

Rapport annuel

2019-2020



Table des matières

Mot de la directrice générale et présidente	3
Mission/vision/valeurs	4
Accessibilité universelle	5
Historique	6
Conseil d'administration	7
États financiers	8
Communications et relations publiques	9
Projets et activités	10
Statistiques	13
Nos partenaires	14
Objectifs et prévisions 2020-2021	16

Mot de la présidente et directrice générale

C'est avec grand plaisir que nous vous présentons notre deuxième rapport annuel. L'année 2019-2020 fut chamboulée à plusieurs niveaux, ce qui a permis à DéfPhys Sans Limite de faire preuve de créativité et d'innovation pour être en mesure de s'adapter au contexte de la pandémie mondiale du COVID-19. Malgré les mesures d'urgence sanitaire qui ont forcé l'organisme à annuler plusieurs activités sociales avec ses membres, nous avons pu mettre notre énergie sur d'autres projets qui nous tiennent tout autant à coeur. De nouveaux partenariats ont été créés, des activités virtuelles ont été organisées et plusieurs projets pour les communications de l'organisme ont pu être réalisés.

L'année 2019 a débuté en force avec le projet une « Journée dans mes bottines ». Cette journée de sensibilisation a permis de rassembler des personnes vivant en situation de handicap et aussi des personnes sans handicap afin d'échanger de rôle pour une journée. Les personnes sans handicap ont donc pu avoir un aperçu de la réalité que vivent les personnes en situation de handicap au quotidien. Cet événement a été un grand succès et a été apprécié par tous les participants. Malgré les tourments de la météo qui ont affecté la fin de l'événement, l'équipe de DéfPhys Sans Limite était fière d'avoir réussi à poursuivre sa mission de sensibilisation.

L'année 2020 qui a été marquée par la pandémie du COVID-19 a mis sur glace plusieurs activités de l'organisme. Ce contexte nous a toutefois permis de réinvestir d'autres domaines qui contribuent tout autant à la mission de DéfPhys Sans Limite. Nous avons donc pu réaliser un premier plan de communication, animer davantage les plateformes de réseaux sociaux, encourager d'autres organismes de défense de droits dans leurs actions, et aussi mettre l'accent sur des actions de sensibilisation concernant la réalité des personnes vivant en situation de handicap dans le contexte de crise sanitaire.

C'est un immense privilège de travailler à faire rayonner l'organisme DéfPhys Sans Limite par différents projets tout aussi enrichissants et innovateurs! Rien de tout cela n'aurait pu s'accomplir sans l'aide précieuse des membres de notre conseil d'administration, de nos partenaires et de nos collaborations avec différents milieux. Un grand merci aussi à tous nos membres et nos bénévoles accompagnateurs pour leur dévouement! Sans vous, l'organisme DéfPhys Sans Limite ne serait pas ce qu'il est aujourd'hui!

Puisque l'année 2020-2021 nous réserve peut-être encore bien des surprises, nous nous assurerons de redoubler d'efforts pour se préparer à toute éventualité! Une seconde fois, merci pour la précieuse collaboration d'Elizabeth Quesnel et des membres du comité de communication qui m'ont aidée à la rédaction de ce rapport d'activités.

Bonne lecture!

Maude Massicotte

Directrice générale

Mission

DéfPhys Sans Limite est un jeune OSBL destiné aux personnes âgées de 18 à 30 ans qui ont un handicap physique. Sa vocation est d'aider ses membres à organiser des sorties et à les y accompagner afin de pallier leurs difficultés motrices.

Vision

Notre vision est de briser l'isolement chez les jeunes adultes ayant une déficience physique et de permettre à ces jeunes d'être vus comme des individus à part entière.

Valeurs

INCLUSION

Favoriser l'inclusion des jeunes adultes en situation de handicap physique dans la société.

PARTICIPATION SOCIALE

La participation sociale renvoie donc le jeune adulte à sa propre capacité d'être acteur de son devenir, à créer des liens sociaux, et à faire ses propres choix.

AUTONOMIE & ÉPANOUISSEMENT

Accroître l'autonomie et l'épanouissement des jeunes ayant un handicap physique par de l'accompagnement dans le cadre d'activités avec des bénévoles.

BRISER L'ISOLEMENT SOCIAL

L'isolement social des jeunes adultes ayant un handicap physique peut avoir des conséquences dramatiques, non seulement sur leur santé physique et psychologique, mais aussi sur les collectivités. Brisons l'isolement afin de permettre aux jeunes en situation d'handicap physique de participer pleinement au sein de la collectivité par le biais d'activités sociales.

Accessibilité universelle

PARCE QUE NOUS VISIONS L'ACCESSIBILITÉ UNIVERSELLE

Parce que l'accessibilité universelle, c'est une question d'équité et DéfPhys Sans Limite tente de viser l'accessibilité à tous les niveaux afin d'inclure tout le monde.

L'accessibilité universelle est le caractère d'un produit, procédé, service, information ou environnement qui permet à toute personne de réaliser des activités de façon autonome et d'obtenir des résultats équivalents.

DéfPhys Sans limite se veut un acteur en accessibilité universelle, notamment dans la sphère loisirs et participation sociale. Le principe d'accessibilité universelle est au coeur de nos valeurs et c'est pourquoi nous avons posé différentes actions en ce sens cette année.

Comment mettons-nous en action le principe d'accessibilité universelle?

- En faisant partie du grand réseau en accessibilité universelle d'AlterGo
- En offrant une programmation inclusive
- En intégrant le Squat de Formation AlterGo
- En participant au Mois de l'accessibilité universelle dans les bibliothèques de Montréal
- En participant à la campagne #VivezAU
- En assistant à des ateliers de formation en accessibilité universelle

Historique

DéfPhys Sans Limite a vu le jour le 15 octobre 2015. C'est un organisme à but non lucratif qui est destiné aux personnes de 18 à 30 ans avec un handicap physique, cofondé par *Maude Massicotte* et *Guillaume Lussier-Houle*. Son mandat est d'aider ses membres à organiser des sorties et avoir de l'accompagnement pour pallier à leurs difficultés motrices.



AUTOMNE 2019

- ✓ Événement « Journée dans mes bottines »
- ✓ Participation au grand rassemblement de l'organisme Chantiers Jeunesse
- ✓ Partenariat avec Amira de *TakingITGobal*
- ✓ Participation à l'événement Trick or Suite avec la fondation pour l'enfance Starlight Canada
- ✓ Maude a réalisé 2 ateliers de sensibilisation (Vivre avec un handicap) pour l'organisme *Ensemble pour le respect de la diversité*

HIVER 2020

- ✓ Conférence offerte à l'Université de Montréal pour des ergothérapeutes
- ✓ 4 ateliers de "Parle-toi" à l'école Deux-Montagnes avec Camille Chai
- ✓ Rencontre de communauté pratique avec différents organismes de la ville de Montréal
- ✓ Représentation de l'organisme par Elizabeth au regroupement d'*AlterGo*

PRINTEMPS 2020

- ✓ Conférence à Toronto avec des jeunes à travers le Canada
- ✓ Début du confinement au Québec dû à la pandémie mondiale du COVID-19
- ✓ Poursuite des activités de *DéfPhys Sans Limite* en virtuel
- ✓ 1ère rencontre en vu du chantier en Saskatchewan et en collaboration avec *Chantier jeunesse, YMCA* et *LOJIQ*
- ✓ Lancement du site web de *DéfPhys Sans Limite*

ÉTÉ 2020

- ✓ Soirée de réseautage avec *Concertation Montréal* pour rencontrer de nouveaux administrateurs
- ✓ Développement des communications (plan de communication, animation des réseaux sociaux, gestion de communauté)

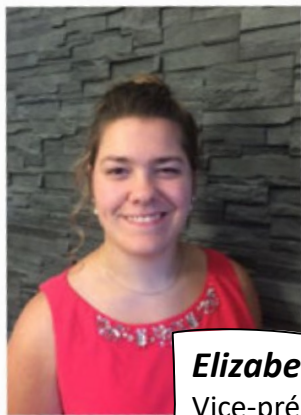
Membres du conseil d'administration 2019-2020



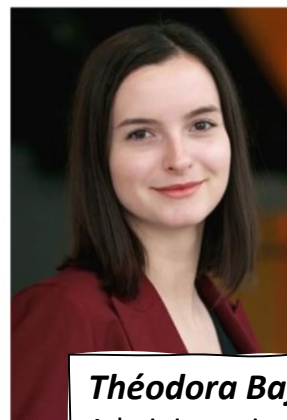
Maude Massicotte
Présidente et Directrice générale
bénévole



Valérie Faubert
Secrétaire et membre



Elizabeth Quesnel
Vice-présidente et membre



Théodora Bajkin
Administratrice et membre
accompagnatrice



Guillaume Lussier-Houle
Trésorier et membre
accompagnateur

États financiers

DONS

Pour l'année 2019-2020, DéfPhys Sans Limite a reçu **1118,68\$** en dons. Nous tenons à remercier toutes les partenaires, les organismes et les personnes qui ont à coeur la mission de l'organisme. Merci!

ACTIVITÉS DE FINANCEMENT

DéfPhys Sans Limite organise tout au long de l'année des activités qui permettent de soutenir la mission de l'organisme. Pour l'année 2019-2020, ces activités de financement ont permis d'amasser **1777,25\$!**

CONTRIBUTION DES MEMBRES

Les cotisations des membres permettent de soutenir financièrement les activités organisées par DéfPhys Sans Limite. Ces cotisations pour l'année 2019-2020 représentent **180\$**. Bien au-delà de la contribution financière, les membres participent au processus de planification des activités de A à Z puisqu'il importe que les projets développés par l'organisme soient à leur image.

FORMATION

Maude, directrice et présidente bénévole de DéfPhys Sans Limite, s'applique activement dans la communauté en offrant des formations auprès des organismes, des institutions et des entreprises sur les thèmes de l'accessibilité et de l'inclusion des personnes vivant avec un handicap physique. Ces formations permettent à DéfPhys Sans Limite d'obtenir des revenus de **3786,50\$** pour l'année 2019-2020.

Communications et relations publiques

RÉDACTION DU PREMIER RAPPORT D'ACTIVITÉS

Le premier rapport annuel de l'organisme a été rédigé, ce qui permet de rendre compte de toutes les activités de l'organisme au cours de l'année. Le rapport annuel est disponible sur notre site web:

<https://www.defphyssanslimite.org/l-organisme/rapport-d-activit%C3%A9s/>

CRÉATION ET MISE EN LIGNE DU SITE WEB

Le nouveau site web de l'organisme est maintenant en ligne après plusieurs heures de travail de création et de configuration. Pour y jeter un coup d'oeil:

www.defphyssanslimite.org

NOUVELLE PAGE LINKEDIN

Une nouvelle page LinkedIn a été créée afin d'élargir la visibilité de l'organisme sur les différentes plateformes de médias sociaux.

<https://www.linkedin.com/company/d%C3%A9phys-sans-limite>

PLAN DE COMMUNICATION

Afin de coordonner les communications de l'organisme, l'équipe des communications s'est chargée de réaliser un plan de communication.

ÉLARGISSEMENT DU RÉSEAU DE PARTENAIRES

Puisque l'entraide et la solidarité sont essentielles, DéfPhys Sans Limite a pu élargir son réseau de partenaires au cours de la dernière année, ce qui a aussi permis à l'organisme de gagner en visibilité et de faire rayonner d'autres organismes qui réalisent des actions importantes dans la communauté.

Projets et activités

PROJET YCAN

DéfPhys Sans Limite s'est nouvellement associé avec le projet YCAN. Ce projet qui sera livré au mois de mars 2021 permettra de recueillir un ensemble de témoignage de jeunes vivant en situation de handicap qui seront ensuite diffusés sur une plateforme web. Nous sommes fier-e-s de participer à ce projet et avons hâte de voir les résultats!



ACTIVITÉS VIRTUELLES

Avec l'expérience inattendue dans laquelle le monde a été plongé à partir du début de l'année 2020, la pandémie du COVID-19 a eu plusieurs répercussions sur l'ensemble des activités organisées par DéfPhys Sans Limite. Malgré tout, l'équipe a su s'adapter rapidement à ce contexte d'imprévisibilité en organisant des activités virtuelles auprès de ses membres tout au long de la pandémie. 5@7, soirées de jeux virtuels, atelier sur la santé mentale, ont permis aux membres et aux bénévoles de se réunir tout en respectant les mesures sanitaires.



PROJET ANNUEL 2020

Pour l'année 2019-2020, les membres DéfPhys Sans Limite avaient eu l'idée d'organiser un voyage dans une ville. La décision a été d'aller dans la ville d'Ottawa durant la longue fin de semaine du mois de mai. L'organisation de ce voyage a débuté en janvier. À la fin mars, avec la pandémie de la COVID-19 qui arrivait au Canada et pour cause des raisons sanitaires, Maude a dû procéder à l'annulation du voyage.



Ce n'est donc que partie remise, puisque le projet annuel pourra être remis dès que les consignes sanitaires permettront de voyager en toute sécurité.

Projets et activités

JOURNÉE DANS MES BOTTINES

Équipes : 5 personnes (Maude Massicotte, Simon Auclair, Élisabeth Quesnel, Valérie Faubert, Camille Chai)

Bénévoles : 30 personnes

Événement : Immersion dans la vie d'une personne en situation de handicap

Début du projet : Mars 2019

Date de l'événement : 7 septembre 2019

Aide financière :

- Chantiers jeunesse : 4800\$ (montant bonifié)
- Taking it Global : 1500\$



Description du projet : Le projet « Une journée dans mes bottines » a été développé par Maude, Élisabeth et Simon. La fidèle équipe, composée de personnes qui surmontent plusieurs défis au quotidien étant donné les troubles de langage et les difficultés motrices causés par la paralysie cérébrale, a travaillé arduement au développement de ce projet. L'objectif de cet événement a été de sensibiliser le public ne vivant pas avec un handicap aux obstacles que doivent reconstruire les personnes en situation de handicap au quotidien. Des activités sous forme de circuits ont donc été organisées afin de bien représenter les difficultés quotidiennes des personnes vivant en situation de handicap: s'habiller, se brosser les dents, mettre des bijoux, réserver un transport adapté, etc. Les personnes de la communauté toute entière ont toutes été invitées à y participer (maire, personnel des services d'incendie, familles, enfants, professionnels, amis, etc.).

L'événement fût un grand succès et a permis d'accueillir près de 80 personnes. Le plaisir a certainement été au rendez-vous!

Projets et activités

Nous avons décidé d'ouvrir un nouveau volet intitulé:

VOLET SENSIBILISATION

Ce volet est créé pour répondre à des demandes de formations et ateliers qui ont pour but de sensibiliser et faire connaître les obstacles que vivent les personnes ayant des limitations fonctionnelles à différents milieux.

Depuis la dernière année, la directrice générale a répondu à quelques demandes grâce à son expertise avec *Formation AlterGo* où elle est appelée à donner plusieurs types de formations de ce genre.

Nous souhaitons approfondir ce volet dans la prochaine année, afin de rendre ce volet accessible à tous!

Voici quelques-unes des réalisations de l'organisme:

- 2 formations/ateliers de sensibilisation ont été offertes à l'organisme *Ensemble pour le respect de la diversité*
- Atelier de sensibilisation à la fin de semaine au camp Ville-Joie pour le grand rassemblement de l'organisme *Chantiers Jeunesse*
- Participation à un rencontre de communauté pratique avec différents organismes de la ville de Montréal qui travaillent avec la jeunesse
- Participation au comité aviseur pour lancer une campagne NOUS LANÇONS NOTRE CAMPAGNE SOCIÉTALE: «Agissons contre les violences sexistes: sensibiliser pour mieux prévenir!»

Statistiques

1

Personne à l'équipe de permanence

5

Personnes au conseil d'administration

6

Membres

8

Bénévoles

128

Heures d'activités avec les membres

5

Actions en accessibilité universelle

17

Activités avec les membres

1

Projet annuel

1

Projet en partenariat avec le réseau d'actions communautaires du YMCA

3

Plateformes de médias sociaux

Nos partenaires

Partenaires financiers

DéfPhys Sans Limite a de précieux partenaires qui soutiennent l'organisme.



Les Ballons Intensifs contribue au développement des jeunes issus de milieux défavorisés afin qu'ils deviennent des citoyens engagés et porteurs de changement dans leur communauté. L'organisation offre des camps de basketball aux jeunes et différentes activités sportives.



Bonhomme à lunettes est un opticien d'ordonnances nomade dans le réseau des organismes communautaires du grand *Montréal*, de *Laval*, de la *Montérégie*, des *Laurentides*, de *Lanaudière* et de l'*Outaouais*. Son nom est *Philippe Rochette*. **Bonhomme à lunettes** est un service pour tous et ce, peu importe le revenu. *DéfPhys Sans Limite* fait parti de la liste des organismes auxquels un don de 20\$ peut être remis à l'achat d'une paire de lunettes. Les membres peuvent recevoir 15% de rabais sur leur facture s'ils présentent la carte fidélité de l'organisme!



Le bistro Ste-Cath est un restaurant situé à Montréal. *Le Ste-Cath* reverse 100% de ses surplus à la communauté. À chaque année, le bistro offre 260 spectacles gratuits et leur clientèle ont l'opportunité de redonner à *DéfPhys Sans Limite*.



Nous le Savon est une jeune entreprise qui a à coeur l'environnement. Les produits sont éco-responsables et offerts à des prix abordables. L'entreprise soutient *DéfPhys Sans Limite* en offrant 50% des revenus sur ses produits lors des comptoir de ventes, à différents occasions événements de collecte de fonds.

Nos partenaires

Partenaires de soutien



AlterGo et Formation AlterGo a pour mission de soutenir l'inclusion sociale des personnes ayant une limitation fonctionnelle par l'abolition des obstacles au loisir, au sport et à la culture. *DéfPhys Sans Limite* est membre d'AlterGo et peut donc recevoir des formations afin de s'outiller pour la gestion et l'administration d'un organisme communautaire. *DéfPhys Sans Limite* fait aussi partie du grand Collectif AU.



LE RÉSEAU D' ACTIONS COMMUNAUTAIRES DU YMCA (YCAN) est un programme national innovant qui mobilise les chefs de file de 15 à 30 ans des quatre coins du Canada pour répondre à des besoins communautaires en réalisant des projets de service.



Chantiers Jeunesse est un organisme à but non lucratif créé en 1980 qui vise à favoriser le développement de jeunes citoyens actifs et engagés, à appuyer le développement d'une communauté et du plein potentiel des personnes en offrant des lieux d'apprentissage et de formation en collaboration avec des partenaires d'ici et d'ailleurs, et ce, dans un esprit de solidarité et de respect des différences.



L'Institut National pour l'Équité, l'Égalité et l'Inclusion des personnes en situation de handicap (INÉÉI-PSH) est un organisme national sans but lucratif adhérant à la représentation du handicap telle que définie par la Convention relatives aux droits des personnes handicapées (CRDPH-ONU) en parfaite adéquation avec l'approche du MDH-PPH.



TakingITGlobal est l'un des plus importants réseaux de jeunes au monde qui s'instruisent, s'engagent et travaillent pour relever les défis mondiaux. Sa mission est de permettre aux jeunes de comprendre les défis locaux et mondiaux et d'agir en conséquence.

Objectifs et prévisions 2020-2021



Recrutement de nouveaux administrateurs, membres et bénévoles



Continuer à donner de la formation et participer aux marches exploratoires par Formation Altergo



Poursuivre les formations offertes par Altergo ou par d'autres organismes pertinents



Actualiser le plan d'action de l'organisme



Rédiger un plan de relance pour la reprise des activités en présentiel



Poursuivre les demandes de financement



Organiser un projet annuel (à voir selon l'évolution de la situation COVID-19)



Développer le volet *Sensibilisation* avec nos partenaires



Organiser des campagnes de financement