

2024-2025

Rapport des activités





Table des matières

Rapport de la présidence	2
La permanence.....	2
Demandes de subvention	3
Programme PALIM et PALM	3
PANAM.....	3
Événement-bénéfice.....	4
Mission, vision et valeurs.....	5
Mission :	5
Vision :	5
Valeurs :	5
Les activités.....	6
Groupes de marche régulière	6
Randonnées pédestres.....	6
Sorties ponctuelles.....	6
Aqua-forme	6
Spinning de groupe	7
Spinning individuel.....	7
Yoga.....	7
Autodéfense.....	7
Activités Nautique.....	8
Vélo Tandem	8
Formations de guide de vélo tandem :	8
Activités hivernales	9
Bénévolat	9
Stagiaires.....	10
Implication sociocommunautaire	10
Perspectives, orientations et priorités pour l'exercice 2025-2026.....	12
Témoignages de l'ASAMM.....	13



Association des sports pour aveugles du Montréal métropolitain (ASAMM)

RAPPORT D'ACTIVITÉS 2024-2025

Rapport de la présidence

Chers membres, membres associés et bénévoles,

La tenue de notre quarante-deuxième assemblée générale annuelle est pour nous l'occasion de faire le point sur l'année qui a pris fin le 31 mars dernier.

Dans un premier temps, je tiens à remercier les membres du conseil d'administration pour les efforts déployés dans l'exercice de leur fonction respectives et le souci de bien gérer les fonds de notre organisme.

Permettez-moi de citer les faits saillants de cette année.

La permanence

En avril 2024, le conseil d'administration a donné le mandat à la direction générale de créer le poste de coordonnateur des activités sportives et de plein air à raison de 35 heures semaine. Le 24 avril, nous avons embauché Caroline Rochon, ayant obtenu un contrat d'intégration au travail à 55% du salaire pour la durée de 6 mois. Depuis le 5 novembre, elle est en arrêt de travail.

Pour soutenir le conseil d'administration responsable du financement et de la pérennité de l'organisme, il a été créer un poste d'agent de financement en décembre à raison de 28 heures semaine. En janvier 2025, nous avons donc embauché Marc-André Germain, agent de financement, ayant obtenu un contrat d'intégration au travail à 59 % du salaire. Il doit conjuguer les efforts nécessaires pour trouver un financement récurrent. Tout un défi !



Le conseil d'administration est conscient que cela représente une tâche colossale. Nous demeurons optimistes. Actuellement, nous déposons le renouvellement du contrat d'intégration au travail pour une période d'un an.

Demandes de subvention

Le programme Emploi Été Canada de l'été dernier, nous a accordé une subvention pour l'embauche d'un étudiant aux communications pour une durée de 9 semaines. Le but visé a été de soutenir l'événement-bénéfice prévu en novembre dernier.

Dans le cadre du programme d'aide matériel administré par l'AQLPH, nous avons obtenu une subvention de 9 430.\$. Cette subvention nous a permis de faire la mise au point de la flotte tandem et d'acheter de l'équipement pour nos activités.

Programme PALIM et PALM

Le premier est administré par l'association régionale des loisirs pour les personnes handicapées (AlterGo) sur une base annuelle. Ce programme est récurrent et pour votre information nous avons reçu en 2024-2025, la somme de 5 161.\$.

Le second programme est géré par la ville de Montréal depuis 2 ans. Il s'échelonne sur 2 années financières. Le montant octroyé a été de 4 184.86 \$ annuellement.

La combinaison de ces deux programmes nous a permis d'embaucher un contractuel pour offrir de l'accompagnement individuel dans les activités de vélo tandem, spinning et marche, à des personnes présentant une ou des problématiques particulières.

PANAM

Depuis 2020, nous participons au programme de reconnaissance PANAM administré par la ville de Montréal. En 2025, la ville de Montréal a remodelé le programme PANAM et PALM en un seul programme intitulé CIALM. J'ai le plaisir de vous annoncer que récemment nous avons reçu une lettre confirmant une subvention de 39 281 \$ réparti sur trois ans.



Événement-bénéfice

Le 8 novembre dernier, nous avons tenu notre événement-bénéfice au Studio TD.

Nous avons été charmés par une belle variété de chanson dans diverses langues par la talentueuse Florence K. Tous les spectateurs ont passé une excellente soirée fredonnant des airs chers et familiaux. La tenue de cet événement annuel constitue le cœur de notre financement.

Le nouveau comité Événement-bénéfice sous la responsabilité de notre administratrice Patricia Letarte, nous invite à une magnifique soirée vendredi le 14 novembre 2025 au Studio TD avec une des grandes voix de la chanson québécoise, Marie-Denise Pelletier.

Les laissez-passer sont maintenant disponibles sur la plateforme Zeffy au coût de 100.\$. Un reçu de fin d'impôt de 65\$ sera remis aux acheteurs. En vous procurant un laissez-passer, vous contribuez à assurer la pérennité des opérations de l'ASAMM. Pour ceux qui rencontrent des difficultés avec la plateforme, nous vous invitons à vous procurer un laissez-passer en contactant le bureau de l'ASAMM.

N'oubliez pas d'inviter vos familles, voisins et amis à venir célébrer avec nous cet événement inoubliable.

Nous remercions tous ceux et celles qui ont contribué au succès de cet événement annuel depuis sa création. Si vous désirez collaborer d'une quelconque façon aux travaux du comité de l'événement-bénéfice, n'hésitez pas à signifier votre intérêt en écrivant à info@asamm.ca

En terminant, au nom du conseil d'administration, je tiens à souligner que Huguette Diotte, adjointe administrative, entame sa cinquième année au sein de notre organisme. Sa présence, son assiduité au travail ainsi que son sens des responsabilités contribue largement au succès de l'organisme.

De plus, je tiens à remercier ceux et celles qui sont ici présents car vous avez à cœur le succès de l'ASAMM. Ensemble, nous accomplissons de belles choses.



Mission, vision et valeurs

Mission : L'ASAMM a pour mission de regrouper les personnes avec déficience visuelle du Grand Montréal afin de promouvoir chez elles la bonne forme physique et la pratique d'activités sportives et de plein air, que ce soit pour le loisir ou l'implication communautaire. L'association travaille à éliminer les obstacles à la participation sportive et sociale des personnes ayant une déficience visuelle, en offrant un accompagnement adapté, sécuritaire et inclusif. Elle vise également à briser l'isolement en favorisant les liens sociaux à travers le sport et à sensibiliser le grand public au potentiel des personnes vivant avec une déficience visuelle. Par ces actions, nous comptons améliorer la qualité de vie de notre communauté.

Vision : L'ASAMM aspire à une société inclusive où chaque personne ayant une déficience visuelle peut s'épanouir par le sport et les activités socio-culturel, sans barrières ni préjugés. Ensemble, nous bâtissons une communauté où membres et bénévoles partagent une même passion pour le développement de saines habitudes de vie. L'association entend devenir un leader en matière d'accessibilité universelle dans le domaine sportif et continuer à innover pour répondre aux besoins changeants de ses membres.

Valeurs : Les valeurs qui guident l'ASAMM au quotidien sont :

Inclusion et accessibilité – Offrir un environnement ouvert à tous, adapté aux capacités de chacun, où chaque membre se sent le bienvenu et accompagné.

Respect et bienveillance – Favoriser une culture de respect mutuel, d'écoute des besoins spécifiques de chaque personne et de communication courtoise.

Dépassement de soi – Encourager nos membres à développer leur confiance, à repousser leurs limites personnelles et à réaliser leurs objectifs, quel que soit leur niveau.

Esprit d'équipe et solidarité – Valoriser la collaboration entre membres et bénévoles, l'entraide et le partage d'une passion commune.

Sécurité – Assurer en tout temps des activités encadrées par des personnes formées, dans un contexte sécuritaire et adapté aux limitations visuelles.



Les activités

Groupes de marche régulière

Nos quatre groupes de marche se portent mieux que jamais, actifs et prospères, sous la supervision dévouée de nos membres responsables et bénévoles qui font preuve d'un leadership exceptionnel. Ils mobilisent et motivent avec efficacité, ce qui se traduit par une détermination remarquable chez les participants à maintenir une vie active.

Une moyenne de 40 semaines de marches hebdomadaires réalisées au cours de l'année. Une marche dans l'ouest de l'île de Montréal au parc Angrignon avait débuté en juillet 2024 et a été annulée en raison de travaux et d'un manque d'installations.

Taux de participation moyenne : 10 personnes par marche.

Randonnées pédestres

Marche historique du quartier Ahuntsic

Refuge faunique Marguerite d'Youville, Châteauguay

Centre d'interprétation de la nature du Lac Boivin (avec guide naturaliste)

Parc nature – Pointe-aux-prairies

Marché de Noël (x2), L'Assomption

Parc régional de la rivière-du-nord, Chutes Wilson, St-Jérôme

Sorties ponctuelles

Jardins des noix, Ste-Ambroise-de-Kildare

Technoparc Oiseaux, Ville St-Laurent

Hôtel de glace, Québec

Neuf randonnées ont été organisées totalisant : 142 participations

Aquaforme

Au cours de l'année 2024, trois sessions d'aquaforme de 10 semaines en soirée ont été organisées à la piscine du centre Jean-Claude-Malépart. L'instructeur a été capable d'offrir une variété d'activités, y compris de l'aqua-spinning et de l'aquagym en eau profonde pour le même tarif. La participation a été constante, avec un faible taux d'absentéisme, démontrant ainsi l'attrait et l'engagement des participants envers les exercices aquatiques. Taux de participation : 25.



Spinning de groupe

L'activité spinning au Complexe sportif du Centre Claude-Robillard a été populaire encore cette année sous la direction énergique de Mario Durand, bénévole, les mardis en soirée de décembre 2024 à avril 2025. Durant cette période hivernale, les participants se sont entraînés avec détermination en vue de se préparer pour la prochaine saison tandem.

Taux de participation : 67.

Spinning individuel

Dans le cadre du programme (PALIM) le spinning individuel a été offert par M. Benoît Monette à des membres ayant des besoins particuliers, du mois d'avril 2024 à mars 2025 au Centre sportif Claude-Robillard. Participation : 2.

Yoga

Une session au printemps et à l'automne 2024 ont été données avec succès par l'institutrice Julie-Nadia Mc Lean. Très peu d'absentéisme. Chaque séance a attiré en moyenne 6 participants et a démontré un intérêt marqué de tous nos groupes d'âge.

Marc-André Germain, nouvellement certifié et enregistré avec la Yoga Alliance, a pris la relève à la fin janvier. Depuis, deux cours complémentaires sont offerts. Le cours de Yoga Vinyasa, souvent à saveur Ashtanga, avec ses enchaînements fluides au rythme de la respiration, est une méditation dynamique qui engage tout le corps et l'esprit. Ce cours est suivi d'un cours intitulé « Yoga, de la chaise au hatha », où la chaise élève le sol et sert autant à travailler l'équilibre et des postures plus avancées qu'à rendre cette discipline pleinement accessible à tous.

On observe que le yoga est une activité d'intérêt et devient récurrente.

Autodéfense

Cette activité offerte par Paul-André Dupont a été très appréciée de nos membres et bénévoles qui y ont participé. Paul-André est un vétéran des Forces armées canadiennes et technicien en travail social. Il enseigne avec habileté, compétence et sensibilité pour les différents défis que la clientèle a à relever.

Qualifiée dans son milieu, son entreprise Auto-Défense Proactive a pour mission de transmettre le savoir-faire en coaching, en relation d'aide et en autodéfense aux citoyens montréalais ainsi qu'aux victimes d'actes criminels. Il y a eu deux cours à l'automne 2024 et 2 cours au printemps 2025 et 22 personnes y ont participé.



Activités Nautique

Nos partenariats avec le Parc de la Rivière des Mille-Îles et à Otterburn Park ont été maintenus et renforcés, assurant la continuité de nos services pour Montréal, Laval et la Montérégie. Concernant le kayak, notre présence bien établie sur les deux sites nous permet de bénéficier d'une réduction sur les tarifs, notamment en offrant le tarif kayak simple pour les kayaks doubles, ce qui nous permet d'accueillir plusieurs participants.

Kayak

Trois binômes ont fait du kayak durant la saison estivale 2024.

Taux de participation : 6

Rabaska

Une seule édition de l'activité de rabaska a été réalisé en 2024 et ce fut, un franc succès auprès des membres et bénévoles. Deux bateaux de 20 personnes chacun au Parc de la rivière-des-milles-îles. Cette activité très populaire a eu un taux de participation de 100% et les participants ont exprimé leur enthousiasme pour une éventuelle reprise en 2025. Taux de participation : 40.

Vélo Tandem

Pour la saison tandem qui s'est échelonnée du 1^{er} avril au 14 novembre 2024. On observe un contexte de mobilisation de ressources bénévoles complexe en Montérégie qui fut particulièrement éprouvant pour offrir des activités particulièrement les fins de semaines. Nous avons pu entreposer un vélo tandem pour la saison estival, grâce à la générosité d'un membre de la rive-sud.

Tandis que les activités qui ont eu lieu sur l'île de Montréal la semaine et la fin de semaine ont été soutenues. Excellente saison : Excursion de groupe les samedis : 165 participations - Excursion en semaine en individuel : 131 participations.

Dans le cadre du Programme d'accompagnement en loisir de l'île de Montréal (PALIM), certains membres ayant des besoins particuliers ont pu pratiquer le tandem en semaine grâce à des accompagnateurs disponibles.

Formations de guide de vélo tandem :

Dix bénévoles ont reçu la formation à vélo tandem durant la saison estivale 2024.



Tour de l'île

Étant donné que nous ne pouvions plus être placé en priorité à la ligne de départ, il s'est avéré plus complexe pour l'organisation de cette activité sur place.

15 participants ont pédalé au tour de l'île 2024.

Activités hivernales

Nous avons réalisé 4 excursions au cours de l'hiver avec un total de 33 participations.

Raquette

Le climat pluvieux et glissant n'a pas permis des conditions sécuritaires pour cette activité cette année. Deux activités de raquette et deux marches en crampons.
Taux de participation : 33.

Ski de fond

Cette activité a eu lieu dans les parcs urbains. 5 activités de 5 binômes pour un total de participation de 50.

Patins

Quelques membres ont pratiqué le patin à glace de décembre 2024 à mars 2025. Trois activités de patinage sur patinoire extérieures furent organisées par une initiative de nos bénévoles Nathalie Houle et Diane Sauvé.
Taux de participation : 20.

Le ski alpin

Étant donné les conditions hivernales médiocre pour le ski alpin, cette activité s'est concentré du côté des Laurentides. Trois sorties de deux binômes.
Taux de participation : 6

Bénévolat

La principale source de bénévolat est le Centre d'action bénévole de Montréal et le Centre de bénévolat de la rive-sud. Environ 10% des références proviennent de nos membres qui sont solidaires à la participation de nos activités.

Au centre de bénévolat de la rive-sud, malgré la publicité affichée en continu, nous ne recevons pas les résultats escomptés.



Stagiaires

Au printemps 2024, nous avons accueilli deux stagiaires pour un stage de 30 heures en gestion et intervention en loisirs du cégep Saint-Laurent. Leur présence nous a permis d'initier une activité de marche au parc Angrignon dans l'ouest de Montréal, révélant un intérêt qui nous a incités à sonder nos membres en vue de créer un nouveau groupe de marche pour la période 2024-2025. De plus, nous avons profité de leur présence pour offrir une activité d'escalade, nous permettant d'analyser le potentiel d'intégrer cette activité à notre prochaine programmation régulière.

Comme chaque année à l'automne, notre organisation a accueilli des stagiaires de l'Université de Montréal étudiant en ergothérapie pour un stage de 30 heures en milieu communautaire. Ces stagiaires répondent aux exigences de leur stage en développant et en maintenant des liens professionnels avec des membres de notre communauté nécessitant des services d'ergothérapie individuels.

Cette collaboration permet une sensibilisation pratique et contribue à répondre aux besoins de nos membres en matière de réadaptation et d'amélioration de la qualité de vie.

À l'automne 2024, Pénélope Abram, une étudiante en 1^{ère} année de médecine de l'Université McGill, nous a offert 21 heures de bénévolat. Dans son parcours académique, elle a mené plusieurs projets de recherche en laboratoire sur les maladies oculaires et les traitements adaptés. Son objectif est de mieux comprendre le quotidien des personnes ayant une déficience visuelle et de contribuer à améliorer leur qualité de vie.

Implication sociocommunautaire

L'ASAMM est un membre votant du Collectif Accessibilité Universelle (A.U.) un projet collaboratif réunissant des organismes visant à promouvoir l'accessibilité universelle à l'échelle du Grand Montréal. Notre agent de financement, Marc-André Germain, siège sur le comité de représentation politique du collectif ; il a également collaboré sur un comité de travail pour le Plan Urbanisme Montréal (PUM).



L'ASAMM est également membre de l'Association des sports pour aveugles du Québec (ASAQ), du Regroupement des aveugles et amblyopes du Montréal métropolitain (RAAMM), du Centre de l'action bénévole de Montréal (CABM) et d'AlterGo. Nous collaborons aussi de façon régulière avec nos partenaires en réadaptation visuelle : en fait, la plupart de nos membres nous sont référés par l'Institut Nazareth et Louis Braille (INLB) ou le MAB Mackay.

L'ASAMM maintient des liens étroits avec les élus. Notamment, en 2024, le député de Laurier – Sainte-Marie, M. Steven Guilbeault, s'est joint à nous pour une sortie en vélo tandem, et le député de Marquette, M. Enrico Ciccone, nous a accompagné lors de notre visite au Technoparc de Ville St-Laurent, qui est devenu, en 2023, le premier territoire économique au Canada à obtenir la certification ISO 14001 pour son engagement écologique.

Le partenariat entre l'ASAMM et le milieu de l'éducation se compte en lustres. En effet, l'ASAMM accueille, à chaque automne, de 2 à 5 binômes de stagiaires en ergothérapie de l'Université de Montréal pour une session de 30 heures en milieu communautaire depuis plus de deux décennies. S'ajoutent à eux des stagiaires en ressources humaines du Cégep Bois-de-Boulogne, des étudiants du secondaire du Collège Jean-Eude, et, pour la première fois en 2024, une stagiaire-rechercheuse en ophtalmologie de l'Université McGill pour un stage de 21 heures pour une sensibilisation à la clientèle ayant une limitation visuelle.

Finalement, et non moindre, nous croyons que l'implication sociocommunautaire se vit d'abord et avant tout au cœur des activités de l'ASAMM, comme en témoigne un article publié dans La Presse du 18 août 2024, dans le cadre de la série « Des actions qui font du bien », intitulé « De bénévoles à amis ». Et, comme l'article en témoigne, là où l'ASAMM se démarque est que l'action bénévole y inclut les personnes avec ou sans déficience visuelle, tel que les marches urbaines nées d'action « par et pour » et gérés par des membres ayant une déficience visuelle. De même, nos bénévoles ont souvent de belles initiatives qui enrichissent nos vies, tel des sorties culturelles et des balades historiques, permettant une normalisation de nos vies sociales et culturelles.



Perspectives, orientations et priorités pour l'exercice 2025-2026

L'ASAMM compte le mieux-être holistique de ses membres parmi ses valeurs les plus chères, et continuera de travailler dans ce sens durant le prochain exercice. Étant conscient que ce mieux-être va encore plus loin que l'activité sportive et le bris de l'isolement, l'ASAMM souhaite soutenir ces membres en ajoutant ces volets spécifiques à sa programmation :

1. Plusieurs ateliers de prévention de la maltraitance et de lutte contre la fraude et l'arnaque vous seront offerts entre avril 2025 et mars 2026, grâce au soutien financier du Programme Nouveaux Horizons pour les Aînés (PNHA) ;
 2. Afin de favoriser une plus grande participation communautaire et sociale chez les personnes ayant une déficience visuelle, l'ASAMM organisera des marches historiques et explorations de divers quartiers de Montréal afin de permettre aux membres intéressés de mieux se familiariser avec leurs environnements urbains et bien se les approprier ;
 3. Consciente que l'insécurité financière est un obstacle à l'inclusion et la participation sociale, l'ASAMM proposera le renouvellement de sa politique pour les membres à faibles revenus ;
 4. Finalement, consciente que l'emploi est un axe important de l'accessibilité universelle, l'ASAMM rédigera en 2025 sa politique d'équité salariale.
-



Témoignages de l'ASAMM

De la grande visite à l'ASAMM

Le 28 juin dernier, l'association des sports pour aveugles du Montréal Métropolitain (ASAMM) recevait de la grande visite ! Le ministre de l'Environnement et du Changement climatique du Canada et député du comté de Laurier-Ste-Marie: l'honorable Steven Guilbeault.

Après une petite formation de guide-accompagnateur en tandem, Monsieur Guilbeault s'est joint à nous pour une belle randonnée à vélo. C'est ainsi qu'un convoi de 9 vélos tandem a profité de la magnifique température pour sillonner la piste cyclable du boulevard Gouin. En tant que participant à l'activité, j'ai eu le privilège d'être jumelé avec Monsieur Guilbeault. Je dois dire que la balade fut très agréable. Il m'a très bien communiqué les manœuvres et décrit les lieux. C'est un excellent guide ! Tout au long de la randonnée nous avons échangé sur nos vies personnelles, les enjeux de notre société, les défis mondiaux en matière d'environnement et de consommation, et bien entendu, la mission et les besoins de l'ASAMM et de personnes vivant avec une déficience visuelle. Outre le politicien engagé, j'ai découvert une personne sympathique et vraie, un homme de famille, un sportif accompli et quelqu'un à l'écoute qui se soucie des autres. Monsieur Guilbeault semblait impressionné par les services offerts par l'ASAMM et les bienfaits sur la santé de ses membres. Il a proposé de publier un article sur son expérience à l'ASAMM dans un pamphlet distribué à ses 80 000 concitoyens pour faire connaître notre organisme. Il nous a dit qu'il parlerait de nous à sa collègue aux sports. La randonnée s'est terminée au Parc Frédérik Back où des rafraîchissements et des collations nous ont été servis. Tous ont pu échanger avec Monsieur Guilbeault et prendre des photos.

Dominic Corbin, membre actif

Une sortie à vélo avec l'Association des sports pour aveugles du Montréal métropolitain

Le 28 juin dernier, j'ai eu le plaisir de faire une randonnée à vélo avec un groupe de membres et de bénévoles de l'Association des sports pour aveugles du Montréal métropolitain (ASAMM), un organisme à but non lucratif qui offre une panoplie de services et d'activités sportives aux personnes ayant une déficience visuelle.



Une courte formation de guide-accompagnateur en tandem m'a permis d'être bien outillé pour assurer une bonne communication des manœuvres et une description des lieux à mon partenaire ayant une déficience visuelle. Notre convoi de neuf vélos tandem a emprunté la piste cyclable du boulevard Gouin sous un soleil radieux pour se rendre au parc Frédéric-Back, où nous avons pu nous désaltérer et échanger sur une foule de sujets. Vous souhaitez contribuer au travail de l'ASAMM? Contactez info@asamm.ca pour vous impliquer.

Merci beaucoup et bon après-midi

**Steven Guilbault, député de Laurier-Ste-Marie
Ministre de l'environnement et du changement climatique**

(Texte publié dans le bulletin postal pour les résidents de la circonscription.)

Tout est possible quand il y a de la bonne volonté!

Merci à l'Association des sports pour aveugles du Montréal métropolitain – ASAMM, à sa présidente Jocelyne Richard pour l'invitation à participer à la randonnée pédestre animée par Technoparc Oiseaux, aux 22 participants, aux accompagnateurs bénévoles dont des étudiants en ergothérapie et une étudiante en médecine, pour votre engagement à rendre accessibles les plaisirs de la marche en plein air et de manière sécuritaire.

Enrico Ciccone, député de Marquette

Une belle visite à l'Hôtel de glace

Épanouissement et découverte sont les mots qui me viennent à l'esprit quand je pense à l'excursion du samedi dernier à l'hôtel de glace que j'ai eu la chance de visiter pour la première fois grâce à mon bénévolat et mon rôle d'accompagnatrice de Mme Josée, membre avec qui j'ai passé des beaux moments. Femme curieuse et dynamique, j'ai rapidement constaté sa passion pour l'art par sa façon de toucher les différentes sculptures. Petite anecdote je n'ai pas fait la distinction entre grenouille et tortue, elle m'a corrigée ! Merci L'ASAMM !

Yamina Aldjoun, bénévole



Une randonnée tandem sous le soleil en semaine !!

Ce lundi matin, je me rends au Centre Claude-Robillard pour une randonnée tandem avec Jean Roy, bénévole. Vers 9h25, nous sommes prêts à partir. Arrivé sur le boulevard Gouin, nous roulons vers l'est jusqu'à l'église Saint-Joseph, où nous décidons de refaire le chemin en sens contraire pour être de retour vers 12:10 heures. Une belle randonnée dans le calme du matin avec une température idéale, fraîche et vent de face qui nous souffle des odeurs de fleurs de magnolia, de cerisiers japonais et de tulipes.

Avec passion et enthousiasme Jean me décrit toute la palette des couleurs de ce bel environnement printanier et tout cela accompagné des chants d'oiseaux abondants que j'ai pu reconnaître autant les uns que les autres ! Un lundi matin, à vélo sur Gouin, c'est idéal! Tellement paisible que « la nature nous entend !!! » Et la rivière aussi !! Merci pour cette belle occasion inouïe! J'étais aux anges. »

Francine Gravel, membre de l'ASAMM

Engagement bénévole

Chers membres de l'ASAMM, je tiens à vous exprimer ma plus profonde gratitude pour l'opportunité que vous m'avez offerte de servir en tant que bénévole au sein de notre communauté. Mon expérience à la marche de jeudi a été particulièrement enrichissante et m'a permis de comprendre l'impact significatif que notre engagement peut avoir sur la vie des autres.

J'ai été touché par la chaleur et la gentillesse que vous m'avez témoignée, ainsi que par la passion que vous mettez dans chaque activité. Je chérirai toujours les moments passés ensemble et les leçons apprises au sein de l'ASAMM. Veuillez accepter mes remerciements sincères pour votre soutien et votre camaraderie tout au long de ma mission de bénévolat.

Avec toute ma reconnaissance,

Brahim Machet, bénévole à l'ASAMM



Participation citoyenne

Bien que notre période de stage ait été brève, ce fut un réel plaisir pour nous, Immanuelle et Joshua, de participer aux diverses activités organisées par l'ASAMM.

Cette expérience nous a non seulement permis de tisser des liens avec la communauté, mais également de découvrir plusieurs parcs du Québec tout en vivant des moments exceptionnels. Ces quelques mois nous ont offert des apprentissages précieux que nous emporterons avec nous dans notre parcours d'ergothérapie. »

**Immanuelle L. et Joshua D., stagiaires en ergothérapie
Cégep St-Laurent**

Le partage d'une passion

Le partage d'une passion : c'est ce qui caractérise le mieux ce qui se passe à l'ASAMM, ainsi que la relation entre membre et bénévole, qui en est davantage une de partage que d'aidant-aidé. »

Lucile Lebihain, bénévole à l'ASAMM







