Alpha

ASSOCIATION D'ENTRAIDE des *personnes handicapées physiques* de Montréal

# RAPPORT ANNUEL 2024/2025

# TABLE DES MATIÈRES


MOT DU PRÉSIDENT ..... 3

MOT DU DIRECTEUR ..... 4

PORTRAIT DE L'ORGANISME ..... 5

L'ALPHA EN CHIFFRES ..... 6

AXE 1 – SOUTIEN DANS LA COMMUNAUTÉ ..... 7

AXE 2 – CHEMINEMENT VIE ACTIVE ..... 15

AXE 3 – PARTICIPATION CITOYENNE ..... 20

AXE 4 – PROMOTION DE L'ACCESSIBILITÉ UNIVERSELLE ..... 23

ADMINISTRATION ..... 24

PROJETS AU COURS DE L'ANNÉE 2024-2025 ..... 28

RESSOURCES FINANCIÈRES ..... 30

PRIX D'EXCELLENCE 2024 MICHEL DE JORDY ..... 32

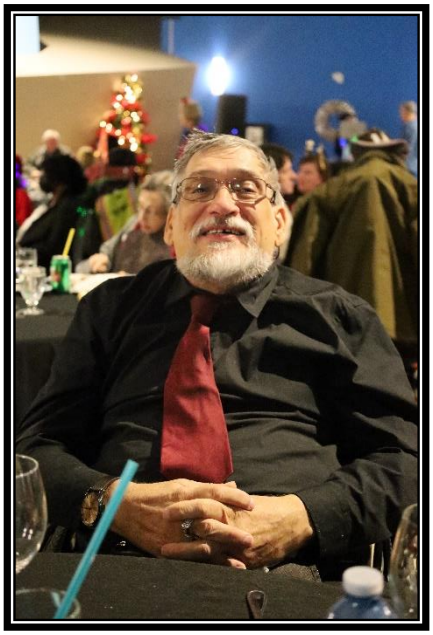
NOS PRINCIPAUX COLLABORATEURS ..... 33

MERCI À NOS PARTENAIRES FINANCIERS ..... 34

46 ANS AU SERVICE DE NOS MEMBRES ..... 35

REMERCIEMENTS ..... 36

# *MOT DU PRÉSIDENT*



Chers membres de l'ALPHA,

C’est avec une grande fierté que je m’adresse à vous aujourd’hui, lors de notre 46e assemblée générale. En tant que président, c’est un honneur de partager ce moment avec vous, qui êtes l'âme de notre communauté.

Au fil des années, notre association est devenue un acteur clé dans l'accompagnement des personnes en situation de handicap à Montréal. Nous avons créé un espace de solidarité, où chacun peut se sentir valorisé. Ce que nous avons accompli est remarquable, mais ce qui nous attend est encore plus prometteur.

L’année passée a été ponctuée de défis, mais aussi de progrès grâce à votre engagement et à votre soutien sans faille. Chaque victoire, même petite, est le fruit de notre travail collectif. Nous avons su innover et nous adapter pour mieux répondre aux besoins de nos membres et défendre leurs droits.

Mais notre mission n’est pas terminée. En 2025, nous continuerons à lutter pour un monde plus inclusif, où chaque personne, quel que soit son handicap, pourra vivre pleinement. Nous poursuivrons notre action avec la même passion et énergie.

Je vous remercie tous pour votre contribution, grande ou petite. Vous êtes la force de cette association, et c’est grâce à vous que nous offrons un avenir meilleur à nos membres.

Ensemble, poursuivons sur cette belle lancée, animés par l’esprit de solidarité, de respect et de bienveillance. Rien n’est impossible lorsque nous agissons ensemble.

Merci de faire partie de cette aventure et pour votre engagement. Que notre association continue de grandir et de faire une réelle différence.

Avec toute ma gratitude,

Gary Guay

# *MOT DU DIRECTEUR*

Chers membres,

En ce début d'année 2024-2025, je vous exprime ma profonde gratitude pour votre engagement constant envers notre mission. Ensemble, nous formons une communauté déterminée à défendre l'inclusion et le bien-être des personnes en situation de handicap. Cependant, les défis auxquels nous faisons face sont de plus en plus nombreux.

Les besoins croissants et diversifiés de nos membres demandent des réponses adaptées, mais le contexte économique difficile, avec des revenus stagnants, complique l'élargissement de nos services.

Face à cette réalité, notre planification stratégique 2025-2028 est essentielle. Elle repose sur trois axes :

1- **Renforcer notre réseau d'entraide** : Développer des partenariats pour élargir nos ressources et notre impact.

2- **Améliorer nos programmes** : Adapter nos services aux nouvelles réalités, avec un focus sur l'innovation et l'efficacité.

3- **Optimiser nos ressources** : Chercher de nouveaux financements et maximiser l'utilisation des ressources existantes.

Notre objectif est de rester une organisation dynamique et résiliente, fidèle à nos valeurs de solidarité, respect et bienveillance. Je suis convaincu qu'avec votre soutien, nous continuerons à faire une réelle différence dans la vie de nos membres.

Merci à chacun de vous pour votre engagement. Ensemble, nous construirons un avenir inclusif et équitable pour toutes les personnes en situation de handicap.

Avec ma reconnaissance,

Hamid Terzi

## MISSION

Notre mission est de promouvoir l'autonomie, l'inclusion et le bien-être des personnes en situation d'handicap physique et d'offrir un soutien pratique, émotionnel et social ainsi que des activités favorisant l'entraide pour créer un environnement ou chaque personne peut réaliser son plein potentiel.

« À l'Alpha, je me sens quelqu'un! »

## VISION

Notre vision est celle d'une organisation inclusive où les personnes en situation de handicap physique sont pleinement intégrées, respectées et valorisées pour leurs contributions. Le conseil d'administration, l'équipe et les membres incarnent un engagement profond envers l'inclusivité et la confiance pour que chaque personne bénéficie d'un soutien global pour atteindre son plein potentiel.

## VALEURS

L'Alpha préconise trois (3) valeurs fondamentales qui rassemblent, que l'on fait nôtres, pour qu'il y ait cohérence entre ce que l'on veut promouvoir et nos actions.

- Respect

Prendre en considération la valeur de chaque personne.

- Entraide

Aider à la hauteur de nos compétences et de nos connaissances en étant à l'écoute des besoins des autres.

- Bienveillance

Faire le bien en veillant sur nous et sur les autres.

# L'ALPHA EN CHIFFRES

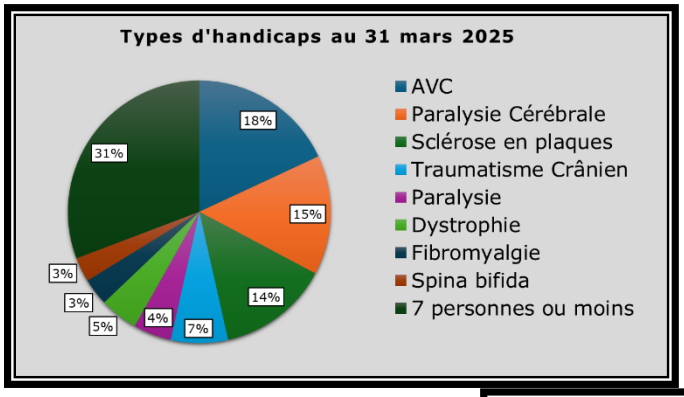
Fondée en 1980 par un groupe de personnes vivant avec des limitations physiques et/ou neurologiques, l'Association d'entraide des personnes handicapées physiques de Montréal (ALPHA de Montréal) a vu le jour en réponse à l'isolement social et économique auquel étaient confrontées ces individus. En tant qu'organisme communautaire à but non lucratif, ALPHA s'engage depuis plus de quatre décennies à améliorer la qualité de vie de ses membres.

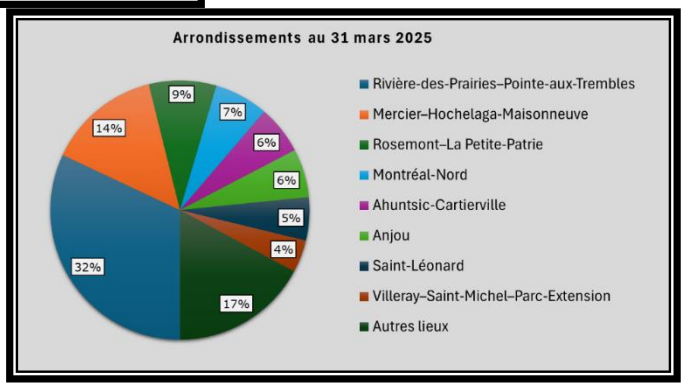
L'association ouvre ses portes à celles et ceux qui souhaitent mener une vie active malgré leurs limitations fonctionnelles et neurologiques. Elle offre des activités adaptées et crée des espaces propices à la formation de liens sociaux, permettant ainsi à chacun de s'épanouir pleinement.

Le succès de l'ALPHA repose sur la confiance et la fidélité de ses membres, qui représentent à la fois sa source d'inspiration et sa plus grande force. Leur engagement et leur soutien constant sont les moteurs qui poussent l'association à se surpasser chaque jour pour offrir des services toujours plus pertinents et adaptés.

L'Alpha c'est :

- 296 membres actifs
- 5 membres sympathisants
- 32 bénévoles
- 17 nouveaux membres




ORGANISME PANAM

reconnu par la Ville de Montréal

# *AXE 1 — SOUTIEN DANS LA COMMUNAUTÉ*

## Notre engagement : intervenir avec bienveillance

Au sein du département du Soutien à la communauté, nous mettons tout en œuvre pour offrir un accompagnement psychosocial de qualité aux membres de l'Alpha. Notre équipe, composée de deux intervenantes chevronnées, de stagiaires motivé(e)s et d'une coordonnatrice présente au quotidien, place les membres au cœur de ses priorités.

Nos services s'articulent autour d'une approche personnalisée, axée sur l'*empowerment* :

- Rencontres individuelles adaptées à chacun,
- Accompagnement et visites à domicile selon les besoins,
- Collaboration avec d'autres organismes et le département Cheminement Vie Active pour les situations complexes.

Notre objectif ? Créer un environnement bienveillant où chaque membre peut s'épanouir à sa manière et vivre pleinement sa vie.

### Les enjeux de nos membres en 2024-2025

## La précarité qui s'installe

« Tout augmente, sauf les revenus » : cette réalité touche particulièrement nos membres. Quand chaque dollar compte, une hausse des prix, même minime, peut tout déséquilibrer. Au-delà de la pauvreté monétaire, nous observons une fragilisation du filet social – ce réseau de soutien si crucial quand la vie vacille.

## Un filet social qui se déchire

Les listes d'attente s'allongent, les professionnels changent souvent, et la fatigue générale rend les relations plus tendues. Même dans la société, les gestes de solidarité se font plus rares.

## Mais l'espoir persiste

Malgré tout, des rayons de lumière subsistent : à l'Alpha, nous agissons concrètement :

- Activités gratuites ou à faible coût,
- **Projet Social** pour répondre aux urgences,
- Distribution de paniers de Noël (en partenariat avec Jeunesse au Soleil cette année, pour 64 familles !),
- Foulards tricotés par nos membres pour les sans-abris (merci Dave Turner !).

Pour beaucoup, l'Alpha est bien plus qu'un organisme : c'est une famille. Et ça, c'est inestimable.

---

## Des partenariats qui font la différence

- CIUSSS Est-de-l'Île : Grâce aux Éclaireurs, sept conférences sur la santé mentale positive ont été offertes à nos membres – un succès !
- Jeunesse au Soleil : Leur générosité a illuminé le Noël de nos membres, avec paniers et cadeaux pour les membres.

---

## Nos valeurs : le socle de nos actions

1. L'accueil : Chaque personne est importante, unique, et mérite écoute et respect.
2. La bienveillance : Elle guide chacune de nos interventions.
3. L'empowerment : Nous croyons au pouvoir d'agir de chacun.
4. La communauté : Entre membres, entre intervenants, nous cultivons l'entraide.

## L'impact de notre travail

- Moins de solitude, plus de liens,
- Des habiletés sociales renforcées,
- Une meilleure gestion des émotions,
- Une qualité de vie améliorée, étape par étape,
- Et surtout : la fierté de reprendre le contrôle de sa vie.

Parce qu'à l'Alpha, le Soutien à la communauté, c'est bien plus qu'un service… C'est une présence.

« TEMOIGNAGES »

Quand je viens aux mandalas, ça me donne une bonne occasion de sortir de chez nous. Je peux jaser avec les autres et relaxer en dessinant. En plus, je peux aussi faire des mandalas chez moi lorsque je m'ennuie la fin de semaine. C.V.

Pour moi, entrer en relation avec les autres ce n'est pas facile. Lorsque je fais de la zoothérapie, je me sens bien. Les animaux nous réconfortent. J'arrive même à discuter un peu avec les participants du groupe. C.R.

Lorsque je suis tombée malade, je croyais que tout était fini pour moi. Mais même si c'est difficile, je sais maintenant grâce au support de l'Alpha qu'il y a une suite possible. A.R.

À toutes les semaines, à 13h30 pile le jeudi, mon intervenante m'appelle. On peut jaser de tout ce que je veux. Mon intervenante m'écoute sans me juger et m'aide à trouver des pistes de solutions face à mes difficultés. L.M.

L'an dernier, j'ai été hospitalisé. Je ne pouvais plus venir en personne aux activités de l'Alpha. Mais on a continué mon suivi à distance ce qui m'a encouragé pendant mon hospitalisation. C.S.

## Les types d'intervention en bref

Nos interventions sont aussi variées que les besoins des membres que nous accompagnons. Voici une répartition des principales demandes auxquelles nous répondons :

- Difficultés organisationnelles, familiales ou affectives ----------(27%)

*Gestion du quotidien, tensions relationnelles, isolement...*

- Lutte contre l'ennui et recherche de sens ----------(21%)

*Recréer du lien, trouver des activités stimulantes...*

- Gestion de l'anxiété et besoin de ventiler ----------(17%)

*Écoute active, techniques de respiration, soutien immédiat...*

- Problématiques de soutien à domicile ----------(15%)

*Accompagnement pour les tâches quotidiennes, accès aux ressources...*

- Médiation et gestion de conflits ----------(10%)

*Aider à rétablir le dialogue, trouver des solutions communes...*

- Acceptation d'une situation difficile ---------- (8%)

*Deuil, handicap, perte d'autonomie...*

- Idées noires et soutien en crise ---------- (2%)

*Écoute sans jugement, orientation vers des ressources spécialisées...*

Chaque chiffre représente une histoire, une personne que nous accompagnons avec bienveillance et professionnalisme.

| | | |
|---|---|---|
| | | |
| **610** appels et rencontres avec les partenaires, le personnel de la santé et des services sociaux, la famille ou leurs proches | **1858** appels en relation d'aide | **272** rencontres formelles et informelles avec les membres |
| Il y a eu une augmentation comparativement aux années passées. | **68** suivis réguliers | |

## Pourquoi cette répartition ?

Les difficultés organisationnelles et affectives arrivent en tête, reflétant l'isolement et la complexité de concilier vie quotidienne et bien-être. L'ennui, souvent sous-estimé, est pourtant un enjeu majeur chez nos membres. Quant à la gestion de l'anxiété, elle montre à quel point le besoin d'être écouté et soutenu est fondamental.

*Derrière chaque pourcentage se cachent des visages, des parcours, et surtout... des solutions que nous construisons ensemble.*

---

## Nos activités de groupe

### Un soutien mutuel

Les activités du département Soutien sont essentielles pour renforcer le lien social et répondre aux besoins psychosociaux des membres. Elles offrent un espace d'écoute, de confiance et de respect, où chacun peut s'exprimer librement Ces actions favorisent l'autonomie et le mieux-être global. Elles créent des opportunités de croissance personnelle et de participation active à la communauté. Grâce à une approche humaine et inclusive, chaque membre est soutenu selon son propre rythme. Le département contribue ainsi à bâtir une communauté solidaire, accueillante et bienveillante.

Mandala | Art et croissance personnelle | Tableau de vie

Zoothérapie | Groupe discussion

Atelier de sensibilisation | Conférences

**521** présences aux activités

**Zoothérapie**

Cette année, nous avons eu la joie d'accueillir Annie, zoothérapeute passionnée, et ses précieux compagnons à poils et à écailles. Lapins doux, tortue placide, chat ronronnant et même un rat plein de malice… Chaque animal a su apporter sa touche de réconfort aux participants, dans une ambiance bienveillante et toujours sur la base du volontariat.

Au programme :

- Rencontres tendres : Cajoler, observer et apprendre à connaître ces animaux attachants.
- Découvertes : Annie a partagé avec enthousiasme ses connaissances sur leurs besoins et leurs comportements, éveillant la curiosité de tous.
- Pause bien-être : Un vrai répit face au stress du quotidien, où l'on oublie tout pour se connecter à l'instant présent.
- Apprentissages discrets : Développer ses habiletés sociales en interagissant avec le groupe… et en respectant le rythme de chaque animal !

Des instants magiques entre fous rires (qui aurait cru qu'un rat pourrait voler la vedette ?), émotions fortes et petites victoires partagées.

Merci à Annie et à ses compagnons pour ces moments uniques, où les cœurs s'ouvrent et les sourires fleurissent. 🐇🦎🐀💖

Nous avons hâte de revivre ces instants enchantés, riches en émotions et en découvertes. Ces rencontres ont semé des graines de confiance et de bienveillance en chacun. Et qui sait ? Peut-être de nouveaux amis viendront-ils nous surprendre l'année prochaine…

**L’activité ‘Entre-nous’ Tout simplement**

Activité phare du soutien à la communauté, le groupe d’échange et d’entraide Entre-Nous continue de faire parler les participants. Ce groupe est formé d’une dizaine de membres qui changent à chaque session. Plusieurs reviennent périodiquement, certains à toutes les sessions. C’est ce que l’on a confirmé lors d’un sondage effectué avec le groupe. On y prend goût 😉

Dans une ambiance conviviale, on discute de sujets qui touchent les gens. Parfois, on rit et parfois on pleure, mais on est toujours bien entouré par la force du groupe. En plus de briser l’isolement, le partage d’expériences communes permettent de créer des liens entre les participants, de développer des nouvelles stratégies face aux problèmes et de travailler leurs habiletés sociales. L’activité permet aussi d’exprimer ce que l’on vit et d’être entendu davantage que dans d’autres réseaux. Tout simplement Entre-Nous.

**Art et croissance personnelle**

5 ateliers uniques combinant art-thérapie et développement personnel, animés par Miruna, coach de vie.

Au programme :

- Exploration de soi par l'art et la pleine conscience
- Outils concrets de gestion émotionnelle
- Techniques pour se réapproprier son pouvoir personnel

Un espace créatif pour :

✓ Exprimer ses émotions
✓ Découvrir de nouvelles ressources
✓ Avancer vers un mieux-être

"Transformer ses émotions en créations, et ses créations en prises de conscience."

**Le tableau de vie**

Un tableau de vision est un outil puissant qui peut aider à réaliser ses objectifs et transformer sa vie de façon positive. En choisissant des images inspirantes et en les visualisant régulièrement, les membres conditionnent leurs esprits à attirer le succès et le bonheur dans leurs vie. Il faut prendre des actions concrètes rester engagé dans cette démarche pour véritablement manifester les aspirations Une formation de quelques heures suivit de pratique a été donné par notre collègue Romane. Une nouvelle activité très appréciée des membres.

**Conférences : l'humain avant tout**

Cette année encore, nous avons reçu de beaux êtres humains qui sont venus nous partager leur vécu et/ou nous sensibiliser sur des réalités que vivent d'autres personnes. Ces conférences permettent de s'ouvrir à l'autre et de découvrir des gens au parcours atypique. Parfois, on se reconnait et d'autres fois, on apprend.

Les participants ont pu rencontrer la sympathique Marcia Pilote, actrice qui fait aussi office de coach de vie. Ils ont pu échanger avec elle et développer des trucs sur l'estime de soi notamment. En plus, l'aventure continue avec les réseaux sociaux.

On a eu aussi la visite de Kim. Personne en situation d'handicap elle-même et avocate de formation, elle est venue nous parler de son parcours et des défis qu'elle a su relever.

De plus, une sexologue, un intervenant pour les personnes traumatisées crânienne et du personnel de Kéroul sont venus nous présenter des conférences enrichissantes sur leur sujet respectif.

Cette programmation nous a donné le goût d'aller plus loin. En effet, nous avons décidé de reprendre les activités Parcours de vie où un membre de la grande famille de l'Alpha vient partager son vécu, ses défis, ses réussites, etc. Toujours intéressant de découvrir davantage des gens que l'on côtoie. À suivre pour les prochains parcours de vie.

## L'inclusion, le plaisir, le loisir : un trio gagnant !

Les loisirs sont bien plus qu'une simple distraction : ils constituent un pilier essentiel du bien-être social, mental et physique. Pour nos membres, ils représentent une opportunité unique de partager des moments enrichissants, de tisser des liens et de cultiver une vie active et épanouie.

## Les bienfaits multiples des loisirs

1. **Rencontres et interactions sociales**

Pratiquer un loisir, c'est rejoindre une communauté de passionnés. Ces échanges favorisent la création de liens durables et l'entretien d'un réseau social stimulant.

2. **Activités collectives et dynamisme**

Que ce soit à travers le sport, la culture ou le bénévolat, les activités de groupe encouragent l'engagement tout en renforçant les compétences sociales et la confiance en soi.

3. **Apprentissage et épanouissement personnel**

Les loisirs sont une porte ouverte vers la découverte et la progression. Qu'il s'agisse d'apprendre de nouvelles choses ou d'explorer une passion, ils stimulent l'esprit et nourrissent la curiosité.

4. **Bien-être global**

S'adonner à des activités plaisantes réduit le stress, booste l'humeur et contribue à un équilibre de vie harmonieux.

**Des idées pour tous les goûts**

- **Sport** : Participer aux marches, faires partie d'une équipe ou s'essayer à un sport collectif allie effort physique et convivialité.
- **Culture** : Participer aux ateliers créatifs, concerts, visites de musées ou clubs de lecture… Autant de façons de vibrer ensemble autour d'intérêts communs.
- **Bénévolat** : S'investir pour une cause permet de donner du sens à son temps libre tout en élargissant son cercle relationnel.

En intégrant loisir, plaisir et inclusion, c'est une vie plus riche et connectée qui s'offre à chacun. Et vous, quel loisir allez-vous explorer ?

**LOISIRS ET ACTIVITÉS SOCIALES**

Bingo
Quilles
Ferme Guyon
Biodôme
Insectarium
Cinéma
Dîner de l'amitié
Planétarium
IMAX
Sortie au Vieux-Port
Pique-nique Victorien
Parc Lafontaine
Sortie Crème Glacée
Complexe Desjardins
Sortie au Mont-Royal

**ARTS ET CULTURE**

Tricot
Confection de cartes HMR
Bricolages
Ateliers de peinture
Atelier d'artisanat
Spectacles à la Maison de la Culture
Spectacles en plein air
Scrapbooking
FICAM
Cinéma
Jeux-libre

**SPORT ET ACTIVITÉS PHYSIQUES**

Danse contemporaine
Yoga
Karaté
Marche et roule
Piscine
Boxe
Zumba

**VIE ASSOCIATIVE**

Assemblée annuelle des membres
BBQ Hot-dogs
Camp d'été
Sortie aux pommes
Soirée d'Halloween
Soirée de Noël
Dîner de la Saint-Valentin
Cabane à sucre

2197 présences aux activités
Une augmentation significative comparativement à l'an passé

## ZUMBA

**Bouger dans la joie et la bonne humeur !**

Plongez dans l'énergie festive des rythmes latinos avec Marie-Ève, qui vous propose des cours de Zumba aussi colorés qu'enthousiasmants !

Au programme :

- **Des pas de danse dynamiques** sur des musiques entraînantes,
- **Une adaptation personnalisée** pour respecter le rythme de chacun,
- **Une atmosphère chaleureuse et inclusive**, où le plaisir prime sur la performance.

**Les atouts de notre Zumba adaptée :**

✓ **Accessible à tous** - Mouvements modulables selon vos capacités
✓ **Santé & bien-être** - Améliore endurance, coordination et cardio
✓ **Convivialité garantie** - Ambiance festive et groupe soudé

Venez libérer votre énergie dans une activité qui allie sport, danse et fous rires - le combo parfait pour un moral au top !

---

## GRAND PIQUE-NIQUE VICTORIEN

**L'élégance victorienne : une escapade historique inoubliable**

Notre récent **Grand Pique-nique Victorien** à la Maison Antoine-Beaudry a transporté nos membres dans le raffinement du 19e siècle.

**Au programme** :

- Atelier de chapeaux victoriens (plumes, rubans et dentelles)
- Dégustation de thés et pâtisseries d'époque
- Initiation aux danses traditionnelles
- Concours du plus authentique costume

**Pourquoi c'était magique** :
✓ Ambiance immersive dans les jardins historiques
✓ Découverte des arts et manières victoriens
✓ Rencontres entre passionnés d'histoire vivante

*Prochaine édition déjà en préparation... avec des surprises encore plus historiques !*

## CAMP D'ÉTÉ 2024 : UNE EXPÉRIENCE INOUBLIABLE

Le Camp Bon Départ offre bien plus qu'un simple séjour - c'est une aventure sur mesure où **dépassement de soi** rime avec **plaisir et bien-être** !

**Notre formule gagnante** :

- Des activités **plein air, sportives et artistiques** adaptées à tous les niveaux
- Un rythme respectueux des besoins de chacun
- Des installations et programmes **pensés pour l'inclusion**

**Pourquoi c'est si spécial** ?
✓ Un séjour **annuel très attendu** par nos membres
✓ Une opportunité unique de **découvertes et d'épanouissement**
✓ La fierté de **repousser ses limites** dans un cadre sécuritaire

**Un immense merci** à **Centraide** dont la générosité rend possible ces moments de bonheur pur !

*Vivez l'été autrement - le Camp Bon Départ, bien plus qu'un voyage, une transformation !*

Zumba

Pique-nique victorien

Camp d’été

## LES IMPACTS POSITIFS

**Ce que nos membres nous partagent**

Grâce aux activités culturelles, sportives et sociales de l'Alpha, nos membres vivent des transformations significatives :

**Des liens qui unissent**

- "Je viens voir mes ami(e)s" → Briser l'isolement social
- "L'Alpha c'est comme ma famille" → Développer un fort sentiment d'appartenance

**Des défis qui transforment**

- "Je ne pensais jamais être capable de faire ça !" → Découvrir de nouvelles capacités
- "À l'Alpha, je me sens quelqu'un" → Regagner confiance et estime de soi

**Un quotidien qui prend sens**

- "Une chance que j'aie les activités de l'Alpha" → Structurer ses journées
- "Ici, je m'amuse et je m'épanouis" → Retrouver le plaisir et la motivation

*Plus qu'un centre, une communauté qui fait grandir !*

---

## BONS COUPS ET RÉALISATIONS MARQUANTES

**Notre programmation s'enrichit !**

- **Zumba adaptée** : Cours dynamiques offerts par Marie-Ève Allard, instructrice passionnée
- **Ateliers artistiques** : Nouveaux créneaux animés par Sylvie Thiffault pour stimuler la créativité

**Visibilité et partenariats**

- Collaboration avec le **Cégep Marie-Victorin** (affichage dans les départements d'éducation spécialisée et de travail social)

**Engagement communautaire**

- **Cartes de prompt rétablissement** :
  ✓ 100+ cartes créées par nos membres pour les patients de l'Hôpital Maisonneuve-Rosemont
  ✓ Projet en expansion vers d'autres établissements de santé
- **Action solidaire** :
  ✓ 72 foulards confectionnés avec soin par nos membres
  ✓ Distribués aux personnes sans-abri grâce à l'engagement de Dave, notre bénévole dévoué

*Des initiatives qui font la différence, une réalisation à la fois !*

# *AXE 3 — PARTICIPATION CITOYENNE*

## La participation citoyenne : un engagement porteur de sens

La participation citoyenne est à la fois une attitude à adopter et un réflexe à cultiver. Elle permet à chacun et chacune d'exercer son pouvoir d'influence tout en contribuant activement à l'amélioration de la société.

Tout au long de l'année, nos membres sont invités à poser des gestes concrets de participation citoyenne. À travers leur engagement bénévole dans la communauté, ils et elles participent à la création d'un environnement inclusif et valorisant pour tous. Leur implication se manifeste notamment dans l'organisation et la tenue d'événements de quartier.

## Voici quelques exemples d'initiatives citoyennes récentes :

- **Distribution de foulards pour les personnes en situation d'itinérance**

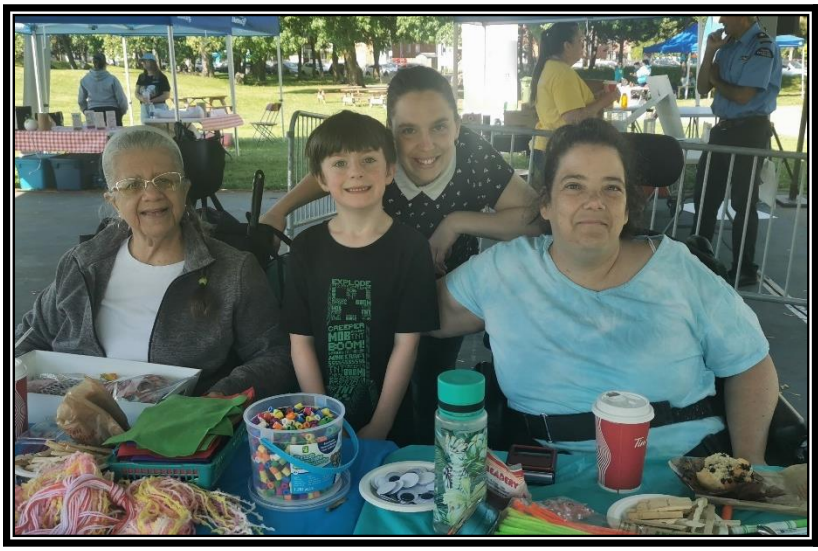
Des foulards tricotés avec soin par les membres de l'Alpha ont été remis à Dave, un intervenant de terrain, pour être distribués aux sans-abris de Montréal.

- **Marche et Roule dans le cadre du 350e anniversaire de Pointe-aux-Trembles**

Nos membres ont pris part à cet événement rassembleur, qui vise à développer, promouvoir et rendre accessibles des festivités d'envergure. Cette initiative réunit les citoyens et citoyennes du quartier dans un esprit d'inclusion, de reconnaissance historique et de fierté collective.

- **Fête de la famille – Bénévolat et kiosque de présentation**

Lors de la Fête de la famille, nos bénévoles ont tenu un kiosque pour faire connaître notre organisme à la communauté. Ce fut une belle occasion de tisser des liens, de présenter nos actions et de partager les valeurs qui nous animent.



- **La Saint-Jean-Baptiste – Une fête, un engagement**

À l’occasion de la Saint-Jean-Baptiste, plusieurs de nos membres se sont inscrits pour prêter main-forte à l’organisation de l’événement. Que ce soit à l’accueil ou à d’autres postes clés, notre présence était précieuse pour assurer le bon déroulement de cette fête rassembleuse.

---

## Nos bénévoles, notre fierté !

Nous sommes fiers de chacun et chacune de nos bénévoles qui s’investissent au sein de notre organisme. Leur engagement généreux et constant fait une réelle différence dans la vie collective de l’Alpha.

De nombreux bénévoles actifs donnent de leur temps avec cœur, partageant leurs compétences et leurs savoirs dans un esprit d’entraide et de solidarité. Leur contribution renforce le tissu social de notre milieu et leur présence rassurante est profondément appréciée par tous les membres.

Cette année encore, nous avons tenu à souligner leur apport exceptionnel en organisant un souper au restaurant en leur honneur. Chaque bénévole a reçu un cadeau et une carte faits à la main par nos membres, en gage de reconnaissance.

**Merci pour votre implication, votre dévouement et votre générosité. Vous êtes une richesse inestimable pour l’Alpha.**

# *AXE 4 — PROMOTION DE L'ACCESSIBILITÉ UNIVERSELLE*

## Accessibilité universelle : un engagement au cœur de nos actions

Dans le vaste paysage des enjeux sociaux, l'accessibilité universelle s'impose comme un pilier essentiel dans la construction d'une société véritablement inclusive. Elle ne se limite pas à l'aménagement physique des lieux, mais englobe aussi la participation pleine et entière de toutes les personnes, quelles que soient leurs capacités, à la vie collective.

À l'Alpha, nous croyons fermement que chaque personne a le droit de participer à la société sans rencontrer d'obstacles. C'est pourquoi nous nous engageons activement, avec détermination et constance, dans divers espaces de concertation, de représentation et de défense des droits. Notre implication vise à faire entendre la voix des personnes marginalisées et à contribuer à la création d'un environnement où la diversité est valorisée, les barrières sont levées et les opportunités sont réellement accessibles à toutes et à tous.

**Voici un aperçu des instances et projets auxquels nous avons participé au cours de l'année :**

- Comité Montréal Accessible (CMA)
- Comité Mobilité de la Ville de Montréal (secteur RDP–PAT)
- Fondation INCA Québec
- Le RUTA de Montréal
- Confédération des organismes de personnes handicapées du Québec (COPHAN)
- Conseil d'administration du Mainbourg
- Agoras de la Table de développement social (TDS)
- Chantier Transport de la CDC de la Pointe
- Chantier Santé globale de la CDC de la Pointe
- Conseil d'administration de DéPhy Montréal
- Collectif Accessibilité universelle d'AlterGo
- Évaluations des activités offertes par l'arrondissement RDP–PAT

Ces implications témoignent de notre volonté de contribuer activement aux transformations collectives. En agissant à la fois localement et à l'échelle régionale, nous poursuivons notre mission : bâtir, ensemble, une société plus équitable, plus accessible et plus humaine.

# *ADMINISTRATION*

## Leadership responsable

**Un engagement fort en matière de gouvernance**

Assurer une gouvernance efficace repose sur la capacité à attirer et à fidéliser des administrateurs compétents, engagés et indépendants. En 2024-2025, notre conseil d'administration s'est illustré par son engagement constant, sa diversité de profils et la richesse des expertises mobilisées. Au total, cinq réunions du conseil se sont tenues en plus de l'assemblée générale annuelle, témoignant de l'implication active de ses membres. Chacun d'eux a investi en moyenne 50 heures de son temps pour soutenir la performance et les orientations stratégiques de notre organisation.

**Réalisations clés 2024-2025**

- Mise en œuvre d'une démarche structurée pour renforcer l'attractivité et l'efficacité de notre processus de recrutement au sein du conseil d'administration.
- Consolidation d'un climat de collaboration et de confiance, propice à une prise de décision éclairée et partagée.

## CONSEIL D'ADMINISTRATION POUR L'ANNÉE 2024-2025

En date du 20 juin 2024, à la suite de l'assemblée générale annuelle, le conseil d'administration de l'Alpha se composait de :

| | | | |
|---|---|---|---|
| **Gary Guay** | Président | **André Bougie** | Administrateur |
| **Michel Goulet** | Vice-Président | **Joël Breault** | Administrateur |
| **Michel Réhel** | Secrétaire | **Vincenzo Fuda** | Administrateur |
| **Mathieu Huot** | Trésorier | **Romy Régis** | Administratrice |
| | | **France Fortin** | Administratrice |

## RESSOURCES HUMAINES

**La force vivre de notre avenir**

Le capital humain est la clé de notre succès, aujourd'hui et demain. Pour garantir la croissance de notre organisation, il est essentiel de nourrir et valoriser les talents qui la composent. Notre priorité est de créer un environnement où chaque membre se sent écouté, soutenu et impliqué, avec des opportunités de développement personnel et professionnel.

Nous nous engageons à offrir des conditions de travail propices à l'initiative, l'innovation et la créativité, dans un climat de confiance où chaque contribution est appréciée. Ce soutien mutuel est essentiel pour maintenir notre organisme dynamique et durable.

L'équipe pour l'exercice 2024-2025 se composait de :

- 6 employés permanents,
- 32 bénévoles,
- 3 stagiaires en travail social,
- 1 employé d'été

Nos membres ont investi 16 832 heures de travail, contribuant activement à nos missions. Pour soutenir cette dynamique, un plan de formation a été mis en place, et nous accueillons Clara Fordwoo pour assister Stéphane Forte dans l'animation des activités.

Pour l'année à venir, nous continuerons à investir dans le développement de notre capital humain, convaincus que l'épanouissement de nos équipes est essentiel pour notre croissance et l'impact positif sur la communauté.

| **Administration** | |
|---|---|
| Hamid Terzi | Directeur Général |
| Carl Nobert | Administration et comptabilité |
| Romane Lopez | Coordonnatrice |

| **Réception** | |
|---|---|
| Rosemarie Dufort | Simon Teasdale |
| Steve Poirier | |

| **Accueil et services aux membres \| Soutien dans la communauté** | |
|---|---|
| Geneviève Brûlé | Émilie Desgagnés |
| Célina Servilius | Lorenza Daguin |

| **Cheminement vie active \| Animation** | |
|---|---|
| Stéphane Forte | Clara Fordwoo |
| Sylvie Thiffault | Laëtitia Bessaguet |
| Junior Djambou Djambou | |

## Stagiaires

### Dynamisme et Renouveau

Au cours de cette année, notre organisme a renforcé ses partenariats avec les cégeps et établissements d'enseignement, en accueillant et en accompagnant deux stagiaires en éducation spécialisée et une stagiaire en technique de travail social venue de France. Cette collaboration internationale et locale a non seulement diversifié notre équipe, mais aussi insufflé un nouvel élan à nos activités.

L'intégration de ces jeunes talents a enrichi la diversité de nos programmes, apportant de nouvelles perspectives et des approches innovantes. Leur présence a également dynamisé la participation, en attirant un plus grand nombre de membres et en suscitant un intérêt renouvelé pour nos initiatives.

Ce partenariat avec des établissements d'enseignement spécialisés s'inscrit dans notre volonté d'offrir des opportunités d'apprentissage concret, en permettant aux stagiaires de mettre en pratique leurs compétences tout en apportant une réelle contribution à la mission de notre organisme. En retour, nous avons bénéficié de leur enthousiasme, de leur énergie et de leurs idées fraîches, renforçant ainsi la vitalité et la dynamique de notre communauté.

Nous sommes fiers de contribuer à la formation de la relève tout en favorisant l'épanouissement de nos stagiaires, qui deviennent à leur tour des acteurs clés du changement et de l'inclusion sociale.

## PROGRAMME D'AIDE ET ACCOMPAGNEMENT SOCIAL (PAAS ACTION)

**Renforcer l'autonomie et l'intégration**

Le PAAS Action est destiné aux personnes bénéficiant de l'aide sociale ou de la solidarité sociale, qui, malgré leur motivation à s'engager, font face à des obstacles qui entravent leur accès aux mesures d'aide à l'emploi. Ce programme vise à lever ces freins pour favoriser une réinsertion sociale et professionnelle durable.

Au cours de l'année 2024-2025, nous avons accueilli quatre nouveaux participants au sein de ce programme. Grâce à un accompagnement personnalisé et un soutien adapté, nous continuons à offrir des solutions concrètes qui permettent à ces individus de surmonter leurs défis et de gagner en autonomie.

Conscients de l'impact significatif de PAAS Action, nous restons résolument engagés à renforcer cette initiative, convaincus qu'elle joue un rôle clé dans l'intégration sociale et professionnelle des plus vulnérables.

Au total, ils cumulent **3000 heures** de participation au cours de la dernière année.

## Souper des bénévoles

**Un Merci du Fond du Cœur**

Grâce à la générosité de nos donateurs), l'ALPHA a eu le plaisir d'organiser un souper en l'honneur de ses bénévoles. Cet événement, qui a réuni plus de 30 personnes, a été l'occasion de célébrer et de remercier ceux et celles qui, par leur engagement, font de notre association un véritable pilier pour la communauté.

Nous tenons à renouveler notre remerciement sincère à chacun de nos bénévoles. Merci pour votre précieuse contribution, pour la joie et la bonne humeur que vous apportez à notre organisme, et pour votre soutien indéfectible. Grâce à vous, nous continuons à avancer ensemble dans la réalisation de notre mission

# *PROJETS AU COURS DE L'ANNÉE 2024-2025*

## Projet de Renforcement des Capacités Organisationnelles

Grâce à la généreuse contribution d'Emploi-Québec et de Centraide, nous avons obtenu une subvention de 9 000 $ pour mettre en œuvre un projet ambitieux de renforcement de nos capacités organisationnelles. Ce financement nous permettra d'optimiser la structure de nos opérations internes et de renforcer notre efficacité, notamment en matière de gestion des ressources humaines et de soutien aux bénévoles.

L'objectif est de mettre en place des processus plus performants, de favoriser une meilleure communication au sein de l'équipe, et d'améliorer la gestion de nos ressources humaines afin d'assurer une performance durable et une évolution cohérente de notre organisme.

### Finalisation de la planification stratégique de l'Alpha 2025-2028

Ce document constitue une feuille de route ambitieuse, construite collectivement, qui fixe nos grandes orientations pour les années à venir.

### Plan de Formation Globale pour les Employés

En collaboration avec le Centre Saint-Pierre et avec le soutien précieux de Centraide, nous poursuivons notre plan de formation globale destiné à l'ensemble de nos employés. Ce programme est un levier essentiel pour l'acquisition de nouvelles compétences techniques et managériales, permettant ainsi une gestion optimale de notre organisme et le développement continu de notre équipe.

**Initiatives clés du plan de formation :**

- **Accompagnement dans la mise en place d'outils RH** : En partenariat avec le Groupe Dupuis, nous bénéficions d'une expertise pointue pour structurer et améliorer nos pratiques en gestion des ressources humaines.
- **Formations techniques pour le développement des compétences** :
    - **Formation Word et Excel :** Organisée en collaboration avec l'École des métiers de l'informatique, du commerce et de l'administration (ÉMICA), cette formation a renforcé les compétences en informatique de l'équipe, ce concentrant sur l'utilisation de ces outils de bureautique et de gestion de données.
    - **Supervision clinique :** En collaboration avec le Centre St-Pierre.

Ces formations sont conçues pour garantir que notre équipe dispose des outils nécessaires pour exceller dans ses missions et apporter une valeur ajoutée à notre organisation.

**Perspectives et Engagements pour 2024-2028**

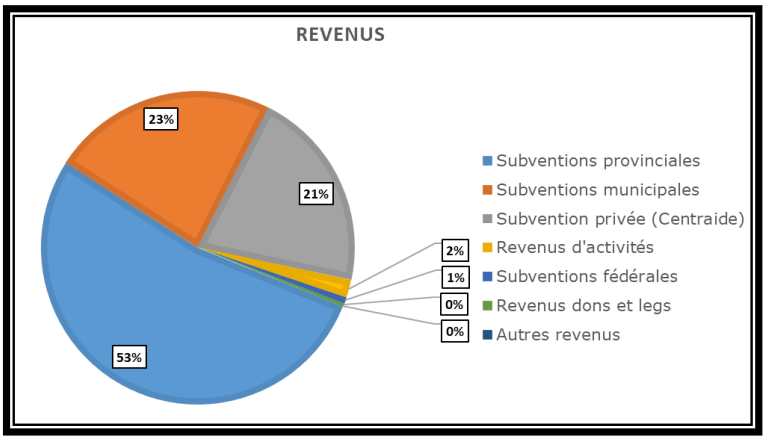
Les années à venir seront marquées par la mise en œuvre de ces initiatives stratégiques, qui permettront à l'ALPHA de maintenir un soutien de qualité à ses membres tout en consolidant sa capacité organisationnelle. Nous anticipons une transition réussie vers un modèle numérique moderne et durable, qui favorisera l'efficacité opérationnelle et la pérennité de nos services.

Nous restons résolument engagés à maximiser l'impact de notre travail au sein de la communauté. En 2024-2028, nous continuerons à travailler pour garantir un avenir solide, inclusif et accessible pour toutes les personnes que nous servons, tout en adaptant nos pratiques aux besoins évolutifs de notre environnement.

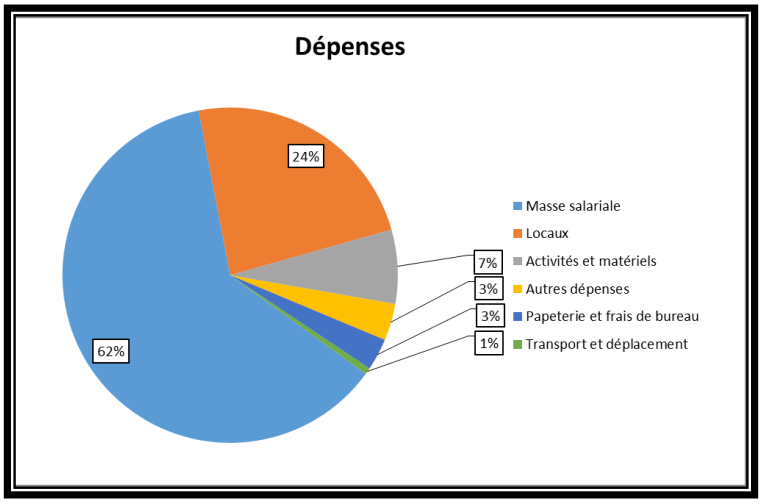
# *RESSOURCES FINANCIÈRES*

## Bilan financier au 31 mars 2024

| Sources de revenus | |
|---|---|
| Subvention privée (Centraide) | 106 155,00 $ |
| Subventions provinciales | 269 922,00 $ |
| Subventions fédérales | 3 304,00 $ |
| Subventions municipales | 118 741,00 $ |
| Revenus d'activités | 9 330,00 $ |
| Revenus dons et legs | 1 680,00 $ |
| Autres revenus | - $ |
| | 509 132,00 $ |




| Répartition des dépenses | |
|---|---|
| Activités et matériels | 38 686,62 $ |
| Papeterie et frais de bureau | 16 762,91 $ |
| Transport et déplacement | 3 290,17 $ |
| Locaux | 128 301,84 $ |
| Autres dépenses | 19 306,10 $ |
| Masse salariale | 336 591,00 $ |
| | 542 938,64 $ |




**Excédent des produits par rapport aux charges :**
**- 33 281.64$**

**Perspectives pour 2025-2026**

Au cours des années 2025-2026, l'ALPHA continuera d'évoluer en mettant en place des initiatives stratégiques pour répondre aux besoins croissants de ses membres et assurer la pérennité de ses actions. Voici les grandes lignes des perspectives pour cette période :

- **Développement de nouveaux programmes innovants**

L'ALPHA s'engage à concevoir et à déployer des programmes novateurs, en réponse aux besoins spécifiques et évolutifs de ses membres. Ces programmes seront pensés en collaboration avec les bénéficiaires pour garantir leur pertinence et leur efficacité.

- **Mise en place de mécanismes d'évaluation régulière**

Afin d'assurer la qualité de nos services, des mécanismes d'évaluation systématiques seront mis en place pour mesurer l'impact des programmes et ajuster nos actions en fonction des résultats obtenus. Cela nous permettra de garantir une amélioration continue et de répondre toujours mieux aux attentes de notre communauté.

- **Établissement de partenariats solides**

Nous viserons à tisser des partenariats stratégiques avec d'autres organismes, des entreprises et des institutions. Ces collaborations permettront d'enrichir notre offre de services et d'élargir nos ressources pour mieux répondre aux défis de demain.

- **Stratégie de développement du financement**

L'ALPHA élaborera une stratégie de financement diversifiée afin de sécuriser ses revenus et de garantir la pérennité de ses projets. Nous explorerons de nouvelles sources de financement, telles que le mécénat, les dons réguliers et les financements par projet.

- **Élaboration d'un plan de communication**

Un plan de communication renforcé sera mis en place pour accroître la visibilité de nos actions, informer les parties prenantes et attirer de nouveaux membres et partenaires. L'objectif est de mieux partager notre mission et nos réussites avec le public tout en renforçant l'engagement au sein de la communauté.

# *PRIX D'EXCELLENCE 2024 MICHEL DE JORDY*

Michel De Jordy, une figure emblématique de l'Alpha de 1989 à 1995, a laissé un héritage indélébile à travers son engagement exemplaire malgré son handicap. Son intégrité, son travail acharné et sa détermination ont façonné l'esprit même de cette communauté. Afin de perpétuer sa mémoire et son dévouement, le Prix Michel De Jordy pour l'implication exceptionnelle honore chaque année une personne ayant brillé par son altruisme et son dévouement envers les autres.

Cette année, nous avons décerné cette distinction à une personne qui a transmis un héritage spirituel à l'organisme grâce à son travail, son intégrité et sa détermination. Son sens de l'observation lui permet de prendre le temps de réfléchir et de se mettre en action, à la recherche de solutions.

Ayant été président de l'organisme à ses débuts, il a pris le poste de direction entre 1993 et 2021. Encore aujourd'hui, il continue son implication auprès de l'organisme, en nous représentant auprès de l'arrondissement en matière d'inclusion des personnes en situation d'handicap et en accessibilité universelle, et sur le Conseil d'administration de la Corporation Mainbourg.

C'est avec une profonde émotion que nous décernons le Prix Michel De Jordy pour l'implication exceptionnelle à Michel Réhel, une personne qui accorde une place importante au contact humain.

# *NOS PRINCIPAUX COLLABORATEURS*

CIUSSS de l'Est-de-l'Île-de-Montréal

Arrondissement RDP-PAT

Maison de la Culture de Pointe-aux-Trembles

Maison de la Culture de Rivière-des-Prairies

Les réseaux des bibliothèques de Montréal

Bibliothèque Pointe-aux-Trembles

Zone Active

ECO-PAP

Prévention Pointe de l'île

Centre St-Pierre

CDC de la Pointe

RUTA Montréal

Déphy Montréal

Corporation Le Mainbourg

Action Secours -Vie d'espoir

Jeunesse au Soleil

Cégep Marie-Victorin

Cégep Saint-Laurent

CIVA

Kéroul

INCA Québec

Infologis

L'Alternative

# *MERCI À NOS PARTENAIRES FINANCIERS*

Centraide du Grand Montréal

REGROUPEMENT Loisir et Sport du Québec

Rivière-des-Prairies Pointe-aux-Trembles Montréal

ORGANISME PANAM reconnu par la Ville de Montréal

Mirella & Lino Saputo FONDATION FOUNDATION

RIOCM Regroupement intersectoriel des organismes communautaires de Montréal

CÉGEP MARIE-VICTORIN

Centre intégré de santé et de services sociaux Québec

Emploi Québec

Services Québec

# *46 ANS AU SERVICE DE NOS MEMBRES*

## CONSEIL D'ADMINISTRATION

Gary Guay
Président

Michel Goulet
Vice-Président

Mathieu Huot
Trésorier

Michel Réhel
Secrétaire

André Bougie
Administrateur

Joël Breault
Administrateur

Romy Régis
Administratrice

France Fortin
Administratrice

Vincenzo Fuda
Administrateur

## L'ÉQUIPE

Hamid Terzi,
Directeur général

Carl Nobert,
Administration et finances

Romane Lopez,
Coordonnatrice

Geneviève Brûlé,
Soutien dans la communauté,
Intervenante

Émilie Desgagnés,
Accueil | Service | Soutien,
Intervenante

Stéphane Forte,
Cheminement vie active,
Animateur

Clara Fordwoo,
Cheminement vie active,
Animatrice

Programme PAAS

- Sylvie Thiffault
- Simon Teasdale

# *REMERCIEMENTS*

Nous tenons à exprimer notre sincère et profonde gratitude à nos membres et bénévoles, dont l'engagement, la confiance et le soutien indéfectible sont au cœur de notre réussite. Sans vous, nos projets ne prendraient pas vie.

Nous adressons nos plus chaleureux remerciements à l'équipe exceptionnelle de l'alpha. Grâce à votre travail acharné, votre dévouement sans faille et votre professionnalisme, nous sommes en mesure de poursuivre notre mission avec passion et efficacité.

Nous souhaitons également saluer les membres du conseil d'administration pour leur engagement constant et leur fidélité. Leur vision stratégique et leur soutien précieux nous permettent de grandir et de naviguer avec succès à travers les défis.

Enfin, un immense merci à nos généreux donateurs et partenaires. Votre soutien financier et moral est inestimable et nous permet de concrétiser nos projets et d'avoir un impact positif sur la communauté. Grâce à vous, nous avons les ressources nécessaires pour réaliser des accomplissements significatifs.

**Merci du fond du cœur !**

***Association d'Entraide des Personnes Handicapées Physiques de Montréal***

*14115, rue Prince-Arthur Est, bureau 163*
*Montréal (Québec) H1A 1A8.*

*Téléphone : (514) 352-5119*
*Télécopieur : (514) 352-6242*

*Site Web : [www.alpha-montreal.com](http://www.alpha-montreal.com)*

*Facebook : [www.facebook.com/effetalpha](http://www.facebook.com/effetalpha)*