



SANTÉ!  
À NOS 15 ANS!

RÉDACTION  
L'équipe Fillactive

RÉVISION  
Manon Deslongchamps

TRADUCTION  
Thomas Donovan

CONCEPTION GRAPHIQUE  
Anne-Charlotte Thibault

PHOTOGRAPHIE  
Arianne Nantel Gagnon Photographe  
Jade Bélanger  
Vanessa Cyr Photographie



## TABLE DES MATIÈRES

Notre mission et nos valeurs	4
Nos programmes dans les écoles	7
Notre impact auprès des adolescentes	21
Notre rayonnement	24
Nos événements philanthropiques	26
Nos donateur.trice.s et allié.e.s engagé.e.s	33
Notre équipe	36
Nos finances	39

# 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 coeur 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!



# SANTÉ! À NOS 15 ANS!

Quel bonheur ce fut de revoir le sourire de milliers d'adolescentes lors de nos événements! Un des moments forts de l'année a certainement été le retour des Célébrations Fillactive présentées par la Banque Scotia dans six villes du Québec.

Le 15<sup>e</sup> anniversaire de Fillactive a également été marqué par la croissance du nombre d'écoles partenaires au Québec! Afin de donner un nouveau souffle aux écoles et d'encourager les adolescentes à découvrir les joies d'être actives à l'extérieur, « Prends l'air avec Fillactive » a été la thématique de la programmation annuelle.

## DES ADOLESCENTES PLUS ACTIVES DEPUIS 2007



▶ [VISIONNEZ LA VIDÉO 15 ANS DE FILLACTIVE!](#)



## NOS PORTE-PAROLE



« Les 15 ans de Fillactive c'est l'occasion de célébrer et de souligner l'implication de personnes extraordinaires qui ont fait une différence pour notre organisation et qui nous ont permis d'avancer si loin. C'est le sourire de milliers de jeunes filles dont le parcours de vie a pris un tournant pour le mieux. C'est un moment de recul pour moi comme entrepreneure afin de faire un retour sur le chemin parcouru; les petites et grandes victoires ainsi que les moments difficiles où des personnes clés m'ont tendu la main. C'est 15 années remplies de gratitude. »

– CLAUDINE LABELLE,  
présidente fondatrice de Fillactive

« Depuis sa fondation, Fillactive a fait une différence dans la vie de milliers d'adolescentes en encourageant l'activité physique. C'est un honneur de prendre la relève à la tête du conseil d'administration et de poursuivre le travail auprès d'une équipe d'administrateur.trice.s de grande qualité et des plus engagé.e.s. Ensemble, nous continuerons à assurer le succès et le développement de cette mission inspirante. »

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

« Pour une troisième année, nous sommes heureuses d'être marraines Fillactive et d'être des modèles pour les adolescentes en leur partageant nos parcours respectifs; nos réussites, nos défis, mais surtout nos apprentissages. Fillactive c'est une grande famille à l'écoute des adolescentes et nous espérons en faire partie pour encore plusieurs années afin d'inspirer un plus grand nombre de jeunes filles à découvrir des activités physiques qui leur plaisent. »

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

« La danse m'a permis d'expérimenter tant de bienfaits de l'activité physique. J'aimerais que toutes les adolescentes puissent en bénéficier aussi, peu importe quelle est leur activité de choix! C'est donc un honneur de m'associer à Fillactive en tant que marraine! J'admire grandement le travail de cette belle équipe. Je suis fière de représenter les valeurs et de contribuer à la mission de l'organisme. »

– KIM GINGRAS,  
marraine Fillactive

NOS PROGRAMMES DANS LES ÉCOLES

# NOS PROGRAMMES

Fillactive offre un accompagnement aux écoles partenaires tout au long de l'année :

## TOUTE L'ANNÉE

### ACTIVITÉS-ÉCOLES

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

### VISITES D'AMBASSADRICES

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

### LES PARCOURS FILLACTIVE

*Nouveauté!*

Événement festif extérieur se déroulant au sein des écoles qui jumelle l'activité physique, les arts et la technologie.

### FORMATION AUX RESPONSABLES SCOLAIRES, ÉTUDIANTES-LEADERS 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.

## AUTOMNE

### VIDÉOS D'ENTRAÎNEMENT

12 nouvelles vidéos de yoga et d'entraînement en circuit disponibles gratuitement sur le fillactive.ca.

### CONFÉRENCES INSPARATIONNELLES

Kim Gingras, les Sœurs Dufour-Lapointe, Ariane Lajeunesse, Chloée Deblois et Kristel Ngarlem ont échangé avec des participantes pour leur raconter leur histoire et leur relation avec l'activité physique.

### LES RENDEZ-VOUS FILLACTIVE DE HOCKEY

*Nouveauté!*

Avec la contribution de la Fondation Hockey Canada\*, des événements ont été organisés en Gaspésie et en Estrie pour faire découvrir le hockey aux adolescentes.

## HIVER

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

*Nouveauté!*

Une section complète de notre site Web aborde la gestion du stress et de l'anxiété. On y retrouve des outils bienveillants spécialement créés pour les adolescentes.

### 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 PRÉSENTÉES PAR LA BANQUE SCOTIA

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

## PRINTEMPS

\* La Fondation Hockey Canada est une entité à part entière, distincte de Hockey Canada. Fillactive est très sensible aux récents événements impliquant Hockey Canada. Nous continuons de travailler à offrir aux adolescentes de nombreuses expériences sécuritaires et de grande qualité en sport et en activité physique.



# FILLACTIVE EN 2021-2022...



227

ÉCOLES PARTENAIRES



6 250

PARTICIPANTES INSCRITES



750

RESPONSABLES SCOLAIRES



200

ÉTUDIANTES-LEADERS

## RÉGIONS

Abitibi-Témiscamingue	7
Bas-Saint-Laurent	23
Capitale-Nationale	26
Chaudière-Appalaches	21
Centre-du-Québec	10
Côte-Nord	7
Estrie	7
Gaspésie—Îles-de-la-Madeleine	7
Lanaudière	8
Laurentides	19

## ÉCOLES

## RÉGIONS

Laval	13
Mauricie	14
Montréal	20
Montréal	20
Nord-du-Québec	3
Outaouais	12
Saguenay—Lac-Saint-Jean	10

## TOTAL QUÉBEC

## ÉCOLES

227

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



Fillactive a connu une année record du nombre d'écoles partenaires. Une croissance que nous souhaitons poursuivre en 2022-2023!

# NOS ÉVÉNEMENTS FESTIFS

Banque Scotia présente

## Célébrations FILLACTIVE

[Visionnez la vidéo des Célébrations Fillactive 2022!](#)

### Le plus grand événement actif pour les adolescentes au Québec

Les Célébrations Fillactive présentées par la Banque Scotia ont été le point culminant d'une année de participation à Fillactive. Il s'agit de grands événements déployés aux quatre coins du Québec permettant à des milliers d'adolescentes de vivre une journée mémorable entre amies. Toutes les écoles secondaires étaient invitées à y participer.

Lors de ces journées festives, les participantes ont eu l'occasion de relever le défi de courir ou marcher 5 km ou 10 km sans chronomètre. Elles ont aussi pu expérimenter une variété d'activités physiques organisées par nos partenaires d'activation.

176

ÉCOLES PARTENAIRES FILLACTIVE

45

PARTENAIRES D'ACTIVATION

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

📍 10 mai, Montréal

📍 19 mai, Québec

📍 1<sup>er</sup> juin, Sainte-Gertrude-Manneville

📍 12 mai, Trois-Rivières

📍 25 mai, Rimouski

📍 14 juin, Port-Cartier







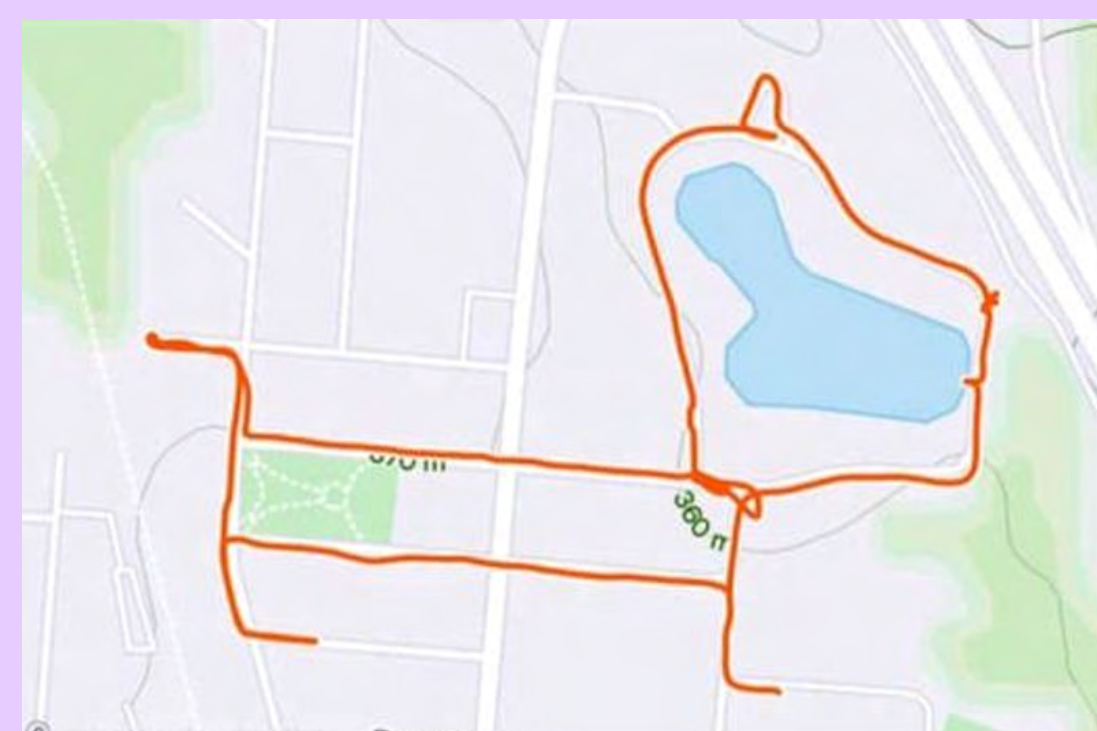
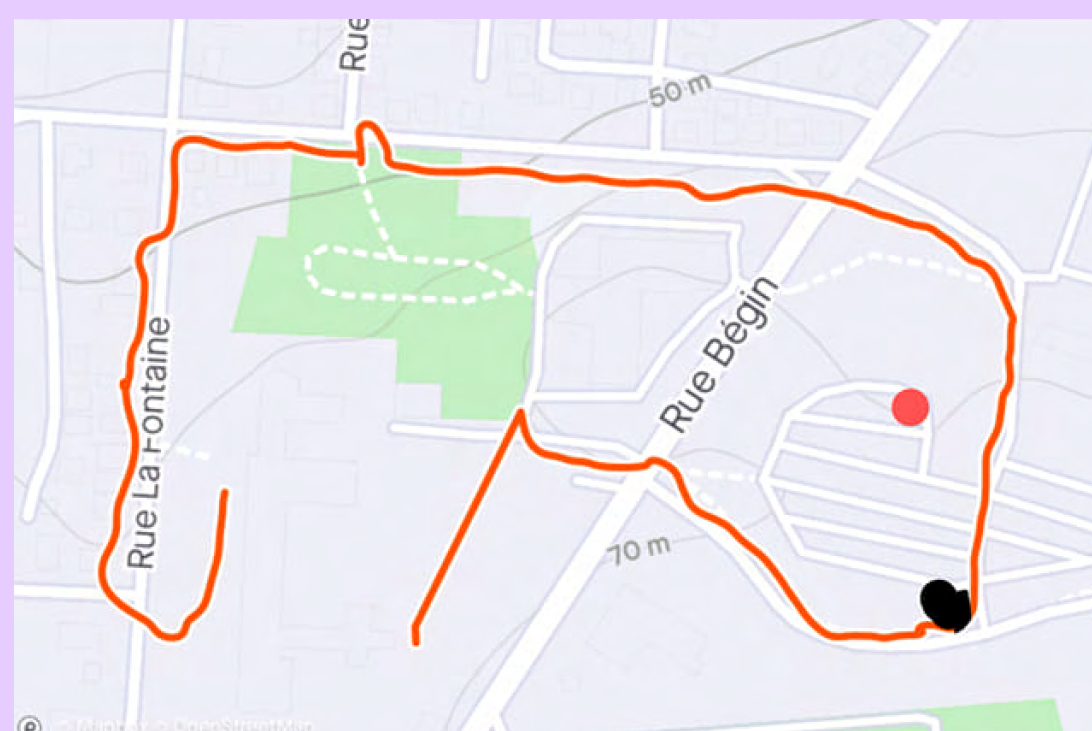
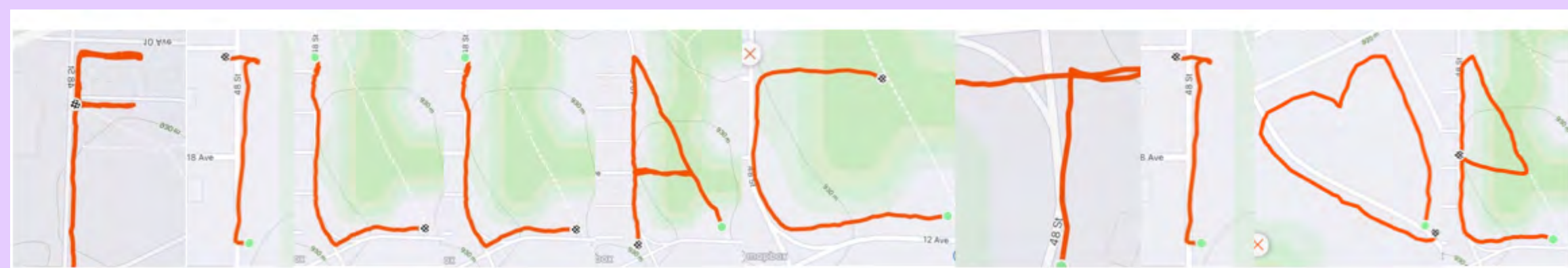
Merci à la Banque Scotia pour son don de 1 M\$ sur 5 ans dans le cadre des Célébrations Fillactive.



# NOS ÉVÉNEMENTS FESTIFS

## Les Parcours Fillactive : un nouvel événement automnal extérieur

Du 1<sup>er</sup> au 5 novembre 2021, toutes les filles des écoles partenaires Fillactive étaient invitées à tracer leur propre chemin en utilisant la technologie de façon créative. Voilà un nouvel événement pour encourager les adolescentes à être actives à l'extérieur et les motiver à s'inscrire au programme.



## Les Rendez-vous Fillactive de hockey

Avec la contribution de la Fondation Hockey Canada\*, des événements ont été organisés pour faire découvrir le hockey aux adolescentes. En Gaspésie, elles ont eu l'occasion d'essayer le hockey luge, avec la collaboration de Parasport Québec, et en Estrie, elles ont pu s'initier au hockey de terrain (deck hockey).

Merci à nos partenaires régionaux pour leur appui :



Merci à la Fondation Hockey Canada pour son don de 30 000 \$ sur 2 ans dans le cadre des Rendez-vous Fillactive de hockey.



\* La Fondation Hockey Canada est une entité à part entière, distincte de Hockey Canada. Fillactive est très sensible aux récents événements impliquant Hockey Canada. Nous continuons de travailler à offrir aux adolescentes de nombreuses expériences sécuritaires et de grande qualité en sport et en activité physique.

# PLUS D'OCCASIONS D'ÊTRE ACTIVES!

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

**3 220 activités ont été générées par les écoles partenaires Fillactive en 2021-2022\* :**

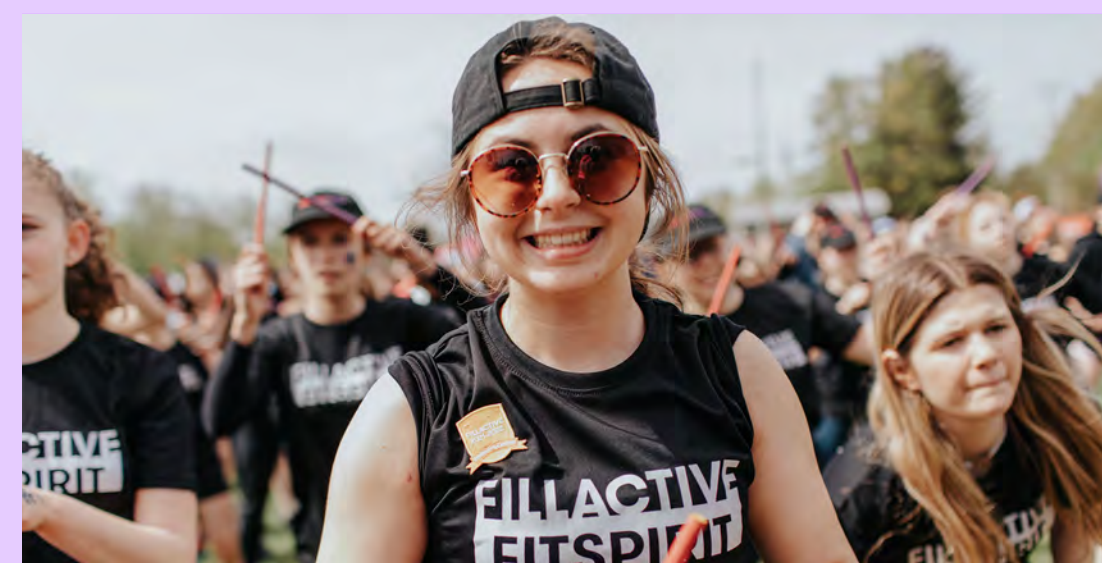
- ✦ Activités sportives (volleyball, badminton, etc.).
- ✦ Entraînements de groupe sur musique (circuit, Zumba, yoga, aquaforme, etc.).
- ✦ Sorties en plein air (randonnée pédestre, raquette, etc.).
- ✦ Jeux actifs (drapeau, bain libre, cerceaux, etc.).
- ✦ Course à pied.

\* Données estimées en fonction des écoles partenaires Fillactive ayant rempli leur bilan d'activités sur le portail écoles.



# 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, membre de l'équipe de soutien, responsable des loisirs ou du parascolaire, etc.).

## Étudiante-leader

L'étudiante-leader est une participante dynamique et responsable qui collabore au déploiement des activités Fillactive dans son école. En d'autres mots, c'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.

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

EN 2021-2022...

**750**

RESPONSABLES SCOLAIRES FILLACTIVE

**200**

ÉTUDIANTES-LEADERS

**53**

AMBASSADRICES FILLACTIVE

## 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 formations Fillactive en 2021-2022 :

- ✦ 80 responsables scolaires Fillactive de 64 écoles.
- ✦ 95 étudiantes-leaders de 22 écoles.
- ✦ Formation en ligne obligatoire pour les ambassadrices, incluant un nouveau module sur l'image corporelle présenté en collaboration avec l'organisme Équilibre.
- ✦ 6 dîners-causeries offerts tout au long de l'année scolaire pour garder le contact avec des dizaines de responsables scolaires Fillactive.

Merci à la RBC Fondation pour son don de 425 000 \$ sur 5 ans dans le cadre des formations.

« Grâce à la formation, j'ai appris des bienfaits de l'activité physique dont je n'étais pas au courant, comme la stimulation de notre côté artistique ou surmonter les inconvénients des menstruations. J'ai aussi appris les raisons qui font que les filles ne bougent pas, donc maintenant je sais mieux comment inciter les filles de mon école à participer aux activités. »

– UNE ÉTUDIANTE-LEADER





# NOTRE PROGRAMME DE RECONNAISSANCE

## FILLACTIVE/GO

Dans le cadre du projet FILLACTIVE/GO lancé en 2020, Fillactive souligne l'implication des différents groupes de sa communauté avec une variété d'initiatives personnalisées, rendues possibles grâce à sa culture des données dynamique, impliquant notamment sa nouvelle plateforme de gestion des données. Voici nos actions de reconnaissance en 2021-2022 :

- ✦ Une bannière Fillactive à accrocher au gymnase aux écoles partenaires pour afficher fièrement leurs couleurs.
- ✦ Des badges personnalisés pour les écoles partenaires, les responsables scolaires, les participantes, les étudiantes-leaders 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 étudiantes-leaders pour souligner leur rôle au sein de leur groupe Fillactive respectif.
- ✦ 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 la Fondation TELUS pour son don de 25 000 \$ dans le cadre du projet FILLACTIVE/GO.



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

- ✦ Karine Mayer, École Mont-Royal (Montréal) – 10 ans
- ✦ Nadine Demers, École secondaire de Saint-Anselme (Chaudière-Appalaches) – 10 ans
- ✦ Ève Pelletier, École secondaire des Patriotes (Laurentides) – 10 ans
- ✦ Diane Juteau, École secondaire Jean-Nicolet (Centre-du-Québec) – 10 ans
- ✦ Cynthia Boucher, École secondaire Val-Mauricie (Mauricie) – 10 ans
- ✦ Annie Bidégaré, École secondaire Hormidas-Gamelin (Outaouais) – 11 ans
- ✦ Audrey Dupuis, École des Boisés (Mauricie) – 11 ans
- ✦ Marie-Ève Barrette, École Polyvalente Le Carrefour (Outaouais) – 11 ans
- ✦ Annie Moreau, École secondaire de Neufchâtel (Capitale-Nationale) – 11 ans
- ✦ Michèle Neveu, Académie les Estacades (Mauricie) – 12 ans
- ✦ Lyne Thériault, École Sainte-Famille/aux Trois-Chemins (Outaouais) – 12 ans
- ✦ Line Denis, École polyvalente Saint-Jérôme (Laurentides) – 12 ans
- ✦ Guylaine Bolduc, École de la Haute-Ville (Montérégie) – 12 ans

*« Fillactive c'est un wow, c'est beau, c'est une belle énergie. C'est quelque chose qui nous fait vibrer et par lequel les filles peuvent se rejoindre! Quand on est enseignante, on doit se trouver un à-côté. Je ne fais rien de particulier, à la limite c'est même égoïste de ma part d'être responsable Fillactive, car ça me permet de faire plein d'activités que je ne ferais pas sans le programme. »*

*– GUYLAINE BOLDUC, responsable scolaire Fillactive de l'école de la Haute-Ville à Granby depuis 12 ans*



# MERCI À NOS PARTENAIRES ET COORDONNATEUR.TRICE.S RÉGIONAUX



« Grâce à Fillactive, les filles de la région Gaspésie—Îles-de-la-Madeleine peuvent faire des activités telles que du yoga, danse, cardio en utilisant les vidéos créées par Fillactive. Ces activités ne seraient pas possibles faute d'animatrice dans certains secteurs de la région. Merci Fillactive. »

– LYNE LALANDE,  
coordonnatrice régionale Fillactive,  
Gaspésie—Îles-de-la-Madeleine

« En tant que partenaire et coordonnatrice Fillactive, c'est toujours un plaisir de retrouver les écoles partenaires Fillactive année après année! La motivation des participantes et des responsables scolaires est stimulante et Fillactive répond à un besoin réel de faire bouger les filles dans le plaisir! »

– HÉLÈNE BOUCHER,  
coordonnatrice régionale Fillactive,  
Outaouais

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

Dans le cadre du *Programme Bien-être Fillactive, propulsé par Beneva*, Fillactive a créé une nouvelle section sur son [site Web](#) abordant le stress et l'anxiété que peuvent vivre les adolescentes. Cette section comprend de nombreux outils dont un jeu-questionnaire, des trucs qui font du bien et une série de six capsules vidéo. Les capsules sont présentées sous forme de discussions spontanées au cours desquelles des filles nous dévoilent, sans tabous ni contraintes, la place que le stress et l'anxiété occupent dans leur quotidien et leurs trucs pour se sentir mieux.



## Dîners-causeries pour les parents

Fillactive a organisé deux dîners-causeries qui s'adressaient particulièrement aux parents d'adolescentes. Élaborés et livrés par Isabel Dagenais, psychologue-conseil, qui a accompagné notre équipe pour la création de l'ensemble des contenus ainsi que par Geneviève Leduc, conseillère principale aux programmes chez Fillactive, ces dîners-causeries traitaient des sujets suivants :

- ✦ Le rôle de l'activité physique et des habitudes de vie saines sur la gestion du stress et de l'anxiété à l'adolescence.
- ✦ Les trucs pour mieux accompagner son adolescente et la guider vers une santé mentale plus optimale.



Merci à Beneva pour son don de 200 000 \$ dans le cadre du *Programme Bien-être Fillactive, propulsé par Beneva.*

NOTRE IMPACT AUPRÈS DES ADOLESCENTES

## NOTRE PROJET DE RECHERCHE

2021-2022 était la dernière année de collecte de données d'un ambitieux projet de recherche universitaire échelonné sur cinq ans. En collaboration avec l'Université de Montréal et différentes universités canadiennes, Fillactive s'est engagée à évaluer les retombées de son approche sur les adolescentes ainsi que sur les milieux scolaires. Alors que les résultats finaux seront communiqués en 2023, nous sommes fières de pouvoir témoigner des succès de cette dernière année de collecte de données :

- ✦ Plus de 1 100 participantes Fillactive ont répondu au questionnaire de recherche, ce qui constitue une année record en termes de participation à cette initiative.
- ✦ Nous avons lancé une invitation aux anciennes participantes Fillactive et 500 d'entre elles ont répondu au questionnaire pour nous aider à mieux comprendre les raisons de leur arrêt de participation au programme ainsi que les retombées de Fillactive chez les filles qui ont quitté le secondaire.
- ✦ Nous avons questionné des intervenant.e.s scolaires d'écoles partenaires Fillactive et non-partenaires pour mieux identifier les barrières à l'implantation du programme ainsi que les retombées remarquables de Fillactive au sein des écoles partenaires.

### Participantes Fillactive

Fillactive m'a aidée à :

ME MOTIVER POUR FAIRE DU SPORT PLUS SOUVENT;

GAGNER DE LA CONFIANCE EN MOI;

ME DÉFOULER EN BONNE COMPAGNIE;

ÉVACUER TOUT LE STRESS EN MOI;

SORTIR PLUS SOUVENT DE LA MAISON.



# TRANSFERT DE CONNAISSANCES ET IMPLICATION

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

- ★ Présentations prononcées lors de congrès (FÉÉPEQ, Le sport c'est pour la vie, Acfas).
- ★ Enseignement de cours universitaires (Université de Montréal, Université Laval, Université d'Ottawa).
- ★ Participation à des panels (Loisir sport Outaouais pour les maisons des jeunes, Comité estrien pour les saines habitudes de vie).
- ★ Signature de différents articles pour les publications de nos collaborateur.trice.s (La Lancée, VIFA Magazine et 100 Degrés).
- ★ Conférences aux leaders du Défi Mère/Fillactive et à l'Effet A.
- ★ Entrevue à l'émission Le genre humain avec Monic Néron, Radio Canada.

## 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.
- ★ Partenariat avec la Fédération des éducateurs et éducatrices physiques enseignants du Québec (FÉÉPEQ) pour :
  - ★ Mieux outiller les ambassadrices Fillactive.
  - ★ Partager nos connaissances de l'activité physique chez les filles aux enseignant.e.s en éducation physique et à la santé.
- ★ 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.
- ★ Rencontres sur le développement du sport au Québec.
- ★ Projet Voix de Sportives en collaboration avec le Réseau Accès Participation.
- ★ Participation au Défi Ensemble, tout va mieux de ParticipACTION :
  - ★ Fillactive a comptabilisé plus d'un million de minutes actives en juin dernier à travers les Célébrations Fillactive présentées par la Banque Scotia et les entraînements du Défi Mère/Fillactive.



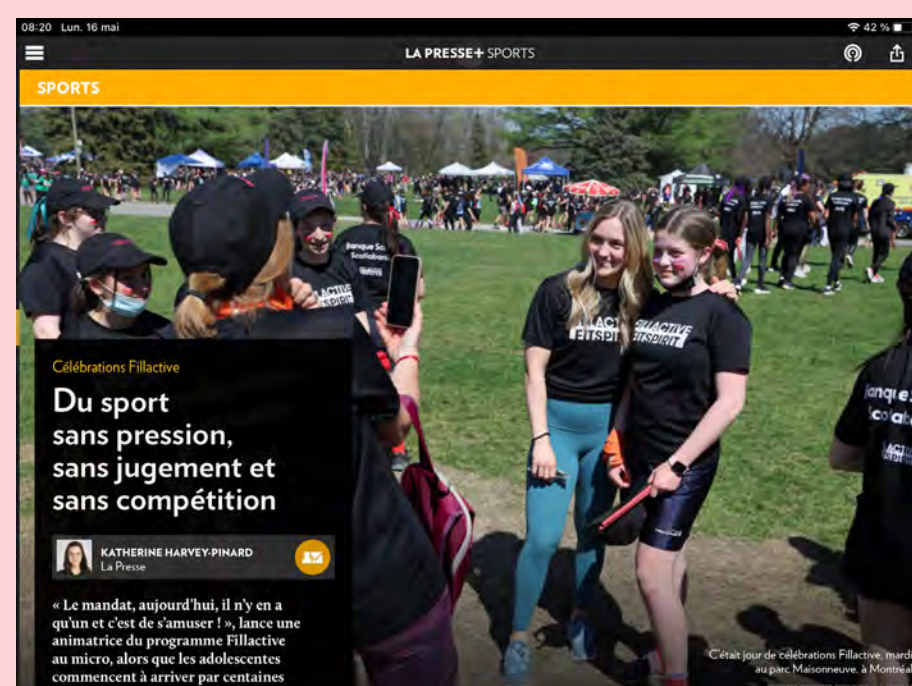
NOTRE RAYONNEMENT



# FILLACTIVE DANS LES MÉDIAS

## Un rayonnement partout au Québec

Fillactive a retenu l'attention des médias dans le cadre de son 15<sup>e</sup> anniversaire et des Célébrations Fillactive présentées par la Banque Scotia. En tout, nous avons eu 89 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. Claudine Labelle, présidente fondatrice de Fillactive, et Justine Dufour-Lapointe, marraine Fillactive, ont été les porte-parole les plus présentes dans les médias.



## Notre communauté virtuelle

23 000 abonné.e.s sur Facebook

2 000 abonné.e.s LinkedIn

7 000 abonné.e.s Instagram

1 200 abonné.e.s YouTube

## Campagne « Laisse tes peurs au vestiaire »

À l'automne 2021, Fillactive a collaboré avec l'agence créative Sid Lee pour lancer sa nouvelle campagne « Laisse tes peurs au vestiaire ». Le message met de l'avant trois protagonistes qui affrontent des insécurités vécues lors de la pratique de différentes activités physiques, illustrées par des monstres animés. Une offensive pour démontrer aux adolescentes qu'il y a bien plus dans le sport que ce qu'elles redoutent.

C'est avec joie que Fillactive a d'ailleurs reçu le prix Argent du concours Idéa pour la [trame sonore](#) de la vidéo de la campagne, interprétée par une adolescente.



La campagne a été diffusée à la télévision, en affichage sauvage et abribus ainsi que sur plusieurs sites Web.

Merci à nos partenaires de diffusion :

[VISIONNEZ LA VIDÉO DE NOTRE CAMPAGNE « LAISSE TES PEURS AU VESTIAIRE »!](#)

## NOS ÉVÉNEMENTS PHILANTHROPIQUES

# BAL PÈRE/FILLE

## La communauté d'affaires toujours au rendez-vous!

Le 11 juin à la Gare Windsor de Montréal, la communauté d'affaires a eu le plaisir de se réunir à nouveau dans le cadre de la 6<sup>e</sup> édition du Bal Père/Fille.

Sous le thème Jouez le jeu, **360 pères et filles** ont eu l'occasion de plonger dans un univers où le sport était à l'honneur, car après tout c'est la mission de Fillactive! Prestations d'artistes invité.e.s, défis sportifs, quiz et plus encore ont permis aux convives de passer une soirée grandiose. Plusieurs personnalité.e.s du milieu artistique et sportif étaient également de la fête : la danseuse professionnelle et marraine Fillactive Kim Gingras, la comédienne Ludivine Reding et son père, le médaillé olympique d'athlétisme Bruny Surin et ses filles Kimberley et Katherine, ainsi que l'humoriste Maxim Martin et sa fille Livia.



Au total **600 000 \$** ont été amassés afin de permettre à Fillactive de poursuivre sa mission.



# BAL PÈRE/FILLE

## Merci aux membres de notre comité d'honneur

### Coprésidents

Grégoire Baillargeon et sa fille Simone (BMO Marchés des capitaux, Québec)

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

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

### Patrons d'honneur

Patrick Cyr et ses filles Camille et Coralie (Beneva)

Ronald Dahms et sa fille Vivian (SuccessFinder)

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

Martin Leroux et ses filles Maya et Gabriella (PayFacto Inc.)

Eric Michaud et sa fille Marine (Financement Corporatif Deloitte Inc.)

Pierre Miron et ses filles Catherine et Valérie (iA Groupe financier)

Mathieu Tessier et sa fille Zoey (Sun Life)

Marc Villeneuve et sa nièce Béatrice (Desjardins)

## Merci à nos partenaires

### Partenaires Présentateurs

BMO Groupe financier, McCarthy Tétrault LLP, Power Corporation du Canada

### Partenaires Or

Banque Nationale, iA Groupe financier, PayFacto Inc., TD

### Partenaires Argent

Air Canada, AWS, Beneva, Canaccord Genuity, Catalys Lubrifiants, CN, Cogeco, Deloitte, Desjardins, EY, Fasken Martineau DuMoulin LLP, Fondation de la famille Claudine et Stephen Bronfman, Groupe Module, Harnois Énergies, KPMG, Promutuel Assurance, Saputo, Stikeman Elliott LLP, SuccessFinder, Sun Life, TELUS Santé

### Partenaires Bronze

Banque Nationale Marchés Financiers, Banque Scotia, Biron Groupe Santé, Cascades, Davies Ward Phillips & Vineberg, Gowling WLG, Idem Immobilier, Previa, SYRUS Réputation



# BAL PÈRE/FILLE



## Paroles de nos coprésidents

« Chez Fillactive, on fait tomber les barrières qui empêchent les adolescentes de faire du sport de façon optimale, et c'est un plaisir pour BMO de soutenir l'organisme dans ses activités de financement. »

– GRÉGOIRE BAILLARGEON,  
président, BMO Marchés des capitaux, Québec

« Les actions concrètes que l'organisme pose auprès d'une tranche de la population qui est souvent négligée font une réelle différence dans la vie des jeunes filles et c'est pour moi un réel bonheur de soutenir la cause de Fillactive. »

– PIERRE-OLIVIER PERRAS,  
président, Power Sustainable

« Quand je constate avec regret que les filles abandonnent le sport à l'adolescence, je me fais un devoir personnel d'agir et c'est la raison pour laquelle je m'implique au sein de Fillactive. »

– KARL TABBAKH,  
associé directeur, McCarthy Tétrault LLP

# DÉFI MÈRE/FILLACTIVE

## Un événement mères et filles au profit des adolescentes!

Les 13 et 14 août derniers, **1 400 mères et filles** ont couru, marché ou roulé un total de 20, 30 ou 40 km ou plus en équipe. Cette 5<sup>e</sup> édition du Défi Mère/Fillactive présenté par la Sun Life a permis d'amasser **300 000 \$**.

En vue de réaliser leur défi avec succès et dans le plaisir, l'équipe de Fillactive proposait aux participantes un calendrier de huit semaines de préparation comprenant :

- ✦ des programmes d'entraînement à la course, à la marche ou à vélo, préparés par La Clinique Du Coureur et Isabelle Gagnon, kinésiologue;
- ✦ des séances d'entraînement gratuites en personne dans un parc, en visioconférence ou en balado, offertes par Cardio Plein Air;
- ✦ des vidéos tournées par une kinésiologue proposant quelques exercices musculaires complémentaires;
- ✦ un accès, en tout temps, à une nutritionniste et une kinésiologue pour répondre à leurs questions en lien avec l'alimentation et l'activité physique;
- ✦ un défi hebdomadaire proposé sous la forme d'une capsule vidéo;
- ✦ un groupe de partage Facebook privé;
- ✦ la possibilité de participer à divers concours pour courir la chance de gagner de merveilleux prix!

Merci à la Sun Life pour son don de 100 000 \$ sur 2 ans dans le cadre du Défi Mère/Fillactive.



# DÉFI MÈRE/FILLACTIVE

## Concours *Envolez-vous avec Fillactive et Air Canada!*

Dans le cadre du Bal Père/Fille et du Défi Mère/Fillactive, les participant.e.s ont eu l'occasion de prendre part à notre grand concours *Envolez-vous avec Fillactive et Air Canada!* pour courir la chance de gagner une paire de billets d'avion d'une valeur de 6 200 \$ pour un vol entre Montréal et une destination internationale au choix.



## Des femmes influentes qui se mobilisent pour la santé des adolescentes

39 femmes d'affaires québécoises influentes et motivées à faire une différence dans la vie des adolescentes ont uni leurs voix dans le cadre de cette 5<sup>e</sup> édition du Défi Mère/Fillactive. Ensemble, ces leaders ont exercé une influence positive sur les femmes de leur réseau en les invitant, elles aussi, à se mettre en action et à participer, accompagnées de leur.s fille.s ou de leur mère, au Défi Mère/Fillactive.



## DÉFI MÈRE/FILLACTIVE

présenté par Sun Life

## Nos leaders 2022!

Christine Babkine BRP	Julie Bédard Medicart	Naomi Bilodeau Banque Nationale Marchés Financiers	Karine Bouchard Alimentation Couche-Tard	Magalie Boutin Office national du film du Canada	Patricia Châteauneuf CBC/Radio-Canada Solutions Média
Marie-Huguette Cormier Mouvement Desjardins	Marline Côté Événements Harricana	Viviane Croux Services bancaires commerciaux TD	Flavia D'Orazio Média Experts	Danielle Danaut Cardio Plein Air	Sigrid Ellefsen TELUS
Isabelle Folsy Point Cardinal Inc.	Geneviève Fournier Hydro-Québec	Marie-Josée Fournier Québecor Expertise Média	Marie-Josée Gagnon Casacom	Méilssa Gilbert Beneva	Danièle Henkel Henkel Média
Isabelle Laprise Jarislavsky, Fraser Limitée	Christine Lavole Deloitte	Lucie Lazar Saputo	Marie-Christine Lemerise SuccessFinder	Valérie Lemieux HSBC Canada	Cynthia Lemme BMO
Mélanie Lussler Lowe's Canada	Isabelle Marquis L'effat A	Annie Marsolais BDC	Michèle Meler Musée des beaux-arts de Montréal	Sherine Morsi RBC Banque Royale	Mélanie Nadeau Port de Montréal
Julie Pomerleau Nespresso Canada	Christine Potvin Sun Life	Élise Proulx Ivanhoé Cambridge	Valérie Sapin Energir	Mylène Savole	Stephanie Stipac Oakley
Kimrang Te EY	Isabelle Verreault Hill+Knowlton Stratégies	Marlana Zhouri HammerSmith Services-Conseils			

13 et 14 août 2022

[fillactive.ca/defi](https://fillactive.ca/defi)

# DÉFI MÈRE/FILLACTIVE

## Merci à nos partenaires

### Partenaire Présentateur

Sun Life

### Partenaires Argent

Banque Nationale, Beneva, Cardio Plein Air, CBC/Radio-Canada Solutions Média, Groupe Banque TD, KSL

### Partenaires Bronze

Air Canada, Alimentation Couche-Tard, Banque Scotia, BDC, BMO Groupe financier, BRP, Casacom, Desjardins, Deloitte, Énergir, Événements Harricana, EY, HammerSmith Services-Conseils, Henkel Média, Hill+Knowlton Stratégies, HSBC Canada, Hydro-Québec, Ivanhoé Cambridge, Jarislowsky, Fraser Limitée, L'effet A, Lowe's Canada, Média Experts, Medicart, Musée des beaux-arts de Montréal, Nespresso Canada, Oakley, Point Cardinal, Port de Montréal, Promutuel Assurance, Québecor Média, RBC Banque Royale, Saputo, SucessFinder, TANK Worldwide, TELUS

« Merci à toute l'équipe organisatrice de ce beau défi pour votre travail. Je pense que les partages témoignent du plaisir que les participantes ont eu ce week-end grâce à vous (ma maman et moi y compris)! »

– UNE PARTICIPANTE DU DÉFI MÈRE/FILLACTIVE

« Défi complété! Bravo à mes super coéquipières qui ont marché, couru et roulé... Un merci spécial aux organisateurs du défi et à l'équipe des médias sociaux qui nous a stimulées et animé ça de main de maître pendant tout le week-end! À l'an prochain! »

– UNE PARTICIPANTE DU DÉFI MÈRE/FILLACTIVE

« J'ai beaucoup apprécié initier ma fille au leadership d'une cause ainsi que les conversations que j'ai eues avec elle sur la raison d'être du défi et l'influence qu'elle peut avoir auprès de ses pairs. »

- UNE LEADER DU DÉFI MÈRE/FILLACTIVE





NOS DONATEUR.TRICE.S ET ALLIÉ.E.S ENGAGÉ.E.S

# MERCI À NOS DONATEUR.TRICE.S

## 100 000 \$ et +

Agence de la santé publique du Canada  
Banque Nationale  
Banque Scotia  
Beneva  
Fondation Famille Godin  
Gouvernement du Québec  
Saputo Inc.

## 50 000 \$ à 99 999 \$

BMO Groupe financier  
Fondation Sandra et Alain Bouchard  
Power Corporation du Canada  
RBC Fondation  
Sun Life

## 25 000 \$ à 49 999 \$

AON Canada  
Desjardins  
EY  
iA Groupe financier  
McCarthy Tétrault LLP  
PayFacto Inc.  
Procter & Gamble Inc.  
TD  
TELUS

## 10 000 \$ à 24 999 \$

AWS  
BRP  
Canaccord Genuity  
Cascades  
CN

Cogeco  
Corporation Fiera Capital  
Deloitte  
Énergir  
Fasken Martineau DuMoulin LLP  
Fondation de la famille Claudine et Stephen Bronfman  
Fondation Eric T. Webster  
Fondation Hockey Canada  
Groupe Crevier  
Groupe Module  
Harnois Énergies  
Ivari  
KPMG  
KSL  
Promutuel Assurance  
Savoie, Mylène  
Stikeman Elliott LLP  
SuccessFinder

## 1 000 \$ à 9 999 \$

Acte & LeBicar  
Air Canada  
Alimentation Couche-Tard  
Aliments Putters  
Axiom Infrastructure  
BDC  
Bélanger, Marcel  
Bell Canada  
Benouniche, Baya  
BFL Canada  
Biron Groupe Santé  
Boralex

Brio  
Bronfman Hauptman, Ellen  
Cabana Séguin  
Cardio Plein Air  
CBC & Radio-Canada Solutions Média  
Centre de documentation pour le sport  
Cesvet, Bertrand  
Chevalier, Nicolas  
Dahms, Ronald  
Davies Ward Phillips & Vineberg  
de Gunzburg, Charles  
Duchesnay Inc.  
Gauthier, André  
Gowling WLG  
Groupe Leclair  
Groupe Stingray Digital  
Hébert, Brigitte  
Horizon Environnement inc.  
Hydro-Québec  
Idem Immobilier  
Industries Lassonde Inc.  
Ivanhoé Cambridge  
Jarislowsky, Fraser Limitée  
Kwato Stratégies Marketing  
La Boîte Essentielle  
La Fondation Polykar  
Lagarde, Jean-Sébastien  
Lanouette, Marc

Le Port de Montréal  
Lefèbvre, Stéphane  
Leroux, Monique  
Les services de réputation Syrus Inc.  
LGS, une Société IBM  
Lowe's Canada  
Maheu, Francis S.  
Malenfant Dallaire  
Média Experts  
Ménard, Marc  
Nespresso  
Oakley  
Paradis, Benoit  
Partenaires Walter Capital  
ParticipAction  
Perras, Pierre-Olivier  
Picard, Sébastien  
Plourde, Réal  
Previan  
Québecor Média  
RGA Canada  
Stifel GMP  
TANK Worldwide  
The North Face  
Thibault, Claude  
Vézina, Alexandre  
Viero, Paolo

*Cette liste présente les donateur.trice.s de la dernière année financière, soit du 1<sup>er</sup> septembre 2021 au 31 août 2022. 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.*

# MERCI À NOS ALLIÉ.E.S ENGAGÉ.E.S

Chaque année, plusieurs individus et organisations mobilisent leurs réseaux et mettent sur pied des activités philanthropiques qui appuient la mission de Fillactive. Par l'entremise de ces diverses initiatives, nous avons récolté **37 085 \$**.

Merci à ces individus et organisations de soutenir notre cause :

Acte & LeBicar • Bromont Ultra • Dominique Lewis-Tremblay • Duchesnay Inc. • Famille Bronfman • Gilles Poulin • Isabelle Simard • Katherine Cochrane • Les participant.e.s au Bromont Ultra ayant choisi de soutenir Fillactive • Mirego • Sara Lola Grondin-Segal • Sébastien St-Hilaire • Virginie Ann & Catherine Paquin-Béchar

## Nos donateur.trice.s en biens et services :

ABP • Air Canada • CBC & Radio-Canada Solutions Média • Cogir Immobilier • Événements Harricana • Groupe Marcelle cosmétiques • Henkel Média • Lowe's Canada • MCGF Communications • Nespresso • Oakley • Publicité Sauvage • Québecor Média • Rodeo Production • Sid Lee • Stikeman Elliott LLP • Télé-Québec • TELUS • The North Face • Tollé Agence marketing • Vanessa Cyr Photographie

## Équipes du Défi Mère/Fillactive qui ont amassé 500 \$ et plus par l'entremise de leur collecte de fonds :

2 pareilles • Annable Girls • Evelyne et Ana Faryal • Girl Power • La famille bröxs • Les 3 Mousquetaires • Les croquettes coquettes • Les Darlinies à vélo • Les étincelles • Les Papouettes • Les Rayonnantes • Les sœurs Masson en action! • Les souriantes • Livia et Marraine • Mélanie et Juliette • Olivia • Osez BougEY! • Simply the best • Sun Life Walk and Talk



# NOTRE ÉQUIPE

# NOTRE ÉQUIPE FILLACTIVE

## **Claudine Labelle**

Présidente fondatrice

## **Julie Meloche**

Directrice générale

## **Jasmine Basque**

Adjointe administrative

## **Marie-Noëlle Bouillon**

Conseillère, communication

## **Manon Durocher**

Directrice, développement philanthropique

## **Josée Dutrisac**

Adjointe comptabilité et administration

## **Marion Hamel**

Chargée de projets, marketing et communication

## **Élise Hofer**

Directrice, marketing et communication

## **Élisabeth Lagacé**

Conseillère aux programmes

## **Geneviève Leduc, Ph. D.**

Conseillère principale aux programmes

## **Justine Lefebvre**

Conseillère, marketing relationnel

## **Cynthia Licursi**

Chargée de partenariats

## **Kim Marois**

Directrice, programmes et opérations

## **Annique Picard**

Directrice, finances et administration

## **Marie-Catherine Sénéchal**

Chargée des événements

## **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

## MEMBRES :

### Karine Bouchard

Administratrice d'entreprise  
Alimentation Couche-Tard

### Marie-France Desnoyers

Vice-présidente, ressources humaines  
Omnitrans

### Stéphanie Trudeau

Vice-présidente exécutive - Québec  
Énergir

## TRÉSORIÈRE :

### Katia Fontana

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

### Daniel Brosseau

Associé  
McKinsey & Compagnie

### Olivia Goodfellow

Directrice, marketing et communications  
Goodfellow inc.

## SECRÉTAIRE :

### Marie-Eve Ferland

Associée, Droit des affaires  
Novalex

### Yanik Deschênes, ARP

Directeur général, RP, Sid Lee  
Président, YPR

### Claudine Labelle

Présidente fondatrice  
Fillactive



## Un merci spécial à Isabelle Viger

Fillactive tient à remercier Isabelle Viger qui s'est jointe à son conseil d'administration en 2013 et qui a occupé la fonction de présidente de 2015 à l'automne 2021. Cette femme inspirante, qui croit profondément aux bienfaits de l'activité physique et qui a à cœur l'intérêt des filles, a eu un énorme impact sur le chemin parcouru par Fillactive. Toute l'équipe souhaite la remercier pour sa rigueur, son dévouement, sa présence, ses connaissances et son écoute.

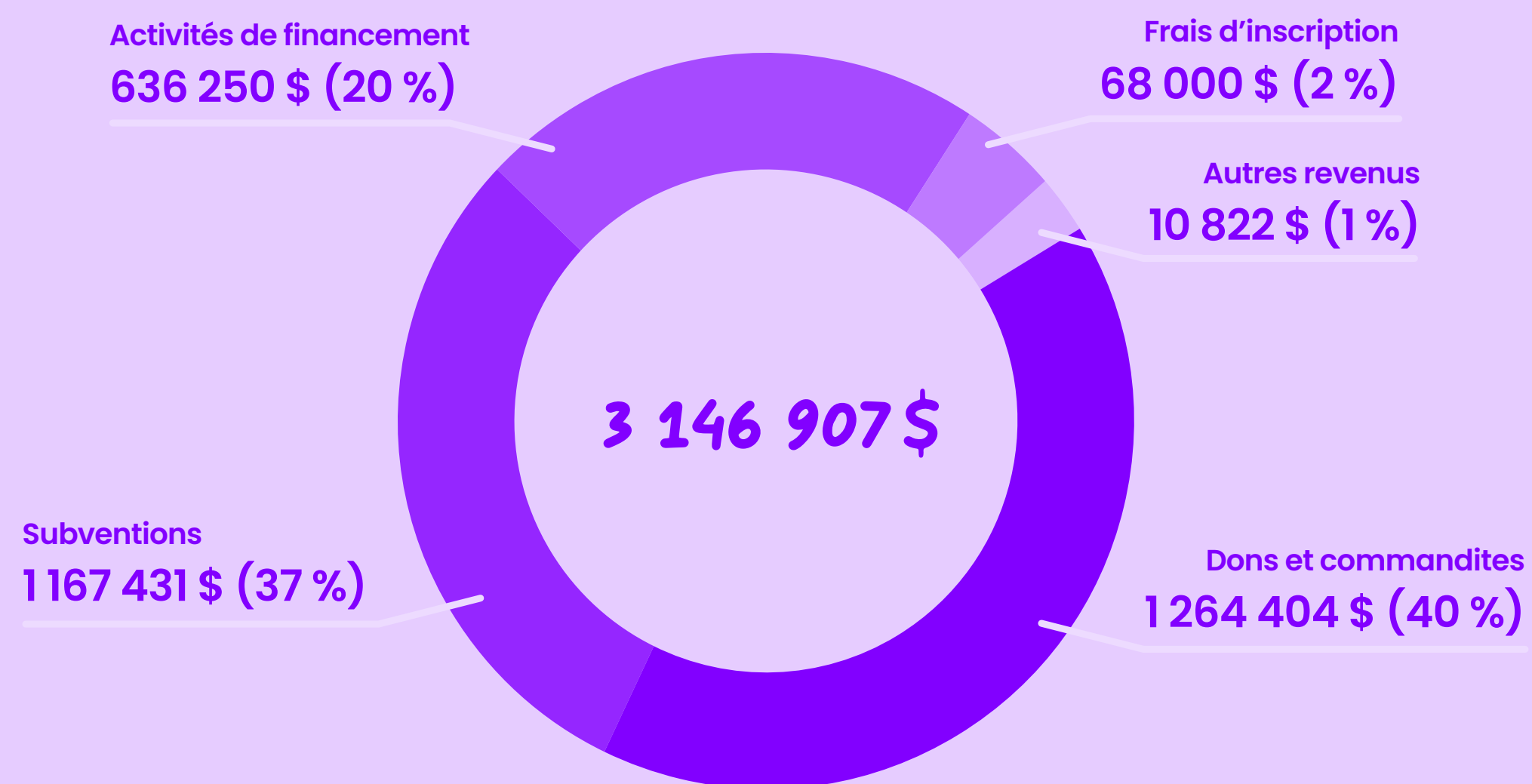
**NOS FINANCES**

# NOS FINANCES

Les données de ces graphiques sont extraites des états financiers audités de Fillactive pour l'exercice terminé le 31 août 2022. 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 3,1 M\$ de dollars, Fillactive termine l'année avec une croissance de 3 % par rapport à l'an passé. Ce résultat positif est principalement attribuable à la hausse des subventions provenant des deux paliers gouvernementaux et des dons reçus de différentes fondations ainsi qu'à l'augmentation du nombre d'écoles partenaires Fillactive. Quant aux revenus découlant de nos activités de financement, ceux-ci sont demeurés stables.

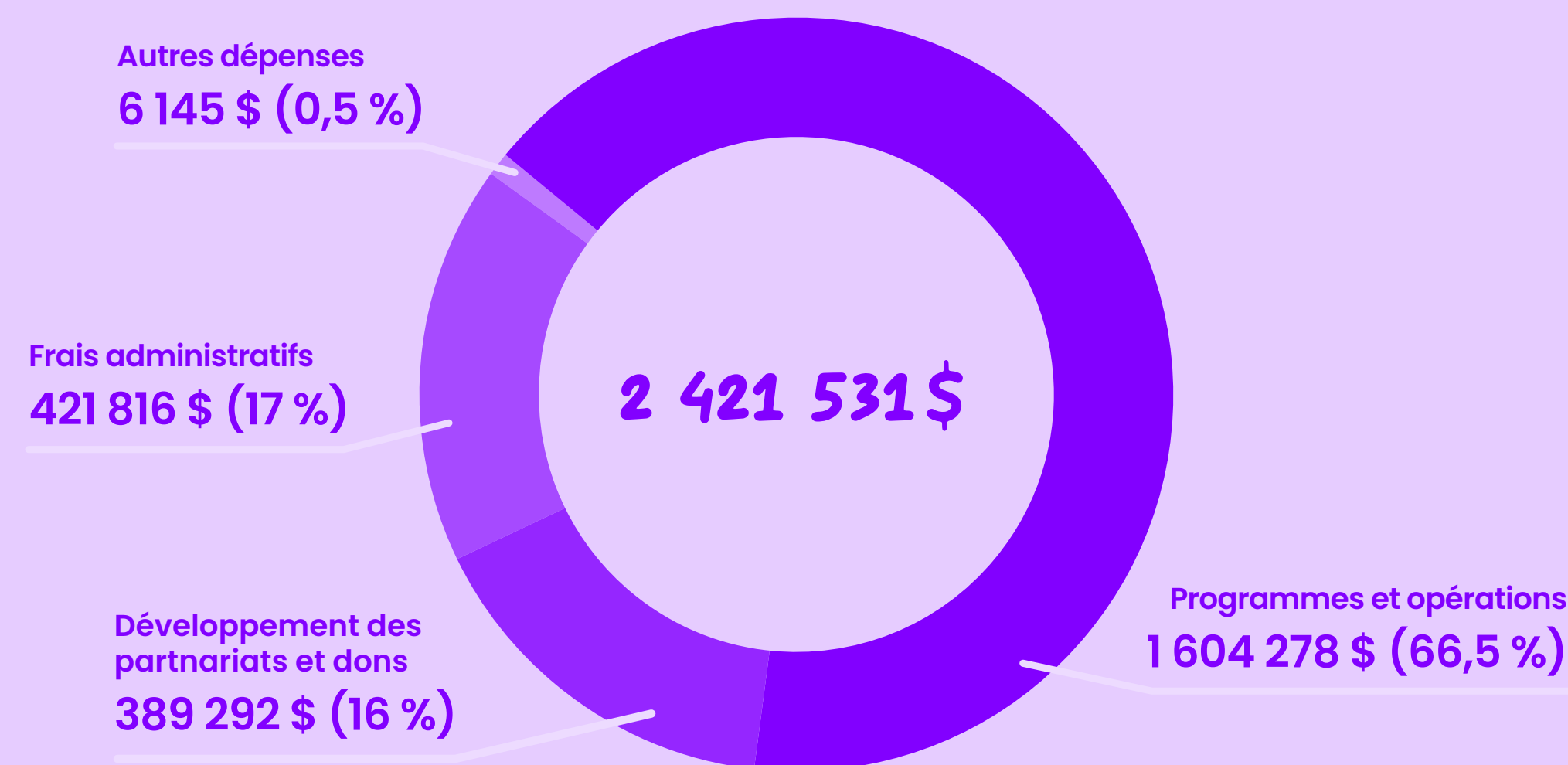


**3 796 333 \$**

Actif net à la fin de l'exercice terminé le 31 août 2022

## Répartition des dépenses

Les dépenses ont globalement augmenté de 23 % par rapport à l'an passé. Cette hausse s'explique par un retour progressif à la normale dans la 2<sup>e</sup> partie de l'année, nous permettant de reprendre nos activités auprès des adolescentes et nos programmes dans les écoles partenaires Fillactive. Quant à la répartition des dépenses, c'est le secteur des programmes et opérations qui a connu la plus forte hausse (62 % à 66,5 %). Les frais associés au développement des partenariats et dons et les frais administratifs ont quant à eux diminué, signe de la continuité de notre saine gestion des dépenses.



**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)

