

# SUR LA POINTE DES PIEDS

RAPPORT ANNUEL 2023



VOIR PLUS LOIN QUE L'HORIZON,  
ENSEMBLE.



RIVIÈRE SPANISH - JUILLET 2023

# 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.

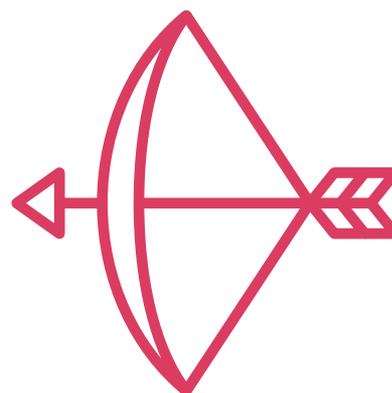
# NOTRE VISION

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 2023...	4
Les expéditions	6
Quelques témoignages...	16
Les campagnes de financement	18
De généreux donateurs et commanditaires	22
État des résultats	24
Les gens	25



## MOT DU PRÉSIDENT



Chers collaborateurs, partenaires, participants, donateurs et amis de la fondation,

Incroyable comme le temps passe vite! Il me semble que je viens tout juste de vous écrire pour vous parler de notre année 2022. Certains diront que le sentiment du temps qui file rapidement démontre de notre intérêt pour nos engagements. Je vous confirme que mon sentiment d'appartenance et de fierté pour cette fondation demeure grandissant. Comment ne pas être ému devant les multiples témoignages des participants et de leurs parents? Témoignages qui confirment à quel point leur expérience d'expédition a changé leur vie. La science a clairement conclu qu'un séjour dans la nature a des effets thérapeutiques au-delà du simple plaisir ressenti.

J'ai récemment eu la chance de rencontrer chaque membre de la permanence de la fondation lors de ma visite au bureau de Chicoutimi et j'ai pu constater leur grand dévouement et attachement à la fondation. Je les admire et les remercie du fond du cœur pour leur acharnement et leur passion pour la cause. Derrière une excellente équipe se trouve un excellent leader. En Jean-Charles Fortin, notre DG, nous avons un homme d'exception qui est autant à l'aise dans la nature que dans une salle de réunion. Merci pour tout JC!

Finalement, j'aimerais remercier tous nos donateurs à travers le Canada. Nous sommes très reconnaissants de votre générosité. Sans vous, il n'y aurait pas de fondation.

Nous avons des grandes ambitions pour 2024 dont la construction d'un endroit physique afin de regrouper sous un même toit l'ensemble de nos équipements utilisés pour nos expéditions. Il s'agit d'un projet d'envergure pour notre organisation qui aidera à améliorer notre efficacité, améliorera l'expérience de notre équipe au travail et aura même un impact sur la qualité de nos programmes d'intervention.

Merci encore mille fois à tous les gens qui sont associés de proche ou de loin pour assurer le succès de cette merveilleuse fondation et sachez que nous restons engagés à notre objectif premier de tout faire pour s'assurer que les jeunes atteints du cancer soient inspirés à surmonter ce qui leur paraît impossible.

**PHILIPPE TRUDEAU, B.A.**  
*Administrateur de sociétés*

## MOT DU DIRECTEUR GÉNÉRAL



«Retrouver une situation favorable, après une période de difficulté». C'est ce que propose le Robert dico en ligne pour le terme «rebondir». C'est aussi l'image qui me vient en tête lorsque j'analyse de manière rétrospective l'année 2023.

Personne n'a oublié la complexité qui a marqué les 3 années précédentes. Surtout pas notre équipe qui a dû créer de toutes pièces de nouveaux programmes d'intervention ou ajouter des volets hautement créatifs à nos activités de financement. Les jeunes atteints de cancer ne sont pas en reste, devant alors composer avec un univers pandémique alors que leur système immunitaire est à plat.

Mais surtout, nous avons observé que vous, qui lisez ces lignes, avez été au rendez-vous. Tout au long de cette difficile période et aussi lors du retour à la normale que fut 2023, vous avez manifesté votre indéfectible soutien aux jeunes atteints du cancer.

Avec comme résultat que 2023 fût une année record.

L'implication et la générosité de gens tels que vous ont permis d'offrir plus de 5000 heures d'intervention lesquelles ont été déployées dans le cadre de 5 expéditions d'aventure thérapeutiques. Vous avez permis à nos levées de fonds de connaître un succès tel qu'il a été possible de faire l'acquisition de matériel dont nous avions grandement besoin depuis fort longtemps, tant en ce qui a trait aux expéditions qu'à l'équipement de bureau. De plus, vous nous avez permis de nous lancer avec assurance dans un projet de construction de Camp de base logistique qui devrait se concrétiser sous peu.

L'année 2023 fût également une année de nouveautés, notamment avec l'ajout d'un programme d'intervention pour les 30-39 ans, fruit d'un projet pilote que nous avons mené en 2021, lequel avait par ailleurs remporté un prix d'excellence du Ministère de la Santé et des Services sociaux. Grâce à vous, des jeunes atteints du cancer de tout âge auront dorénavant l'occasion d'une vie changée.

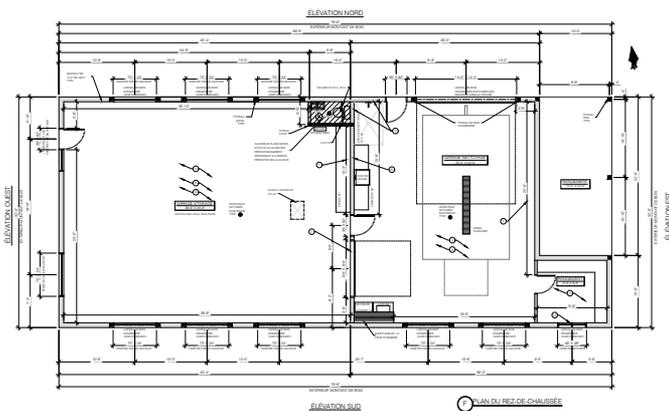
L'année 2024 est déjà bien lancée et, confiants de votre appui renouvelé, nous poursuivrons notre mission de changer la vie des jeunes atteints du cancer. Merci du fond du cœur d'y croire et de la rendre possible.

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

# QUELQUES BONNES NOUVELLES DE 2023...

## UNE PREMIÈRE CAMPAGNE MAJEURE

La fin de l'année 2023 été marquée par le lancement de la toute première campagne majeure de l'histoire de notre organisation. La raison? Financer la construction d'un Camp de base logistique! Le bâtiment sera construit sur un terrain qui nous a été généreusement légué, adjacent à nos nouveaux bureaux. Il servira à la fois d'atelier de préparatifs et de retours d'expédition, de local d'entreposage de matériel de plein air et de lieu d'accueil pour les groupes qui de jeunes lors que l'occasion se présente. Un projet hautement stimulant pour toute l'équipe!



## UN DÉMÉNAGEMENT

Comme bien des gens, nous avons profité du mois de juillet pour déménager nos bureaux... Nous avons quitté les locaux que nous occupions depuis plus de 20 ans pour emménager dans un magnifique édifice lové entre un riche boisé et la rivière Saguenay. Il s'agit d'un ancien couvent reconverti en espaces à bureaux, désormais propriété de la Coopérative de Solidarité et de services à domicile du Saguenay, qui nous a par ailleurs légué un terrain adjacent pour la construction de notre Camp de base logistique. On hésite encore à savoir ce que nous préférons : la chapelle transformée en gym ou bien le réseau de sentiers en forêt accessibles directement depuis nos bureaux?



## UNE MISE À JOUR TECHNO

Le déménagement de nos bureaux nous a également amené à rafraîchir certains de nos outils de travail... Jusqu'à tout récemment, nous disposions d'un serveur NAD âgé de 8 ans, d'une station d'impression qui était en fin de vie après 13 ans de services et d'un système Wi-fi tellement vieux qu'on a oublié de quelle année il datait...

Accompagné d'un bénévole lui-même architecte TI, nous avons donc procédé à une analyse de nos besoins puis à l'implantation de technologies. Un chantier un brin effrayant, parfois éprouvant, mais ô combien satisfaisant une fois complété!

# UN AUTRE PAS EN DÉVELOPPEMENT DURABLE

Nous avons profité de l'édition 2023 des Courses CRYO pour réaliser un diagnostic permettant de nous positionner à l'égard des standards d'organisation d'événements écoresponsables.

Approvisionnement, sélection des aliments, retombées socioéconomiques de même que gestion du matériel, de l'énergie, des matières résiduelles, des moyens de transport et bien d'autres ont été passés au peigne fin. Résultat? On ne se débrouille pas si mal après tout!

Des améliorations ont déjà été implantées pour l'édition 2024 et d'autres sont à suivre en 2025, tant pour les Courses CRYO que pour nos autres événements et nos expéditions.



## ON RAYONNE!

Plusieurs s'entendent pour dire que les balbutiements de l'Intervention par la nature et l'aventure (INA) remontent à plus d'un siècle. Il n'en demeure pas moins que, encore de nos jours, l'efficacité de cette approche gagne à être davantage connue. C'est pourquoi nous répondons par la positive lorsque nous sommes invités à faire connaître l'impact du travail de notre équipe et aussi faire connaître les bénéfices de l'INA. Il peut s'agir d'explorer les éléments actifs et les bénéfices potentiels d'une intervention par la nature et l'aventure pour une clientèle donnée, d'exposer les résultats d'un projet de recherche portant sur l'un de nos programmes d'intervention, de sensibiliser les professionnels de la santé à la pertinence de l'INA ou de simplement présenter l'offre de services de notre organisation. Voici les plateformes qui nous ont permis de rayonner en 2023 :

### Réseau de recherche en santé des populations du Québec

Qualaxia | 29 mars

Nature, plein air et santé mentale : tour d'horizon des données probantes et initiatives inspirantes

### Colloque annuel de l'Association québécoise des infirmières en oncologie

AQIO | 28 avril

CONNEXION - Projet d'intervention d'aventure thérapeutique par la pêche à la mouche auprès de jeunes adultes atteints de cancer

### Congrès annuel de l'Association francophone pour le savoir

ACFAS | 11 mai

L'intervention psychosociale en contexte de nature et d'aventure auprès d'adolescents et de jeunes adultes atteints de cancer

### Colloque annuel Palli-aide

12 octobre

L'intervention psychosociale en contexte de nature et d'aventure auprès d'adolescents et de jeunes adultes atteints de cancer

TYPE :

# GRANDE EXPÉDITION D'HIVER 2023 [19-29 ANS]



MARS 2023

## EXTRAITS DE BLOGUE

### JOUR 2 - 13 MARS 2023

(...) Arrivé au campement, le réel travail ne fait que commencer. Heureusement, le groupe semble encore déborder d'énergie. J'ai vu Ben carrément sauter dans le sentier pour aller chercher du matériel de groupe à transporter; en gambadant, il me partage aimer le défi! Je me demande si son «boost» est en lien avec la gomme de sapin récoltée à même l'écorce que Nicolas lui a fait déguster plus tôt aujourd'hui! Lui, il a littéralement «gouté» au territoire et cette médecine semble lui faire le plus grand bien. Momo, pour sa part, me demande ce qu'il faut pour être bénévole avec la fondation, il aimerait s'impliquer dans l'avenir.

Donc, je disais, le vrai travail : les troupes sont divisées en trois équipes. La première montera la dernière tente, la seconde gèrera le sapinage à installer au sol afin d'offrir confort et arôme à nos châteaux de toile et la troisième, affectueusement nommée la «poo-team», aura l'honneur d'organiser le système toilette de brousse : un trône «à solides» aux côtés d'un trône «à liquides», le tout bien cachés derrière un mur de neige.

### JOUR 3 - 14 MARS 2023

(...) Les partages sont vraiment riches et doux. Parmi les étoiles nommées, je retiens :

«Le moment où je me suis effondré dans la neige après la longue marche d'aujourd'hui, j'étais épuisé et je me sentais accompli.»

«Pendant la marche aujourd'hui, j'ai eu le temps d'avoir de belles et longues conversations profondes avec différentes personnes; je me sens honorée par chacun de ces partages, je ne les prends pas pour acquis.»

«La fois où on a juste simplement relaxé en gang au gros soleil en fin d'après-midi, après l'intense atelier de survie.»

«Me réveiller à la douce musique du banjo; pas d'alarme ni de rush.»



# EXPÉDITION



## JOUR 4 - 15 MARS 2023

(...) J'assiste à des mises à nu quasi-totale, plus rien de subtil, juste du vrai, de l'enfouie qui ressort, qui ventile. J'observe des mains qui se tendent, des doigts serrés, des frissons qui traversent les corps, j'imagine de la chair de poule. Je vois des bras qui s'étendent par-dessus les épaules, des têtes qui acquiescent en écoute active, des câlins de plusieurs minutes.

(...)

Ce qui m'a particulièrement touché, c'était quand les jeunes se répondaient l'un à l'autre, quand ils disent des choses comme : «ce que tu vis ça me mouille les yeux, parce que ça me fait penser à mon histoire». Des «Je te comprends tellement». Quand ils se rassurent, s'encouragent, se disent que telle ou telle est réaction ou pensée est correcte, est normale. Aussi quand certaines ou certains se donnent en exemple pour propager un message d'espoir et de force. «You can do it! Tu peux vivre une belle vie, remplie, comme moi j'arrive maintenant à le faire : t'es capable». Ce genre de connexion, ça me donne des frissons, ça me rend sincèrement reconnaissante envers ce moment tellement fort et important pour elles et eux...



DESTINATION :  
**SEIGNEURIE  
DU TRITON, QC**

COORDONNÉES :  
48°26'27.364"N, 71°5'48.226"O



ACTIVITÉ :  
**RAQUETTES**



PARTICIPANTS :  
**14 JEUNES ÂGÉS ENTRE  
19 ET 29 ANS**

PROVENANCE :  
**AB, CB, QC, ON, YT**

## QUELQUES TÉMOIGNAGES

J'ai vraiment apprécié l'expérience du cercle de discussion à propos de notre expérience avec le cancer. Entendre les différents témoignages m'aura permis de constater que nous avons tous vécus des moments difficiles par rapport à la maladie. La discussion aura été chercher des émotions enfouies en moi depuis 7 ans. Une délivrance. L'expérience humaine et émotionnelle la plus véritable et révélatrice que j'ai vécu jusqu'à présent. Ce fût une véritable révélation! Je ne vous remercierai jamais assez ! Je ne vous oublierai jamais !

David R.

Cette expédition m'a apportée de la confiance en mes capacités, des nouvelles relations d'amitiés très importantes pour moi, du dépassement de soi, un moment pour prendre le temps de prendre le temps et déconnecter de la vie rapide qui n'arrête jamais d'arrêter. Je suis aussi vraiment reconnaissante d'avoir rencontré et passé du temps exceptionnel avec des personnes qui comprennent ma réalité.

Nadine M.

One of the most meaningful experience of my entire life!

Dillan M.

TYPE :

# EXPÉDITION ÉVASION PRINTEMPS 2023 [30-39 ANS]

 MAI 2023



## EXTRAITS DE BLOGUE

### JOUR 1 - 25 MAI 2023

Ça commence par la mise en place des premières étapes de l'évasion : rendre les téléphones cellulaires, sortir de la ville, accepter de faire confiance au processus, accepter la nouveauté. Ce sont plusieurs étapes vers un état de lâcher-prise qui permettront aux participants de s'évader du quotidien et tirer profit de cette expérience.

Hier et ce jeudi matin, on les accueille à Montréal. Ce midi, une dernière participante rejoint le groupe, en marge du lunch généreusement offert par la rôtisserie St-Hubert de Gatineau.

(...)

À l'arrivée à la base de Plein-air Air-Eau-Bois, un premier défi se dresse à l'horizon : les insectes piqueurs, affectueusement surnommées les mouches. Elles sont présentes, très, très présentes. Accompagné des bourdonnements de nos nouvelles amies, le groupe a droit à une présentation de l'équipement nécessaire puis se dirige au bord de l'eau pour y vivre une initiation au rabaska, ce légendaire grand canot, moyen de transport à la fois traditionnel d'un point de vue culturel et nouveau genre pour les participants.

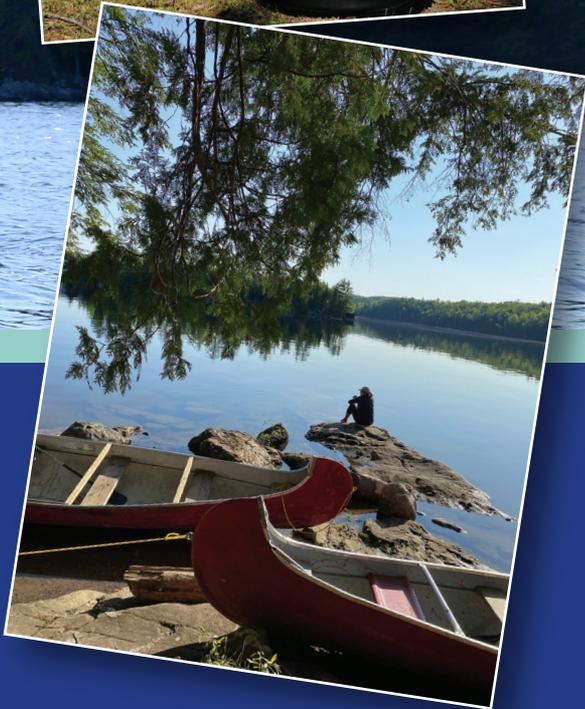
### JOUR 3 - 27 MAI 2023

Après un déjeuner de reine constitué de burritos matin servis sur des nappes de fête, Marie-Ève propose aux participants de prendre un moment de connexion avec le milieu. Il est convenu de choisir un arbre avec qui converser et réfléchir à un objectif ou une intention pour la journée à venir. Les participants se sont par la suite jumelés en équipe de deux afin de présenter leur arbre à un partenaire.

Le groupe met par la suite le cap vers Los Palmos, sous un soleil d'été et sur une mer d'huile. Anna et Amanda ont pris les rênes des rabaskas en agissant en tant que barreuses durant l'avant-midi. Après la pause dîner/repos, Annie et Mélissa prennent la barre des rabaskas. La bourgade file ainsi sur un autre 6km vers la pointe du Natjelaime qui sera atteinte vers 16h. Plusieurs en profitent pour se baigner. L'eau était encore plutôt froide, mais ça n'a pas ralenti les ardeurs des baigneurs.



# EXPÉDITION



## JOUR 4 - 28 MAI 2023

(...) Pour la dernière balade sur l'eau, les participants se font proposer de pagayer tous ensemble, dans le même bateau et l'équipe d'intervenants sera dans le 2e rabaska. Les participants ont tôt fait de choisir leur barreuse : Mélissa semblait toute désignée pour jouer ce rôle important de mener sa gang à bon port.

Rapidement, la force du nombre fait la différence et le rabaska de 10 participants prend une bonne avance sur le rabaska des 5 membres de l'équipe de Sur la pointe des pieds. Après avoir déployé plus de force qu'à l'habitude pour rattraper le premier bateau, l'équipe a pu constater avec émotion, que les participants avaient cessé de pagayer depuis un moment et se laissaient doucement dériver en silence vers la fin de cette aventure. La suggestion de ce moment de pleine conscience venait de Camilla qui souhaitait capter toute la beauté de l'expérience et s'en imprégner une dernière fois.



DESTINATION :

**RÉSERVOIR DU  
POISSON BLANC, QC**

COORDONNÉES :

46°5'16.768"N, 75°37'18.872"O



ACTIVITÉ :

**CANOT RABASKA**



PARTICIPANTS :

**10 JEUNES ÂGÉS  
ENTRE 30 ET 39 ANS**

PROVENANCE :

**AB, CB, QC, MB, ON**

## QUELQUES TÉMOIGNAGES

La force de 10 femmes... On est capable d'en faire bien plus qu'on le pense. Échanger, se soutenir, s'écouter, rire et pleurer. Gratitude de pouvoir vivre ceci, une pensée à celles qui n'ont pas pu se rendre ici. Je n'oublierai jamais cette expérience qui m'a fait grandir.

Annie B.

La connexion avec la nature m'a fait un bien énorme, plus que lors de mes expériences en nature que j'organise par moi-même. J'aimerais faire une plus grande place dans ma vie pour les retraites en nature. J'ai aussi apprécié briser ma solitude et discuter sans gêne avec d'autres participantes, sans qu'on me demande d'arrêter de parler puisque le sujet est trop lourd pour mon interlocuteur. L'équipe qui nous accompagnait était incroyable, géniale et accueillante. Nous étions entre bonnes mains.

Mylène L.

It was great to be away from everyday life and be connected with nature! It was very well-organized and I'm happy to have had the opportunity to participate in this expedition. It was a very secure and safe environment filled with amazing facilitators and volunteers. It was nice getting to connect with other young adults who have experienced cancer from all across Canada. Although we all had/have different experiences, it was easy to connect and relate to other another.

Francine P.

TYPE :

# GRANDE EXPÉDITION ÉTÉ 2023

[14-18 ANS]



JUILLET 2023



## EXTRAITS DE BLOGUE

### JOUR 3 - 13 JUILLET 2023

(...) La journée se termine avec une discussion sur les raisons qui ont amené les participants à s'inscrire à l'expédition ainsi que leurs appréhensions en ce qui a trait aux prochaines journées. Les témoignages sont spontanés, généreux, certains empreints d'une certaine émotion. Vous voulez savoir ce qui s'est dit? Désolé mais ce qui se dit sur la Spanish reste sur la Spanish... :)

### JOUR 4 - 14 JUILLET 2023

(...) Puis vient un autre apprentissage essentiel, c'est-à-dire, comment nager dans un rapide si par malheur on se retrouve à l'eau. C'est lorsqu'on réalise qu'on va devoir littéralement se mouiller que ça devient sérieux. Soudainement, c'est beaucoup plus silencieux au bord de l'eau. Peut-être même que certains regrettent de ne pas avoir prêté vraiment attention aux explications des guides. Julien revient sur le sujet pour être certain que tout le monde ait bien compris ce qu'il faut faire.

Chacun à son tour, tout le monde se jette à l'eau pieds devant, fesses et pieds relevés en faisant la godille avec les mains. Nick aide au départ et Jake est à mi-parcours tandis que Amy assure la sécurité en bas du rapide. Ce n'est pas évident comme manœuvre et on sent l'inconfort chez quelques-uns. Cependant cette technique est un incontournable pour assurer la sécurité des participants au cours des passages de rapides que nous aurons à faire durant le reste de notre séjour sur la Spanish et doit donc être pratiquée.

### JOUR 7 - 17 JUILLET 2023

(...) Le vent n'a pas faibli durant le repas; une chance que nous n'ayons que peu de distance à parcourir avant d'arriver au rapide baptisé ZigZag. On s'arrête donc juste avant celui-ci pour aller le «lire». Effectivement, il va falloir travailler un peu pour suivre le zigzag formé par la ligne la plus prometteuse. Les équipages se concertent pour trouver la ligne et s'entendent au préalable sur les manœuvres à effectuer. Je suis jumelé avec Ève et nous nous entendons sur ce qu'on doit faire. On s'installe dans la ligne des canots et lorsque c'est notre tour, on passe le test avec brio, comme pour tous les participants. On est loin de l'appréhension des premiers jours.

# EXPÉDITION



## JOUR 9 - 19 JUILLET 2023

(...) Il faut se rappeler que le groupe est composé d'ados de 14 à 18 ans. La profondeur de leur réflexion est surprenante et touche tous les aspects de la vie, la famille, les amis, et eux-mêmes. Ce sont des témoignages sincères et authentiques qui suscitent de grandes émotions non seulement chez ceux qui ont la générosité de les faire, mais aussi chez les autres participants et les accompagnateurs. Je ressors de ces expéditions toujours troublé par ces témoignages mais aussi épaté de la maturité et la lucidité extraordinaire des participants.

## JOUR 11 - 21 JUILLET 2023

(...) Marie-Michelle fait circuler une belle cordelette jaune à travers les canots et dans les mains de tous les membres de cette expédition. Cette cordelette symbolise le lien qui unit tout le monde au cours de l'expé. Elle invite ensuite tout le monde à associer à la cordelette les moments dont ils veulent se souvenir car la cordelette sera coupée et tous les membres de l'expédition en auront un morceau qui sera transformé en bracelet. Ce bracelet pourra servir de rappel des apprentissages et de la force du soutien des autres lors de moments futurs plus difficiles et de souvenir du groupe de façon plus générale.



DESTINATION :  
**RIVIÈRE  
SPANISH, ON**

COORDONNÉES :  
46°24'42.772"N, 81°50'39.352"O



ACTIVITÉ :  
**CANOT-CAMPING**



PARTICIPANTS :  
**12 JEUNES ÂGÉS ENTRE  
14 ET 28 ANS**

PROVENANCE :  
**AB, CB, QC**

PRÉSENTÉ PAR



FONDATION  
AIR CANADA  
TRANSPORTEUR OFFICIEL DE  
LA FONDATION SUR LA POINTE  
DES PIEDS

AINSI QUE

**FONDATION  
FAMILLE GODIN**

## QUELQUES TÉMOIGNAGES

C'est le fun de pouvoir déconnecter de la vie de tous les jours... De revivre après des mois d'hospitalisation.

Kamille D.

De voir qu'on n'est capable de faire plein de chose! Un énorme merci pour m'avoir accompagné et de m'avoir fait découvrir l'importance de la nature.

Sameer M.

I found this trip gave me a lot of confidence, both in my mental and physical abilities. I realized that I really can do anything if I set my mind to it, and that I am much stronger than I initially thought I was. I hope that these realisations carry on with me as I go forward in life.

When we sat in a circles and shared our cancer stories this was a big reflection moment for me and was helpful to realize how much cancer impacted me. It brought me to the conclusion that there are others that experience stuff like me and together we just look like a bunch of normal teenagers. Also it helped me make some new friends and realize I can make new friends wherever I go.

Evan P.

TYPE :

# EXPÉDITION ÉVASION AUTOMNE 2023 [14-18 ANS]



SEPTEMBRE 2023



## EXTRAITS DE BLOGUE

### JOUR 1 - 23 SEPTEMBRE 2023

(...) On passe à travers plusieurs technicalités qui seront essentielles au bon déroulement de notre première sortie sur l'eau et utiles pour l'ensemble des moments où nous pagaierons sur le Réservoir du Poisson blanc. Cette première sortie met la table pour un premier moment de silence, d'introspection sur l'eau, face au soleil, sur un lac parfaitement calme. On entend les huards qui nous souhaitent la bienvenue, le tout accompagné d'une symphonie de criquets. La température nous donne l'impression que l'été va toujours bon train.

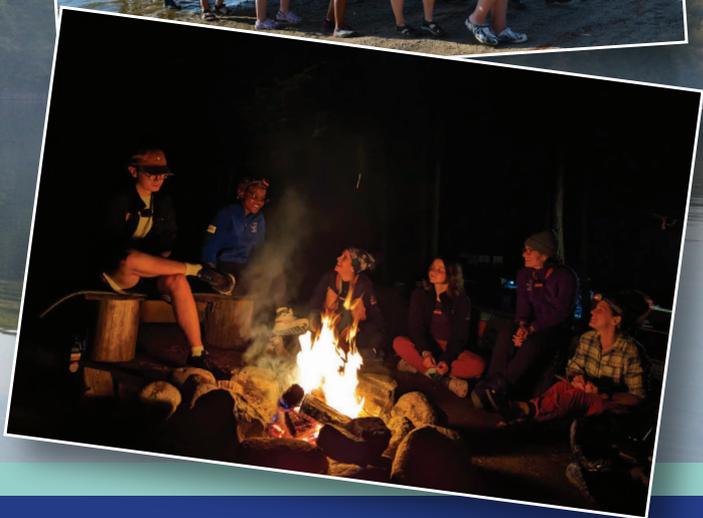
(...) De retour à notre gîte, on prend le temps de se déposer tous ensemble. Julien et Catherine reviennent sur les grands objectifs d'une expédition Évasion : s'évader du quotidien et briser l'isolement en offrant aux participant un «espace sécuritaire» où ils peuvent se sentir libres de s'exprimer. Ensemble, nous établissons les buts, les règles et les valeurs communes au groupe qui nous suivront tout au long de l'expédition.

### JOUR 2 - 24 SEPTEMBRE 2024

(...) On navigue pour un bon 6km avant d'arriver à notre site pour dîner où nous sommes attendus au «resto chez Serge». Au menu, une succulente soupe aux légumes, des chips accompagnés de salsa et un sandwich (désormais connu sous le nom de sorcière de sable, merci à Charles-Antoine :). (Vous aurez compris que Serge, Charles-Antoine et Karl sont nos logisticiens d'expédition...). La pause dîner laisse aussi place au repos, à la pêche, aux discussions et à la baignade pour certains.

On poursuit ensuite notre route sur un 4km ponctué d'un moment de pleine conscience où on prend le temps de ressentir la nature avec chacun de nos sens tout en gardant nos yeux fermés. Le visage flatté par le vent, on respire, on écoute, on ressent. On reprend les pagaies pour poursuivre avec un autre 6km; la fierté est au rendez-vous.

# EXPÉDITION



## JOUR 3 - 25 SEPTEMBRE 2023

Notre troisième journée débute par une séance yoga donnée par Charles-Antoine. Au soleil, sur le sable, en silence, c'est vraiment apprécié de tous. Une fois sur l'eau, Anoushka nous demande si elle peut nous chanter une chanson qu'elle a elle-même composé. Nous rapprochons les deux rabaskas pour l'écouter tous ensemble. Les émotions sont inévitablement au rendez-vous. Ses mots, son histoire, sa voix pleine de vérité et de vécu... Rendu un peu plus loin, Hari propose qu'on prenne un moment pour s'arrêter et immerger nos mains dans l'eau pour en ressentir la fraîcheur et la pureté. Il est difficile d'exprimer à quel point ça fait du bien à l'âme et à l'esprit de juste prendre le temps de vivre au rythme de la nature.

## JOUR 4 - 26 SEPTEMBRE 2023

Mario Bilodeau, co-fondateur de la fondation Sur la pointe des pieds a cette habitude en expédition de dire : « Heille le monde, on est tu ben! ». Pendant notre séjour, nous en avons fait notre devise. Tout au long de l'expédition, à chaque fois que Catherine dit « Heille le monde », anglophones autant que francophones répondent, « on est tu ben! ». Ce matin, on est ben, vraiment ben. Le soleil se pointe le bout du nez à la cime des arbres. L'eau est tellement calme que l'effet miroir permet une réplique parfaite du paysage qui nous entoure. Personne n'a envie que ça finisse. On a l'impression que toute cette aventure s'est déroulée beaucoup trop vite.



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

COORDONNÉES :  
46°5'16.768"N, 75°37'18.872"O



ACTIVITÉ :  
**CANOT RABASKA**



PARTICIPANTS :  
**8 JEUNES ÂGÉS  
ENTRE 14 ET 18 ANS**

PROVENANCE :  
**AB, CB, QC, ON**

PRÉSENTÉ PAR



## QUELQUES TÉMOIGNAGES

J'ai eu la chance de partager mon expérience du cancer avec d'autres personnes qui ont vécu la même chose. C'était vraiment bien parce qu'ils comprenaient ce que je ressentais. L'expédition m'a permis de me sentir légère et de rompre avec la routine quotidienne. L'expédition m'a fait prendre conscience qu'il y a de la vie et de la joie après le cancer.

Anoushka M.

Je me suis sentie connectée à l'instant présent et à la nature lorsque nous étions sur les bateaux, à la dérive, en écoutant les sons de la nature. Les animaux, le vent, le mouvement des vagues, le soleil sur notre peau, tout cela était fantastique. J'ai vraiment apprécié d'avoir un espace sûr pour parler avec d'autres personnes qui ont vécu des choses similaires aux miennes. Les activités étaient géniales, l'équipe était formidable et les vues étaient magnifiques.

Brandon/Luna M.

Everything was amazing. Everyone was extremely nice and welcoming and everything we did was fun or meaningful. It brought an amazing once in a lifetime experience that I will always remember as being spectacular.

Kaylin B.

TYPE :

# EXPÉDITION ÉVASION AUTOMNE 2023 [19-29 ANS]



OCTOBRE 2023



## EXTRAITS DE BLOGUE

### JOUR 1 - 12 OCTOBRE 2023

(...) À l'abri dans une baie, nous rapprochons nos deux embarcations. L'exercice est presque méditatif : fermer les yeux pour flâner l'air frais sur nos joues, écouter les clapotis réguliers du lac, capter les rayons rasants du soleil d'automne, écouter l'envolée d'outardes qui nous fait l'honneur d'un passage, admirer les couleurs encore flamboyantes de la forêt... savant mélange de feuillus et de conifères que l'on essaiera d'identifier. La reconnexion avec les éléments opère, Samantha savoure et on oublie la pollution, l'agitation, jusqu'à l'absence de technologie... pour goûter ses sensations à la fois saines et puissantes.

### JOUR 2 - 13 OCTOBRE 2023

(...) Le temps se gâte. Vite, nous nous rééquiperons pour affronter les 5 autres kilomètres jusqu'au campement. Pendant que nous pagayons, parfois à tour de rôle afin de se reposer, le jeu du dictionnaire bat son plein. D'abord avec les classiques: catégorie Animal (d'ailleurs nous aurions besoin d'aide pour en trouver un qui commence par N!) ensuite catégorie Aliment (même question pour la lettre U!) C'est alors que Thanh lance la catégorie: Médication! A B C D E... tout l'alphabet est décliné en quelques minutes ; les réponses fusent d'un rabaska à l'autre, les rires aussi. La dérision vient de l'emporter haut la main. Joli pied de nez la gang!

### JOUR 3 - 14 OCTOBRE 2023

(...) Au milieu d'un lac d'encre, sous un ciel anthracite percé de rayons éblouissants, voici venu le temps de notre pause spirituelle. Catherine demande à chacun de réfléchir à un mot qui définirait notre expérience. À la veillée, au camp Natjeleme, rassemblés autour du feu, nous partageons nos mots :

RICH, EXTRAORDINARY, PARTAGE, CONNECTED, MOMENT PRÉSENT, SLOWLINESS, ENSEMBLE, EXCEPTIONAL, HEALING, GRATEFUL, GROUNDED, MICROCOSME, PRIVILEGE, JOURNEY, CONCERT, HEAD WIND, CHALEUR

Tout est dit... l'essentiel est là, vibrant entre nous.

Une cordelette passe de main en main, reliant les uns aux autres. Fil hautement conducteur qui recèle les meilleurs souvenirs et ressentis que l'on se transmet ainsi pour toujours.

Comme par magie, le ciel dévoile soudainement ses étoiles. Joli cadeau pour couronner ces instants exceptionnels que l'on tatoue au plus profond de nous.

# EXPÉDITION



## JOUR 4 - 15 OCTOBRE 2023

(...) On peut dire avec certitude que participants et encadrants repartent plus riches de cette aventure. D'une richesse impalpable, intérieure, inestimable ... une richesse perceptible dans nos pupilles lumineuses mais peut-être difficile à exprimer avec justesse à notre retour. Mais peu importe, le principal est ce que nous avons emmagasiné et qui restera gravé en nous, au fond de nos cœurs et de notre mémoire. Et si celle-ci flanche un jour, et si le moral flanche aussi, notre nouveau bracelet pourra distiller les messages insufflés autour du feu. Un ancrage collectif nourri de nos individualités.



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

COORDONNÉES :  
46°5'16.768"N, 75°37'18.872"O



ACTIVITÉ :  
**CANOT RABASKA**



PARTICIPANTS :  
**9 JEUNES ÂGÉS  
ENTRE 19 ET 29 ANS**

PROVENANCE :  
**QC, MB, ON, T.-N.-L**

PRÉSENTÉ PAR



## QUELQUES TÉMOIGNAGES

I think the emotional aspect of this trip was much harder than the physical aspect. It was almost like the inverse of cancer. Cancer is harder emotionally than physically (for me at least), and this trip was the same. The difference is that cancer tried to kill me and this trip revived me.

Thanh N.

C'est une sortie très spéciale pour moi, j'ai pu changer ma façon de voir les choses en général et élargir mon horizon. Je me suis senti en connexion avec la nature lorsque notre leader a dit de faire un moment de silence sur l'eau tout en fermant les yeux. Pendant ce temps-là, je me rappelais le commencement de ma maladie en décembre 2022, jusqu'à ce que j'aie sonné la cloche après 30 séances de radiations. Je me sentais vraiment comme une pirogue sur le lac : elle part de son point de départ, affronte des vagues, continue de payer, peut-être qu'elle est fatiguée au milieu de l'eau mais son but c'est d'arriver au point d'arrivée. C'est exactement que j'ai senti quand les vagues basculaient notre rabaska de gauche et à droite, en écoutant les voix de la nature.

Fenomila Dionah N.

# LES AVENTURIERS DE 2023 VEULENT VOUS DIRE...

*It has so been one of the best times I have ever had. I love you all like my sisters and am so grateful for every single one of you! I hope we all stay in touch it is such I can finally relate to others. Thank you!*

Camille L.



*JE CROIS QUE L'EXPÉDITION M'A FAIT RÉALISER QUE DURANT LES DEUX DERNIÈRES ANNÉES OÙ J'AI VÉCU AVEC LA MALADIE, J'AI PRIS QUAND MÊME BEAUCOUP DE MATURITÉ ET QUE C'EST PRÉCIEUX CAR ÇA PERMET DE MIEUX AFFRONTER LES ÉPREUVES DE LA VIE. AUSSI, ÇA M'A PERMIS DE RÉALISER ENCORE PLUS LA CHANCE QUE J'AI D'AVOIR L'ENTOURAGE QUE J'AI AUTOUR DE MOI. C'EST UNE CHANCE INCROYABLE.*

VIRGINIE B.



*THIS IS THE ONLY REAL FUN I'VE EVER HAD IN THE PAST 8 YEARS OF MY LIFE.*

MOHAMAD E.

*J'ai été agréablement surprise par l'expérience. J'ai vraiment décroché de la routine et de la maladie pendant la majeure partie de l'expédition. Plusieurs éléments contribuaient à m'aider à m'évader: l'absence de cellulaire, l'absence d'indication en ce qui concerne l'heure, la logistique autour de l'expédition qui était gérée de façon impeccable, la bonne humeur des facilitatrices, la présence de professionnels de la santé compétents, la beauté de la nature et l'activité de rabaska. Au plan personnel, cette expédition m'a permis de prendre un temps d'arrêt pour réfléchir à propos de la dernière année et pour me préparer aux prochaines étapes. Suite à ce moment passé en plein air, je sens que j'ai pu recharger mes batteries de bonne humeur!*



Mélissa C.

*J'ai adoré l'idée du cercle de discussion à propos de notre expérience avec le cancer. Car autrement je n'aurais pas eu le courage d'en parler aux autres participants sachant que c'est un sujet plutôt délicat pour nous, mais d'avoir eu la possibilité de le faire dans le respect et l'ouverture m'a permis d'en apprendre plus sur la situation des autres mais aussi de me permettre de prendre le temps de vivre mes émotions que j'ai si longtemps cachées et de faire une introspection sur moi-même et mon expérience face au cancer. L'expédition m'a aussi fait comprendre qu'il faut que jessaie de nouvelles choses, que la nouveauté ne tue pas et que je suis forte autant physiquement que mentalement. Prendre confiance en moi est nécessaire et les erreurs sont permises. Que de vivre de la tristesse est normal et fait pas de moi quelqu'un de faible, bien au contraire.*

Félicia S.

*I HAVE BEEN ISOLATED WITH THE SAME STATIC FRIEND GROUP FOR OVER 7 YEARS NOW AND HAVE BEEN VERY WORRIED THAT I WAS UNABLE TO MAKE FRIENDS OUTSIDE OF THEM. HOWEVER THROUGH THIS EXPEDITION I THINK I'VE MADE MANY FRIENDSHIPS THAT WILL BE LONG LASTING AND I'M REALLY PROUD OF THAT. THIS EXPEDITION REALLY ALLOWED ME TO START TO GET A PICTURE OF THE TRAUMA I WENT THROUGH WITH CANCER AS WELL AS GAINING A GREAT GROUP OF FRIENDS THAT WILL LAST FOR MANY YEARS TO COME.*

DYLAN P.



## TÉMOIGNAGES

CE FUT UNE DES PLUS BELLES EXPÉRIENCES DE MA VIE. TOUT ÉTAIT ÉQUILIBRÉ, DÉPASSEMENT SANS ÊTRE DANS LA PERFORMANCE. JUSTE ASSEZ DE TEMPS POUR PROFITER DU BEL ENVIRONNEMENT DANS LEQUEL NOUS ÉTIIONS. QUOI DIRE DE PLUS DE LA BELLE ÉQUIPE QUI NOUS A ACCOMPAGNÉ. JE ME SUIS SENTIE PLUS QU'EN CONFIANCE. RIRES À PROFUSION, MUSIQUE ET BOUFFE DÉLECTABLE EN CAMPING.

JE SUIS DÉJÀ NOSTALGIQUE :)

ANNIE B.-P.



Je crois que ce que j'ai aimé le plus, c'est le fait d'avoir échangé avec des filles qui ont eu des reconstructions et ça m'a vraiment éclairé pour ce que j'allais choisir. Merci de m'avoir donné cette opportunité, vraiment.

Sophie L.

I HAVE SO ENJOYED THE LAST FEW DAYS WITH ALL OF YOU. IT FEELS LIKE FROM THE STAFF TO THE VOLUNTEERS, TO THE PARTICIPANTS, THE RIGHT PEOPLE CAME TOGETHER TO MAKE THIS TIME A VERY SPECIAL EXPERIENCE. I'VE LOVED PADDLING WITH YOU, SINGING, LISTENING, HEARING YOUR STORIES, WATCHING YOU LAUGH AND CRY-LAUGHING WITH YOU. IT'S BEEN A WHILE SINCE I'VE FELT SO RESONATING AND COMFORTABLE IN A GROUP, AND THIS WEEK JUST FELT RIGHT AND LIKE THAT. THANK YOU EVERYONE FOR BEING HERE, BEING VULNERABLE AND REAL, AND SHARING THE SUNSHINE.

KAT D.

I'm so thankful to have been a part of this group. Thank you for sharing your stories even when it was hard. Thank you for making me comfortable enough to not want to hide my face or want to eat in private. I was so shocked and surprised at our first outdoor meal when I saw that the guys cut everything up just for me! I felt so recognized and seen and cared for. I had so much fun learning and exploring and reflecting with you all. Hoping to connect and keep in touch after we settle back in at home.



Kristine S.



You guys are family to me and will always cherish this moment. I Love you guys so much and thank you for the laughs and hugs. Love always.

Ben S.

Je me suis sentie libre de mes responsabilités à la maison, au travail, du traitement à 100%. Cela m'a fait beaucoup de bien d'échanger avec des gens avec un vécu de cancer. Chaque petit geste de partage et bon mot donne de l'espoir, on se sent moins seule.



Anna T.

J'AI APPRÉCIÉ PARTAGER MON EXPÉRIENCE AVEC DES PERSONNES AYANT VÉCU DES CHOSSES SIMILAIRES À MOI. J'AI APPRÉCIÉ LE RESPECT ET L'ÉCOUTE DE TOUS. PENDANT LES MOMENTS DE SILENCE, JE RÉALISAIS À QUEL POINT J'ÉTAIS FIER DE MES EFFORTS POUR VAINCRE MON CANCER ET QUE J'AVAIS LA CHANCE DE PROFITER DE LA NATURE. JE TIENS À VOUS REMERCIER TOUS DE M'AVOIR ÉCOUTÉ ET JE ME SUIS SENTI VRAIMENT MIEUX EN PARTAGEANT MON HISTOIRE AVEC DES GENS QUI COMPRENENT LA DOULEUR QUE MON CANCER M'A CAUSÉ.

ALEXANDRE G.



ONE OF THE BEST THINGS THATS HAPPENED FOR ME IN A FEW YEARS.

ZOE M.



# Double Défi

des deux Mario

RioTinto

Le Double défi des deux Mario est un événement unique qui prend la forme d'une traversée hivernale du lac St-Jean, entre le parc national de la Pointe Taillon et le Village sur glace de Roberval. Les participants chaussent skis ou raquettes, ancrent leur bagage dans un traîneau et avancent sur la glace dans un décor spectaculaire. Ils ont également la chance de passer 2 nuits en camping d'hiver, au beau milieu du lac. Ils vivent ainsi 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 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.

L'édition 2023 a été marquée par un retour très attendu sur les glaces, après deux années passées à réaliser des défis sportifs la maison, en raison de la pandémie. La demande était telle que nous avons dû ajouter une 3<sup>e</sup> traversée!

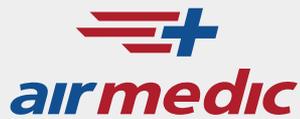
La centaine de valeureux qui ont pris part à l'événement auront amassé un peu plus de 300 000\$ lors d'une édition mémorable, présentée une fois de plus par notre généreux partenaire Rio Tinto.

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. Ceux-ci ont accès à une piste entretenue et balisée spécialement pour eux, entrecoupée de différents points de ravitaillement, leur permettant de rejoindre l'arrivée au site des Chalets et spa de Chambord. C'est ainsi que plus de 200 coureurs à pied, cyclistes et skieurs se sont unis pour braver cette mer de glace le 18 février 2023, dont certains sous les étoiles!

Chaque participant s'engage à amasser des fonds afin de pouvoir s'aligner sur la ligne de départ. Les efforts concertés de

ceux-ci, combiné à la générosité de nombreux commanditaires tels qu'Arc'teryx, Devinci et CGI ont permis d'amasser un montant record de 336 000\$ au bénéfice des jeunes atteints du cancer!

Du reste, nous ne pouvons passer sous le silence l'impressionnante bravoure des athlètes qui ont affronté de forts vents de face et le blizzard qui sévissaient alors, de même que la détermination des bénévoles qui ont veillé à leur sécurité en tout temps. Bravo à tous!



# Célé- brons la VIE

De nombreux bénévoles d'exception et de généreux gens d'affaires du grand Montréal se sont donné rendez-vous en novembre dernier afin de démontrer tout leur attachement aux jeunes atteints du cancer. La présence de ceux-ci est notamment due aux efforts de notre équipe d'ambassadeurs qui, année après année, font valoir la mission de notre organisation auprès de leurs proches et sollicitent leur générosité. 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.

La combinaison de l'implication bénévole de nos Ambassadeurs et des précieuses contributions des donateurs

a permis d'amasser plus de 360 000\$ dans le cadre de la campagne précédant l'événement Célébrons la vie. Cet événement unique et festif s'est déroulé en présence de plusieurs anciens participants venus partager l'expérience qu'ils ont vécu lors de leur expédition d'aventure thérapeutique avec nous.

L'invitation est lancée pour la prochaine édition, avec une formule renouvelée mettant en vedette des participants à nos expéditions de 2019, question de voir où en sont-ils 5 ans plus tard... C'est donc un rendez-vous pour la dix-huitième édition, en novembre prochain!

## 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 30 000\$ en 2023 :

**Arianne Martel-Bouchard**

Everesting en raquettes puis double everesting sur tapis roulant

**Aaron Plue et Guillaume Croussette**

55km de course en sentier et 3400 mètres de dénivelé

**Anne Sophie Lainesse**

100km de ski de patin et 2000 mètres de dénivelé

**Lisa Leduc**

Ascension du Cap Trinité en moins de deux jours

**Jean-Mathieu Chénier**

160km de course en sentier en moins de 27 heures

Le Club 3A compte actuellement une quinzaine de membres actifs et nous espérons que de nombreux aventuriers se joindront à eux. Déjà bon nombre de projets sont dans les cartons pour 2024 dont une traversée du Nunavik en ski et 1000 kilomètres de vélo en moins de 50 heures. Vous avez un projet sportif d'envergure en tête? Il nous fera plaisir d'en jaser avec vous...

# DE GÉNÉREUX DONATEURS ET COMMANDITAIRES

## 20 000 \$ ET PLUS

Fondation J.-Louis Lévesque	50 000 \$
Fondation CHU Sainte-Justine	30 000 \$
Power Corporation	29 000 \$
Fondation Air Canada	27 000 \$
Anonyme	25 000 \$
CN	25 000 \$
Rio Tinto	25 000 \$
Air Médic	22 000 \$
Fondation Cogir	22 000 \$
KOA - Care Camp	20 400 \$
Fondation J.Armand Bombardier	20 000 \$
MRC du Domaine-du-Roy	20 000 \$

## ENTRE 10 000 \$ ET 19 999 \$

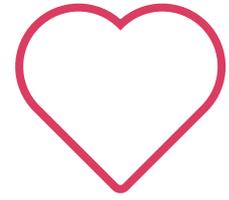
Banque Nationale du Canada	15 000 \$
David Wisenthal Fund	15 000 \$
Fondation Fiera Capital	15 000 \$
Fondation Famille Mongeau	15 000 \$
Strigo	15 000 \$
Arc'teryx	13 700 \$
Produits forestiers Résolu	11 000 \$
Anonyme	10 000 \$
Brigitte Brunet avocats	10 000 \$
Clarins Canada	10 000 \$
Centre universitaire de santé McGill	10 000 \$
Fondation Famille Godin	10 000 \$
Fondation Lise et Richard Fortin	10 000 \$
RBC	10 000 \$
The Oka & Grégoire Foundation	10 000 \$
Trust Eterna - Val Deschênes	10 000 \$
Ville de Roberval	10 000 \$

## ENTRE 5 000 \$ ET 9 999 \$

Capinabel	8 000 \$
Fondation Clément Paillé	8 000 \$
Sanimax	8 000 \$
André Desmarais	7 500 \$
Fondation Henrichon-Goulet	7 500 \$
Francis Pomerleau et Sophie Dagenais	7 500 \$
Municipalité de Chambord	7 500 \$
Municipalité de St-Gédéon	7 500 \$
CIBC	7 000 \$
Cogeco	7 000 \$
Alma Ford	6 000 \$
Groupe Contex	6 000 \$
Brigitte Nepveu avocate	5 700 \$
Adriana & Olivier Desmarais	5 000 \$
Deloitte	5 000 \$
Fondation Bon Départ	5 000 \$
Fondation Carmelle et Rémi Marcoux	5 000 \$
Fondation Huguette et Jean-Louis Fontaine	5 000 \$
Fondation Linoit	5 000 \$
Fonds Alain Paquet	5 000 \$
GFT Canada	5 000 \$
Lac St-Jean Métal	5 000 \$
Leslie Raenden	5 000 \$
Marchés des Capitaux CIBC	5 000 \$
MRC du Lac-St-Jean-Est	5 000 \$
Telloc	5 000 \$
The Wells (DL & K) Family Fund	5 000 \$



# MERCI !



## ENTRE 2 000 \$ ET 4 999 \$

Devinci	4 000 \$
Denis Levasseur	4 000 \$
Quincaillerie Richelieu	4 000 \$
Fondation Famille Benoît	3 500 \$
Canopée médias	3 100 \$
Résidence Lajoie	2 775 \$
Corporation d'Investissements Sanpolo	2 500 \$
Fonds Patrick Foley	2 500 \$
Pierre Pomerleau	2 500 \$
Safari Condo	2 500 \$
The Bellini Foundation	2 500 \$
The Joseph Neufeld Family Foundation	2 500 \$
The Rossy Foundation	2 500 \$
Zamora Realities Ltd.	2 500 \$
Echo Aviation Leasing	2 000 \$
Fondation Atura	2 000 \$
Fondation familiale Marc Bieler	2 000 \$
Groupe Mercille	2 000 \$
La Financière Sunlife Québec	2 000 \$
Mike Elrick Tribute	2 000 \$
Ultra Violet	2 000 \$



## ENTRE 1 000 \$ ET 1 999 \$

Luc Jobin	1 850 \$
Anne Sophy Lainesse	1 500 \$
Canac Chicoutimi	1 500 \$
Chalets et Spa Lac-St-jean	1 500 \$
Famille Richard Boucher	1 500 \$
Patenaude Fiscalité + Fiducie Inc.	1 500 \$
RL Énergies	1 500 \$
Village historique de Val Jalbert	1 500 \$
Le Quotidien	1 100 \$
Alithya	1 000 \$
Bernard Lemieux	1 000 \$
Blakes Cassel & Graydon S.E.N.C.R.L.	1 000 \$
Cascades	1 000 \$
Centre du Sport Lac-St-Jean	1 000 \$
Craig et Christina Miller	1 000 \$
David H.Laidley Foundation	1 000 \$
Fondation Famille Caron	1 000 \$
Fondation Pierre et Gisèle Laberge	1 000 \$
François Tremblay, Député de Dubuc	1 000 \$
Globocam Québec	1 000 \$
Gowling WLG (Canada) LLP	1 000 \$
Groupe Laurem	1 000 \$
Jane & Laurence Plotnick fund	1 000 \$
Jean Raymond	1 000 \$
Korem	1 000 \$
Louis Bourassa	1 000 \$
Lucie Hamel	1 000 \$
Microbrasserie du Lac	1 000 \$
Microbrasserie le Coureur des Bois	1 000 \$
Normandin Beaudry Gestion privée	1 000 \$
Première Moisson	1 000 \$
René Malo	1 000 \$
Résidence Belle Rivière	1 000 \$
Scierie Girard	1 000 \$
Services Financiers JFD	1 000 \$
Stéphanie Dupras Renaud	1 000 \$
Youri Chassin, Député de St-Jérôme	1 000 \$

# ÉTAT DES RÉSULTATS

## POUR L'EXERCICE TERMINÉ LE 31 DÉCEMBRE

**2023****2022**

### PRODUITS

Dons et campagnes de financement	<b>1 305 397 \$</b>	972 752 \$
Intérêts	<b>38 630 \$</b>	16 258 \$
Amortissement des apports reportés afférents aux immobilisations corporelles	<b>18 940 \$</b>	6 050 \$
	<b>1 362 967 \$</b>	995 060 \$

### CHARGES

Expéditions (annexe A)	<b>443 407 \$</b>	332 454 \$
Développement et visibilité (annexe B)	<b>172 071 \$</b>	94 896 \$
Activités philanthropiques	<b>494 795 \$</b>	288 841 \$
Frais d'administration et autres frais d'exploitation (annexe G)	<b>272 129 \$</b>	200 561 \$
	<b>1 382 402 \$</b>	916 752 \$

### EXCÉDENT (INSUFFISANCE) DES PRODUITS SUR LES CHARGES AVANT AUTRE ÉLÉMENT

**(19 435) \$**      **78 308 \$**

### AIDES GOUVERNEMENTALES

**6 533 \$**      **52 318 \$**

### EXCÉDENT (INSUFFISANCE) DES PRODUITS SUR LES CHARGES

**(12 902) \$**      **130 626 \$**

## MOT DE LA TRÉSORIÈRE

Pour son exercice financier se terminant le 31 décembre 2023, la fondation Sur la pointe des pieds a inscrit une insuffisance des produits sur les charges de 12,902\$.

Le bilan de la fondation au 31 décembre 2023 démontre 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.

*Guylaine Duval, FCPA, FCA*  
Trésorière

# LES GENS

## OFFICIERS 2023

### PRÉSIDENT

**PHILIPPE TRUDEAU**  
*Administrateur de sociétés*

### 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

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

## ADMINISTRATEURS 2023

**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*

**Guylaine 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*

**Georgi Paskalev, LL.B., J.D.**  
*Associé  
Gowling WLG*

**Philippe Trudeau, B.A.**  
*Administrateur de sociétés*

**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 2023

**Linda Hershon, Présidente**  
**Isabelle Bradette**  
**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 2023

**Julien Choquette Daigneault, B. Éd., DESS INA**  
**J-Charles Fortin, MGP**  
**Eve Marie Fournier**  
**Claire Grenon**  
**Catherine La Roche, MBA**

**Marie-Michelle Paradis, M. Env., DESS INA**  
**Catherine Provost, B. Sc.**  
**Karine Tremblay**  
**Laurence Yelle, B.A.**  
**Jessica Zajko, B. Sc.**



## UNE GRANDE DAME NOUS A QUITTÉ... POUR LA RETRAITE!

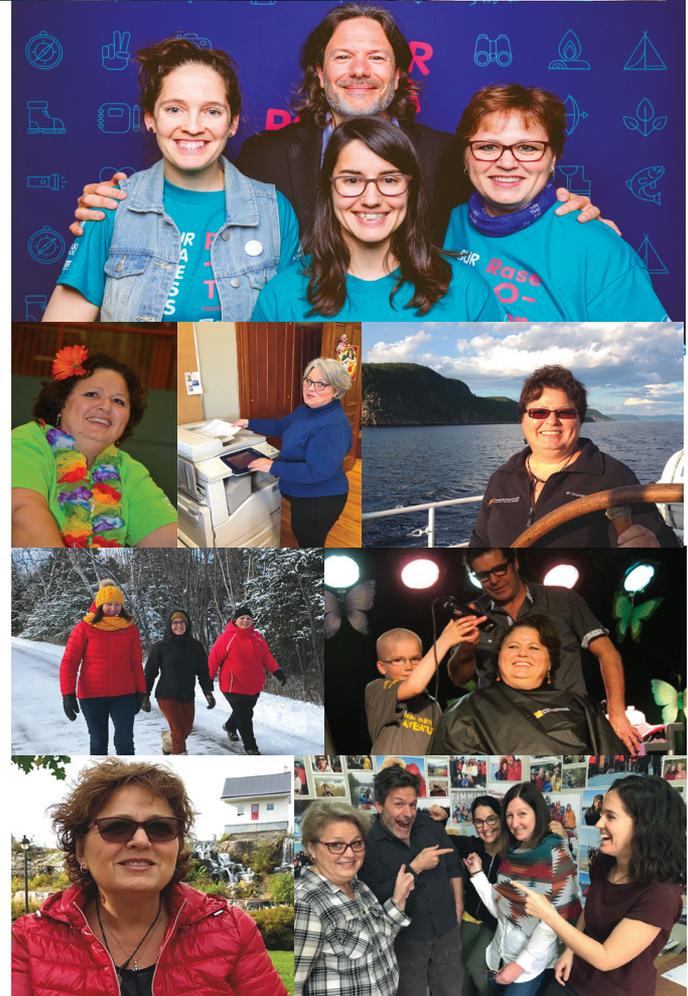
C'est au terme d'une riche collaboration de tout près de 15 ans que notre fidèle Claire a pris une retraite bien méritée.

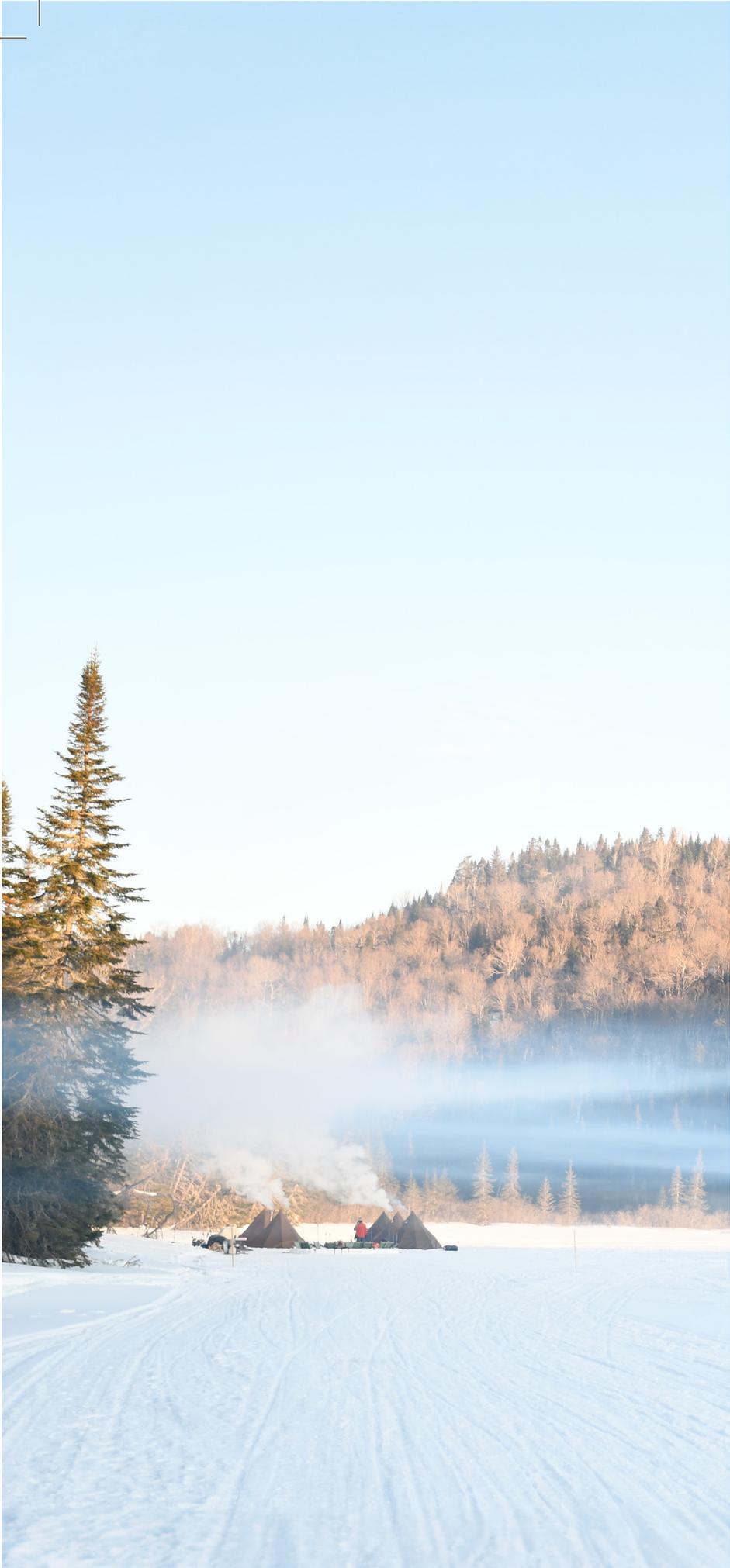
Quinze ans de travail, c'est près de 300 000 heures à changer la vie des jeunes atteints de cancer, sans compter celle de leur famille. Peu de gens peuvent en dire autant. C'est aussi des tonnes de rires et de partage, des moments de complicité et parfois de défis aussi.

Claire Grenon avait et a toujours le cœur jeune et l'esprit aventurier. Dévouée, solidaire, franche, curieuse, tenace, rigoureuse et joviale, c'est le pilier sur lequel on peut TOUJOURS compter.

Claire-ma-belle-Claire, tu as payé très fort à nos côtés pendant bien longtemps. Il est maintenant l'heure de te reposer et de passer la pagaie à quelqu'un d'autre. Forts de cette impulsion, nous continuerons d'avancer et toujours nous nous souviendrons de toi.

Bonne retraite!





## LES ARTISANS DU RAPPORT ANNUEL 2023

### RÉDACTION

Marie-Hélène Beaudry  
J-Charles Fortin  
Fabienne Macé  
Louis-Étienne Prévost  
Philippe Trudeau  
Laurence Yelle

### PHOTOS

Marie-Hélène Beaudry  
Laura Ducharme  
Simon Faucher  
Fabienne Macé  
Benjamin Martinet  
Jonathan Martinet  
Olivier Mura  
Louis-Étienne Prévost  
Oliver Ratté  
Charles-David Robitaille  
Yves Taschereau  
Catherine Tétreault  
Mélanie Villeneuve  
Laurence Yelle

### GRAPHISME ET MISE EN PAGE

Philippe Jobin

### IMPRESSION

Généreuse gracieuseté de TC Transcontinental !



SEIGNEURIE DU TRITON - MARS 2023

**SUR  
LA  
POINTE  
DES  
PIEDS**



1200 boulevard du Saguenay ouest, Chicoutimi, G7N 1A6  
Tél.: 418 543-3048 / Téléc.: 418 543-9912 / [www.pointedespieds.com](http://www.pointedespieds.com)

Imprimé gracieusement par TC Transcontinental