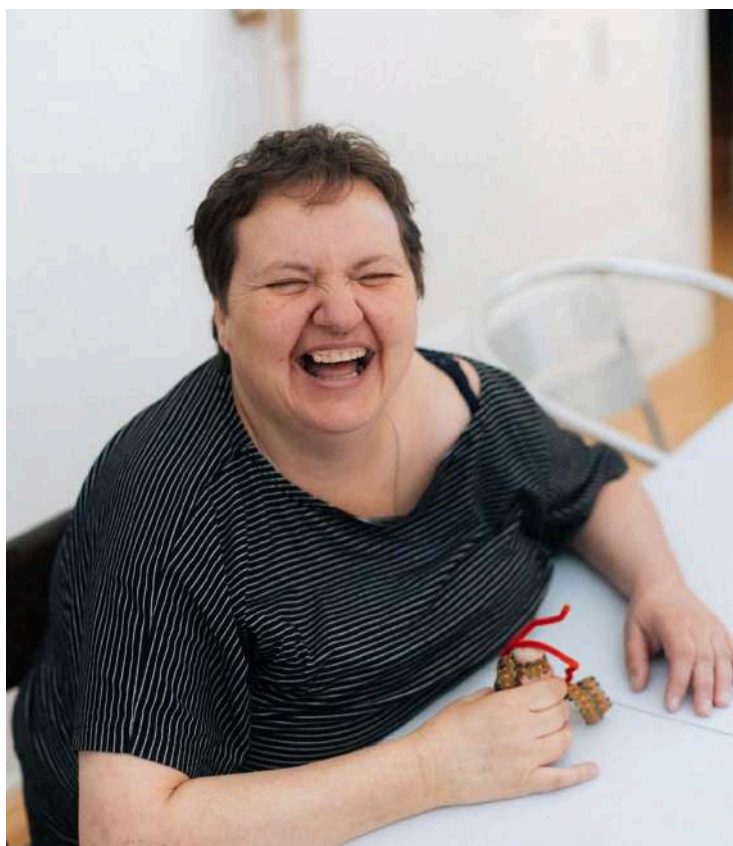




# RAPPORT ANNUEL

UN PROLONGEMENT À LA FAMILLE DE MONTRÉAL

25  
26





# SOMMAIRE

INTRODUCTION _____	03
MOT DE LA PRÉSIDENCE ET DE LA DIRECTION _____	04
RESSOURCES HUMAINES _____	05
PROJETS PHARES DE L'ANNÉE _____	06
RÉCAPITULATIF DE L'ANNÉE _____	07
PARTENARIATS _____	08
LA PARTICIPATION SOCIALE ET LE PAAS-ACTION _____	09
LE PROGRAMME DE JOUR MÉLI-MÉLO _____	10
NOS ACTIVITÉS DE LOISIRS _____	11
NOS ACTIVITÉS DE LOISIRS SUITE _____	12
NOS ACTIVITÉS SPÉCIALES _____	13
CAMP L'AMICAL _____	14
NOS STATISTIQUES _____	15
REMERCIEMENTS _____	16



UN PROLONGEMENT À LA FAMILLE DE MONTRÉAL A POUR MISSION DE BRISER L'ISOLEMENT DES ADULTES VIVANT AVEC UNE DÉFICIENCE INTELLECTUELLE EN FAVORISANT LE DÉVELOPPEMENT DE LEURS CAPACITÉS, LEUR AUTONOMIE ET LEUR PARTICIPATION SOCIALE.

FONDÉ EN 1982, L'ORGANISME ACCUEILLE DES PERSONNES DE 21 ANS ET PLUS ET OFFRE UNE PROGRAMMATION VARIÉE D'ACTIVITÉS ÉDUCATIVES, SOCIALES, CULTURELLES ET SPORTIVES. EN COLLABORATION AVEC LE RÉSEAU DE LA SANTÉ, LES FAMILLES ET LES MILIEUX DE VIE, IL FAVORISE UNE INTÉGRATION ACTIVE ET INCLUSIVE, NOTAMMENT POUR LES PERSONNES VIVANT AVEC UN TSA OU UNE TRISOMIE 21, TOUT EN OFFRANT DU RÉPIT À LEURS PROCHES.

POUR NE RIEN MANQUER DE NOS ACTIVITÉS, CONSULTEZ NOTRE JOURNAL L'AMICAL, VISITEZ NOTRE SITE INTERNET ET SUIVEZ-NOUS SUR NOTRE PAGE FACEBOOK !

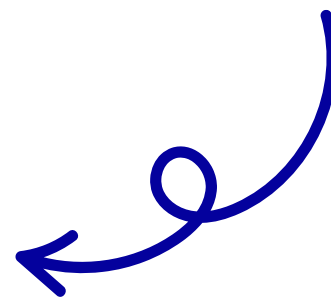
POUR EN SAVOIR PLUS :

SITE WEB : [WWW.UPFM.CA](http://WWW.UPFM.CA)

FACEBOOK : [WWW.FACEBOOK.COM/UPFM](http://WWW.FACEBOOK.COM/UPFM)

TÉLÉPHONE : 514-504-7989, POSTE 102

COURRIEL : [INFO@UPFM.CA](mailto:INFO@UPFM.CA)



# MOT DE LA PRÉSIDENCE ET DE LA DIRECTION

CETTE ANNÉE AURA ÉTÉ MARQUÉE PAR DES AVANCÉES IMPORTANTES POUR UN PROLONGEMENT À LA FAMILLE DE MONTRÉAL. GRÂCE À L'ENGAGEMENT DE NOTRE ÉQUIPE, DE NOS PARTENAIRES ET DE NOTRE CONSEIL D'ADMINISTRATION, NOUS AVONS POURSUIVI NOTRE MISSION AVEC RIGUEUR ET DÉTERMINATION, TOUT EN RÉPONDANT À UNE DEMANDE GRANDISSANTE POUR NOS SERVICES.

PARTI DES RÉALISATIONS MARQUANTES, L'AGRANDISSEMENT DE NOS LOCAUX A CONSTITUÉ UN TOURNANT MAJEUR. CET INVESTISSEMENT, BIEN QUE SIGNIFICATIF SUR LE PLAN FINANCIER, NOUS PERMET AUJOURD'HUI D'OFFRIR UN ENVIRONNEMENT MIEUX ADAPTÉ, PLUS SPACIEUX ET MIEUX OUTILLÉ POUR RÉPONDRE AUX BESOINS DE NOTRE CLIENTÈLE. CETTE AMÉLIORATION S'INSCRIT DIRECTEMENT DANS NOTRE VOLONTÉ D'OFFRIR DES SERVICES DE QUALITÉ, AXÉS SUR LE BIEN-ÊTRE, L'AUTONOMIE ET LA PARTICIPATION SOCIALE.

NOS PROGRAMMES ONT ÉGALEMENT CONTINUÉ DE SE DÉVELOPPER ET DE SE DIVERSIFIER. QU'IL S'AGISSE DE LA PARTICIPATION SOCIALE, DU PROGRAMME MÉLI-MÉLO, DES ACTIVITÉS DE LOISIRS OU ENCORE DE NOS PROJETS ARTISTIQUES ET SPORTIFS, CHAQUE INITIATIVE VISE À FAVORISER L'INCLUSION, BRISER L'ISOLEMENT ET VALORISER LE POTENTIEL DE NOS MEMBRES. LES COLLABORATIONS ÉTABLIES CETTE ANNÉE, NOTAMMENT AVEC UN Oeil DIFFÉRENT ET OLYMPIQUES SPÉCIAUX QUÉBEC, TÉMOIGNENT DE NOTRE VOLONTÉ D'INNOVER ET D'OUVRIR TOUJOURS PLUS DE POSSIBILITÉS À NOTRE CLIENTÈLE.

SUR LE PLAN FINANCIER, L'ANNÉE SE TERMINE AVEC UN DÉFICIT ATTRIBUABLE PRINCIPALEMENT À L'AMÉNAGEMENT DE NOS NOUVEAUX ESPACES ET À L'AUGMENTATION DES COÛTS LIÉS AU LOYER. TOUTEFOIS, GRÂCE À UNE GESTION PRUDENTE ET AUX SURPLUS ACCUMULÉS AU FIL DES DERNIÈRES ANNÉES, NOTRE SITUATION FINANCIÈRE DEMEURE Saine ET NOUS PERMET DE POURSUIVRE NOS ACTIVITÉS AVEC CONFIANCE.

ENFIN, NOUS TENONS À SOULIGNER LE TRAVAIL REMARQUABLE DE NOTRE ÉQUIPE, L'IMPLICATION DE NOS BÉNÉVOLES, AINSI QUE LA CONFIANCE RENOUVELÉE DE NOS MEMBRES ET DE LEURS FAMILLES. C'EST GRÂCE À CET ENGAGEMENT COLLECTIF QUE NOUS POUVONS CONTINUER À ÉVOLUER ET À FAIRE UNE RÉELLE DIFFÉRENCE.

NOUS ABORDONS L'AVENIR AVEC AMBITION ET OPTIMISME, DÉTERMINÉS À POURSUIVRE NOTRE DÉVELOPPEMENT ET À OFFRIR UN MILIEU TOUJOURS PLUS INCLUSIF, HUMAIN ET ADAPTÉ AUX BESOINS DE NOTRE CLIENTÈLE.



*Diane Fraser*  
PRÉSIDENTE DU C.A



*Kim Piquaire-Vaillant*  
DIRECTRICE GÉNÉRALE

# NOS EMPLOYÉS

## DIRECTION GÉNÉRALE :

KIM PIMPARÉ-VAILLANT

## ADMINISTRATION :

ISABELLE LAFOND-LEMAIRE

## COMPTABILITÉ :

NORMAND BOHÉMIER

## ÉDUCATRICES SPÉCIALISÉES :

MÉLANIE OUELLET & FLORENCE LAFERRIÈRE

## ÉQUIPE D'INTERVENTION :

ZACHARY LEBLANC-PIMPARÉ

MARLÈNE BOURDON-LACHANCE

ISAAC PAQUETTE

## ÉQUIPE D'ANIMATION :

ÉRIKA OUELLETTE-VERREAU, MYGUELLE KAMENI,  
JACOB PAQUETTE, ALEC DROLET, MARIE-PIER SÉGUIN

## ENSEIGNANT(ES) :

FRÉDÉRIQUE VERVILLE, LAURENCE ST-GEORGES,  
DANIEL ST-HILAIRE

**LE CONSEIL  
D'ADMINISTRATION**

**DIANE FRASER  
PRÉSIDENTE**

**RICHARD BÉGIN  
VICE-PRÉSIDENT**

**FRANÇOISE  
PERREAU  
ADMINISTRATRICE**

**FRANÇOIS  
PARENTEAU  
SECRÉTAIRE**

**LILI-ANNE  
TREMBLAY  
TRÉSORIÈRE**

**DIANE LATOUCHE  
ADMINISTRATRICE**

**SIMON MOREAU  
REPRÉSENTANT DES  
MEMBRES**

S  
L  
C  
R  
U  
O  
S  
S  
L  
R  
S  
O  
M  
H  
S  
A  
I  
N  
E  
S  
L  
E  
S  
M  
A  
I  
N  
E  
S  
L  
E  
S  
M  
A  
I  
N  
E  
S  
L  
E  
S  
M  
A  
I  
N  
E  
S

# PROJETS PHARES DE L'ANNÉE

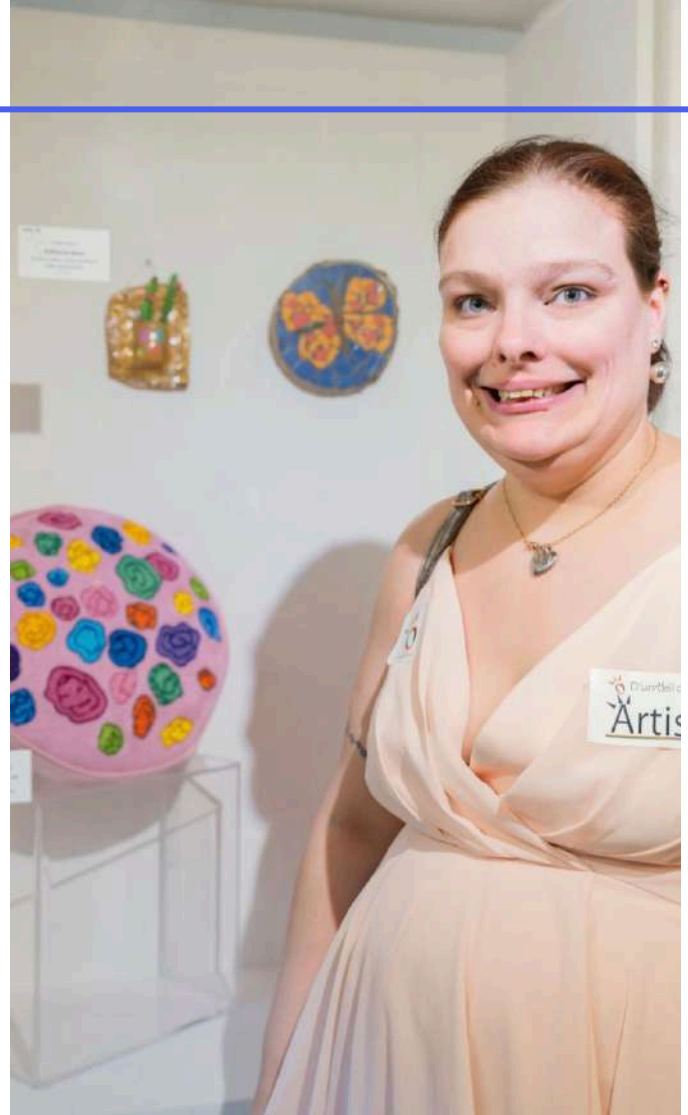


## UN OÛIL DIFFÉRENT

UNE NOUVELLE COLLABORATION A ÉTÉ ÉTABLIE AVEC UN ŒIL DIFFÉRENT, UN ORGANISME QUI MET EN VALEUR LA CRÉATIVITÉ DES PERSONNES VIVANT AVEC UNE DÉFICIENCE INTELLECTUELLE EN FAVORISANT LEUR ACCÈS ET LEUR PARTICIPATION AU MILIEU ARTISTIQUE.

DANS CE CADRE, DES PARTICIPANTS DE NOTRE GROUPE D'ARTS PLASTIQUES ONT EU L'OPPORTUNITÉ D'EXPOSER LEURS ŒUVRES À L'ÉCOMUSÉE DU FIER MONDE. ILS ONT AINSI VÉCU UNE EXPÉRIENCE À LA FOIS VALORISANTE ET ENRICHISSANTE, TOUT EN BÉNÉFICIANT DIRECTEMENT DE LEUR TRAVAIL, PUISQUE 100 % DES PROFITS LEUR ONT ÉTÉ REMIS.

CETTE COLLABORATION SE POURSUIVRA EN 2026-2027, ALORS QUE NOTRE ORGANISME FERA DÉSORMAIS OFFICIELLEMENT PARTIE DU COMITÉ ORGANISATEUR. CELA PERMETTRA À D'AUTRES MEMBRES DE VIVRE, À LEUR TOUR, CETTE EXPÉRIENCE ARTISTIQUE SIGNIFICATIVE.



## OLYMPIQUES SPÉCIAUX QUÉBEC

DEPUIS SEPTEMBRE 2025, UNE NOUVELLE COLLABORATION A ÉTÉ MISE EN PLACE : NOS LIGUES DE QUILLES FONT DÉSORMAIS PARTIE D'OLYMPIQUES SPÉCIAUX QUÉBEC, UN ORGANISME QUI OFFRE DES PROGRAMMES SPORTIFS ADAPTÉS FAVORISANT LE DÉVELOPPEMENT DES HABILÉTÉS, LA SANTÉ ET L'INCLUSION SOCIALE.

DANS CE CADRE, NOUS AVONS PU OFFRIR GRATUITEMENT DE NOUVEAUX CHANDAILS À L'EFFIGIE DE NOS DEUX ORGANISATIONS, RENFORÇANT AINSI LE SENTIMENT D'APPARTENANCE DES PARTICIPANTS.

EN MAI, NOS ÉQUIPES ONT ÉGALEMENT PRIS PART AU TOURNOI RÉGIONAL DE QUILLES À JOLIETTE. À CETTE OCCASION, 17 JOUEURS ONT ÉTÉ SÉLECTIONNÉS POUR REPRÉSENTER FIÈREMENT NOTRE ORGANISME, VIVANT UNE EXPÉRIENCE À LA FOIS VALORISANTE SUR LE PLAN SPORTIF ET ENRICHISSANTE SUR LE PLAN SOCIAL.



# RÉCAPITULATIF DE L'ANNÉE

## AGRANDISSEMENT

GRÂCE, EN GRANDE PARTIE, À LA GÉNÉROSITÉ ET AU SOUTIEN FINANCIER DE LA FONDATION FAMILLE LECLAIR, NOUS AVONS PU PROCÉDER À UN AGRANDISSEMENT SIGNIFICATIF DE NOS LOCAUX. NOUS DISPOSONS DÉSORMAIS D'UNE SALLE DÉDIÉE AUX EMPLOYÉS AINSI QUE D'UNE SALLE MULTIFONCTIONNELLE ACCESSIBLE À L'ENSEMBLE DE NOS MEMBRES, PERMETTANT DE SE RASSEMBLER LORS D'ACTIVITÉS SPÉCIALES ET DE MOMENTS COLLECTIFS.

FACE À LA CROISSANCE DES INSCRIPTIONS, CET AMÉNAGEMENT NOUS PERMET D'OFFRIR D'AVANTAGE DE PLACES DANS UN ENVIRONNEMENT ADAPTÉ, SPACIEUX ET ACCUEILLANT. NOUS EN SOMMES TRÈS HEUREUX ET FIER, CAR CELA CONTRIBUE DIRECTEMENT À AMÉLIORER LA QUALITÉ DE NOS SERVICES ET LE BIEN-ÊTRE DE NOS MEMBRES.

## PARTENARIATS EXCEPTIONNELS

AVEC L'APPUI PRÉCIEUX DE NOS PARTENAIRES, NOUS AVONS LA CHANCE D'OFFRIR UNE PROGRAMMATION RICHE ET DIVERSIFIÉE À NOS MEMBRES. EN PLUS DU SOUTIEN DE LA FONDATION FAMILLE LECLAIR, NOUS POUVONS COMPTER SUR LA CONTRIBUTION DE LA FONDATION ROGER ROY, QUI FINANCE PLUSIEURS DE NOS ACTIVITÉS SPÉCIALES TOUT AU LONG DE L'ANNÉE ET LE PALIM QUI CONTRIBUE À L'EMBAUCHE DE PERSONNEL POUR NOTRE CAMP D'ÉTÉ.

NOS COLLABORATIONS AVEC UN OÛIL DIFFÉRENT ET OLYMPIQUES SPÉCIAUX QUÉBEC VIENNENT ÉGALEMENT ENRICHIR NOTRE OFFRE EN PERMETTANT LA RÉALISATION DE PROJETS ARTISTIQUES ET SPORTIFS STIMULANTS.

GRÂCE À CES PARTENARIATS, NOUS SOMMES PRIVILÉGIÉS DE POUVOIR PROPOSER UNE PANOPLIE D'ACTIVITÉS, DE SORTIES ET DE PROJETS VARIÉS, TOUS AUSSI ENRICHISSANTS LES UNS QUE LES AUTRES POUR NOS MEMBRES.

**PALIM**

Programme d'accompagnement en loisir de l'Île de Montréal



**FONDATION  
ROGER ROY**



FONDATION  
**Famille Leclair**  
Au cœur de notre communauté

**Olympiques  
spéciaux**  
Québec



D'un œil  différent

# PARTENARIATS

## CORPORATIONS

- DONS

- COTISATIONS
- DONS DE PARTICULIERS
- REVENUS D'ACTIVITÉS

INSTANCES  
GOUVERNEMENTALES,  
MUNICIPALES, PROVINCIALES  
ET FÉDÉRALES

## AUTRES LIENS

- ALTERGO
- AQLPH
- RLSQ
- RIOCM
- CRADI
- CENTRE ST-PIERRE
- OPEQ
- FONDATION
- FAMILLE LECLAIR
- OLYMPIQUES SPÉCIAUX QUÉBEC
- FQCCL
- FONDATION ROGER-ROY
- UN OEIL DIFFÉRENT
- PALIM

## CENTRES DE RÉADAPTATION

- CRDI DE MONTRÉAL

## CIUSSS

- CIUSSS DU CENTRE-OUEST-DE-L'ÎLE-DE-MONTRÉAL
- CIUSSS DU CENTRE-SUD-DE-L'ÎLE-DE-MONTRÉAL
- CIUSSS DE L'EST-DE-L'ÎLE-DE-MONTRÉAL
- CIUSSS DU NORD-DE-L'ÎLE-DE-MONTRÉAL
- CIUSSS DE L'OUEST-DE-L'ÎLE-DE-MONTRÉAL

## ORGANISMES GOUVERNEMENTAUX

- MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX DU QUÉBEC
- RESSOURCES HUMAINES ET DÉVELOPPEMENT DES COMPÉTENCES CANADA
- CENTRES LOCAUX D'EMPLOI DU QUÉBEC
- DÉPUTÉS PROVINCIAUX ET FÉDÉRAUX DU COMTÉ HOCHELAGA-MAISONNEUVE
- CIUSSS

## MILIEU SCOLAIRE

- CENTRE DE SERVICES SCOLAIRE DE LA POINTE-DE-L'ÎLE
- CENTRE PAUL-GRATTON



# LA PARTICIPATION SOCIALE

EN PARTENARIAT AVEC LE CENTRE PAUL-GRATTON DE LA CCSPI, LE PROGRAMME DE PARTICIPATION SOCIALE, OFFERT QUATRE JOURS PAR SEMAINE, PROPOSE UN ACCOMPAGNEMENT PERSONNALISÉ VISANT LE DÉVELOPPEMENT ET LE MAINTIEN D'HABILITÉS SOCIALES ESSENTIELLES À UNE VIE ACTIVE ET INCLUSIVE. LE PROGRAMME MET DE L'AVANT L'AUTONOMIE, LE DÉVELOPPEMENT PERSONNEL, LA VALORISATION DES RÔLES SOCIAUX ET L'INTÉGRATION DANS LA COMMUNAUTÉ.

LES THÉMATIQUES ABORDÉES COMPRENNENT NOTAMMENT LES SAINES HABITUDES DE VIE, LES RELATIONS INTERPERSONNELLES ET LA PARTICIPATION CITOYENNE. CETTE ANNÉE, CERTAINES THÉMATIQUES ONT ÉTÉ PARTICULIÈREMENT MISES DE L'AVANT PAR LES ENSEIGNANTES, DONT UN PROGRAMME D'INTRODUCTION À LA SEXUALITÉ OFFERT PAR L'ANONYME, UN ORGANISME SPÉCIALISÉ EN ÉDUCATION ET EN PRÉVENTION EN MATIÈRE DE SANTÉ SEXUELLE. LES ARTS ONT ÉGALEMENT OCCUPÉ UNE PLACE IMPORTANTE : LES MEMBRES ONT EU L'OCCASION D'EXPOSER ET DE VENDRE LEURS CRÉATIONS DE NOËL AU CENTRE PAUL-GRATTON, AMASSANT AINSI UN MONTANT LEUR PERMETTANT DE S'OFFRIR UNE ACTIVITÉ SPÉCIALE DE GROUPE.

## LE PAAS-ACTION

NOTRE ORGANISME A RECONDUIT SA COLLABORATION AVEC LE PROGRAMME D'AIDE ET D'ACCOMPAGNEMENT - ACTION. EN PARTENARIAT AVEC EMPLOI-QUÉBEC. LE PAAS-ACTION PERMET À DES MEMBRES DE VIVRE UNE EXPÉRIENCE STRUCTURÉE D'INTÉGRATION AU TRAVAIL. CETTE ANNÉE, C'EST 8 TRAVAILLEURS QUI ONT ÉTÉ SOUS LA SUPERVISION D'UNE ÉDUCATRICE SPÉCIALISÉE DE NOTRE ÉQUIPE.

LE PROGRAMME FAVORISE LE DÉVELOPPEMENT DE COMPÉTENCES TELLES QUE L'AUTONOMIE, LES HABILITÉS SOCIALES ET LE TRAVAIL D'ÉQUIPE. LES PARTICIPANTS CONTRIBUENT CONCRÈTEMENT AU FONCTIONNEMENT DE L'ORGANISME EN RÉALISANT DIVERSES TÂCHES, NOTAMMENT L'ENTRETIEN MÉNAGER ET DE L'AIDE AUX PAIRS.

MERCI À PATRICK, JEAN-CLAUDE, FERNANDA, MARIE-ÈVE, MAXIME, CHANTAL, YVAN ET MANON. MENTION SPÉCIALE À ANNE, UNE PARTICIPANTE BÉNÉVOLE AU PASS-ACTION QUI PREND CETTE ANNÉE SA RETRAITE BIEN MÉRITÉE! ❤️



## LE PROGRAMME DÉJOUR MÉLI-MÉLO

LE PROGRAMME MÉLI-MÉLO POURSUIT SON DÉVELOPPEMENT AFIN DE MIEUX RÉPONDRE AUX BESOINS VARIÉS DE NOS MEMBRES. OFFERT DANS UN ENVIRONNEMENT STRUCTURÉ ET SÉCURISANT, IL PROPOSE DES ACTIVITÉS ADAPTÉES FAVORISANT LE MAINTIEN DES ACQUIS, LA STIMULATION GLOBALE ET LE BIEN-ÊTRE DES PARTICIPANTS.

AU QUOTIDIEN, LES PARTICIPANTS PRENNENT PART À DIVERSES ACTIVITÉS TELLES QUE DES ATELIERS SENSORIELS, DES ACTIVITÉS MOTRICES DOUCES, DES JEUX COGNITIFS, DU BRICOLAGE, DE LA MUSIQUE, AINSI QUE DES MOMENTS DE DÉTENTE ET DE SOCIALISATION.

AFIN DE MIEUX SOUTENIR LES PERSONNES PRÉSENTANT UN VIEILLISSEMENT OU UNE DIMINUTION DE LEURS CAPACITÉS COGNITIVES ET MOTRICES, UNE DEUXIÈME CLASSE A ÉTÉ MISE EN PLACE. CE GROUPE, COMPOSÉ DE 6 PARTICIPANTS, BÉNÉFICIE D'UN ENCADREMENT ADAPTÉ, AVEC MOINS DE STIMULI ET UNE ATTENTION ACCRUE. NOUS COMPTONS AINSI DÉSORMAIS DEUX GROUPES DISTINCTS : UNE PREMIÈRE CLASSE DE 14 PARTICIPANTS, ET UNE SECONDE DE 6 PARTICIPANTS, PERMETTANT UNE OFFRE DE SERVICES MIEUX AJUSTÉE AUX BESOINS DE CHACUN.

DE PLUS, NOUS SOMMES HEUREUX DE POUVOIR COMPTER SUR LA PRÉSENCE D'UN ENSEIGNANT FOURNI PAR LA CENTRE DE SERVICES SCOLAIRE DE LA POINTE-DE-L'ÎLE DANS L'UNE DE NOS CLASSES MÉLI-MÉLO, TOUT COMME AU SEIN DU PROGRAMME DE PARTICIPATION SOCIALE. CETTE COLLABORATION PERMET D'OFFRIR UN ENCADREMENT PÉDAGOGIQUE SPÉCIALISÉ, FAVORISE UNE MEILLEURE ADAPTATION DES ACTIVITÉS AUX CAPACITÉS DES PARTICIPANTS ET SOUTIEN D'AVANTAGE LE DÉVELOPPEMENT ET LE MAINTIEN DE LEURS ACQUIS.

# NOS ACTIVITÉS DE LOISIRS

## FLOORBALL

L'ACTIVITÉ HEBDOMADAIRE DE FLOORBALL TENUE À L'ÉCOLE IRÉNÉE LUSSIER FAVORISE LE MAINTIEN DE LA FORME PHYSIQUE TOUT EN DÉVELOPPANT LA COORDINATION, LA CONCENTRATION ET LA COMMUNICATION. ELLE PERMET ÉGALEMENT AUX PARTICIPANTS DE VIVRE PLEINEMENT L'ESPRIT D'ÉQUIPE ET DE BRISER L'ISOLEMENT.

## THÉÂTRE & IMPRO

CHAQUE MARDI SOIR, NOS MEMBRES EXPLORENT LEUR CRÉATIVITÉ À TRAVERS DES ATELIERS D'IMPROVISATION ET D'INITIATION AU THÉÂTRE. LES SÉANCES SE POURSUIVENT AVEC DES JEUX D'EXPRESSION ET DES EXERCICES VARIÉS, MENANT À LA CRÉATION D'UN SPECTACLE PRÉSENTÉ LORS DU BAL DE FIN D'ANNÉE; UN MOMENT RASSEMBLEUR, VALORISANT ET TRÈS ATTENDU.

## KARAOKÉ

CHAQUE LUNDI SOIR, NOTRE ATELIER DE KARAOKÉ TRANSFORME LE LOCAL EN VÉRITABLE SCÈNE. PENDANT DEUX HEURES, LES MEMBRES INTERPRÈTENT LES CHANSONS DE LEURS ARTISTES PRÉFÉRÉS DANS UNE AMBIANCE FESTIVE ET INCLUSIVE. CETTE ACTIVITÉ ENCOURAGE L'EXPRESSION PERSONNELLE, RENFORCE LA CONFIANCE EN SOI, AIDE À DIMINUER LA TIMIDITÉ ET MET EN VALEUR LES TALENTS VOCAUX ET LA CRÉATIVITÉ.

## INFORMATIQUE

L'ATELIER D'INITIATION À LA TABLETTE PERMET AUX PARTICIPANTS DE DÉCOUVRIR LES FONCTIONS DE BASE D'UNE TABLETTE À TRAVERS DES ACTIVITÉS SIMPLES ET ADAPTÉES. ILS EXPLORENT INTERNET SELON LEURS INTÉRÊTS, TOUT EN DÉVELOPPANT LEUR MOTRICITÉ FINE, LEUR DEXTÉRITÉ ET LEUR AUTONOMIE NUMÉRIQUE

# NOS ACTIVITÉS DE LOISIRS

## MISE EN FORME

LA MISE EN FORME A FAIT UN RETOUR CETTE ANNÉE, LES PARTICIPANTS TRAVAILLENT EN GROUPE OU INDIVIDUELLEMENT À PARTIR DE MOUVEMENTS SIMPLES ET ADAPTÉS À LEUR CONDITION PERSONNELLE. YOGA SUR CHAISE, MÉDITATION, JEUX DE BALLONS, JEUX D'ADRESSE ET ÉTIREMENTS FONT PARTIS DE LA ROUTINE SPORTIVE À CHAQUE JEUDI SOIR.

## QUILLES

LES QUILLES DEMEURENT L'UNE DES ACTIVITÉS LES PLUS PRISÉES DE NOTRE CLIENTÈLE, AU POINT D'AVOIR MENÉ À L'OUVERTURE D'UNE QUATRIÈME LIGUE LE VENDREDI APRÈS-MIDI. NOUS SOMMES DÉSORMAIS AFFILIÉS AUX OLYMPIQUES SPÉCIAUX QUÉBEC, CE QUI VIENT ENRICHIR L'EXPÉRIENCE DE NOS PARTICIPANTS. CHAQUE SAISON SE CONCLUT PAR UNE REMISE DE PRIX, METTANT EN VALEUR L'ASSIDUITÉ, LES EFFORTS ET L'ESPRIT DE CAMARADERIE DE TOUS LES JOUEURS.

## ARTS PLASTIQUES

NOS ATELIERS D'ARTS PLASTIQUES (DESSIN, PEINTURE, SCULPTURE, BRICOLAGE) OFFRENT BIEN PLUS QU'UN ESPACE DE CRÉATION : ILS FAVORISENT L'ÉPANOUISSEMENT, LE PARTAGE ET L'APPRENTISSAGE COLLECTIF. L'ART PERMET À NOS MEMBRES D'EXPRIMER LEURS ÉMOTIONS, DE DÉVELOPPER LEUR MOTRICITÉ FINE, DE STIMULER LEUR CRÉATIVITÉ ET DE RENFORCER LEUR CONFIANCE EN SOI EN VALORISANT LEURS CAPACITÉS.

## CUISINE

NOTRE ATELIER DE CUISINE PERMET AUX PARTICIPANTS DE DÉVELOPPER DES COMPÉTENCES DE BASE DANS UN ENVIRONNEMENT FAVORISANT L'AUTONOMIE, LA CONFIANCE ET LE SENS DES RESPONSABILITÉS. LES RECETTES, INSPIRÉES DE LA DIVERSITÉ CULTURELLE ONT ENCOURAGÉ LA DÉCOUVERTE DE NOUVELLES SAVEURS ET DE TEXTURES DIFFÉRENTES.

# NOS ACTIVITÉS SPÉCIALES

## LE DIMANCHE FIESTA

LE DIMANCHE FIESTA REGROUPE DEUX ACTIVITÉS COMPLÉMENTAIRES :

LE BINGO RIGOLO EN AVANT-MIDI ET LE DIMANCHE ENTRE AMIS EN APRÈS-MIDI.

CETTE FORMULE INCLUT LE REPAS ET LES COLLATIONS, PERMETTANT D'OFFRIR UN RÉPIT AUX FAMILLES ET RESPONSABLES, NOTAMMENT EN SIMPLIFIANT LA GESTION DES REPAS.

CE MOMENT FAVORISE LE TRAVAIL D'ÉQUIPE, LES ÉCHANGES ET LA SOCIALISATION ENTRE LES PARTICIPANTS, DANS UNE AMBIANCE CONVIVIALE ET RASSEMBLEUSE

### HIVER

CINÉ-PIZZA

BRUNCH DE LA ST-VALENTIN

CAFÉ-RENCONTRE ENTRE AMIS

SPÉCIAL LA FUREUR!

THÉÂTRE: REVUE ET CORRIGÉE 2025



### PRINTEMPS

BRUNCH DE PÂQUES

SPECTACLE ALAIN CHOQUETTE

THÉÂTRES : AGAMEMNON IN THE RING

BAL DE FIN D'ANNÉE

ATELIER DE SCRAPBOOKING

CABANE À SUCRE



### ÉTÉ

CENTRE DES SCIENCES

PARC SAFARI

THÉÂTRE : SHERLOCK HOLMES ET LE CHIEN

DES BASKERVILLE

SUPER AQUA CLUB



### AUTOMNE

CUEILLETTE DE POMME

DÉCORATION DE CITROUILLES

PARTY HALLOWEEN

ATELIER CRÉATION DE BIJOUX

QUILLES-O-THON

CINÉ-PIZZA

BRUNCH RESTAURANT GERRY'S

FÊTE DE NOËL



# CAMP L'AMICAL

À L'ÉTÉ 2025, NOS MEMBRES ONT PRIS PART À NOTRE CAMP ESTIVAL, UNE EXPÉRIENCE AXÉE SUR LE PLAISIR, LA DÉCOUVERTE ET LES ÉCHANGES.

AFIN DE MIEUX RÉPONDRE AUX BESOINS DE CHACUN, LES PARTICIPANTS ONT ÉTÉ RÉPARTIS EN TROIS GROUPES HOMOGÈNES : LES AVENTURIERS, LES CAMÉLÉONS ET LES PANTOUFLARDS, PERMETTANT À TOUS D'ÉVOLUER DANS UN ENVIRONNEMENT ADAPTÉ À LEUR RYTHME ET À LEURS INTÉRÊTS.

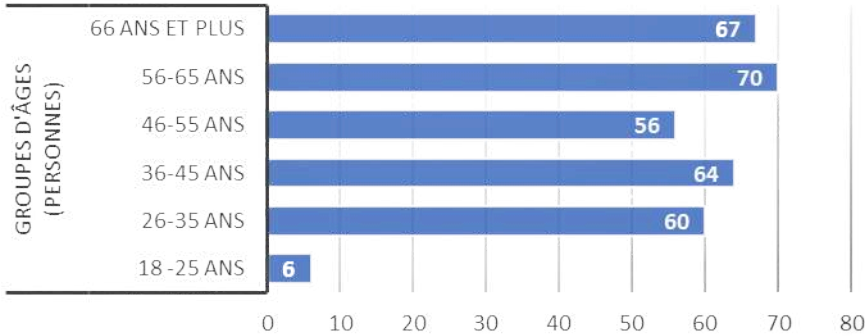
ENCADRÉS PAR UNE ÉQUIPE D'ANIMATION ENGAGÉE, ILS ONT PROFITÉ D'UNE PROGRAMMATION VARIÉE COMBINANT ACTIVITÉS SPORTIVES, ARTISTIQUES ET SOCIALES, AUTANT DANS NOS LOCAUX QUE DANS LES PARCS ENVIRONNANTS.

MONTRÉAL NE MANQUE PAS D'ATTRAITES TOURISTIQUES, ET NOUS DÉCOUVRONS ANNÉE APRÈS ANNÉE DE NOUVEAUX ENDROITS À EXPLORER. NOUS RETOURNONS ÉGALEMENT AUX INCONTOURNABLES TANT APPRÉCIÉS DES MEMBRES, COMME LE JARDIN BOTANIQUE DE MONTRÉAL, L'INSECTARIUM DE MONTRÉAL, LE PLANÉTIARIUM OU ENCORE LA PISCINE, LE TOUT ENTRE AMIS.

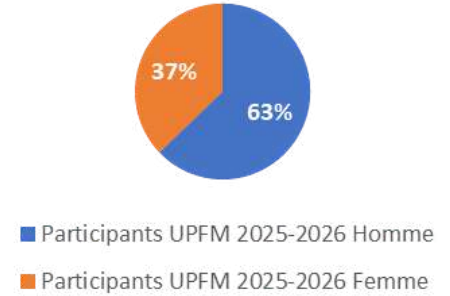


# NOS STATISTIQUES

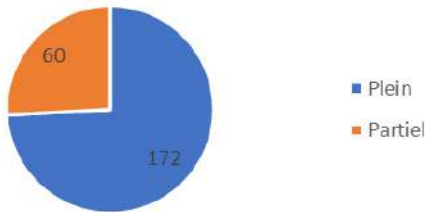
## Groupe d'âges membres



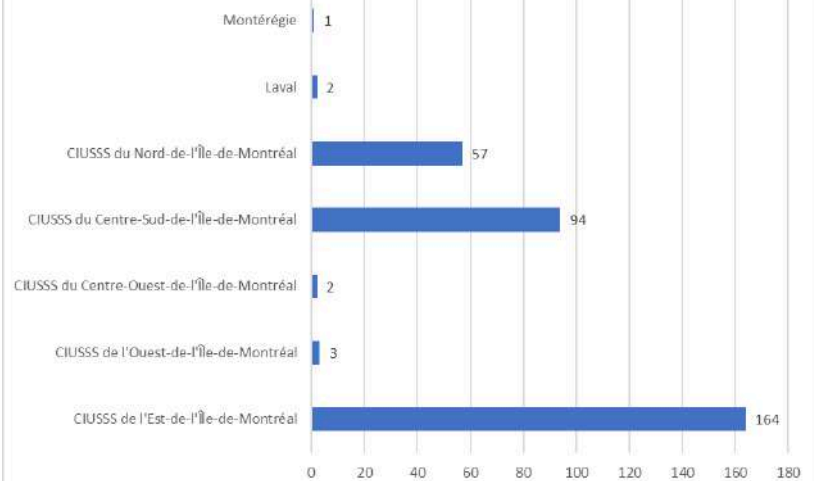
## Participants UPFM 2025-2026



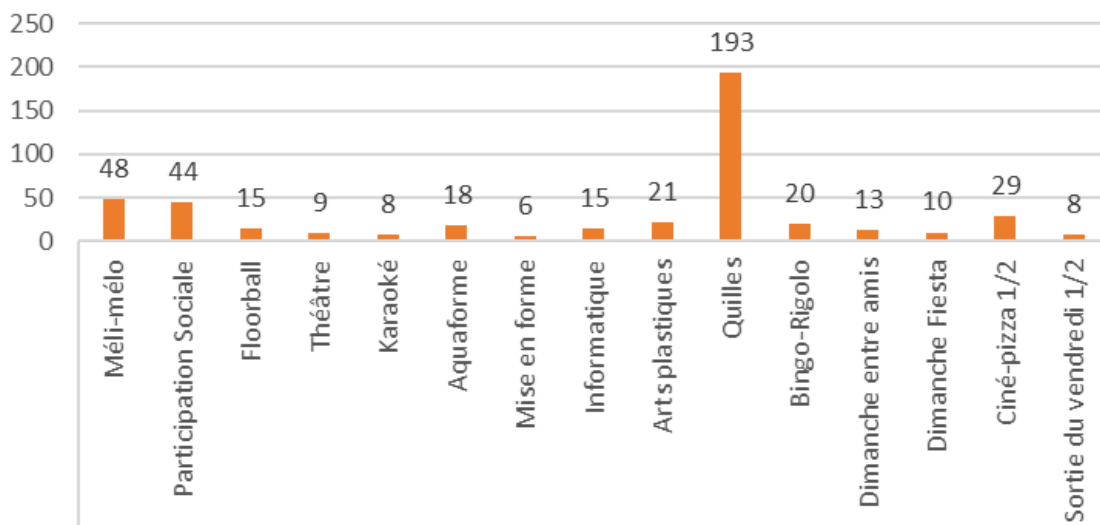
## Membre temps plein / partiel



## Nombre de membres par CIUSSS



## Nombre de membres par activités



Nombre de membres par activités

# REMERCIEMENTS



NOUS SOUHAITONS EXPRIMER NOTRE SINCÈRE RECONNAISSANCE À TOUTES LES PERSONNES ET ORGANISATIONS QUI CONTRIBUENT À LA RÉALISATION DE NOTRE MISSION.

MERCI À NOS MEMBRES POUR LEUR CONFIANCE ET LEUR PARTICIPATION, À NOTRE ÉQUIPE ET À NOS BÉNÉVOLES POUR LEUR ENGAGEMENT CONSTANT, AINSI QU'ÀUX FAMILLES POUR LEUR PRÉCIEUSE COLLABORATION.

NOUS REMERCIONS TOUT PARTICULIÈREMENT NOTRE PRINCIPAL BAILLEUR DE FONDS, LE PROGRAMME DE SOUTIEN AUX ORGANISMES COMMUNAUTAIRES (PSOC), DONT LE SOUTIEN FINANCIER ESSENTIEL PERMET D'ASSURER LA STABILITÉ DE NOS SERVICES, DE MAINTENIR UNE OFFRE D'ACTIVITÉS DE QUALITÉ ET DE RÉPONDRE DE FAÇON CONTINUE AUX BESOINS DE NOTRE CLIENTÈLE.

NOUS SOULIGNONS ÉGALEMENT L'APPORT PRÉCIEUX DE NOS PARTENAIRES ET DONATEURS, NOTAMMENT LA FONDATION FAMILLE LECLAIR, LA FONDATION ROGER ROY, UN Oeil DIFFÉRENT, OLYMPIQUES SPÉCIAUX QUÉBEC AINSI QUE LE PALIM. LEUR CONTRIBUTION PERMET D'ENRICHIR NOTRE PROGRAMMATION ET DE MULTIPLIER LES OCCASIONS OFFERTES À NOS MEMBRES.

UN MERCI TOUT SPÉCIAL À NOS CHERS BÉNÉVOLES, DE MERVEILLEUX AIDANTS COMPOSÉS DE NOS MEMBRES, FAMILLES, AMIS ET GENS DE LA COMMUNAUTÉ. VOTRE PRÉSENCE FAIT UNE RÉELLE DIFFÉRENCE ET UN SOUTIEN ESSENTIEL À NOTRE ORGANISME.

SABRINA ANOBILE  
SYLVIE LAVIGNE  
ALAIN LAVIGNE  
JOEY HORKYAK  
CLAUDE CHAMPAGNE  
NICOLE BERGERON  
JOSÉE DULUDE  
ANNE EDWARDS  
PATRICK BERGERON  
ISABELLE BÉRUBÉ  
RICHARD BÉGIN



SÉBASTIEN BERNIER  
JEAN-CLAUDE LAROSE-VOLTAIRE  
MARIE-ÈVE LAPOINTE  
PATRICK CARRIÈRE  
MANON TREMBLAY  
MAXIME LÉVESQUE-ASSELIN  
DIANE FRASER  
JOSÉE PIMPARÉ  
FRANÇOISE PERREULT  
LINE PIMPARÉ  
JEAN-PIERRE YVON