

ENCORE PLUS DE  
FILLES ACTIVES  
PARTOUT AU QUÉBEC!



RÉDACTION  
L'équipe Fillactive

TRADUCTION  
Thomas Donovan

CONCEPTION GRAPHIQUE  
Emma Blanc

PHOTOGRAPHIE  
Karine Couillard  
Nigel Quinn  
Vanessa Cyr Photographie

# TABLE DES MATIÈRES

NOTRE MISSION ET NOS VALEURS	4
NOS PORTE-PAROLE ET MARRAINES FILLACTIVE	6
NOS PROGRAMMES POUR LES ADOLESCENTES	7
NOTRE IMPACT AUPRÈS DES ADOLESCENTES	21
NOTRE RAYONNEMENT	24
NOS ÉVÉNEMENTS PHILANTHROPIQUES	26
NOS PARTENAIRES PHILANTHROPIQUES	31
NOTRE ÉQUIPE	33
NOS FINANCES	36

# NOTRE MISSION ET NOS VALEURS

## Notre mission

Amener les adolescentes à être actives pour la vie, en créant des moments inoubliables pour elles et en bâtissant une communauté de gens inspirants et engagés autour d'elles.

## Nos valeurs

### PLAISIR

On aime que le plaisir soit toujours de la partie!

Quand on s'amuse, ça donne le goût de recommencer.

### ESPRIT D'ÉQUIPE

Ensemble, on se motive et on s'entraide.

Le respect et l'inclusion sont au cœur des règles du jeu.

### ÉPANOUISSEMENT

On s'assure que toute l'équipe se sent bien.

Favorisons un climat bienveillant dans lequel on grandit.

### ENGAGEMENT

On bâtit une communauté inspirante pour des adolescentes en santé.

Chaque action fait la différence et contribue à un effet d'entraînement!



# ENCORE PLUS DE FILLES ACTIVES PARTOUT AU QUÉBEC!

En 2022-2023, **285** écoles secondaires ont choisi d'offrir une équipe féminine multisports non compétitive à leurs élèves et **9 000** filles ont participé à Fillactive; une croissance de 58 écoles et de 2 750 filles par rapport à 2021-2022. De plus, un total de **7 296** activités physiques ont été offertes à travers toutes les régions du Québec et en territoires autochtones.

Nos événements rassembleurs et philanthropiques tels que les Célébrations Fillactive et le Bal Père/Fille ont continué de gagner en popularité auprès de notre communauté. De nouveaux projets ainsi que des projets pilotes ont également été mis sur pied afin que toujours plus d'écoles offrent aux adolescentes l'occasion de participer à Fillactive sur toute la durée de l'année scolaire.

## DES ADOLESCENTES PLUS ACTIVES DEPUIS 2017



# NOS PORTE-PAROLE ET MARRAINES FILLACTIVE



**CLAUDINE LABELLE,**  
*présidente fondatrice de Fillactive*



**BRIGITTE HÉBERT,**  
*présidente du conseil d'administration  
de Fillactive*



**CHLOÉ, MAXIME ET  
JUSTINE DUFOUR-LAPOINTE,**  
*marraines Fillactive*



**KIM GINGRAS,**  
*marraine Fillactive*



**GENEVIÈVE LEDUC, PH. D.,**  
*conseillère principale aux programmes  
chez Fillactive et experte en  
matière d'activité physique chez les  
adolescentes*

# NOS PROGRAMMES POUR LES ADOLESCENTES

## ACTIVITÉS-ÉCOLES

Activités physiques variées mises en place tout au long de l'année par les responsables scolaires avec le soutien de Fillactive.



TOUTE L'ANNÉE

## LE PROGRAMME BIEN-ÊTRE FILLACTIVE, PROPULSÉ PAR BENEVA

Une section complète de notre [site Web](#) aborde la gestion du stress et de l'anxiété. On y retrouve une variété de ressources apaisantes et bienveillantes pour les adolescentes.



## VIDÉOS D'ENTRAÎNEMENT

Plus de 50 vidéos d'entraînement en circuit, de danse et de yoga, disponibles gratuitement sur le [fillactive.ca](#).



## VISITES D'AMBASSADRICES

Les ambassadrices Fillactive visitent les écoles partenaires pour animer des séances d'activités physiques ou sportives.



## LA TOURNÉE FILLACTIVE

*Nouveauté!*

Événement rassembleur se déroulant dans les écoles partenaires en début d'année dans le but de recruter des participantes Fillactive.



AUTOMNE

## LES PARCOURS FILLACTIVE

Activité extérieure qui jumelle la marche ou la course aux arts et qui permet de lancer Fillactive dans les écoles.



## FORMATION AUX RESPONSABLES SCOLAIRES, LEADERS D'ÉQUIPES ET AMBASSADRICES FILLACTIVE

Activités interactives lors desquelles Fillactive partage les bonnes pratiques pour aider les individus qui entourent les adolescentes à changer la façon dont l'activité physique leur est présentée.



## CONFÉRENCES INSPIRATIONNELLES

Des modèles féminins inspirants échangent avec des participantes pour leur raconter leur histoire et leur relation avec l'activité physique.



HIVER

## LES RENDEZ-VOUS FILLACTIVE DE HOCKEY

Avec la contribution de la Fondation Hockey Canada, des événements sont organisés à travers le Québec pour faire découvrir aux adolescentes plusieurs façons de pratiquer le hockey.



## LE BALADO À CHACUNE SON TERRAIN DE JEU

*Nouveauté!*

Réalisé dans le cadre du *Programme Bien-être Fillactive, propulsé par Beneva*, ce balado disponible sur notre [site Web](#) réunit des expert·es, des sportif·ves et des personnalités publiques pour discuter de la pratique d'activité physique des adolescentes. Un balado pour les parents d'ados!



PRINTEMPS

## PROGRAMMES D'ENTRAÎNEMENT

À la course à pied, à la marche ou à vélo, Fillactive propose des programmes sur 8 semaines pour permettre aux écoles et aux filles de se préparer à parcourir, petit à petit et en toute sécurité, des distances plus longues.



## LES CÉLÉBRATIONS FILLACTIVE

Les grandes fêtes actives de fin d'année organisées dans six villes du Québec.



# FILLACTIVE EN 2022-2023...



285

ÉCOLES PARTENAIRES



9 000

PARTICIPANTES INSCRITES



967

RESPONSABLES SCOLAIRES



200

LEADERS D'ÉQUIPES



114

AMBASSADRICES FILLACTIVE

## RÉGIONS

Abitibi-Témiscamingue	5
Bas-Saint-Laurent	28
Capitale-Nationale	29
Centre-du-Québec	10
Chaudière-Appalaches	24
Côte-Nord	9
Estrie	10
Gaspésie—Îles-de-la-Madeleine	10
Lanaudière	17
Laurentides	25

## ÉCOLES

## RÉGIONS

Laval	11
Mauricie	15
Montréal	32
Nord-du-Québec	3
Outaouais	11
Saguenay—Lac-Saint-Jean	11
Territoire cri	1

## TOTAL QUÉBEC

## ÉCOLES

285



**Fillactive** a connu une forte croissance du nombre d'écoles partenaires avec une augmentation de 24 % par rapport à l'année 2021-2022.

Consultez [la liste des écoles partenaires Fillactive](#) pour l'année en cours.

# NOS ÉVÉNEMENTS RASSEMBLEURS

## Célébrations FILLACTIVE

### Le plus grand rassemblement pour adolescentes au Québec

Ce printemps, 6 Célébrations Fillactive ont eu lieu à travers le Québec. Des milliers de jeunes filles ont eu l'occasion de parcourir à la marche ou à la course 2,5 km, 5 km ou 10 km, sans se soucier du chronomètre. Elles ont aussi eu la possibilité de participer à une variété d'activités organisées par nos partenaires d'activation leur permettant ainsi d'expérimenter différents sports.

Voici les athlètes qui étaient présentes lors des Célébrations Fillactive : Kim Boutin, Maxime et Chloé Dufour-Lapointe, Annie Guglia, Valérie Maltais, Marie-Ève Nault, Laurence St-Germain.

220

ÉCOLES PARTENAIRES FILLACTIVE

50

PARTENAIRES D'ACTIVATION

### 6 événements grandioses qui ont rassemblé 7 000 filles!

📍 9 mai, Montréal

📍 18 mai, Québec

📍 26 mai, Gaspé

📍 11 mai, Trois-Rivières

📍 24 mai, Rimouski

📍 30 mai, Baie-Comeau



[Visionnez la vidéo des Célébrations Fillactive 2023!](#)

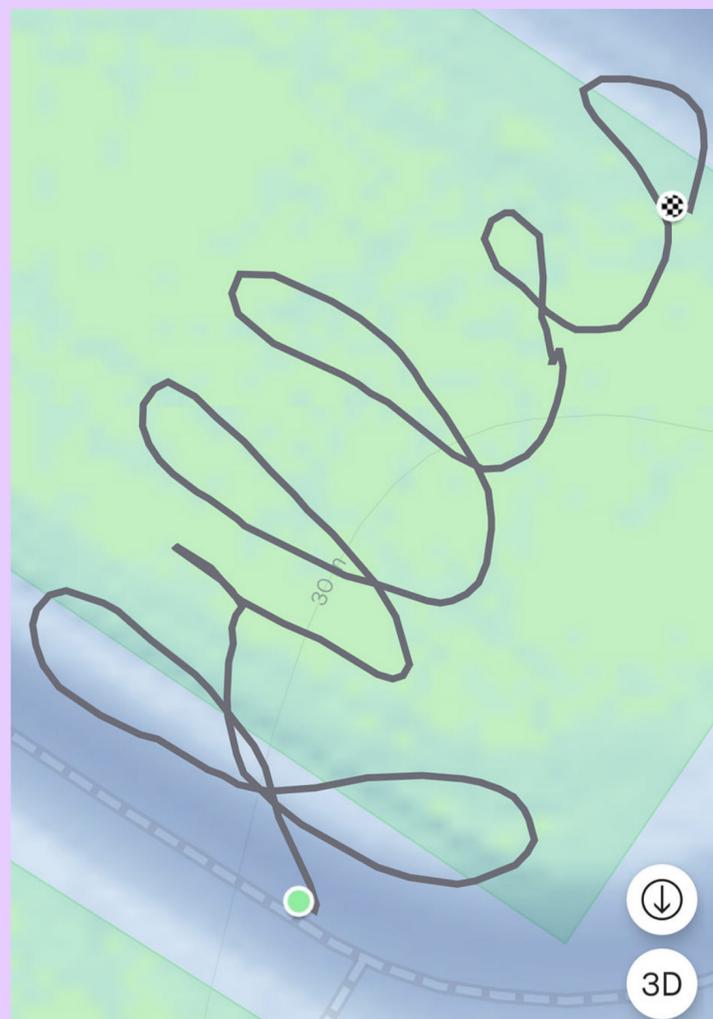
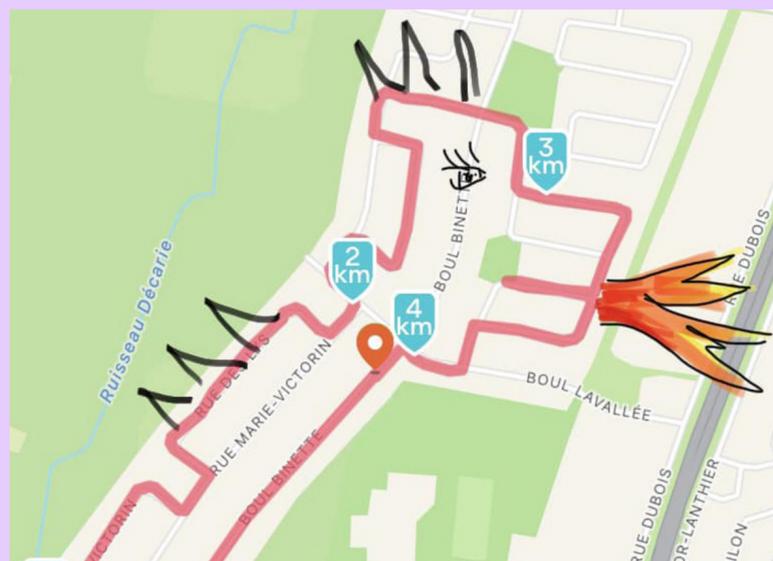
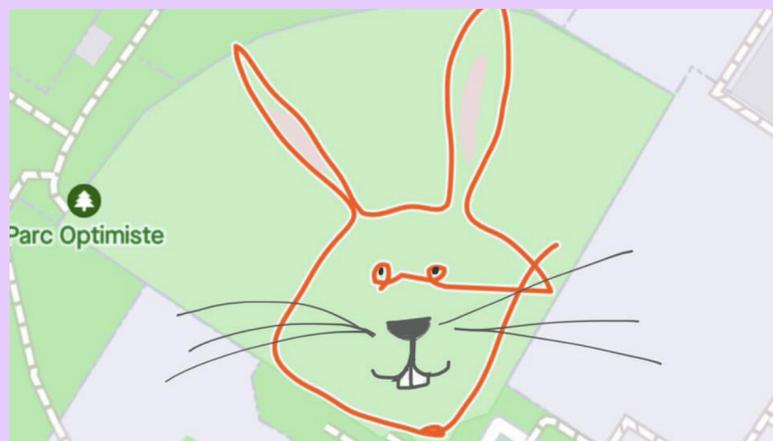




# NOS ÉVÉNEMENTS RASSEMBLEURS

## Les Parcours Fillactive

Du 1<sup>er</sup> au 11 novembre 2022, toutes les filles des écoles partenaires Fillactive étaient invitées à tracer leur propre chemin en utilisant la technologie de façon créative. Voilà un événement pour encourager les adolescentes à être actives à l'extérieur et les motiver à s'inscrire à Fillactive.



## Les Rendez-vous Fillactive de hockey

À l'hiver dernier, 385 adolescentes des Îles-de-la-Madeleine, de la Côte-Nord et de l'Estrie ont eu l'occasion d'essayer le hockey-balle et le hockey sur glace avec le plaisir pour seul objectif!

Merci à nos partenaires régionaux pour la réalisation de ces événements :



Merci à la **Fondation Hockey Canada** pour son soutien dans le cadre des Rendez-vous Fillactive de hockey.



# NOS NOUVEAUX PROJETS ET PROJETS PILOTES

## La Tournée Fillactive

Suivant une demande des écoles partenaires de les accompagner dès l'automne dans le recrutement de participantes, nous avons déployé la toute nouvelle Tournée Fillactive afin de proposer aux filles une conférence dynamique. Ce projet a été rendu possible grâce au Programme d'aide financière aux projets structurants d'activités physiques, de sports, de loisirs actifs ou de plein air (PAFprojets) du gouvernement du Québec.

- ✦ 15 écoles pour un total de 2 000 filles rejointes.
- ✦ 3 régions : Montréal, Québec et Montérégie.

## Fillactive d'un jour

Sachant que les filles commencent à décrocher du sport et de l'activité physique dès l'âge de 9 ans et sachant aussi que notre mission d'amener les adolescentes à être actives pour la vie serait encore plus difficile sans une saine transition entre le primaire et le secondaire, nous avons mené un pilote au printemps 2023 intitulé *Fillactive d'un jour*, dont les résultats ont été assez satisfaisants pour le poursuivre en 2023-2024.

- ✦ 9 écoles et 263 filles du 3<sup>e</sup> cycle du primaire ont participé au projet.
- ✦ 4 ambassadrices en activité physique ont été impliquées lors du processus de formation et d'animation.
- ✦ 3 régions : Capitale-Nationale, Estrie et Montérégie.

## Fillactive dans les communautés autochtones

Avec ce projet d'une durée de trois ans (2022-2025), Fillactive souhaite rendre l'activité physique plus accessible aux adolescentes autochtones. En développant des partenariats avec des organisations représentant les nations autochtones du Québec et des écoles situées en territoires autochtones, nous contribuons directement à la santé et au bien-être des jeunes filles de ces communautés. Pour l'année 1 de ce projet, nous comptons :

- ✦ 5 écoles partenaires en territoires autochtones (Amik Wiche, Manikanetish, Pakua Shipi, Uashkaikan et Voyageur Memorial).
- ✦ 48 adolescentes autochtones inscrites à Fillactive.
- ✦ 1 nouveau partenariat de coordination avec la Commission scolaire crie.

## Concentration Fillactive

À l'initiative d'une école championne Fillactive – le Collège Saint-Bernard – nous avons testé notre programme offert sous forme de concentration scolaire. Dans cette école, les élèves avaient 11 choix de concentration, incluant Fillactive, parmi lesquels ils-elles devaient en choisir 2 pour l'année scolaire 2022-2023.

- ✦ 85 participantes à la concentration Fillactive.
- ✦ 2 groupes de secondaire 1-2-3 et 1 groupe de secondaire 4-5.

Merci à **Manuvie** pour son engagement de trois ans permettant le déploiement de ce projet.



# PLUS D'OCCASIONS D'ÊTRE ACTIVES!

De septembre à juin, en plus des événements organisés par Fillactive, les écoles partenaires ont déployé de grands efforts pour offrir aux participantes de nombreuses activités et occasions d'être actives!

7 296 activités ont été générées par les écoles partenaires Fillactive en 2022-2023\* :

- ✦ Activités sportives (volleyball, badminton, etc.).
- ✦ Entraînements de groupe sur musique (circuit, Zumba, yoga, aquaforme, etc.).
- ✦ Sorties en plein air (randonnée pédestre, raquette, etc.).
- ✦ Jeux actifs (drapeau, bain libre, cerceaux, etc.).
- ✦ Course à pied.
- ✦ Etc.

## Printemps actif Fillactive

Dans le cadre du Défi Ensemble, on bouge de ParticipACTION, Fillactive a bonifié son offre de services auprès des partenaires régionaux, des écoles et des ambassadrices pour amener encore plus de filles à être actives, particulièrement lors de la période stressante entourant les examens de fin d'année.

Merci à **ParticipACTION** pour son soutien dans le cadre du Printemps actif Fillactive.

\* Donnée estimée sur la base de la réponse offerte par 194 écoles lors des Célébrations Fillactive 2023.



# UNE COMMUNAUTÉ BIENVEILLANTE

Au sein d'une école partenaire Fillactive, les participantes sont accompagnées par des gens bienveillants qui favorisent le déploiement des activités Fillactive et s'assurent de leur offrir des expériences positives et de qualité en activité physique.



## Responsable scolaire Fillactive

Le·La responsable scolaire Fillactive planifie et encadre les activités Fillactive de l'école, motive les troupes et encourage la camaraderie! Tout membre de l'équipe-école peut jouer le rôle de responsable scolaire Fillactive (enseignant·e titulaire ou d'éducation physique et à la santé, personnel de soutien, technicien·ne en loisir, etc.).

## Leader d'équipe Fillactive

La leader d'équipe Fillactive est une participante dynamique et responsable qui collabore au déploiement des activités Fillactive à l'école. Elle est la « capitaine d'équipe »! Par son attitude positive, bienveillante et sans jugement, elle aide à motiver les participantes et donne un coup de main à l'équipe de responsables scolaires Fillactive pour l'organisation, l'animation et le bon déroulement des activités.

## Ambassadrice Fillactive

Professionnelle de l'activité physique ou spécialiste de sa discipline sportive, l'ambassadrice Fillactive visite les écoles partenaires pour animer des séances d'activités physiques ou sportives dans un environnement valorisant, où le plaisir de bouger entre filles est mis de l'avant. Elle s'assure d'offrir des expériences positives et de qualité qui aideront les filles à développer leur confiance en elles en contexte de sport et d'activité physique. Les écoles partenaires reçoivent jusqu'à 3 visites d'ambassadrices par année.

EN 2022-2023...

**967**

RESPONSABLES SCOLAIRES FILLACTIVE

**200**

LEADERS D'ÉQUIPES FILLACTIVE

**114**

AMBASSADRICES FILLACTIVE

**369** visites d'ambassadrices ont été offertes dans les écoles partenaires Fillactive lors de la dernière année.

## NOTRE OFFRE DE FORMATION

Les formations sont centrales dans l'approche Fillactive qui cherche à transformer la façon dont l'activité physique est présentée aux adolescentes. Pour ce faire, nous accompagnons les individus qui entourent les participantes pour les amener à mieux identifier les barrières à l'activité physique des adolescentes ainsi que les pistes de solution basées sur leurs besoins spécifiques et sur les données probantes.

Les responsables scolaires, les leaders d'équipes et les ambassadrices Fillactive reçoivent tous les ans une formation adaptée à leurs connaissances et à leur rôle.

### Les formations Fillactive en 2022-2023 :

- ✦ **87** responsables scolaires Fillactive.
- ✦ **54** leaders d'équipes Fillactive.
- ✦ Formation en ligne obligatoire pour les 114 ambassadrices, incluant de nouvelles capsules présentées en collaboration avec la Fédération des éducateurs et éducatrices physiques enseignants du Québec (FÉÉPEQ).
- ✦ 6 dîners-causeries offerts tout au long de l'année scolaire pour garder le contact avec des dizaines de responsables scolaires Fillactive.

Merci à **RBC** de soutenir les formations offertes aux responsables scolaires, aux leaders d'équipes et aux ambassadrices Fillactive depuis six ans.

« Grâce à la formation, j'ai appris que l'important est de se rassembler entre filles et de s'encourager en créant un sentiment d'appartenance, et non de battre des records. »

– UNE LEADER D'ÉQUIPE FILLACTIVE



# NOTRE PROGRAMME DE RECONNAISSANCE

## FILLACTIVE/GO

Avec FILLACTIVE/GO, Fillactive souligne l'implication des différents groupes de sa communauté avec une variété d'initiatives personnalisées, rendues possibles grâce à sa culture des données dynamiques. Voici nos actions de reconnaissance en 2022-2023 :

- ✦ Une bannière Fillactive à accrocher au gymnase envoyée à chaque nouvelle école partenaire.
- ✦ Des badges personnalisés pour les écoles partenaires, les responsables scolaires, les participantes, les leaders d'équipes et les ambassadrices, pour souligner leur rôle et leur nombre d'années d'implication ou de participation.
- ✦ Un chandail Fillactive aux responsables scolaires qui s'impliquent dans une école depuis 5 ans et plus et aux ambassadrices qui poursuivent leur engagement depuis 2 ans et plus.
- ✦ Des écussons à apposer sur leur t-shirt Fillactive aux leaders d'équipes pour souligner leur rôle au sein de leur équipe Fillactive.
- ✦ Des portraits personnalisés des responsables scolaires qui s'impliquent depuis 10 ans et plus afin de mettre en lumière leur dévouement, sur notre [site Web](#).
- ✦ La liste des écoles qui sont partenaires Fillactive depuis 10 ans et plus, sur notre [site Web](#).



# MERCI À NOS RESPONSABLES SCOLAIRES FILLACTIVE IMPLIQUÉES DEPUIS 10 ANS ET PLUS

- ✦ Guylaine Bolduc, École de la Haute-Ville (Montérégie) – 13 ans
- ✦ Line Denis, École polyvalente Saint-Jérôme (Laurentides) – 13 ans
- ✦ Michèle Neveu, Académie les Estacades (Mauricie) – 13 ans
- ✦ Lyne Thériault, École Sainte-Famille/aux Trois-Chemins (Outaouais) – 13 ans
- ✦ Marie-Ève Barrette, École Polyvalente Le Carrefour (Outaouais) – 12 ans
- ✦ Annie Bidégaré, École secondaire Hormisdas-Gamelin (Outaouais) – 12 ans
- ✦ Audrey Dupuis, École des Boisés (Mauricie) – 12 ans
- ✦ Annie Moreau, École secondaire de Neufchâtel (Capitale-Nationale) – 12 ans
- ✦ Cynthia Boucher, École secondaire Val-Mauricie (Mauricie) – 11 ans
- ✦ Nadine Demers, École secondaire de Saint-Anselme (Chaudière-Appalaches) – 11 ans
- ✦ Diane Juteau, École secondaire Jean-Nicolet (Centre-du-Québec) – 11 ans
- ✦ Karine Mayer, École secondaire Mont-Royal (Montréal) – 11 ans
- ✦ Ève Pelletier, École secondaire des Patriotes (Laurentides) – 11 ans
- ✦ Rachel Boudreau, Collège Saint-Bernard (Centre-du-Québec) – 10 ans
- ✦ Jean Brouillet, École secondaire La Camaradière (Capitale-Nationale) – 10 ans
- ✦ Lucille Buist, École secondaire Calixa-Lavallée (Montréal) – 10 ans
- ✦ Fannie Constantin, École secondaire Cap-Jeunesse (Laurentides) – 10 ans
- ✦ Catherine Latulippe, École secondaire de Bromptonville (Estrie) – 10 ans
- ✦ Joannie Lévesque, Pensionnat du Saint-Nom de Marie (Montréal) – 10 ans
- ✦ Nouara Medjber, École Joseph-François-Perrault (Montréal) – 10 ans
- ✦ Mélanie Perrin, École secondaire de Trois-Pistoles (Bas-Saint-Laurent) – 10 ans



**KARINE MAYER**, responsable scolaire Fillactive de l'école Mont-Royal depuis 11 ans

« Fillactive m'offre la possibilité d'avoir les deux côtés de la médaille. Ça me permet d'être avec des filles motivées et également de permettre à celles qui le sont un peu moins d'avancer dans un projet positif. »

– NADINE DEMERS,  
responsable scolaire Fillactive de l'école secondaire de Saint-Anselme depuis 11 ans

# MERCI À NOS PARTENAIRES ET COORDONNATEUR·TRICES RÉGIONAUX



« Fillactive c'est redécouvrir l'activité physique dans un contexte amusant et sécurisant. »

– CATHERINE GALLANT,  
coordonnatrice régionale Fillactive, Côte-Nord

« Fillactive c'est l'occasion rêvée de bouger entre filles dans le plaisir et surtout de bâtir des relations positives. Une belle approche pour augmenter le sentiment d'appartenance à un groupe et même à son école! »

– ERIKA LAFRENIÈRE LAHAIE,  
coordonnatrice régionale Fillactive,  
Centre-du-Québec

La liste complète des coordonnateur.trice.s régionaux Fillactive est disponible sur notre [site Web](#).

# PROGRAMME BIEN-ÊTRE FILLACTIVE, PROPULSÉ PAR BENEVA

## La Bulle anti-stress

Lors de la dernière année, Fillactive a bonifié les outils de la Bulle anti-stress disponible sur son [site Web](#) afin d'accompagner les adolescentes de façon bienveillante dans une meilleure gestion du stress et de l'anxiété.



Merci à **beneva** de soutenir ce programme depuis deux ans.

## Le balado À chacune son terrain de jeu

Avec ce nouveau projet de balado de 5 épisodes disponible sur notre [site Web](#) et sur les plateformes les plus populaires de diffusion, Fillactive accompagne les parents d'adolescentes en leur proposant les conseils d'expert·es, de sportif·ves et de personnalités publiques autour de la pratique d'activité physique saine des adolescentes.



- **Qui a le temps d'être active?** Comment faire pour que l'activité physique et le sport ne génèrent plus de stress dans les familles? Intervenantes : Sylvie Bernier (championne olympique et conférencière), Geneviève O'Gleman (nutritionniste et auteure) et Lysianne Vallée (technicienne en loisir).
- **Le sport, ça stresse ou ça fait du bien?** Mieux comprendre et accompagner notre enfant à travers son parcours de jeune athlète. Intervenantes : Dominick Gauthier (olympien et parent), Chloé Dufour-Lapointe (olympienne) et Amélie Soulard (préparatrice mentale et psychologue).
- **Développer le plaisir d'être active dès la petite enfance.** Comment favoriser le développement des habiletés motrices de base en jeune âge et quelles sont les conséquences des stéréotypes de genre sur le développement des habiletés des filles? Intervenantes : Édith Cochrane (animatrice et comédienne), Mariève Blanchet (professeure et chercheure) et Nancy Forest (conseillère en pédagogie, AQCPE).
- **L'approche intuitive du mouvement, qu'est-ce que c'est?** Parallèle avec l'alimentation intuitive, l'image corporelle des adolescentes et les dangers des messages toxiques autour de l'activité physique. Intervenantes : Karine Paiement (nutritionniste et doctorante), Karah Stanworth-Belleville (cheffe de projets, ÉquiLibre) et Chloé Rochette (fondatrice Happy Fitness).
- **Qu'est-ce qui motive les adolescentes à être actives?** L'activité physique comme moyen pour entrer en relation avec les autres, apprendre à se connaître et à respecter son corps et ses limites. Intervenantes : Isabelle Doré (professeure et chercheure), Simon Brinck Boucher (enseignant en éducation physique et à la santé) et Joëlle Bourdeau (chorégraphe de la troupe de danse Clique).

# NOTRE IMPACT AUPRÈS DES ADOLESCENTES

## NOTRE PROJET DE RECHERCHE

Au cours de la dernière année, l'équipe de Fillactive a travaillé de pair avec la firme Voilà pour la valorisation des résultats issus de son ambitieux projet de recherche qui s'est échelonné de 2017 à 2022. En collaboration avec l'Université de Montréal et différentes universités canadiennes, Fillactive s'est engagée sur une période de cinq ans à collecter des données dans le but d'évaluer les retombées de son approche sur les adolescentes ainsi que sur les milieux scolaires.

Alors que ces résultats finaux seront dévoilés au grand public à l'automne 2023 par l'entremise du *Grand Rendez-vous Fillactive*, un événement majeur de partage de connaissances, nous sommes fières de partager cette donnée qui témoigne de notre impact auprès des adolescentes :

La programmation Fillactive, bien adaptée aux besoins et aux préférences des adolescentes, permet une réelle augmentation de leur pratique de l'activité physique. Alors que les participantes respectent en moyenne 2,6 jours par semaine la recommandation quotidienne d'activité physique en début d'année, c'est-à-dire au moment de leur inscription à Fillactive, cette moyenne passe à 3,2 jours par semaine en fin d'année (augmentation significative de 23 %). Lorsque l'on considère cette moyenne hebdomadaire améliorée sur une année entière, il s'agit de 30 jours de plus d'activité physique. Observer une telle augmentation est un indicateur de la qualité et de l'impact bien concret de Fillactive dans un contexte où les filles s'activent généralement de moins en moins au fur et à mesure qu'elles progressent à travers l'adolescence.



# TRANSFERT DE CONNAISSANCES ET IMPLICATION

## Transfert de connaissances concernant les filles et l'activité physique

- ✦ Présentations prononcées lors de congrès (FÉÉPEQ, Colloque ACTIVES de l'Observatoire national de l'activité physique et de la sédentarité).
- ✦ Enseignement de cours universitaires (Université de Montréal, Université Laval, Université d'Ottawa, Université du Québec à Trois-Rivières).
- ✦ Participation à des panels (TIR-SHV, Congrès des URLS).
- ✦ Signature ou collaboration à différents articles (La Lancée, Les Débrouillards, VIFA Magazine, 100 Degrés).

## Implication auprès d'organisations liées au sport et à l'activité physique

- ✦ Table sur le mode de vie physiquement actif (TMVPA).
- ✦ Comité sur les offres de services au milieu scolaire (COSMS) de la TMVPA.
- ✦ Participation à la session d'engagement pour le Québec dans le cadre du renouvellement de la Politique canadienne du sport.
- ✦ Présence lors de congrès (Ontario Physical Literacy Summit, AEQ PaRQ, Sommet de la santé durable, Rencontre sur le développement du sport au Québec, CLS Presents: It Takes All Three: Sports, Mental Wellness, and Indigenous Youth).
- ✦ Partenaire de contenu du mouvement de mobilisation La Lancée sur la participation et le leadership des filles et des femmes dans les secteurs du sport, de l'activité physique et du plein air.



# NOTRE RAYONNEMENT

# FILLACTIVE DANS LES MÉDIAS

## Une couverture de presse positive!

En tant qu'organisme expert de la question de l'activité physique chez les filles, Fillactive est régulièrement invitée à commenter sur divers sujets reliés à l'adolescence, notamment les barrières à la pratique d'activité physique, la santé mentale, le temps d'écran, etc. Ainsi, au cours de la dernière année, notre porte-parole experte en matière d'activité physique chez les adolescentes, Geneviève Leduc, Ph. D., a accordé plusieurs entrevues autant dans les médias écrits, à la radio et à la télévision. En décembre, en collaboration avec la Fédération des éducateurs et éducatrices physiques enseignants du Québec (FÉÉPEQ) et la Fédération des kinésiologues du Québec, Fillactive a partagé sa recette pour amener les jeunes à être actifs qui a été publiée par le Journal de Montréal et TVA Nouvelles. Finalement, au printemps, Fillactive a retenu l'attention des médias dans le cadre de ses Célébrations.

Au total, **Fillactive** a cumulé plus de 200 mentions dans les médias écrits, à la radio et à la télévision au courant de l'année, et ce, dans toutes les régions du Québec.

## Notre communauté virtuelle

**f** 23 000 abonné·es sur Facebook

**ig** 7 610 abonné·es Instagram

**in** 2 700 abonné·es LinkedIn

**yt** 1 250 abonné·es YouTube

**tt** 875 abonné·es TikTok

**globe** Site Web de Fillactive : **20 000** visites par mois

**enveloppe** Infolettres : **20 000** abonné·es, taux d'ouverture moyen de 45 %



# NOS ÉVÉNEMENTS PHILANTHROPIQUES

## BAL PÈRE/FILLE

### Un des plus beaux bals à Montréal!

Le 22 avril dernier dans un décor enchanteur au New City Gas à Montréal, la communauté d'affaires a eu le plaisir de se réunir à nouveau pour la 7<sup>e</sup> édition de notre incontournable Bal Père/Fille.

Sous le thème *Entre nature et féérie*, **460 pères et filles** ont vécu un bal des plus magiques. Photos officielles sur le tapis rouge, prestations d'artistes invité-es, activités père-fille-s et plus encore ont permis aux convives de passer une soirée grandiose. Plusieurs invité-es spéciaux étaient également de la fête : La ministre responsable du Sport, du Loisir et du Plein air, Mme Isabelle Charest, et son père Gilles, Laurence St-Germain et son père Jean-François, Chloé et Maxime Dufour-Lapointe avec leur père Yves, Kim Gingras et la chorégraphe Mel Charlot, Stefano Faita et sa fille Anna, ainsi que la troupe de danse Clique.



Au total, **759 900 \$** ont été amassés afin de permettre à des milliers de jeunes filles de vivre des expériences inoubliables en lien avec l'activité physique et sportive!



# BAL PÈRE/FILLE

## Merci aux membres de notre comité d'honneur

### Coprésidents

Nicolas Jacob avec sa fille Andréa (Banque Nationale)

Pierre-Olivier Perras avec sa fille Alice (Power Sustainable)

Karl Tabbakh avec ses filles Audrey et Chloé (McCarthy Tétrault LLP)

### Patrons d'honneur

Abe Adham avec ses filles Claudia et Victoria (TD)

Réjean Bourgault avec ses filles Camille et Laurence (AWS)

Patrick Cyr avec ses filles Camille et Coralie (Beneva)

Ronald Dahms avec sa fille Vivian (SuccessFinder)

Marc-André Goyette avec ses filles Claire et Simone (Énergir)

Jean-François Langlais avec ses filles Delphine, Julianne et Sophie (iA Groupe financier)

Christian Leblanc avec ses filles Gabrielle, Liliane et Victoria (Fasken Martineau DuMoulin)

Guy Lecours avec sa fille Marie-Pierre (L'Unique Assurances générales)

Alain Le Put avec sa fille Audrey (Promutuel Assurance)

Eric Michaud avec sa fille Marine (Deloitte)

David Rheault avec sa fille Jeanne (Air Canada)

Mathieu Tessier avec sa fille Zoey (Sun Life)

## Merci à nos partenaires

### Partenaires Présentateurs

Banque Nationale, McCarthy Tétrault LLP, Power Corporation du Canada

### Partenaires Or

Air Canada, Beneva, CGI, Collège LaSalle, iA Groupe financier, Oxygène, PayFacto Inc., Promutuel Assurance, Sun Life, TD



# BAL PÈRE/FILLE



## Paroles de nos coprésidents

« Fillactive pose des actions concrètes afin de renverser la problématique de l'inactivité physique chez les adolescentes et ainsi permettre aux jeunes filles de s'épanouir à travers le sport. »

– NICOLAS JACOB,  
directeur général et chef des technologies propres, Banque Nationale

« À travers un ensemble d'activités sportives, l'organisme offre aux adolescentes l'occasion de se rassembler et d'avoir du plaisir. Rien de mieux pour briser l'isolement qui peut parfois se produire chez certaines jeunes filles et améliorer leur moral et leur bien-être. »

– PIERRE-OLIVIER PERRAS,  
président, Power Sustainable

« Fillactive contribue à développer le potentiel de générations futures de femmes persévérantes, équilibrées et confiantes. Nos filles ne méritent rien de moins. »

– KARL TABBAKH,  
associé directeur, région du Québec, McCarthy Tétrault LLP

# MA RÉGION, MES ÉCOLES, NOS FILLACTIVE

En 2023, Fillactive a tenu sa première campagne annuelle de financement *Ma région, mes écoles, nos Fillactive*. Pour l'occasion, 25 leaders du monde des affaires à travers plusieurs régions du Québec se sont mobilisé-es pour renverser la tendance de l'inactivité physique chez les adolescentes.



Au total, **170 000 \$** ont été amassés afin de rejoindre encore plus d'adolescentes à travers le Québec!

## Merci à nos leaders

**MA RÉGION, MES ÉCOLES, NOS FILLACTIVE**  
CAMPAGNE ANNUELLE FILLACTIVE

### NOTRE COHORTE DE LEADERS 2023!

 <b>Derek Allen</b> WatchMojo	 <b>Julie Bédard</b> Synergie Immobilière	 <b>Émilie Bégin</b> Promutuel	 <b>Naomi Bilodeau</b> Banque Nationale du Canada	 <b>Karinne Bouchard</b> Alimentation Couche-Tard	 <b>Patricia Châteauneuf</b> Radio-Canada	 <b>Geneviève Desautels</b> Éduc'alcool
 <b>Nathalie Dionne</b> TELUS	 <b>Cécile Dufour</b> Clinique Viva	 <b>Isabelle Foisy</b> Point Cardinal inc.	 <b>Geneviève Fournier</b> Hydro-Québec	 <b>Méilissa Gilbert</b> Beneva	 <b>Anne-Valérie Guidollet</b> Nespresso	 <b>Valérie Haineault</b> Mouvement Desjardins
 <b>Camille Hallé</b> Stikeman Elliott	 <b>Julie Lavoie</b> Levio	 <b>Lyne Lazure</b> Cofomo	 <b>Mélanie Leduc</b> Deloitte	 <b>Cynthia Lemme</b> BMO	 <b>Annie Marsolais</b> BDC	 <b>Sophie Paquet</b> Financière Banque Nationale
 <b>Dany Paradis</b> Alithya	 <b>Kevin Robitaille</b> Services Bancaires Commerciaux TD	 <b>Isabelle Simard</b> Énergir	 <b>Kimrang Te</b> EY			

## Merci à nos partenaires

Nespresso et Saputo

# NOS PARTENAIRES PHILANTHROPIQUES

# MERCI À NOS PARTENAIRES PHILANTHROPIQUES

## Partenaires bâtisseurs (100 000 \$ et +)

Banque Nationale  
Beneva  
BMO Groupe financier  
Desjardins  
Fondation Rossy  
Fondation Sandra et Alain Bouchard  
Gouvernement du Québec  
Manuvie  
Power Corporation du Canada  
Saputo Inc.

## Partenaires engagés (50 000 \$ à 99 999 \$)

AON Canada  
Énergir  
Fondation Alcoa  
Fondation Eric T. Webster  
Harnois Énergies  
iA Groupe financier  
ParticipACTION  
RBC Fondation

## Partenaires bienveillants (25 000 \$ à 49 999 \$)

Air Canada  
Deloitte  
EY  
Fondation Chamandy  
Fondation Famille Godin  
Fondation LCI Éducation  
Fondation Lise et Richard Fortin  
La Presse +

McCarthy Tétrault LLP  
Nespresso  
PayFacto Inc.  
Promutuel Assurance  
Sun Life  
TD  
The North Face

## Partenaires complices (10 000 \$ à 24 999 \$)

AWS  
Biron Groupe Santé  
Blake, Cassels & Graydon  
Cascades  
CBC & Radio-Canada Solutions Média  
CN  
Fasken Martineau DuMoulin LLP  
Fondation Ariane Riou et Réal Plourde  
Fondation de la famille Claudine et Stephen Bronfman  
Fondation Éconofitness  
Fondation Famille Lafond  
Fondation Hockey Canada  
Fondation Robert Dutton  
Fonds Cogeco  
Fortier, Michael M.  
Godin, Julie  
Groupe Crevier  
Groupe Marcelle cosmétiques  
Groupe Module  
Groupe Stingray Digital  
Ivari  
KPMG  
Point Cardinal  
PwC Canada

Stikeman Elliott LLP  
SuccessFinder  
TELUS  
TVA  
Ville de Montréal

## Partenaires amis (1 000 \$ à 9 999 \$)

ABP  
Aéroports de Montréal  
Aiglon Indigo  
Alimentation Couche-Tard  
Alithya Canada  
Axium Infrastructure  
Baillargeon, Grégoire  
Banque Scotia  
BDC  
Bédard, Julie  
Behaviour Interactif  
Bélanger, Marcel  
Bell Média  
BFL Canada  
Bouchard, Frédéric  
Brio  
CAE  
Cataford, David  
Co-operators  
Cofomo  
Cognitif  
Corporation Fiera Capital  
Dandurand  
DATAide  
Davies Ward Phillips & Vineberg  
Doré, Isabelle  
Éduc'alcool

FBA Solutions  
Financière Banque Nationale  
Fondation Bon départ de Canadian Tire  
Fondation Cogir  
Fondation Famille Lavigne  
Fondation Marc Bourgie  
Fondation pour l'enfance CIBC  
Fonds de solidarité FTQ  
Fortier, Philippe  
GFT Canada  
Gingras, Kim  
Gourmet Sauvage  
Guilmette, Bruno  
Habitation Solano  
Hydro-Québec  
Idem Immobilier  
Image Folie  
Industries Lassonde Inc.  
Innergex  
Intact Assurance  
Investissements Éclo  
Jarislowsky, Fraser Limitée  
KO Média  
La Tablée des Chefs  
Lavallée, Hugo  
Le Cabinet de relations publiques NATIONAL  
Levasseur, Pierre-Elliott  
Levio conseils inc.  
LOOP Mission  
Lussier  
Marsh McLennan  
McManus, Brian  
Minerai de Fer Québec  
Moov Activewear  
Norton Rose Fulbright Canada

Paquet, Sophie  
Paradis, Benoit  
Parent, Marc  
Perreault, Jocelyn  
PMA Assurances  
PMP Strategy  
Pomerleau  
Previa  
Raymond, Jean-François  
Revau  
Roy, André  
Rugby Québec  
Samson, Jean  
Samson, Patrick  
TC Transcontinental Inc.  
Télé-Québec  
Tollé Agence marketing  
Vanessa Cyr Photographie  
Viva  
WatchMojo  
WSP Global

*Cette liste présente les partenaires philanthropiques de Fillactive. De grands efforts ont été déployés afin d'assurer l'exactitude de cette liste. Toutefois, si votre nom ou celui de votre entreprise a été omis ou mal orthographié, veuillez accepter nos excuses et nous en aviser afin que nous apportions les corrections nécessaires à nos dossiers.*

# NOTRE ÉQUIPE

# NOTRE ÉQUIPE FILLACTIVE

**Claudine Labelle**

Présidente fondatrice

**Julie Meloche**

Directrice générale

**Manon Durocher**

Directrice du développement philanthropique

**Élise Hofer**

Directrice, marketing et communication

**Kim Marois**

Directrice, programmes et opérations

**Annique Picard**

Directrice, finances et administration

**Isabelle Arseneault**

Conseillère aux opérations

**Jasmine Basque**

Agente au développement philanthropique

**Camille Benoit**

Conseillère principale au développement philanthropique

**Marie-Noëlle Bouillon**

Conseillère en communication

**Josée Dutrisac**

Adjointe comptabilité et administration

**Marion Hamel**

Conseillère principale, communication et marketing

**Élisabeth Lagacé**

Conseillère aux programmes

**Geneviève Leduc, Ph. D.**

Conseillère principale aux programmes

**Justine Lefebvre**

Chargée de projets, communication et marketing

**Orlina Ngoue**

Coordonnatrice administrative, programmes et opérations

**Marie-Catherine Sénéchal**

Chargée de projets événementiels

**Audrey St-François**

Conseillère aux opérations

# NOTRE CONSEIL D'ADMINISTRATION

## PRÉSIDENTE :

**Brigitte Hébert**

Première vice-présidente à la direction,  
Expérience employé  
Banque Nationale du Canada

## TRÉSORIÈRE :

**Katia Fontana**

Vice-présidente et chef des affaires financières  
Groupe Birks inc.

## SECRÉTAIRE :

**Marie-Eve Ferland**

Associée, Droit des affaires  
Novalex

## MEMBRES :

**Karinne Bouchard**

Administratrice d'entreprise  
Alimentation Couche-Tard

**Daniel Brosseau**

Associé  
McKinsey & Compagnie

**Yanik Deschênes, ARP**

Directeur général, RP, Sid Lee  
Président, YPR

**Marie-France Desnoyers**

Vice-présidente, ressources humaines  
Omnitrans

**Claudine Labelle**

Présidente fondatrice  
Fillactive

**Stéphanie Trudeau**

Vice-présidente exécutive - Québec  
Énergir

\* Cette liste présente les membres ayant siégé sur le conseil d'administration de Fillactive au cours de la dernière année financière, soit du 1<sup>er</sup> septembre 2022 au 31 août 2023. Pour consulter la liste des membres pour l'année en cours, visitez le [fillactive.ca](https://fillactive.ca).

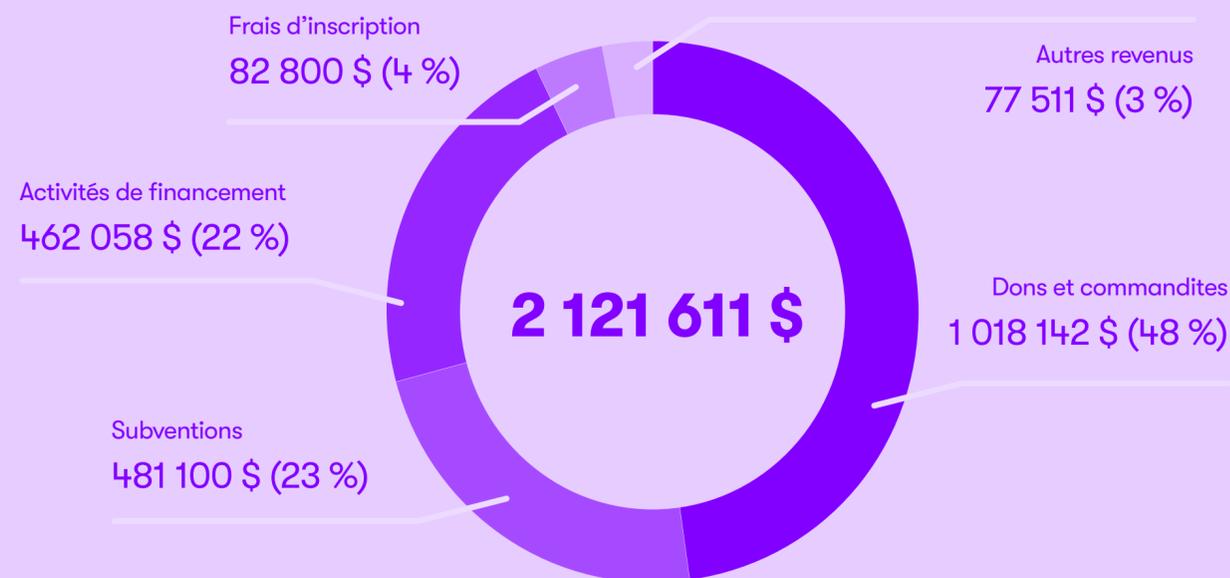
# NOS FINANCES

# NOS FINANCES

Les données de ces graphiques sont extraites des états financiers audités de Fillactive pour l'exercice terminé le 31 août 2023. Pour recevoir une copie du rapport détaillé, veuillez nous écrire à [info@fillactive.ca](mailto:info@fillactive.ca).

## Répartition des revenus

Avec des revenus totaux de 2,1 M\$, Fillactive termine l'année avec une baisse de revenus de 32 % par rapport à l'an passé. Ce résultat est principalement attribuable aux subventions qui ont chuté de 58 % suivant la fin de notre entente de financement avec l'Agence de la santé publique du Canada (ASPC). Nos revenus découlant de nos activités de financement ainsi que des dons et commandites ont respectivement connu une baisse de 27 % et de 19 % dû, entre autres, à la décision de ne pas tenir le Défi Mère/Fillactive et à la dernière année de notre campagne majeure de financement. Nos frais d'inscription ont quant à eux connu une hausse de 22 % avec la croissance du nombre d'écoles partenaires. Finalement, nos autres revenus ont également connu une hausse notable attribuable à notre fonds de réserve qui nous assure de couvrir une année de frais opérationnels afin de continuer à offrir nos programmes aux adolescentes.



**3 391 084 \$**

Actif net à la fin de l'exercice terminé le 31 août 2023

## Répartition des dépenses

Les dépenses ont globalement augmenté de 4 % par rapport à l'an passé. C'est le secteur du développement des partenariats et dons qui a connu la plus forte hausse avec 42 %. Cette hausse s'explique par l'ajout d'une ressource et d'un accompagnement externe nous permettant de mettre en place un plan de développement pour les années à venir. Nos frais administratifs ont également connu une hausse de 20 % principalement causée par notre travail de planification stratégique. Les frais associés aux programmes et opérations ont quant à eux connu une baisse de 10 %, marquée par la fin de notre projet de recherche et d'évaluation.



**2 000 000 \$**

Actif net affecté (montant équivalent à une année de frais opérationnels)

# FILLACTIVE

141, rue Saint-Charles, bureau 4  
Sainte-Thérèse (Québec)  
J7E 2A9

450 430-5322  
Sans frais : 1 855 430-5322

[info@fillactive.ca](mailto:info@fillactive.ca)  
[fillactive.ca](http://fillactive.ca)

