

SUR LA POINTE DES PIEDS

RAPPORT ANNUEL 2022

VOIR PLUS LOIN QUE L'HORIZON.
ENSEMBLE.



RÉSERVOIR DU POISSON BLANC - OCTOBRE 2022

NOTRE MISSION

Rassembler. Transformer. Propulser.

Changer la vie des jeunes de 14 à 39 ans atteints de cancer en leur offrant de participer à une expédition d'aventure thérapeutique.

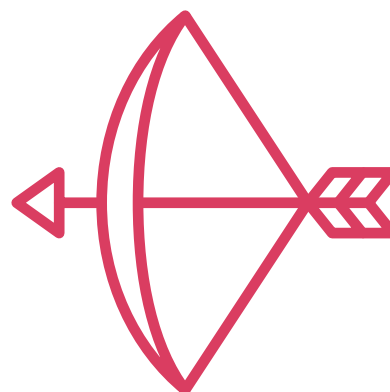
NOTRE VISION

Que les jeunes canadiens atteints du cancer soient inspirés à surmonter ce qui paraît impossible.



TABLE DES MATIÈRES

Mots du président et du directeur général	3
Quelques bonnes nouvelles de 2022...	4
Les expéditions	6
Quelques témoignages...	12
Les campagnes de financement	14
De généreux donateurs et commanditaires	18
Les coûts d'une expédition	20
Les gens	21



MOT DU PRÉSIDENT



Tomber en amour!

Il y a maintenant 7 ans que je suis tombé sous le charme de cette merveilleuse organisation. Avec les jeunes d'abord : ceux qu'on voit se transformer sous nos yeux, affichant au départ de maigres sourires puis une fierté débordante suite à leur expédition. Je suis émerveillé par leur résilience et aussi par l'immense passion qui allume les membres de la permanence et les bénévoles. Il s'agit clairement de gens d'exception pour lesquels j'ai beaucoup d'admiration. Voilà pourquoi j'ai accepté avec honneur d'entreprendre un nouveau rôle au sein de la fondation.

Nous ne pouvons imaginer l'ampleur de l'organisation d'une expédition avec des jeunes atteints du cancer. Une expédition prend jusqu'à 10 voire 12 mois à organiser et nécessite des expertises variées en médecine, en plein air, en encadrement de groupe ainsi qu'en facilitation. Le défi est de taille puisqu'il faut non seulement assurer la sécurité du groupe, mais aussi le bien-être physique et émotionnel des participants à la santé fragilisée.

Au-delà des activités physiques qu'elles comportent, les expéditions sont également un espace sûr où les jeunes peuvent partager leurs émotions, leurs craintes et leurs espoirs avec d'autres personnes qui comprennent réellement ce qu'ils vivent. Ils y trouvent alors des stratégies pour faire face aux défis quotidiens liés à leur maladie, diminuant du coup le stress et augmentant la confiance en soi.

L'impact de nos donateurs et bénévoles se mesure à travers les sourires sur les visages des jeunes participants. Nous sommes témoins de leur transformation, de la confiance qu'ils acquièrent et de leur résilience face à la maladie. Certains d'entre eux, qui étaient autrefois isolés et découragés, sont aujourd'hui des leaders au sein de notre communauté, inspirant les autres et propageant un message d'espoir.

Je ne peux donc pas passer sous silence l'extraordinaire support de la communauté qui demeure au rendez-vous année après année en offrant du support financier et de nombreuses heures de bénévolats. Au nom de la fondation et des membres du conseil, nous vous remercions pour votre contribution de proche ou de loin. Sachez que vous faites une énorme différence dans la vie de jeunes partout au Canada. Nous recevons des centaines de témoignages de participant qui donnent des frissons.

Merci mille fois.

PHILIPPE TRUDEAU, B.A.

*Président & Chef de la direction
Santé Naturelle Adrien Gagnon*

MOT DU DIRECTEUR GÉNÉRAL



On a envie d'y croire... L'année 2022 aura été celle du retour à la normale, permettant de retourner à ce que nous faisons le mieux : des programmes d'intervention par la nature et l'aventure, sous la forme d'expéditions d'aventure thérapeutique destinées aux jeunes atteints du cancer.

De fait, si les conditions socio-sanitaires en vigueur à l'hiver 2022 ne nous ont pas permis de tenir un programme hivernal, c'est avec grand bonheur que nous avons pu offrir à l'été 2022 notre toute première Grande expédition « standard et non-adaptée » depuis 2019. Chapeau à toute l'équipe d'avoir su faire preuve d'autant de résilience et de créativité durant cette période en créant de toutes pièces 6 projets d'intervention respectant les normes alors en vigueur!

À ce titre, c'est avec énormément de fierté que nous partageons avec vous une nouvelle des plus réjouissantes, celle de la réception d'un prix prestigieux en novembre dernier. En effet, le projet Connexion, un projet-pilote de pêche à la mouche réalisé en contexte de pandémie, a séduit le jury des Prix Excellence du programme de cancérologie du Ministère de la Santé et des Services sociaux. Mentionnons au passage que tous les autres prix ont été remportés par des centres hospitaliers, rendant ce prix encore plus exceptionnel à nos yeux...

Ces réalisations, et bien d'autres dont vous prendrez connaissance au cours des prochaines pages, sont le résultat d'un travail acharné, certes, mais d'abord et avant tout fruit de votre inestimable appui. Sans vous, rien de tout cela ne serait possible. Nous vous en remercions du fond du cœur.

Je tiens également à souhaiter la bienvenue à notre nouveau président de conseil d'administration, Philippe Trudeau. Administrateur depuis le printemps 2016, Philippe s'est toujours démarqué par la pertinence de ses questions et remarques, sans parler de son envie sincère de mettre l'épaule à la roue. Longue vie à notre collaboration!

L'année 2023 est quant à elle prometteuse : votre générosité nous permet de mettre 5 expéditions au programme et de procéder à l'embauche d'une personne supplémentaire pour en prendre la charge.

Au final, c'est essentiellement vous qui changez la vie d'un nombre grandissant de jeunes atteints du cancer...

J-CHARLES FORTIN, MGP

Directeur général

QUELQUES BONNES NOUVELLES DE 2022...

UNE PLANIFICATION STRATÉGIQUE RAFRAICHISANTE



Souscrivant aux pratiques d'affaires exemplaires, nous revisitons nos grandes orientations stratégiques aux 3 ans. L'exercice 2023-2025 a été mené en collaboration avec La Factory, qui nous ont notamment proposé d'inclure dans la réflexion des bénévoles, des donateurs, des anciens participants à nos expéditions et leurs parents.

La contribution des ceux-ci a été fort appréciée. Entre autres choses, ils nous ont amené à nous doter d'une vision renouvelée et d'une mission davantage ambitieuse. À lire en page 1 du présent rapport si ce n'est pas déjà fait!

UNE EXPOSITION PHOTO DE CALIBRE MONDIAL



Les amateurs de photos le savent : le World Press Photo de Montréal est de loin le plus important événement du genre dans l'est du pays... Or, nous avons eu la chance unique de présenter une exposition adjacente à l'édition 2022.

Ce sont donc plus de 60 000 personnes qui ont pu admirer le travail de nos blogueurs photographes bénévoles. Vous dire le nombre de messages élogieux que nous avons reçus... Merci à tous, blogueurs et visiteurs!

UNE RECONNAISSANCE SANS ÉQUIVOQUE



Toute forme de reconnaissance est appréciée. Mais certaines sont plus marquantes, notamment lorsqu'elles sont officielles et qu'elles proviennent de l'État... C'est donc avec une fierté sans nom que nous avons accepté du Ministère de la Santé et des Services sociaux l'un des prix Excellence 2022 du Programme québécois de cancérologie!

Les fondements scientifiques et la rigueur méthodologique du Projet Connexion ont particulièrement impressionné le jury. Précisons qu'il s'agit d'un projet pilote de pêche à la mouche lequel marquait par la même occasion la fin des études de 2^e cycle de notre brillante collègue Marie-Michelle Paradis.



UN RAYONNEMENT INTERNATIONAL

Les conditions socio-sanitaires en vigueur à partir du printemps 2022 ont permis la reprise de colloques. Nous avons donc profité de l'occasion pour répondre à l'invitation des organisateurs du 9th International Adventure Therapy Conference pour nous rendre en Norvège, plus précisément à Oslo, puis à Toronto dans le cadre du International Psychosocial Oncology Society World Congress.

L'Office franco-québécois pour la jeunesse a généreusement pris en charge une bonne partie de ces déplacements. Des centaines de spécialistes d'un peu partout dans le monde ont pu entendre que de petits miracles se produisent dans les forêts du Québec...

À l'automne, nous avons mis le cap vers la grande région de Montréal afin de partager avec nos pairs nos constats et observations sur certaines pratiques utilisées ailleurs dans le monde de même que sur les retombées du Projet Connexion, une expédition de pêche à la mouche réalisée plus tôt en 2021.



UN AUDIT SANS FAILLE



En tant que membre de l'association Aventure Écotourisme Québec (AEQ), nous devons nous conformer à une série de normes et standards en matière de qualité du service et de sécurité de nos participants. Afin d'en attester, un conseiller en entreprise mandaté par l'AEQ vient effectuer une visite en entreprise à chaque 3 ans. Il vérifie nos outils en place, questionne nos pratiques et, lorsque faire se peut, observe nos interactions sur le terrain.

Le résultat de notre audit 2022? Une note parfaite de 100 sur 100...
Un bel effort d'équipe!

PRÉSENTATIONS AUPRÈS DE ...

...professionnels de la thérapie par l'aventure

Oslo, Norvège | 20 juin 2022

Événement : 9TH INTERNATIONAL ADVENTURE THERAPY CONFERENCE

Co-présentatrice : Laura Ducharme

Titre : Nature and adventure as psychosocial intervention levers with families of youth affected by cancer

Présentation de l'approche de la fondation et d'une étude de cas : le projet pilote La familia aventura

...de psychologues

Toronto, On. | 1^{er} septembre 2022

Événement : IPOS/CAPO 2022 World Congress: REIMAGINING PSYCHOSOCIAL ONCOLOGY: EMBRACING VOICES FROM AROUND THE WORLD

Co-présentatrice : Annik Gagné

Titre : Reconnecting young adults affected by cancer through nature and adventure interventions - A case study

Présentation de l'approche de la fondation et d'une étude de cas : le projet pilote Connexion

...des professionnels en intervention par la nature et l'aventure

Otterburn Park, Qc | 13 octobre 2022

Événement : LE DÉVELOPPEMENT PSYCHOSOCIAL PAR LE SPORT ET LE PLEIN AIR. ÉTAT DES CONNAISSANCES, TABLES RONDES ET ATELIERS PRATIQUES

Co-présentatrices : Marie-Ève Langelier, Virginie Gargano (table ronde)

Titre : 9th International Adventure Therapy Conference - Apprentissages, constats et héritage du pays des Trolls

Table ronde au sujet de notre relation à la nature en regard de la philosophie norvégienne du « friluftsliv »

...des professionnels de la santé en oncologie

Virtuel | 17 novembre 2022

Événement : Programme québécois de cancérologie - Congrès virtuel 2022 - Ensemble, en réseau, pour vaincre le cancer

Titre : CONNEXION : Projet d'intervention d'aventure thérapeutique par la pêche à la mouche auprès de jeunes adultes atteintes de cancer

Présentation des retombées du projet pilote Connexion

TYPE :

GRANDE EXPÉDITION ÉTÉ 2022



6 AU 15 AOÛT 2022



EXTRAITS DE BLOGUE

6 AOÛT - JOUR 1

(...) C'est à ce moment que Marie-Michelle fait la cueillette des cellulaires. Pas de cellulaire et pas de montre, y'a-t-il une meilleure façon de vivre le moment présent? De façon quasi magique les conversations s'animent. Le groupe vient d'adopter le mode « Wild-FI ».

On reprend la route, en longeant la rivière St-Maurice, vers La Tuque, où on s'arrête pour une petite pause diner. De là, on met le cap sur la région du Lac St-Jean. On y fait un autre petit arrêt pour récupérer le matériel demandé par les participants. On ajoute au contenu des soutes de l'autobus les barils qui permettront de garder le matériel et les vêtements au sec pour la durée de l'expédition

10 AOÛT - JOUR 5

(...) Et c'est l'heure de remplir les barils individuels et de défaire, plier et ranger les tentes dans les mêmes barils. Ce qui deviendra un processus bien rôdé au fil des jours est encore au stade de désordre organisé. Disons qu'il règne encore un flou artistique autour de la façon de faire les choses. Mais tout cela fait partie du processus d'apprentissage.

Parlant d'apprentissage, il y en a quelques-uns qui ont négligemment monté leur tente et leur double toit hier. Ce matin ils ont pu constater par eux-mêmes les raisons d'être d'un double toit, particulièrement lorsqu'on campe proche d'un plan d'eau. Comme on annonce de la pluie pour ce soir ou cette nuit, c'est certain que ce sera pris plus au sérieux.

12 AOÛT - JOUR 7

(...) En partant, premier défi : des bancs de sable obstruent presque complètement le passage; certains passent à gauche de l'île et doivent soit marcher, soit slalomer entre les bancs de sable. Deux équipages prennent « le chemin le moins fréquenté » et s'en tirent beaucoup mieux car c'est de ce côté que se trouve la veine d'eau plus profonde. Tout le monde se retrouve de l'autre côté. C'est comme dans la vie : chacun choisi sa voie.

Après avoir franchi de l'eau vive qui est cotée comme R1 sur la carte, nous arrivons sur un site complètement différent de ce que nous avons vu jusqu'à maintenant : une plage de roches rondes. C'est plus difficile d'y trouver un endroit pour s'asseoir confortablement.



EXPÉDITION



14 AOÛT - JOUR 9

(...) C'est maintenant l'heure des choses sérieuses : nous finissons notre expé sur une section de rivière où les rapides se suivent en ordre croissant de difficulté. Là aussi les consignes sont claires : il y a un ordre prescrit de descente et tout le monde se suit à la queue leu leu. Cette façon de faire permet de profiter de la lecture de la rivière du guide et d'avoir une bonne idée de la ligne à emprunter.

Dès les premiers R1 certains découvrent « par hasard » là où sont les roches et s'échouent. Mais de façon générale cela se passe plutôt bien. On a un canot qui se remplit d'eau dans un autre rapide. Et pour le dernier rapide, le classe 3, il y a même un équipage qui descend le gros train de vague de reculons, manœuvre involontaire dont l'équipage réussit à se tirer sans se mouiller. Il y a des jours où il vaut mieux être chanceux qu'être bon.



	DESTINATION : RIVIÈRE MISTASSINI, QC
	COORDONNÉES : 51°01'25"N, 72°52'25"O
	ACTIVITÉ : CANOT
	PARTICIPANTS : 14 JEUNES ÂGÉS ENTRE 14 ET 18 ANS
	PROVENANCE : AB, CB, QC, NB, NT, ON, PE
PRÉSENTÉ PAR	
	FONDATION AIR CANADA <small>TRANSPORTEUR OFFICIEL DE LA FONDATION</small> <small>SUR LA POINTE DES PIEDS</small>

QUELQUES TÉMOIGNAGES

I had an amazing time on my adventure. I was able to meet kids my age with similar stories and learn that I can accomplish anything. The memories and friends I made are very special to me and will be with me for the rest of my life.

Eleni T.

Lorsqu'on se baignait dans les rapides, j'ai eu un moment où je ne faisais que regarder la chute, en silence, et je me sentais léger et libéré. La rivière Mistassini était simplement incroyable et une réelle libération pour moi.

Maxime L.

This trip has been one of the best experiences of my life and I'm glad I got to do this with all of you wonderful people. I've made many lifelong memories and friends from this trip. I'm going to miss you all so much. Nature, am I right guys?

Kara M.

J'ai vraiment apprécié faire cette expédition. Durant cette semaine, j'ai eu tellement de moments de joie et de bonheur. J'ai rencontré de vraies bonnes personnes et je me suis surpassée. C'était incroyable.

Samyra D.

TYPE :

EXPÉDITION ÉVASION AUTOMNE 2022



22 AU 25 SEPTEMBRE 2022



EXTRAITS DE BLOGUE

22 SEPTEMBRE - JOUR 1

(...) Nous nous sommes arrêtés en route au St-Hubert de Gatineau pour le dîner – remerciements sincères au propriétaire qui nous a généreusement offert le repas! -, et sommes finalement arrivés au réservoir du Poisson Blanc vers 15h30... Après plusieurs heures dans l'autobus à écouter la musique dynamique de Zaz, on va s'en dire, quel bonheur que d'entendre la pureté du silence de la nature! On dit que la patience amène de grandes récompenses... Nous voilà récompensés d'un long trajet au travers des paysages pittoresques que le Québec a à nous offrir.

Nous sommes ensuite allés sur le lac pour pratiquer nos techniques de navigation. Le défi était au rendez-vous car le vent était très fort; les muscles et l'effort d'équipe étaient nécessaires pour arriver à nos fins! Cette escapade fût rapidement résumée après 30 minutes de sortie sur l'eau; les conditions étant trop périlleuses pour nous permettre de nous rendre plus loin pour le moment. Ceci nous laisse la possibilité d'imaginer la journée de demain qui nous permettra d'aller plus loin, ou pas, selon la météo. L'important, comme dame nature nous l'apprend, c'est de s'adapter aux grés et vents que la journée nous apportera. N'était-ce point un des buts visés de cette expédition?

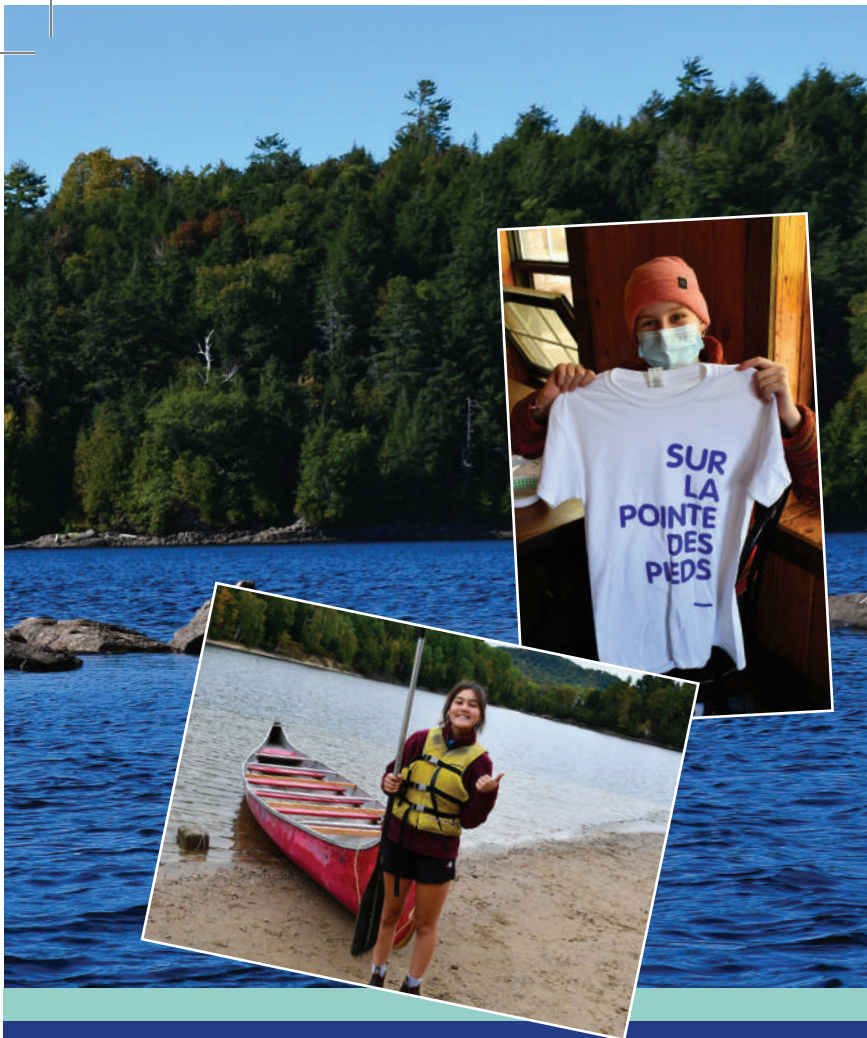
23 SEPTEMBRE - JOUR 2

(...) J'ai été encore une fois aujourd'hui émerveillée par la résilience qui se dégage de tous ces humains incroyables qui nous entourent. Hari a monté et descendu la colline sur laquelle notre campement est situé; lui qui, il y a un an, était en chaise roulante. Avec son équilibre précaire, une main sur sa canne et une autre sous son bras, il regardait le sommet, convaincu qu'il y arriverait, lentement mais sûrement. Quelle persévérance, et quelle conviction!

Et il y a aussi Zoe et Jillian, qui ont pris leur courage à 2 mains et qui ont été les seules à se baigner, un 23 septembre quand même! Et il y a Emma, calme et pensive, qui est si belle à écouter. Assise sur un rocher, elle me parle de son rêve de devenir neuro-radiologue... comme quoi notre passé façonne notre futur! Et Brandon qui sera peut-être son futur collègue, désirant quant à lui, devenir oncologue.



EXPÉDITION



25 SEPTEMBRE - JOUR 4

(...) Il y a ce petit quelque chose de spécial, ce je-ne-sais-quoi, dans le fait d'accepter de laisser aller. Ces êtres qui nous semblaient inconnus il y a 4 jours, sont aujourd'hui difficiles à laisser partir et à dire aurevoir. En même temps, il y a aussi cette chance dans le fait de ressentir de la nostalgie, comme si la tristesse laissait graduellement place à la reconnaissance des beaux moments, et aux souvenirs qui nous auront transformés et façonnés à tout jamais.

Dès la veille, alors que nous étions tous réunis autour de cette braise bien réconfortante, nous sentions cette atmosphère bien spéciale où nous voulions tous arrêter le temps, mais savions aussi qu'il fallait faire le grand pas vers la fin, pour laisser de l'espace à ce qui était à venir. Il faut beaucoup de courage pour accepter de laisser aller de si belles émotions, et faire confiance que le futur nous en apportera d'encore plus belles, surtout quand le passé nous a appris que la route est plutôt tumultueuse...



	DESTINATION :
	RÉSERVOIR DU POISSON BLANC, QC
	COORDONNÉES :
	N45.910388, O75.737072
	ACTIVITÉ :
	CANOT RABASKA
	PARTICIPANTS :
	10 JEUNES ÂGÉS
	ENTRE 14 ET 18 ANS
	PROVENANCE :
	AB, CB, QC, MB, ON

QUELQUES TÉMOIGNAGES

I loved everyday of this trip. These people I've only known for 10 days have become closer than some in 10 years. I love this group and I wouldn't trade anyone for anything. In conclusion, this foundation is pretty dope, 10/10, would recommend to cancer friend!

Andrei C.

Chaque fois qu'on était libre sur le terrain, on pouvait parler avec les autres personnes ayant vécu les mêmes choses, alors qu'on peut rarement dans la vie de tous les jours.

Zachary P.

I am really grateful that I got the chance to go on this trip and the sleeping outside was amazing. It was an amazing experience and I got to meet new people that had cancer but it was not weird if we did talk about our cancer and it was good to have people around that could relate.

Samuel R. G.

When life gets really busy, I stray further from myself and sometimes get lost. It feels like I'm not in control of my life and what goes on within it. This experience really made me feel more connected and in touch with myself physically, mentally, and emotionally. It helped me appreciate the past, stop worrying about the future, and stay in the present.

Zoe M.

TYPE :

EXPÉDITION ÉVASION AUTOMNE 2022



1^{er} AU 4 OCTOBRE 2022



EXTRAITS DE BLOGUE

1^{er} OCTOBRE - JOUR 1

(...) En soirée, on jase : Pourquoi vous êtes là? Pourquoi avoir tendu la main à la fondation? Je paraphrase : « J'avais besoin de vivre une expérience qui me rappelle qu'il y a une vie pleine de sens devant moi »; « Je veux apprendre à me connaître maintenant, à savoir qui je suis aujourd'hui; après ce diagnostic. » « Je veux reconnecter mon corps et mon esprit, afin qu'ils retrouvent la paix, l'harmonie, et qu'ensemble on travaille à ma rémission ». « J'ai beaucoup souffert de solitude avec la Covid et la maladie; j'espère rencontrer du monde qui vont vraiment, vraiment, me comprendre »; etc. À certains moments, les mots manquaient tellement les idées se bouscuaient dans les têtes, et les émotions dans les torsos. Les joues ont été humides ce soir.



EXPÉDITION

2 OCTOBRE - JOUR 2

(...) Le tout est entrecoupé d'un dialogue dans une langue qui m'est étrangère; chaque mot est chargé d'expérience et sonne comme mi-scientifique, mi-ésotérique. Ici et là entre deux autres histoires communes, le plus naturellement du monde, les participants et participantes élargissent sans le savoir les limites de mon ordinaire. Ça parle de craniotomie, de pleurésie, de myocarde, de demi-perruque (ça existe!), de cryothérapie, de port-à-cath (comprendre cathéter, rien à voir avec ton portefeuille ni Catherine de la fondation), de « petite » comme de « grosse » chimio, de rondes aussi, de Décadrons, de Taxol, de A-C, de mercaptopurine comme de méthotrexate...

3 OCTOBRE - JOUR 3

(...) Sur ce, aujourd'hui, j'ai été témoin d'un instant magique au sujet duquel je tiens absolument à témoigner. À un moment, l'une des participantes en a eu assez de se dépasser au-delà de toutes ses limites; c'était rendu moins l'fun, voire plus pentoute. Heureusement, un précieux visiteur est alors venu supporter l'équipe médicale et offrir sa plus douce médecine. Avec ses robes orange et noire un grand papillon s'est posé humblement sur le bout de son doigt et a su instantanément ramener le sourire et la lumière dans les yeux de l'évadée fatiguée, mais encore capable de contemplation. La nature, ça guérit, il n'y a pas de doute.

(...) Pour ceux et celles qui sont familiers avec les expéditions de la fondation, vous savez qu'on s'offre un cercle de paroles le dernier soir où tout le monde est invité à partager un mot pour décrire leur séjour. Je vous en fait cadeaux :



« Acceptation, Beau défi, Qualité, Lucidité, Lâcher prise, Renouveau, Sérénité, Humilité, Découverte, Reconnaissance, Amour, Inoubliable, Résolution, Douleur (mais la bonne), Termination/réussite. »

4 OCTOBRE - JOUR 4

(...) La brume sur le lac était tellement mystique que l'envie de se savonner a passé pour bien des évadés. La priorité semblait unanimement accordée aux beautés paysagères et cet état pur de l'âme qu'apporte l'art de la contemplation. On s'est tout de même mis en action pour pagayer les quelques coups qui nous séparaient du camp de base; c'était carrément magique de naviguer à travers les premiers rayons du jour, diffus par le brouillard léger.

(...) Subtilement, ils feront peut-être plus souvent des clins d'œil aux oiseaux, des « highs five » aux feuilles d'automne et des sourires au gazon. De petits instants de liberté urbaine, de connexion sans fil, accessible à celui ou celle qui détient le trousseau pour ouvrir son cœur à la simplicité de la gratitude. La nature, mère-médecine, nous accompagne tous et toutes maintenant.



	DESTINATION : RÉSERVOIR DU POISSON BLANC, QC
	COORDONNÉES : N45.910388, O75.737072
	ACTIVITÉ : CANOT RABASKA
	PARTICIPANTS : 6 JEUNES ÂGÉS DE 19 À 29 ANS
	PROVENANCE : QC, MB, ON
PRÉSENTÉ PAR	

QUELQUES TÉMOIGNAGES

J'ai été agréablement surpris, j'ai vraiment senti que le personnel était là pour les bonnes raisons. J'ai apprécié l'attention aux détails. Aussi, j'ai aimé comment les activités, jeux, discussions et l'attitude générale du personnel était adapté à notre groupe d'âge (je n'aime pas me faire traiter comme un enfant et j'aime conserver le peu d'autonomie qu'il me reste). Aussi, j'ai aimé qu'on me court après pour que je participe, ça fait du bien de voir qu'il y a des gens prêts à faire un effort de plus pour que je participe, ça monte un dévouement qui est inspirant.

Gabriel G.

I have so much love for this expedition and the members of the Foundation team. Dancing in the house and laughing with you guys at the end of the trip made me feel like my old self again. I felt whole, I felt love for myself as well as for you guys and I felt grateful to be alive. Thank you for all coming together to create this WONDERFUL experience.

Erika H.

LES AVENTURIERS DE 2022 VEULENT VOUS DIRE...

Everyone that joined us for this amazing trip is beautiful in its own way. I'm glad I chose to come here during the summer as it took my breath away. I'm sad as we are leaving each others' moments behind, but I'll remember it all my life.



Matthew B.



J'AI BEAUCOUP AIMÉ CETTE EXPÉDITION, ELLE M'A APPRIS PLUSIEURS CHOSE DONT FAIRE DU CANOT ET J'AI PU RENCONTRER DE NOUVELLES PERSONNES CE QUE J'AI BEAUCOUP AIMÉ. J'AI DÛ FAIRE PREUVE DE PERSÉVÉRANCE PUISQUE JE N'ÉTAIS PAS CAPABLE DE FAIRE DU CANOT AU DÉBUT, MAIS ON M'A MONTRÉ ET AVEC LE TEMPS J'AI PU RÉUSSIR.



JEANNE L.

I FEEL HAPPY TO GO BACK TO MY NORMAL LIFE BUT SO SAD BECAUSE I FEEL LIKE I'M LEAVING MY FAMILY, WHICH IS YOU GUYS. THOSE PAST FEW DAYS WERE AWESOME. MY LOVE FOR YOU PEOPLE IS NOW BIGGER THAN THE NUMBER OF MOSQUITO BITES I GOT.



MAXIME L.



This trip boosted my confidence and really let my true self shine. From the bottom of my heart, thank you for doing what you do and helping kids like me see the beauty of nature.



Andrei C.

HONESTLY, AMAZING ADVENTURE. IT FEELS LIKE I'VE KNOWN THESE PEOPLE FOR YEARS, AND IT'S ONLY BEEN 10 DAYS. I'M HAPPY RIGHT NOW TO BE GOING HOME, I MISS MY DOG AND FAM AND FRIENDS, BUT AT THE SAME TIME, I NEVER WANT TO LEAVE. AWESOME GROUP. AWESOME FOOD. AWESOME EXPEDITION.

JACK G.



L'expédition a tout changer pour moi. Elle m'a permis en quelque sorte de recharger mes batteries intérieures. Comme un nouveau départ, avec un nouveau regard. D'accueillir d'une nouvelle façon les mauvaises nouvelles. Et de repartir avec un regard nouveau sur ce qui m'attend. Merci encore mille fois, du fond du cœur. La fondation a positivement changé ma vie et mon parcours jusqu'ici parsemé d'embuches dans le monde du cancer.



Maude T.



This expedition helped me to inspire my regular life, reminding me about the positives and hoping to change some parts that I have control over.



Eleri T.

J'ai adoré l'ouverture d'esprit et l'écoute de chacun des participants sur les parcours différents de chacun des candidats. J'ai senti que pour certaines personnes se sentir écouté était vraiment quelque chose qu'ils n'avaient pas au quotidien et dont ils avaient grandement besoin. En gros je dirais que c'était tout simplement beau, sans cell, sans réseaux sociaux et dans l'amour de la vie malgré tout ou plutôt grâce à tout, qui sait...



Maude P.

TÉMOIGNAGES



IT BROUGHT ME PEACE AND ADVENTURE AND FRIENDSHIP. I HAVEN'T BEEN ABLE TO EXPERIENCE THOSE IN A WHILE. I FELT LIKE I WAS STUCK IN A LOOP OF EITHER BEING AT HOME OR AT THE CLINIC AND THIS TRIP REALLY HELP ME ENJOY MYSELF FOR THE FIRST TIME IN A WHILE.



IAN S.

Thank you for giving me access to such an amazing experience. This trip taught me so many skills and friendships. I will never forget the memories I made. I hope many more kids are given the chance to experience such a fun expedition.



Cooper R.

Vous m'avez redonné envie de vivre pleinement et de savourer chaque petite douceur que la vie m'offre. Maintenant chaque matin à mon réveil, je me referme les yeux, j'arrive encore à sentir la chaleur du soleil sur mon visage quand nous étions sur l'eau, et je me dis qu'aujourd'hui sera une magnifique journée. Merci du fond du cœur.



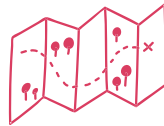
Maude T.

It was truly eye and soul opening. Looking back, this expedition allowed me to really reconnect with who I am as a person and really start to heal those scars that have been built up over the years.

Christopher M.



Nous avons partagé en groupe ce que nous avons vécu brièvement en lien avec le cancer, mais on en a parlé davantage entre participants. C'était très touchant et rassurant de voir que je n'étais pas le seul à me sentir ainsi sur le cancer.



Maxime L.

Le dynamisme inspirant des facilitatrices, l'écoute douce de notre infirmière, les attentions de notre médecin et le sourire de notre intervenante m'ont apaisé. La nature, finalement, ne déçoit jamais quant à sa capacité à me faire soupirer d'émerveillement. En d'autres termes, tous les ingrédients pour un baume pour l'âme étaient réunis. Avec du recul, lors de cette expédition j'ai appris à mieux connaître mes limites, surtout. J'ai aussi été inspirée par les personnes que j'ai rencontrées.

Stefany D.



THIS EXPERIENCE WAS AMAZING. I FEEL STRONGER, MORE CONFIDENT, AND POWERFUL AFTER EMBARKING ON THIS EXPEDITION. I'M SO GLAD I GOT TO MEET OTHERS WITH SIMILAR EXPERIENCES TO ME.



ILLYRIA V.



Double Défi

des deux Mario

RioTinto

Le Double défi des deux Mario est un événement bien spécial 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. Ceux-ci 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 d'aventure thérapeutique.

Le DD2M est né de la rencontre de deux aventuriers, Mario Bilodeau et Mario Cantin. Deux hommes au cœur 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.

Après une édition 2021 « à la maison », nous avons bon espoir que l'édition 2022 serait celle du retour sur les glaces... Or, la révision des conditions socio-sanitaires de janvier 2022 nous a malheureusement forcé à poursuivre avec une deuxième année à distance. Au final, les deux Mario ont arpenté le lac St-Jean seuls, chacun dans leur tente.

Chaque participant a donc été 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.

La généreuse contribution de notre partenaire Rio Tinto et les 84 personnes ayant pris part à l'événement à distance auront permis d'amasser près de 150 000\$.

LES CAMPAGNES DE FINANCEMENT



CRYO

Courses sur le Lac



Présenté par Airmedic, les Courses CRYO constituent un événement véritablement unique en son genre au cours duquel nous offrons la chance à des sportifs confirmés d'effectuer une traversée hivernale du lac St-Jean. C'est ainsi que plus de 200 coureurs à pied et cyclistes se sont unis pour braver cette mer de glace le 19 février 2022.

Trois épreuves étaient au programme en 2022 : deux épreuves de course à pied soit La Traversée, présentée par Arc'teryx (33km) et la Micro-CRYO (13km), de même qu'une épreuve de fatbike (33km), La Fat-Lac! (33km), présentée par Devinci.

Nous avons également profité de l'occasion pour tester en mode projet pilote une épreuve de ski de fond qui sera au programme dès l'hiver 2023... Les fondeurs qui ont goûté à cette traversée singulière sont unanimes : il est impératif d'ajouter cette épreuve au programme des Courses CRYO!

Les efforts concertés des participants ont permis d'amasser plus de 310 000\$ au bénéfice des jeunes atteints du cancer. Du reste, nous ne pouvons passer sous le silence l'impressionnante bravoure des bénévoles présents à l'édition 2022. En effet, ceux-ci ont été sollicités pour le soutien et subséquemment le transport des nombreux athlètes qui, devant des conditions météorologiques très difficiles, ont fait le choix d'arrêter au bon moment dans l'un ou l'autre des points de ravitaillement qui ponctuent l'itinéraire.

La prochaine édition des Courses CRYO se déroulera le 24 février 2024 et comportera une nouvelle épreuve de ski de fond. Au plaisir de vous voir au Lac!



Célé- brons la VIE

Après une pause forcée de 2 ans, c'est avec une joie indescriptible que nous avons pu renouer avec la tradition! L'événement Célébrons la vie a effectué un retour en force le 23 novembre 2022. Cet événement unique et festif s'est déroulé dans l'univers musical anglais avec le spectacle Britishow. Le comédien André Robitaille en assurait l'animation, en compagnie de Loryanne Côté, ancienne participante d'expédition d'aventure thérapeutique en vedette dans le documentaire « La vie devant moi ».

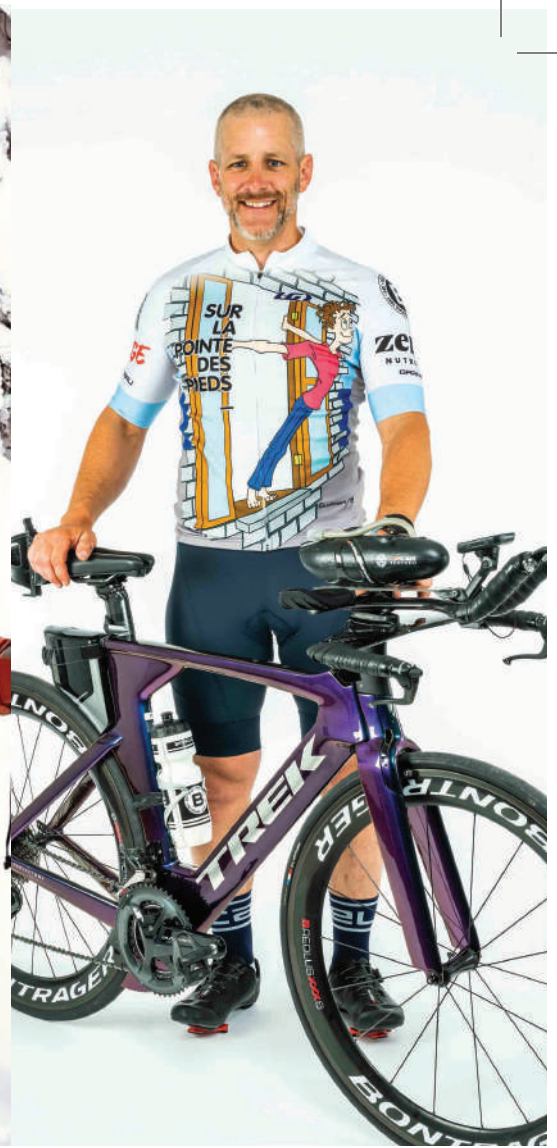
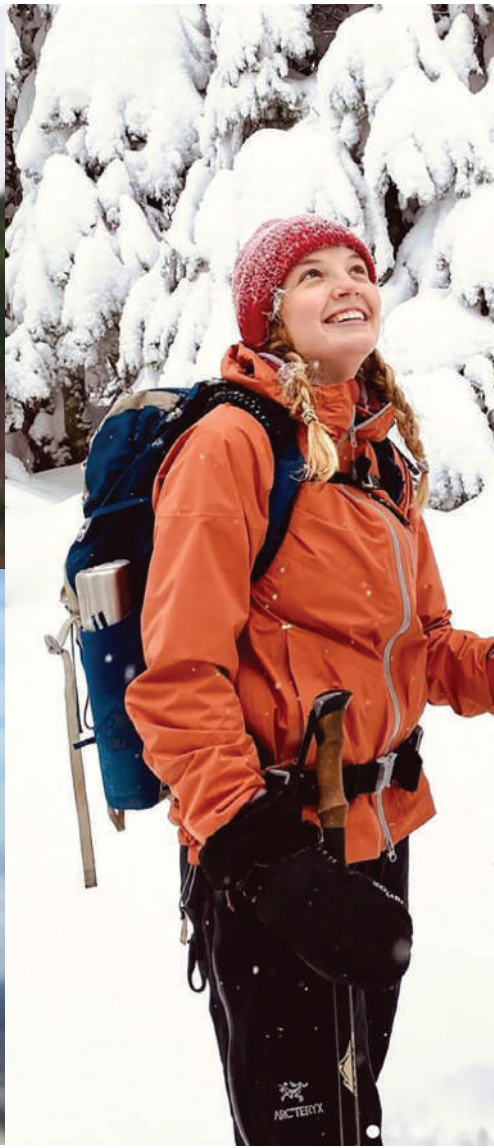
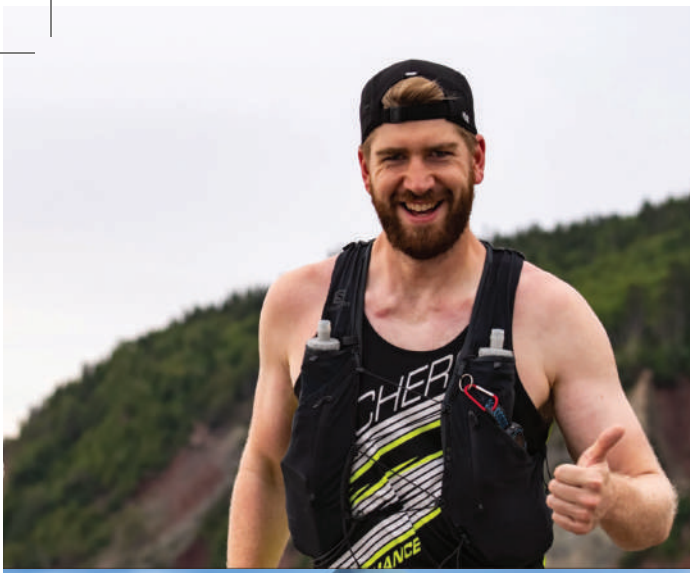
Les gens d'affaires du grand Montréal s'étaient donné rendez-vous afin de supporter la mission de la fondation Sur la pointe des pieds. La présence de ceux-ci est due au travail acharné de notre équipe d'ambassadeurs qui, année après année, font valoir notre organisation auprès de leurs proches et sollicitent leur contribution. Nous

leur sommes hautement redevables et tenons à remercier chaleureusement François Veillet, Marc-André Blais, Denis Le Vasseur, Pierre Marcoux et Justine Delisle pour leur travail remarquable.

Grâce à la générosité sans borne de nombreux donateurs et la précieuse implication bénévole de nos Ambassadeurs, plus de 260 000\$ furent amassés.

L'invitation est lancée pour la prochaine édition! C'est donc un rendez-vous pour la dix-septième édition en novembre 2023!

LES CAMPAGNES DE FINANCEMENT



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. Ensemble, ils ont levé plus de 50 000\$ en 2022 :

Christophe Bristiel

100 ascensions du Mont Ventoux à vélo en un an, une première mondiale!

Simon Dravigné

700 km de vélo entre Saguenay et St-Jean-sur-Richelieu en une journée

Charles Martin

105 km de course à pied entre St-Hyacinthe et St-Albans

Charlotte Huebner

4200 km de randonnée pédestre sur la Pacific Crest Trail

Le Club 3A compte actuellement une douzaine de membres actifs et nous espérons que de nombreux aventuriers se joindront à eux.

Déjà bon nombre de projets sont dans les cartons pour 2023 : tour du lac St-Jean en trottinette en moins de 48 heures, un Everesting en raquettes (cumul de 8848 mètres de dénivelé, en continu...), 100km de ski en 24 heures, 160km de course à pied en plein désert...

Vous avez un projet sportif d'envergure en tête? Il nous fera plaisir d'en jaser avec vous...

DE GÉNÉREUX DONATEURS ET COMMANDITAIRES



MERCI !

10 000 \$ ET PLUS

KOA Care Camps	26 000 \$
Anonyme	25 000 \$
Fondation CHU Ste-Justine	25 000 \$
Pomerleau	25 000 \$
Power Corporation	25 000 \$
Rio Tinto	25 000 \$
Air Medic	22 000 \$
Fondation Air Canada	22 000 \$
Fondation Cogir	22 000 \$
Fondation J.A. Bombardier	20 000 \$
Fondation Jean-Louis Lévesque	20 000 \$
Fondation Clément Paillé	15 000 \$
MRC Domaine du Roy	15 000 \$
TC Transcontinental	15 000 \$
Ville de Roberval	15 000 \$
Cogeco	10 500 \$
André Desmarais	10 000 \$
Clarins Canada	10 000 \$
Fondation Charitable Richter	10 000 \$
Fondation Famille Zeller	10 000 \$
Fondation Lise et Richard Fortin	10 000 \$
RBC Banque Royale	10 000 \$



ENTRE 5 000 \$ ET 9 999 \$

Arctéryx	8 900 \$
MRC Lac-St-Jean-est	8 000 \$
Municipalité St-Gédéon	7 500 \$
CIBC - Fondation pour l'enfance CIBC	7 000 \$
Corporation Fiera Capital	7 000 \$
Fondation Huguette et Jean-Louis Fontaine	6 000 \$
André Couture	5 000 \$
Arnaud Bellens	5 000 \$
Brigitte Brunet Avocats Inc.	5 000 \$
Capinabel inc.	5 000 \$
Cascades	5 000 \$
CGI	5 000 \$
Development Ocht Ltd	5 000 \$
Elkem	5 000 \$
Fondation Bon Départ	5 000 \$
Fondation Linoit	5 000 \$
GFT Canada	5 000 \$
Groupe Banque TD	5 000 \$
Groupe Contex	5 000 \$
Julie Couture	5 000 \$
Leslie Raenden	5 000 \$
Martin Coulure	5 000 \$
Olivier Desmarais	5 000 \$
Peter Kruyt	5 000 \$
Phoenix Partner	5 000 \$
TFI International (Transforce)	5 000 \$
The Wells (DL&K) Family Fund	5 000 \$

ENTRE 2 000 \$ ET 4 999 \$

Cycles Devinci	4 000 \$
Fondation Famille Mongeau	4 000 \$
Corporation d'investissement Sanpalo	3 500 \$
Brigitte Nepveu Avocate inc.	3 000 \$
Fondation Henrichon Goulet	3 000 \$
Produits forestiers Résolu	3 000 \$
Anonyme	2 500 \$
Élyse Marcoux	2 500 \$
Fonds Patrick Foley de la Fondation du Grand Montreal	2 500 \$
Greg Tretiak	2 500 \$
Produits BCM	2 500 \$
The Joseph Neufeld family foundation	2 500 \$
Boutique Ultraviolet	2 000 \$
Christine Knauf	2 000 \$
Echo Aviation Leasing	2 000 \$
Groupe Mercille inc.	2 000 \$
Mike Elrick Tribute	2 000 \$
Piere Coiteux	2 000 \$



ENTRE 1 000 \$ ET 1 999 \$

Catherine Boyer	1 500 \$
Micro du Lac	1 300 \$
Microbrasserie Beemer	1 300 \$
Tasso Lagios	1 200 \$
Le Quotidien	1 100 \$
Anonyme	1 000 \$
Anonyme	1 000 \$
Ben-Jac CAPITAL INC	1 000 \$
Blake, Cassels & Graydon LLP	1 000 \$
Chades & associés inc.	1 000 \$
Constructions Proco Inc.	1 000 \$
Darren Markland and Julia Ackland Snow PC	1 000 \$
David H. Laidley Foundation	1 000 \$
DOREL Industries Inc.	1 000 \$
Famille Richard Boucher	1 000 \$
Fondation Pierre et Gisèle Laberge	1 000 \$
Groupe financier PEAK	1 000 \$
G-Soft	1 000 \$
Jane and Lawrence Plotnick Fund	1 000 \$
Kairos Global	1 000 \$
KRB Avocats	1 000 \$
Luc Jobin	1 000 \$
Lucie Hamel	1 000 \$
Malette S.E.N.C.R.L..	1 000 \$
Michel Johnson	1 000 \$
MSA FINANCIAL	1 000 \$
Paul Desmarais III	1 000 \$
Philippe Collins-Fekete	1 000 \$
Sandalwood Management Canada	1 000 \$
TradelogiQ	1 000 \$
Ubisoft Saguenay	1 000 \$

MOT DE LA TRÉSORIÈRE

Pour son exercice financier se terminant le 31 décembre 2022, la fondation Sur la pointe des pieds a inscrit un excédent des produits sur les charges de 130 626\$. Cet excédent exceptionnel est en bonne partie dû à l'annulation de la Grande expédition d'hiver 2022 pour cause de pandémie.

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

*Guyline Duval, FCPA, FCA
Trésorière*



LES COÛTS D'UNE EXPÉDITION

Changer la vie d'un jeune atteint du cancer : à quel coût?

On nous pose parfois la question : combien coûte une expédition? Il nous fait toujours plaisir d'y répondre. Entre 90 000\$ et 125 000\$.

De prime abord, il faut savoir que si l'expédition est le principal vecteur de notre intervention, cette dernière se déploie longtemps en amont et en aval. Il nous arrive même d'interagir avec nos participants pour une durée allant de 8 à 10 mois.

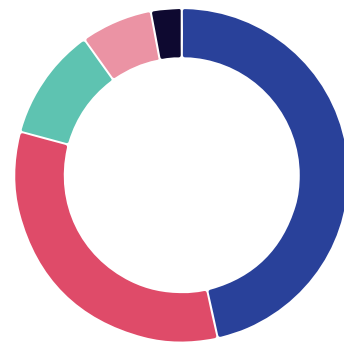
En effet, nous prenons le temps de bien connaître et comprendre les jeunes avant leur arrivée en expédition. Les échanges prennent plusieurs formes : appels téléphoniques, sessions vidéo individuelles et en groupe, réflexions personnelles des participants qu'ils mettent ensuite par écrit, etc. Le personnel soignant des jeunes fait également partie de nos interlocuteurs.

Suite à l'expédition, des rencontres de suivi sont au programme, question de favoriser la durabilité des bénéfices encourus lors de l'expédition. Des échanges ont également lieu avec les proches des participants, parfois de manière brève, parfois de manière plus étendue lorsque requis.

Il y a de cela quelques années, nous avons déterminé que ce processus représentait un investissement d'environ 5 000\$ dans l'avenir de chacun de ces jeunes. Force est de constater que la dynamique économique qui prévaut nous amène à revoir ce montant à la hausse pour se porter à 7000\$ voire 9000\$ dans certains cas.

Un fait demeure : que ce soit 5, 7 ou 9 000\$, nous nous permettons de croire que c'est très peu cher payé pour changer à jamais la vie d'un jeune atteint du cancer...

Merci d'y croire avec nous.



- Logistique
- Encadrement
- Équipement
- Repas
- Administration / Divers

LES GENS

OFFICIERS 2022

PRÉSIDENT

PHILIPPE TRUDEAU

*Président directeur général
AG NATURAL HEALTH*

VICE-PRÉSIDENT EXÉCUTIF

François Veillet - Cofondateur

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

VICE-PRÉSIDENT SECRÉTAIRE

Mario Bilodeau - Cofondateur

*Professeur retraité
Unité d'enseignement en intervention plein air - UQAC*

TRÉSORIÈRE

Guyline Duval

*Directrice des programmes de cycles
Supérieurs en sciences comptables
UQAC*

ADMINISTRATEURS 2022

**Mario Bilodeau, Ed. D
Cofondateur**

*Professeur retraité
Unité d'enseignement
en intervention plein air - UQAC*

Marc-André Blais, C.A. CPA

*Président
Alter Ego Capital et Génération 4*

Frédéric Boucher, LL.B.

*Vice-président, Affaires juridiques
Kruger Énergie*

Mario Cantin, B. Sc.

*Vice-président, Ventes et distribution
Banque Nationale Assurances*

Justine Delisle

*Associée
Richter*

Guyline Duval, M. SC, FCPA, FCA,

*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*

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, MBA

*Président
Services-conseils Pierre Malo inc*

Marie-Hélène Marcoux, LL.B.

*Avocate
Brigitte Brunet, avocats*

Pierre Marcoux, MSJ

*Président
Groupe Contex*

J. Craig Miller, B.A.

*Président
Sigvaris*

Philippe Trudeau, B.A.

*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.

*Président,
Weyco Group Canada*

COMITÉ MÉDICAL AVISEUR 2022

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

Stéphanie Vairy

PERMANENCE 2022

DIRECTEUR GÉNÉRAL

J-Charles Fortin, MGP

CHARGÉS DE PROJETS

Catherine Provost, B. Sc.

Marie-Michelle Paradis, M. Env., DESS INA

Julien Choquette Daigneault, B. Éd., DESS INA

ADMINISTRATION

Claire Grenon

Karine Tremblay



DES BÉNÉVOLES AU CŒUR D'OR

Un véritable privilège : certains de nos administrateurs sont en poste depuis plus de 20 ans! C'est dire tout l'attachement dont ils font montre...

Les co-fondateurs Mario Bilodeau, François Guillot et François Veillet de même que Linda Hershon ont tellement donné...

En marge d'une vie déjà bien remplie, ils ont tous participé à plus de 100 rencontres de conseil d'administration et comités de travail, voire plus de 300 dans certains cas. Certains ont accompagné une quarantaine d'expéditions sur le terrain. D'autres ont créé de toutes pièces des levées de fonds et ont amassé des millions de dollars au fil des ans. Et c'est sans compter leur écoute bienveillante lorsqu'un membre de l'équipe a besoin d'un conseil...

Ils ont toujours été là pour l'organisation, mais surtout, toujours été là pour les jeunes atteints du cancer.

Leur implication est sans commune mesure...

C'est avec fierté et gratitude que nous les présentons en ces pages.

Du fond du cœur, un grand merci!





LES ARTISANS DU RAPPORT ANNUEL 2022

RÉDACTION

- Marie-Hélène Beaudry
- J-Charles Fortin
- Amélie-Ann Pellerin-Leblanc
- Louis-Étienne Provost
- Philippe Trudeau

PHOTOS

- Marie-Hélène Beaudry
- Daniel Fafard
- J-Charles Fortin
- LeYan Goyette
- Sarah Louise Latour
- Benjamin Martinet
- Jonathan Martinet
- Amélie-Ann Pellerin-Leblanc
- Louis-Étienne Provost
- Yves Taschereau
- Karine Tremblay

GRAPHISME ET MISE EN PAGE

- Philippe Jobin

IMPRESSION

- TC Transcontinental



RIVIÈRE MISTASSINI - AOÛT 2022

**SUR
LA
POINTE
DES
PIEDS**



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

Imprimé gracieusement par TC Transcontinental