

Centre Action Rapport annuel

Avril 2025 - Mars 2026

Vivez la vie **au-delà** des limites...

Centre Action

124 - 2169 Boul. Marcel Laurin,
Saint Laurent, QC H4R 1K4

Tél. 514-366-6868

info@centreaction.org

www.centreaction.org

17 juin 2026

Table des matières

Message de la présidente du conseil d'administration et de la directrice générale	3
Action Centre – Vue d'ensemble	4
Un regard de 2025 – 2026	5
Nos membres	7
Nos programmes et services	
• Programmation sur place	9
○ Club des jeunes adultes	9
○ Le pilier Éducation	10
○ Le pilier Bien-être	12
○ Le pilier Social	13
○ Le pilier Récréatif	14
• Programme d'intégration socioprofessionnelle _ PAAS Action	15
• Programme de répit du Centre Action (Programme de soutien aux aidants)	15
• Initiatives de sensibilisation et de défense des droits du Centre Action	16
• Programme virtuel Centre Action – Connexions	17
• Stagiaires et bénévoles	19
Équipe du Centre Action	20
Remerciements	21
Témoignages	22

Message de la présidente du conseil d'administration et de la directrice générale



Chers membres du Centre Action, familles, partenaires communautaires et sympathisants,

Alors que nous faisons le bilan de l'année 2025–2026, nous le faisons avec fierté et gratitude pour une année marquée par la croissance, l'inclusion, la créativité et un engagement communautaire renforcé. Le Centre Action a continué d'offrir un espace accueillant où les adultes vivant avec une déficience physique pouvaient se rencontrer, participer, développer leurs compétences et profiter d'une vie communautaire riche de sens.

Grâce à la mise en œuvre de programmes diversifiés et accessibles, nous avons créé des occasions de lien social, d'expression personnelle, de croissance personnelle et professionnelle. Nous avons également élargi notre Groupe des jeunes adultes, répondant ainsi au besoin croissant de programmes inclusifs et adaptés pour les jeunes adultes de notre communauté. Cette année, nous avons accru la visibilité du Centre Action grâce à un rayonnement plus soutenu et à des partenariats élargis avec des organismes, des bailleurs de fonds et des établissements d'enseignement. Ces collaborations ont augmenté les occasions et les ressources disponibles pour nos membres et ont renforcé notre portée et notre impact communautaire.

L'autonomisation et l'inclusion sont demeurées au cœur de notre mission. Nos membres ont continué à surmonter les obstacles, à promouvoir l'accessibilité et à contribuer de façon significative à la communauté élargie.

Avec plus de 10 000 participations aux programmes et une croissance de 20 % de l'adhésion, le besoin de services accessibles et ancrés dans la communauté demeure évident. La croissance du financement par subventions et les partenariats stratégiques nous ont permis d'élargir la programmation, d'introduire de nouvelles activités et d'améliorer les services pour les membres et les aidants, contribuant ainsi à réduire l'isolement, à renforcer l'inclusion communautaire et à soutenir une plus grande indépendance et un meilleur bien-être.

Cette année a également marqué une étape importante puisque l'organisation a commencé à élaborer son nouveau plan stratégique 2026–2029. Par le biais de consultations et de collaborations, nous avons amorcé la définition d'une vision commune qui guidera la croissance, l'impact et les priorités du Centre Action au cours des trois prochaines années.

Ces réalisations n'auraient pas été possibles sans le dévouement de nos membres et de leurs familles, du conseil d'administration, du personnel, des bénévoles, des partenaires, des donateurs et des sympathisants de la communauté. Leur confiance et leur engagement continus inspirent le travail que nous accomplissons chaque jour.

Alors que nous regardons vers l'avenir, nous demeurons déterminés à bâtir une communauté plus forte, plus inclusive et plus unie pour tous.

Mojgan Yazdani
Directrice générale

Benita Goldin
Présidente, Conseil d'administration du Centre Action

CENTRE ACTION – VUE D'ENSEMBLE

NOUS CROYONS EN UNE VIE SANS LIMITES !

Le Centre Action soutient les adultes vivant avec des déficiences physiques, ainsi que leurs familles et aidants, à Montréal et au-delà. Nous nous engageons particulièrement à soutenir les jeunes adultes de 21 ans et plus lors de leur transition hors du système scolaire, alors qu'ils cherchent à continuer à bénéficier de services, de liens et d'indépendance.

Par le biais de programmes accessibles en personne et virtuels, nous créons des espaces inclusifs où les personnes peuvent apprendre, se connecter et s'épanouir au sein d'une communauté bienveillante.

Notre mission

Le Centre Action est un organisme communautaire bilingue basé sur l'adhésion, où les adultes ayant des déficiences physiques sont soutenus pour atteindre leur plein potentiel. L'égalité d'accès, l'inclusivité, le respect et l'empathie sont nos principes directeurs.

En mettant l'accent sur l'éducation, la socialisation, les loisirs et le bien-être, le Centre Action améliore la qualité de vie de ses membres dans un environnement sûr et enrichissant. Le Centre Action offre également du répit aux aidants de ses membres, améliorant ainsi leur qualité de vie.

Le Centre Action sensibilise le public aux besoins des personnes ayant des déficiences physiques et aux obstacles systémiques qui entravent leur développement personnel et professionnel.

Nos Valeurs

- Respect de la contribution de chacun
- Engagement et travail d'équipe
- Responsabilité
- Initiative
- Diversité et inclusivité
- Indépendance
- Participation active

Bénéficiaires du Centre Action en 2025-2026

- **169 bénéficiaires** qui ont régulièrement participé à un large éventail d'activités **en personne** des activités éducatives, récréatives, de bien-être et sociales, ainsi que notre **virtuel** « **Connexions** ».

- Un nombre considérable d'**aidants** qui ont bénéficié de nos services de répit, leur procurant un soutien et un soulèvement essentiels.
- De nombreux **professionnels de la santé et des services sociaux** qui s'appuient sur le Centre Action comme ressource pour mieux soutenir et servir les personnes vivant avec des déficiences physiques.
- **Participants du programme Vocation** engagés dans notre programme d'intégration socioprofessionnelle (PAAS Action), où ils développent des compétences professionnelles, personnelles et sociales.
- **Stagiaires** de plusieurs établissements d'enseignement qui ont acquis une expérience pratique dans leur domaine.
- Le Centre a également offert un environnement accueillant et inclusif à un groupe diversifié de **bénévoles**, qui ont contribué de manière significative à la programmation et à la vie communautaire.

Un regard sur 2025-2026 !

2025–2026 a été marquée par des activités stimulantes, innovantes et inspirantes au Centre Action. Cette année a également vu la croissance de notre Club des jeunes adultes, offrant des programmes adaptés à l'âge qui permettent aux jeunes adultes de se rassembler, de développer de nouvelles compétences, de créer des liens d'amitié et de contribuer activement à la conception des activités et des programmes au sein du Centre. Le programme répond à l'écart entre l'école et la vie adulte et soutient les jeunes adultes dans leur transition vers la vie adulte et une plus grande autonomie.

Nous avons introduit de nouveaux programmes pour éduquer, motiver et rassembler notre communauté. Parmi les moments forts, citons

ACCESS Stage, un atelier d'arts dramatiques professionnel où les participants ont découvert, écrit et mis en scène leurs propres pièces ; **L'art des mots**, un atelier d'écriture créative en français ; **Fun Lab**, des ateliers scientifiques estivaux pratiques avec des expériences interactives ; **Pop Culture**



Exploration, un programme estival explorant la culture populaire contemporaine ; et le groupe d'autonomisation remanié **Speak Up / Speak Out** groupe d'autonomisation, encourageant les membres à faire entendre leur voix et à bâtir une communauté inclusive.

Cette année a souligné l'importance de faire appel à des conférenciers compétents et de créer des occasions d'apprentissage, de discussion et d'interaction communautaire enrichissante, notamment grâce à des événements comme la Série de séminaires, la séance de



Séance de lecture de livres, Théâtre Tout à Trac ! et cours de danse créative avec Arts Adaptés à la Place des Arts. Le programme de danse a mobilisé dix membres dans des cours hebdomadaires qui se sont conclus par une prestation publique joyeuse, alliant activité physique, créativité et lien social. Une

autre initiative très appréciée était **Art & Asana**, une expérience d'art et de yoga en plein air où les membres ont profité de la peinture dans la nature

suivie d'une séance de yoga adapté.

L'événement a été enrichi par le généreux soutien de Lululemon, qui a fourni des tapis de yoga et des cadeaux de participation.

Pour la première fois, un groupe de membres a participé à un séjour de plusieurs jours au Camp Massawippi, où ils ont profité de la nature, d'activités extérieures, d'expériences récréatives et communautaires, et ont renforcé leurs liens sociaux dans un environnement bienveillant.

Des membres du Centre Action sont devenus des vedettes de télévision lorsque le groupe de choral ACCESS Harmony s'est produit au Centre commercial Fairview devant une foule animée de clients, créant un moment spécial de talent, de confiance et de présence communautaire, relayé par les médias !





Tout au long de l'année, nous sommes demeurés profondément engagés à promouvoir l'inclusion sociale et la sensibilisation du public à travers un large éventail d'activités et de partenariats significatifs. Durant la **Semaine nationale de l'accessibilité 2025**, nous avons organisé divers événements, notamment un atelier d'écriture créative, des séminaires, des soirées dansantes inclusives et des tournois amicaux de boccia et de quilles. Nous avons également souligné la **Journée internationale des personnes handicapées** en mettant en lumière les précieuses contributions des personnes handicapées à la science, à la culture populaire et à la société en général.

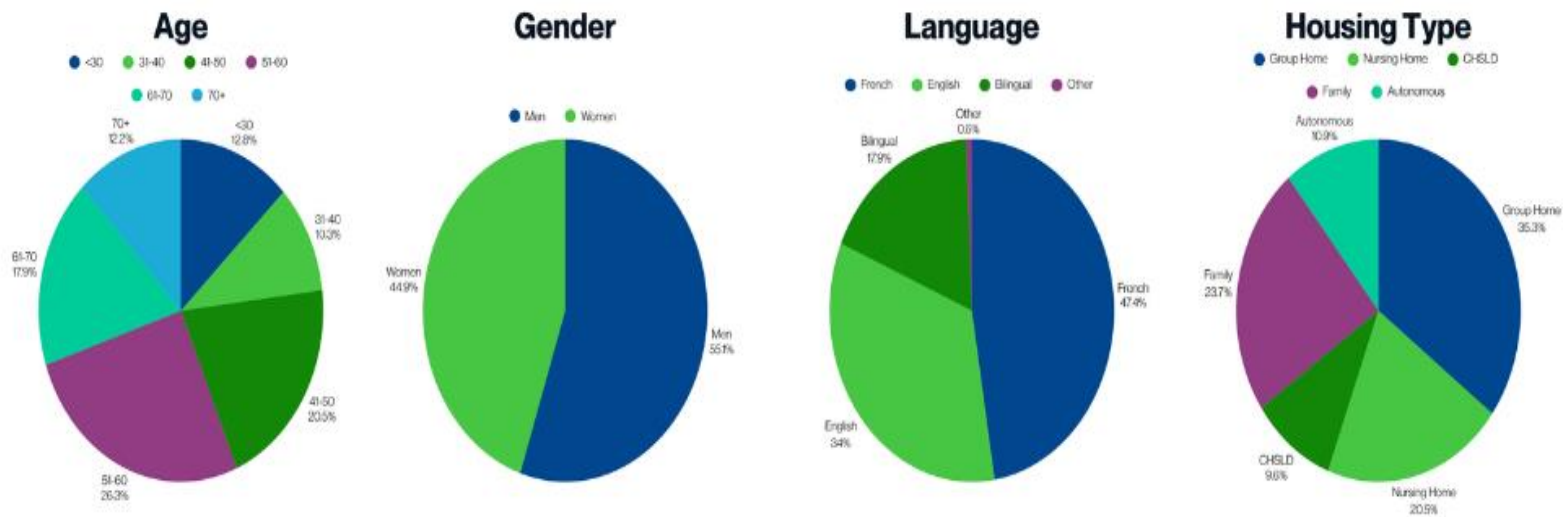
Enfin, notre groupe d'autonomisation et d'auto-défense remanié Speak Up / Speak Out a fait de grands progrès en équipant les membres d'outils pratiques pour s'exprimer, faire valoir leurs droits et naviguer avec assurance dans des situations de défense des droits. En s'appuyant sur le succès des divers programmes de cette année, nous visons à continuer d'offrir des expériences qui inspirent l'apprentissage, la créativité, l'autonomisation, la croissance personnelle et professionnelle, l'indépendance et le lien social.

NOS MEMBRES

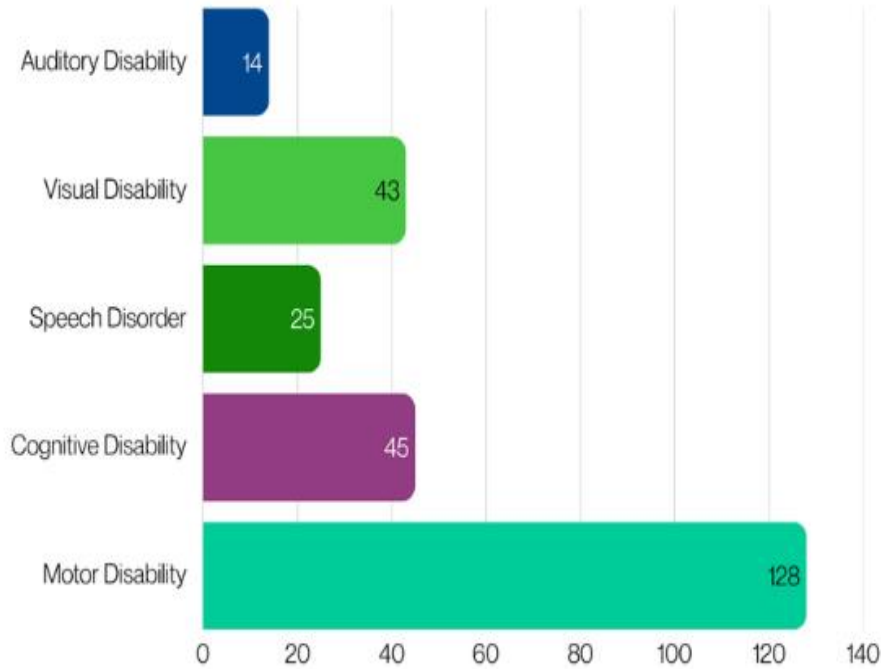
Le modèle d'adhésion du Centre Action favorise une participation accessible et inclusive en offrant un accès gratuit aux programmes réguliers et des tarifs fortement subventionnés pour certains événements spéciaux, réduisant ainsi les obstacles financiers et encourageant un engagement communautaire continu.

Au cours de la session 2025–2026, le Centre a servi 169 bénéficiaires vivant avec diverses déficiences physiques à travers des programmes en présentiel, des initiatives de répit et des programmes virtuels. Les membres ont enregistré 10 267 participations tout au long de l'année, soit une moyenne de 856 visites par mois et 55 par jour, démontrant un engagement fort et constant. Cette participation reflète à la fois la valeur des programmes offerts et l'importance de services communautaires accessibles pour les personnes vivant avec une déficience physique...

Une représentation graphique des données démographiques des membres, comprenant la répartition par âge, la représentation selon le genre, les préférences linguistiques, le statut résidentiel et les types de handicaps, est présentée ci-dessous :



Type of Disability



NOS PROGRAMMES ET SERVICES

Programmation sur place

Club des jeunes adultes

Comblant le fossé crucial entre les services scolaires et la vie adulte en communauté, notre Club des jeunes adultes a continué de croître cette année, accueillant un nombre croissant de membres de 21 ans et plus à la recherche d'occasions sociales, récréatives et d'enrichissement de la vie dans un environnement adapté et bienveillant.

Conçu pour les jeunes adultes en transition vers la communauté, le programme a offert un espace structuré mais guidé par les membres pour développer la confiance, l'indépendance, les compétences en communication et les liens sociaux. Les activités ont été façonnées par les intérêts des membres pour encourager l'engagement et la participation dans des ateliers tels que Géographie & Culture, *Fun Lab* expériences scientifiques, Pop Culture Exploration, Santé mentale et Vacances. La programmation de cette année comprenait également divers événements thématiques, des conversations sur des sujets sociaux et personnels, des activités culinaires, et des événements récréatifs et sociaux.

Grâce à une programmation accessible et inclusive adaptée à diverses capacités et besoins de soutien, le Club des jeunes adultes a favorisé l'autonomie, l'expression personnelle, l'interaction entre pairs et un sentiment d'appartenance plus fort au sein du Centre et de la communauté élargie.



Le pilier Éducation favorise l'apprentissage continu et le développement personnel grâce à des occasions accessibles et engageantes, notamment la formation professionnelle, des ateliers de développement des compétences, des cours de débat, des groupes de discussion, des séminaires mensuels et des initiatives culturelles. Son objectif est de favoriser un environnement intellectuellement stimulant qui encourage la curiosité, la pensée critique, l'expression personnelle et les compétences transférables.

Cette année, ces objectifs ont été atteints grâce à des programmes dynamiques centrés sur les membres, notamment :

Groupes de discussion et de conversation : Conçus pour les membres qui aiment partager des idées, engager des conversations enrichissantes et explorer diverses perspectives, des sessions telles que *Mind Mingle*, *Debate Club*, et *Speak Up / Speak Out* ont offert des espaces dynamiques et inclusifs pour un dialogue réfléchi. Ces groupes ont encouragé les participants à renforcer leurs compétences en communication et en pensée critique, à exprimer leurs opinions avec confiance et à tisser des liens avec les autres à travers des discussions respectueuses et engageantes.



ACCESS Stage – Nouveau : Un programme d'écriture de pièces de théâtre où les membres ont exploré, écrit et mis en scène des pièces théâtrales. Partiellement financé par le Fonds d'action culturelle communautaire de Patrimoine canadien, le projet a amplifié les voix des adultes anglophones ayant des handicaps physiques par le biais d'ateliers hebdomadaires regroupant en moyenne 15 participants. Le programme a favorisé la créativité, la confiance, le travail d'équipe, la narration et le sentiment d'appartenance communautaire.

ACCESS Harmony : Un atelier de choral structuré animé par un instructeur vocal professionnel, axé sur les techniques de chant, le contrôle vocal, la théorie musicale et la confiance lors des performances dans un environnement bienveillant. Le groupe a donné de multiples représentations publiques tout au long de l'année.

L'art des mots – Nouveau : Un atelier d'écriture créative en français animé par un jeune auteur talentueux vivant avec un handicap physique, dont la créativité, la persévérance et la passion pour la littérature ont servi d'exemple inspirant pour les participants. L'atelier a encouragé l'expression

littéraire, la narration, la poésie et l'exploration créative en français, tout en favorisant la confiance, l'imagination et des échanges artistiques enrichissants.

- **World's Kitchen** : Un atelier culinaire holistique alliant instruction culinaire pratique et exploration culturelle, géographique, historique, sociale et nutritionnelle à travers des recettes traditionnelles du monde entier.
- **Séminaires mensuels** : Des séminaires interactifs couvrant des sujets tels que la sensibilisation à l'autisme, la gestion du stress, la sensibilisation à l'accessibilité, l'éducation sexuelle, la vérité et la réconciliation, la sensibilisation à la violence basée sur le genre, la sensibilisation à la maladie d'Alzheimer, le Mois de l'histoire des Noirs et les droits des femmes, favorisant la prise de

conscience, la pensée critique et des discussions éclairées. Ensemble, ces initiatives ont créé un environnement inclusif et autonomisant où les membres ont pu apprendre, explorer, renforcer leur confiance, tisser des liens sociaux et participer activement à la vie communautaire.



Le pilier Bien-être Il donne la priorité au bien-être physique, émotionnel et mental des membres, reconnaissant que le bien-être est essentiel à l'autonomie, à la confiance en soi et à la qualité de vie. Grâce à des programmes accessibles, inclusifs et adaptables, ce pilier soutient les membres dans le soin de leur corps, la gestion du stress, le développement de la résilience émotionnelle et le maintien de saines habitudes de vie, au sein d'une communauté sécuritaire et bienveillante où des personnes aux capacités variées peuvent participer confortablement et de façon autonome, à travers les activités suivantes :



- Musique et mouvement (**Action Beats Live !**)
- Boccia
- Quilles adaptées
- Natation adaptée
- Nutrition Boost – Cuisine Communautaire
- Pleine conscience (Méditation guidée)
- Action Arcade

Notre programme de natation assistée et adaptée au Complexe sportif de Saint-Laurent garantit que les participants peuvent s'adonner en toute sécurité à une activité physique aquatique, quel que soit leur niveau de capacité.

Cette année, nos membres ont participé à des **cours de danse créative** avec Arts Adaptés at Place des Arts, accompagnés. Les quatre séances hebdomadaires se sont conclues par une prestation publique, offrant aux membres l'occasion de partager leur créativité et leurs réalisations avec la communauté. Ce fut une expérience libératrice et joyeuse, alliant activité physique, expression artistique et engagement social.

Pour la première fois, nos membres ont profité d'une expérience de camping nocturne largement subventionnée, en contact avec la nature à travers la baignade, les pique-niques, les feux de camp et les aventures extérieures. Des histoires au coin du feu sous les étoiles aux nouvelles amitiés sur l'eau, le Camp Massawippi est devenu une aventure inoubliable pour nos membres.

Le pilier Social crée des occasions de lien, de compagnie et d'expériences partagées à travers des activités inclusives et accueillantes. Il aide à réduire l'isolement, à renforcer les compétences sociales et à favoriser un fort sentiment de communauté et d'appartenance.

Cette année, nos membres ont participé à des activités sociales et culturelles accessibles et enrichissantes qui encouragent l'interaction, la collaboration et le développement d'amitiés. Les activités comprennent :

- Sorties culturelles aux deux semaines
- Événements sociaux du Centre Action aux deux semaines
- Soirées thématiques et événements sociaux (Saint-Valentin, fêtes des Fêtes, journées de karaoké)
- Célébrations culturelles (Cabane à sucre, Brûlerie de maïs, Action de grâce)
- Jeux sociaux
- Tournois de quilles
- Et plus encore

Grâce à ces expériences, le Centre Action favorise l'inclusion, le lien et un engagement communautaire significatif, tout en créant des moments agréables et mémorables pour les membres.



Sorties et événements thématiques

Des aventures en voilier aux joutes de karaoké, cette année a été remplie de rires, de découvertes et de moments mémorables pour les membres du Centre Action.

Les membres ont participé à 29 sorties à travers Montréal et les régions environnantes, explorant l'art, la science, la culture et les loisirs. Les moments forts comprenaient des visites au MEM, au MAC, à Optica Montréal, au Planétarium, au Biodome, au Musée ferroviaire et au Centre canadien d'architecture, ainsi que des croisières

populaires sur le Saint-Laurent, de la voile adaptée, la cueillette de pommes, le yoga et la peinture

dans la nature (une nouvelle expérience pour beaucoup), des visites de marchés et des sorties shopping, et un doux voyage traditionnel à la cabane à sucre !

Au Centre, les membres ont profité de **34 événements thématiques** tels que des journées cinéma, du karaoké et des journées de jeux. Les grands événements comprenaient le grand concours de pâtisserie du Centre Action, des tournois de quilles et de boccia, la Journée de la Terre, le concours de talents du Centre Action, le rôti du cochon de lait, les célébrations de l'Action de grâce, le bal de reconnaissance des proches aidants, notre très célèbre fête de fin d'année, ainsi que la fête de la Saint-Valentin, et bien plus encore...

Ces sorties et événements ont renforcé les amitiés, encouragé l'indépendance et relié les membres au Centre et à la communauté montréalaise plus large.

Le pilier récréatif : Qui a dit que le développement personnel ne pouvait pas inclure des éclaboussures de peinture, des victoires aux jeux d'arcade et une partie de bingo occasionnelle pleine de suspense ?

Le pilier Récréatif offre aux membres des occasions de se détendre, de s'amuser et d'explorer leurs passions dans un environnement inclusif et bienveillant. Grâce à des activités de loisirs engageantes, les participants sont encouragés à essayer de nouveaux passe-temps, à exprimer leur créativité, à renforcer leur confiance et à profiter d'expériences partagées enrichissantes.



Les membres peuvent participer à des activités telles que :

- Action Centre Beats Live!
- Ateliers de beaux-arts
- Sessions de Bingo
- Action Arcade
- Fun Lab
- Pop Culture Exploration
- Pleine conscience & Relaxation
- And more

Les projets de groupe, les défis créatifs et les événements thématiques favorisent la collaboration, l'imagination et la camaraderie, tandis que les expériences culturelles ajoutent variété et enrichissement à chaque séance. En combinant

divertissement, créativité et participation active, ce pilier soutient le bien-être général, un état d'esprit positif et un mode de vie équilibré et épanouissant pour tous les membres.

Programme d'intégration socioprofessionnelle – PAAS-Action

Bâtir la confiance, découvrir de nouvelles compétences et acquérir une expérience du monde réel se sont réunis au cœur du programme PAAS Action. Un programme vocationnel populaire pour les jeunes adultes !

Le programme **PAAS-Action**, développé en partenariat avec **Emploi-Québec**, a continué de soutenir les adultes vivant avec une déficience physique dans leur parcours d'intégration socioprofessionnelle grâce à un accompagnement individualisé.

Le programme a également mis l'accent sur le mentorat, l'apprentissage guidé et les occasions d'observation en milieu de travail pour renforcer l'autonomie, la confiance, la préparation au travail et la croissance professionnelle.

Cette année, le programme a accueilli (6) participants, qui ont collectivement complété un impressionnant 3,911 heures de formation professionnelle. Grâce à un soutien personnalisé et un apprentissage pratique, le programme continue de jouer un rôle essentiel dans la promotion d'une inclusion socioprofessionnelle significative et l'élargissement des possibilités d'emploi et de participation communautaire future.

Centre Action Programme de répit (programme de soutien aux proches aidants)

L'année 2025–2026 a été marquée par un impact significatif, des soins empreints de compassion et un soutien renouvelé aux familles et aux proches aidants. En tant que fournisseur de services dédié aux adultes vivant avec une déficience physique, le Centre Action est fier de son programme de répit, conçu pour offrir aux proches aidants l'occasion de se reposer, de se ressourcer et de répondre à leurs besoins personnels, professionnels et sociaux en toute tranquillité d'esprit.

Pendant que les aidants prennent une pause bien méritée, leurs proches reçoivent des soins personnalisés de notre personnel professionnel dans un environnement sécuritaire, engageant et bienveillant, tout en participant à des activités sociales et récréatives enrichissantes.

En 2025–2026, le Centre Action a offert des services de répit à 21 familles, apportant une différence concrète dans la vie des proches aidants ainsi que des participants. Soutenu par le **ministère de la**

Santé et des Services sociaux (MSSS), le programme a élargi sa portée afin de soutenir un plus grand nombre de familles dans le besoin.

Centre Action Initiatives de défense des droits et de sensibilisation :

Des puissantes performances chorales publiques diffusées à la télévision aux conversations enrichissantes sur l'accessibilité et l'inclusion, cette année au Centre Action a été définie par l'autonomisation, la visibilité et la célébration des talents, des contributions et des expériences vécues par les personnes ayant des handicaps physiques au sein de notre communauté élargie.

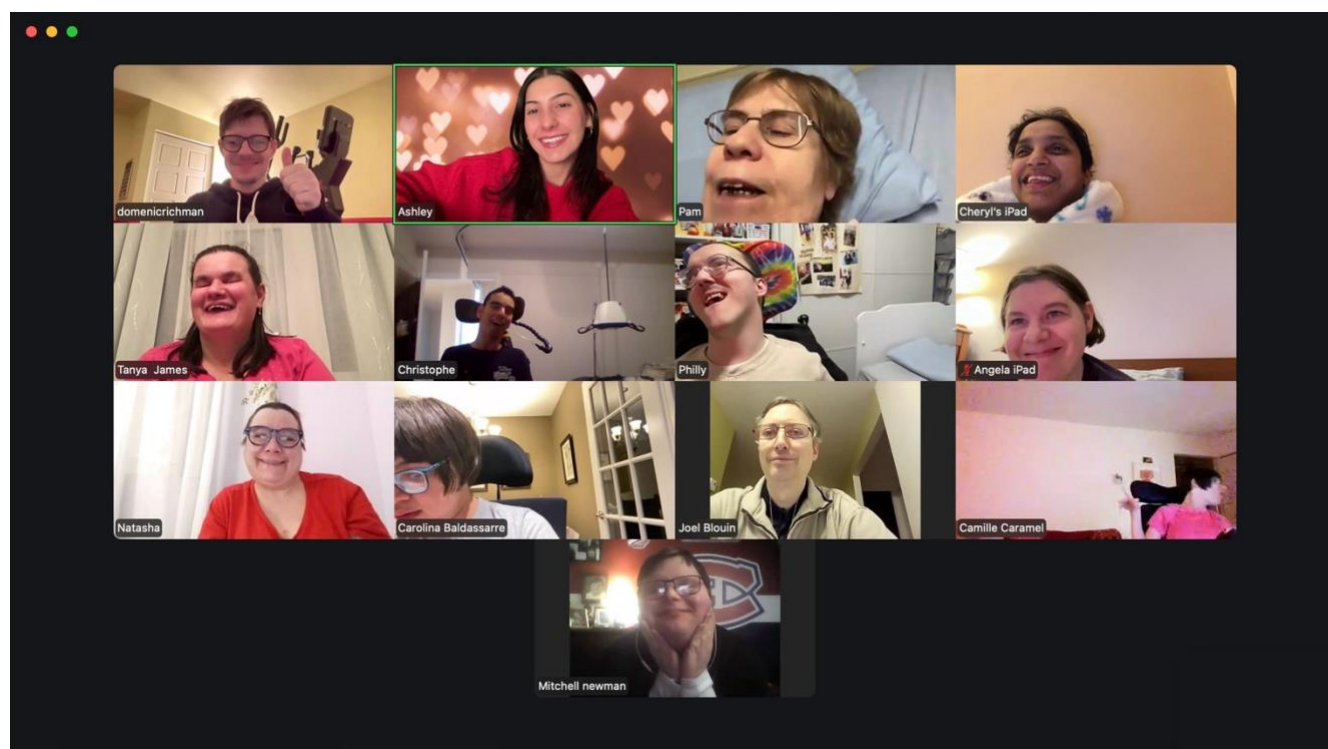
- Le groupe d'autodéfense **« Speak Up / Speak Out »**, qui connaît un grand succès, a évolué d'un simple forum de discussion vers un programme structuré et puissant de défense des droits et d'autonomisation, axé sur la communication efficace, la stratégie et l'engagement citoyen. Les membres ont développé des compétences en expression émotionnelle, en prise de perspective, en débat, en recherche, en résolution de problèmes et en rédaction de lettres de revendication. Le programme mettait l'accent sur une défense constructive, permettant aux participants de dépasser la frustration pour créer des solutions concrètes et apporter des changements significatifs dans la communauté. Les membres ont déjà contribué à résoudre plusieurs obstacles à l'accessibilité au sein de notre environnement, et nous sommes extrêmement fiers de leur rôle dans la construction d'une société plus inclusive.
- Le Centre Action a également célébré **la Semaine nationale de l'accessibilité**, reconnaissant les réalisations et les contributions des personnes en situation de handicap à travers diverses activités, notamment des ateliers d'écriture d'affirmation personnelle, des prestations de chorale, une soirée dansante, un séminaire de sensibilisation à l'accessibilité ainsi que des tournois de boccia et de quilles — favorisant tous la participation, les liens et l'esprit communautaire.
- En décembre, le Centre a souligné **la Journée internationale des personnes vivant avec une déficience physique** avec **« Capacités en action »**, un événement axé sur l'autonomisation et la remise en question des stéréotypes. Les membres ont participé à des ateliers d'art thématiques ainsi qu'à une séance interactive de questions-réponses favorisant la sensibilisation, l'expression de soi et l'apprentissage inclusif.
- Le Centre Action a également participé aux **Journées de la paix** dans le cadre du réseau des Journées de la paix en organisant une journée karaoké qui a encouragé la créativité, la confiance en soi et les liens communautaires.
- Un moment fort de l'année a été la reconnaissance publique des talents des membres grâce à **une prestation de la chorale ACCESS Harmony au CF Fairview Pointe-Claire**.

L'événement, filmé et diffusé par CTV Montréal, a célébré la confiance et les capacités des membres tout en sensibilisant le public et en favorisant une perception plus inclusive des personnes vivant avec une déficience physique.

- Le Centre a également collaboré avec **le programme Immersion MTL**, accueillant plusieurs cohortes de recrues policières pour des visites enrichissantes tout au long de l'année. À travers des discussions et des activités partagées, les recrues ont acquis une compréhension précieuse de l'accessibilité, de la communication et des défis rencontrés par les personnes vivant avec une déficience physique, tandis que les membres ont eu l'occasion de partager leurs expériences et de renforcer leur confiance dans leurs interactions avec les forces de l'ordre.

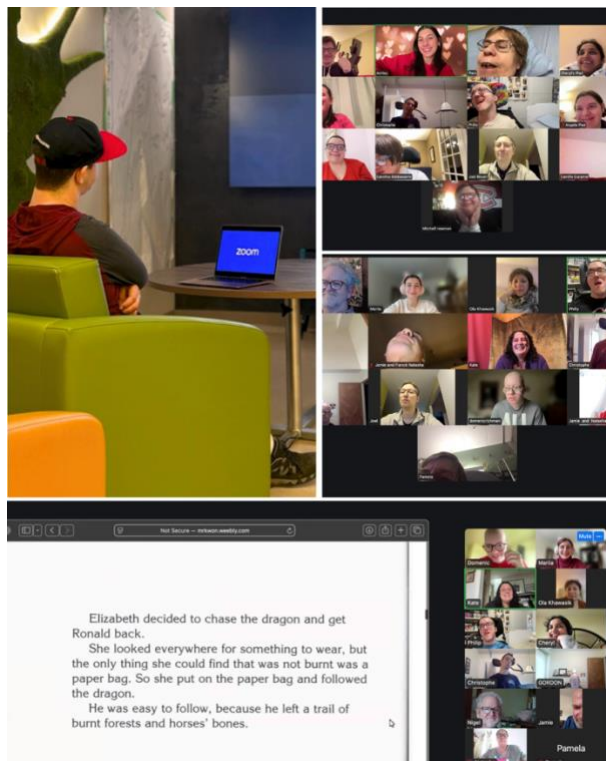
Centre Action – Programme virtuel - Connexions

Notre programme virtuel est une communauté en ligne dynamique où l'apprentissage, l'amitié, la créativité et l'accessibilité se rejoignent pour autonomiser les participants au-delà des frontières physiques et géographiques. Conçu comme une initiative du soir et de fin de semaine, le programme offre des occasions flexibles et inclusives aux adultes vivant avec des handicaps physiques de participer à des activités sociales, éducatives et engageantes de manière virtuelle. Connexions aide à réduire les obstacles liés au transport, à la mobilité, aux horaires et à la géographie, permettant aux membres de partout à Montréal, et même de l'extérieur de la ville, de rester activement connectés à la vie communautaire.



Lancé et maintenu grâce au soutien du « **Fonds commémoratif David Aronson** », le programme a continué de se développer en 2025. Cette année, le programme a également été soutenu par le « **ministère du Patrimoine canadien** » afin d'ajouter un atelier d'écriture en ligne très populaire qui apporte la narration, l'expression de soi et l'apprentissage collaboratif directement au domicile des participants : le projet **Words Without Wall**.

Le programme met l'accent sur le partage des connaissances dans un environnement amusant, social et stimulant, tout en renforçant les compétences technologiques des participants, leur littératie numérique, leurs habiletés en communication et leur confiance dans l'utilisation des plateformes en ligne.



Cette année, Connexions a offert un programme régulier de six sessions Zoom d'une heure par semaine, totalisant 271 heures de programmation tout au long de l'année pour 31 membres. Les activités couvraient un large éventail d'intérêts et d'occasions d'apprentissage, tels que des études sociales et des événements actuels, des discussions sur les voyages et la culture, des jeux interactifs et des activités sociales, des séminaires éducatifs, des conférenciers invités et bien plus encore.

Un fort accent a été mis sur l'implication et le leadership des participants. Les membres étaient encouragés à animer des sessions basées sur leurs propres intérêts et expériences, aidant à favoriser la confiance, la créativité et le lien entre pairs. En 2025, les participants ont animé 12 sessions dirigées par des membres.

Le bulletin Connexions a continué d'offrir un débouché créatif supplémentaire où les membres ont collaboré sur du contenu rédigé, partagé des expériences et sont restés engagés en dehors de la programmation prévue.

Cette année a également marqué le lancement de rencontres trimestrielles en personne pour les membres de Connexions capables de se déplacer au centre. La première rencontre, tenue en février, a avec succès renforcé les relations développées en ligne tout en offrant des occasions supplémentaires de participation sociale accessible.



STAGIAIRES ET BÉNÉVOLES

Collaboration avec les établissements d'enseignement

Tout au long de l'année 2025–2026, le Centre Action a accueilli 11 stagiaires provenant du Collège Dawson, du Cégep de la Gaspésie et des Îles, de l'Université Concordia et de l'Université McGill, qui ont collectivement complété un total de 402 heures d'expérience pratique en milieu communautaire.

Grâce à un engagement direct auprès des participants, les stagiaires ont acquis une

expérience précieuse en travaillant avec des adultes vivant avec une déficience physique, contribuant ainsi à former de futurs professionnels compatissants, compétents et engagés dans leur communauté.

Venant de divers domaines d'études, notamment les soins infirmiers, l'éducation spécialisée, la thérapie récréative et le travail social, les milieux variés des stagiaires ont enrichi la programmation du Centre, encouragé la collaboration interdisciplinaire et renforcé le soutien aux adultes vivant avec des déficiences physiques.

Bénévoles

Nous avons l'immense chance d'accueillir un groupe diversifié et passionné de bénévoles dont la générosité, le dévouement et l'esprit communautaire continuent d'inspirer et de renforcer le Centre Action.

Notre dévoué conseil d'administration a fourni un précieux leadership, des conseils et une expertise pour soutenir la gouvernance et l'orientation stratégique de l'organisme. Les bénévoles comprenaient également des membres, des membres de la famille, des policiers, des bénévoles en entreprise et des amis de la communauté, qui ont tous joué un rôle important dans le soutien des programmes et des activités quotidiennes du Centre.

Tout au long de l'année, 51 bénévoles ont contribué un impressionnant total de 2 180 heures de bénévolat. Ce remarquable niveau d'engagement reflète le fort esprit d'inclusion, d'autonomisation et de participation communautaire significative qui continue de porter le Centre Action vers l'avenir.

ÉQUIPE DU CENTRE ACTION

Conseil d'administration au 31 mars 2025

Benita Goldin	Présidente
Arik Azoulay	Vice-Président
Christine Boyle	Trésorière
Hema Patel	Secrétaire
Joel Elias	Membre participant
Jeffrey Boman	Membre participant

Équipe de gestion et d'exploitation 2024-2025 (au 31 mars 2025st)

Mojgan Yazdani	Directrice générale
Mariia Talalaievska	Coordonnatrice clinique
Ashley Sdao	Responsable du programme virtuel
Shubham Soni	Animateur récréatif
Fahd Cadi	Assistant administratif
Abdellah Elouazzani	Préposé aux bénéficiaires
Mélissa Goudreau	Préposée aux bénéficiaires
Christian Mukeba	Préposé aux bénéficiaires
Wisemanie Joseph	Préposée aux bénéficiaires
Belhassen Kallel	Personnel soignant
Valessa Paulena Chery	Préposée aux bénéficiaires

Enseignants

Charles Changizi (EMSB)
Samuel Mofo Tsop (CREP)

Et l'équipe du programme PAAS-Action, les bénévoles, les étudiants d'été et les stagiaires

AKNOWLEDGMENT

Le Centre exprime sa profonde gratitude à tous les partenaires communautaires pour leurs contributions directes et indirectes à notre mission. En 2025, les partenaires communautaires suivants nous ont généreusement fourni un soutien financier essentiel, ainsi que des ressources humaines, matérielles et informationnelles (listés par ordre alphabétique) :

- ASC (Accessibility Standard Canada)
- ABC Center (Center for Volunteer Action Saint-Laurent)
- AlterGo
- Arrondissement de Saint-Laurent
- Camp Massawippi
- Centre ABC
- Centre des Loisirs & Complexe Sportif de Saint-Laurent
- City of Montreal
- CIUSSS du Centre-Sud-de-l'île-de-Montréal
- CIUSSS du Nord de Montréal
- COSSL (Le Comité des organismes sociaux de Saint-Laurent)
- Déphy Montréal
- Éducationnel Institutions : Dawson College and Cégep de la Gaspésie et des Îles, Concordia University, McGill University
- Emploi Québec
- Gouvernement du Canada – Patrimoine canadien
- Gouvernement du Canada – Emploi et Développement social
- Groupe des aidants du Sud-Ouest
- Fondation Habilitas
- Immersion MTL
- L'Anonyme
- L'Institut National pour l'Équité, l'Égalité et l'Inclusion des personnes en situation de handicap (INÉÉI — PSH)
- Lululemon
- Moisson Montréal
- Montreal Volunteer Bureau
- Réseau des Journées de la paix
- Programme art adapté
- RIOCM
- Commissions scolaires : EMSB, CSSDM (CREP)
- TCRPAM Montreal
- Tout a Trac theatre
- Fondation Zeller Family
-

Ans que:

- Ms Emmanuella Lambropoulos Member of Parliament (MP), Saint-Laurent
- Ms Marwah Rizqy, Députée de Saint-Laurent

TÉMOIGNAGES

Pasquale (membre) : Je recommanderais le Centre Action à tout le monde parce qu'on y apprend les relations humaines, on apprend à connaître les autres et on participe à des activités que l'on aime. Pour moi, tout le groupe est comme une famille. Depuis que j'ai commencé, je suis devenu très proche de la plupart des personnes ici. Je me sens chez moi, je sens que je fais partie du groupe et que je ne suis pas exclu. J'aime être membre ici parce que je peux être moi-même lorsque je suis au Centre Action. - Pasquale I.

Laurette (membre) : J'aime beaucoup le Centre Action parce que tout le monde est très gentil ici. Le bingo, les quilles et la chorale sont mes activités préférées, parce que j'apprends de nouvelles choses et je passe du bon temps avec mes amis. J'apprécie également les sorties parce que j'aime sortir avec mes amis plutôt que de rester à la maison.

Céline (membre de la famille) : [...] Ma famille et moi aimerions vous remercier sincèrement [l'équipe du Centre Action] pour le soutien, la compassion et les services attentionnés que vous offrez à notre frère et fils, Deo. Votre soutien, votre patience et votre dévouement apportent un réel réconfort à notre quotidien, tant à la personne dont vous prenez soin qu'à l'ensemble de notre famille. Grâce à votre engagement, nous nous sentons soutenus, respectés et entourés de compassion. Nous vous exprimons notre plus profonde gratitude pour la qualité de votre travail et pour la différence positive que vous apportez dans nos vies.

Christophe (membre du programme virtuel) : Connexions est l'une des meilleures choses qui me soient arrivées. Cela nous permet de briser l'isolement et de nous occuper grâce à des activités très amusantes. Je suis très reconnaissant que nous ayons trouvé une façon de m'inclure dans les programmes en présentiel même si j'habite à cinq heures de route. Cela me donne la possibilité de faire ce que j'ai toujours voulu faire : faire entendre ma voix pour contribuer à la résolution des injustices sociales.





Charles (Enseignant) : Je suis venu au Centre Action pour enseigner le nouveau programme de participation sociale du Québec — l'autoreprésentation, les arts, les communications et la musique — et je suis reparti en ayant appris davantage que ce que j'ai transmis. Mes étudiants étaient des adultes de tous âges, certains nés avec une déficience physique, d'autres dont la vie a été transformée par une blessure, tous menant le même combat que le reste d'entre nous, mais avec des enjeux plus importants et moins d'excuses de la part du monde. Un souffle, un accident, sépare la plupart d'entre nous de cette vulnérabilité.

L'éducation ici signifie tendre vers ce que l'on croyait ne pas pouvoir accomplir, défendre son voisin lorsqu'il ne peut pas parler, et revendiquer sa place non seulement dans cet édifice, mais à Montréal, au Canada et dans le monde. Je quitte avec une perception recalibrée de ce à quoi ressemble le courage — et avec le rappel que la dignité n'est pas un besoin particulier. C'est un besoin humain.