec un niveau de confiance satisfaisant, sachant que l'économie pourrait vaciller au cours des prochains mois, affectant ainsi les activités philanthropiques de nos donateurs.

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

*Guylaine Duval, FCPA, FCA
Trésorière*

OFFICIERS 2021

PRÉSIDENTE JUSTINE DELISLE

Associée
RICHTER

VICE-PRÉSIDENT EXÉCUTIF François Veillet - Cofondateur

Vice-président principal, Gestionnaire de portefeuille privé
Corporation Fiera Capital

VICE-PRÉSIDENT SECRÉTAIRE François Guillot - Cofondateur

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

VICE-PRÉSIDENT

Mario Bilodeau - Cofondateur

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

TRÉSORIÈRE

Guyline Duval

Directrice des programmes de cycles
Supérieurs en sciences comptables
UQAC

ADMINISTRATEURS 2021

Mario Bilodeau, Ed. D - Cofondateur

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

Marc-André Blais, C.A. CPA

Président
Alter Ego Capital et Génération 4

Frédéric Boucher, LL.B.

Vice-président, Affaires juridiques
Kruger Énergie

Justine Delisle

Associée
Richter

Guyline Duval, M. SC, FCPA,

Directrice des programmes de cycles
Supérieurs en sciences comptables
UQAC

David Fortin

Président
Produits Häzenfan Inc.

Jean-Charles Fortin, MGP

Directeur général
Fondation Sur la pointe des pieds

François Guillot, M. Sc Cofondateur

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

Linda Hershon, Inf. BSc. DESS

Infirmière clinicienne en recherche
clinique en oncologie
CHU Sainte-Justine

Sonia Joannette, M. Sc.

Conseillère-responsable du volet
Soins infirmiers
Direction générale de cancérologie,
MSSS

Denis Le Vasseur, C.A. CPA

Vice-président et contrôleur
Power Corporation du Canada

Pierre Malo

Président
Services-conseils Pierre Malo inc

Marie-Hélène Marcoux, LL.B.

Avocate
Brigitte Brunet, avocats

Pierre Marcoux, MSJ

Président
Groupe Contex

J. Craig Miller, BA

Président
Sigvaris

Philippe Trudeau, B. Sc.

Président directeur général
AG Natural Health

François Veillet, MBA CIM - Cofondateur

Vice-président principal, Gestionnaire
de portefeuille privé
Corporation Fiera Capital inc.

Josh Wisenthal, LL.B., LL.L.

Vice-président, Business
Development
Weyco Group Canada

COMITÉ MÉDICAL AISEUR 2021

Linda Hershon, Présidente

Anne-Marie Charpentier

Jean-Charles Fortin

Marie-Ève Girouard

Sonia Joannette

Lucie Lafay-Cousin

Naila Legault

Monia Marzouki

Bruno Michon

David Mitchell

Robert Pigeon

Simon Riendeau

PERMANENCE 2021

DIRECTEUR GÉNÉRAL
J-Charles Fortin, MGP

CHARGÉES DE PROJETS
Catherine Provost, B. Sc.
Marie-Michelle Paradis, M. Env.

ADMINISTRATION
Claire Grenon
Vivianne Boudreault



**SUR
LA
POINTE
DES
PIEDS**



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