



RAPPORT D'ACTIVITÉS

2019 / 2020



FONDATION DE LA
MASSOTHÉRAPIE
L'aide à mieux vivre

**LA FONDATION DE LA MASSOTHÉRAPIE :
10 ans d'accompagnement bienveillant
et porteur d'espoir**



paix
espoir
compassion
accompagnement

répit
écoute
toucher
bienveillance

10 ans, ça se célèbre en grand !

Pour les aînés, les résidents des CHSLD, les personnes vivant avec un cancer,
de la douleur chronique ou un trouble de santé mentale

Mission et valeurs

Notre mission

Créée en 2010, la Fondation de la massothérapie se consacre à l'amélioration de la santé et de la qualité de vie des personnes aux prises avec un cancer, de la douleur chronique ou un trouble de santé mentale, en leur offrant gratuitement des soins de massothérapie adaptés à leur état de santé.



Nos valeurs

Notre intervention est empreinte des valeurs qui nous sont chères :



..... Respect et dignité de la personne



..... Intégrité et compétences des massothérapeutes agréés



..... Complémentarité avec les organismes partenaires



..... Interdisciplinarité avec les autres professionnels de la santé



..... Collaboration avec les instances gouvernementales dédiées à la lutte contre le cancer et la douleur chronique



..... Efficience et efficacité dans la gestion des gonds et des services offerts

Nos activités en 2019-2020

En 2019-2020, la Fondation de la massothérapie a offert **3747 massages** offerts à travers la province

CANCER **1 708** séances

DOULEUR CHRONIQUE **1 189** séances

SANTÉ MENTALE **153** séances

CHSLD **602** séances

GÉRIATRIE SOCIALE **95** séances

Mot de la présidente et fondatrice



2019-2020 : Une année très spéciale

Cette année, la Fondation de la massothérapie a dix ans. Ces dix bougies, nous les célébrons avec énormément de fierté.

Notre belle Fondation est née d'un rêve : celui de faire du bien aux personnes vulnérables par le biais de la massothérapie. Pour réaliser ce rêve, la Fédération québécoise des massothérapeutes (FQM) a fait le pari, en 2010, que le massage adapté ferait la différence dans le quotidien de ceux et celles qui vivent avec un cancer, de la douleur chronique ou un trouble de santé mentale. Cet engagement social remarquable et indéfectible est porté depuis dix ans par les membres de la FQM, des massothérapeutes agréés bienveillants et passionnés qui sont entrés dans l'aventure de la massothérapie pour faire du bien au corps et à l'esprit.

L'histoire de notre Fondation a commencé il y a dix ans, avec une offre de soins de massothérapie dans les centres d'hébergement de la Fondation québécoise du cancer (FQC). Au fil des années, la Fondation de la massothérapie s'est développée pour remplir sa belle et importante mission, qui est d'apporter un soutien aux personnes durement éprouvées par la maladie en leur offrant gratuitement des soins de massothérapie adaptés à leur état de santé.

C'est ainsi que, partout au Québec, nos massothérapeutes agréés se sont déployés dans plusieurs centres hospitaliers (CHUM, CHUL, Institut de cardiologie de Montréal, Hôtel-Dieu de Lévis), CISSS et CIUSSS, à l'Association québécoise de la douleur chronique, à la Société de l'arthrite, aux

Impatients et à la Fondation québécoise du cancer. Et, cette année, nous sommes fiers d'avoir inclus à nos clientèles les aînés (gériatrie sociale) et les bénéficiaires des CHSLD, clientèles avec lesquelles nous continuerons notre travail avec grande détermination en 2020-2021.

Depuis maintenant dix ans, nous établissons de solides partenariats porteurs d'espoir. Nous constatons, jour après jour, la place grandissante de la massothérapie adaptée et de qualité dans les soins de santé. Bref, la Fondation de la massothérapie s'engage au quotidien à faire du bien.

Aujourd'hui, l'effet papillon se fait plus que jamais sentir grâce au soutien indéfectible de nos généreux donateurs, dont la ministre de la Santé et des Services sociaux, madame Danielle McCann. Au nom des membres de notre conseil d'administration, je tiens à remercier chaleureusement nos partenaires, l'équipe de la FQM, de même que tous les massothérapeutes agréés de notre Fondation, qui concrétisent notre rêve depuis dix ans.

Solidairement,



A handwritten signature in black ink that reads "Sylvie Bédard".

Sylvie Bédard

Présidente et fondatrice

Le déploiement de nos activités en 2019-2020

En 2019-2020, la Fondation de la massothérapie a offert 3 747 massages aux personnes vivant avec un cancer, de la douleur chronique ou un trouble de santé mentale, de même qu'aux bénéficiaires des CHSLD et aux aînés en gériatrie sociale.

Cancer

En 2019-2020, la Fondation de la massothérapie a poursuivi ses activités dans les CISSS et dans les CIUSSS, en plus de maintenir les équipes de massothérapeutes agréés certifiés qui prodiguent des massages adaptés et gratuits aux clientèles vivant avec un cancer de la Fondation québécoise du cancer et de la Fondation Virage du Centre hospitalier de l'Université de Montréal (CHUM).



Déploiement des activités auprès de la clientèle vivant avec un cancer

Massages offerts en 2019-2020

CLIENTÈLE DES CISSS ET DES CIUSSS*

*Régions desservies : Laurentides, Abitibi, Lac-Saint-Jean, Montérégie

.... 208

CLIENTÈLE DE LA FONDATION QUÉBÉCOISE DU CANCER**

**Centres d'hébergement des régions de Montréal, de l'Estrie, de Québec, de la Mauricie et de l'Outaouais, en plus des massages offerts dans plusieurs centres hospitaliers pendant les soins de chimiothérapie

.... 1000

CLIENTÈLE DE LA FONDATION VIRAGE (CHUM)

.... 500



Le déploiement de nos activités en 2019-2020

Douleur chronique

Encore cette année, la Fondation de la massothérapie a poursuivi ses activités auprès des personnes vivant avec de la douleur chronique. On parle des membres de l'Association québécoise de la douleur chronique (AQDC) et de la Société de l'arthrite, mais aussi des clientèles du Centre de jour du CISSS de l'Abitibi-Témiscamingue et des cliniques de la douleur du CHUM et de l'Institut de cardiologie de Montréal.



Déploiement des activités auprès de la clientèle vivant avec de la douleur chronique

Massages offerts en 2019-2020

CLIENTÈLE DE L'ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DE LA DOULEUR CHRONIQUE*

*Régions desservies : Montréal, Montérégie, Laval, Québec, Mauricie, Centre-du-Québec, Laurentides, Lac-Saint-Jean, Chaudière-Appalaches, Bas-Saint-Laurent-Gaspésie, Estrie, Lanaudière

... 583

CLIENTÈLE DE LA SOCIÉTÉ DE L'ARTHRITE**

**Les soins sont offerts dans les locaux de la Société de l'arthrite à Québec, au Centre hospitalier de l'Université Laval (CHUL) à Québec et à l'Hôtel-Dieu de Lévis. La Fondation de la massothérapie a aussi participé à deux camps d'été de la Société de l'arthrite en 2019-2020 (Estrie et Québec).

... 195¹

CLIENTÈLE DE LA CLINIQUE DE LA DOULEUR DU CHUM

... 158

CLIENTÈLE DE LA CLINIQUE DE LA DOULEUR DE L'INSTITUT DE CARDIOLOGIE DE MONTRÉAL

... 120²

CLIENTÈLE DU CENTRE DE JOUR DU CISSS DE L'ABITIBI-TÉMISCAMINGUE

... 65³



« Le questionnaire de santé de Jeanine révèle d'importantes douleurs au dos. Elle est cependant peu médicamenteuse, car elle arrive à vivre avec... en bougeant le moins possible. Dès le premier massage, elle est fortement surprise que j'aie pu la toucher sans réveiller ses pénibles douleurs. « Chaque fois que j'ai un examen médical, je sors du rendez-vous avec des douleurs qui durent des jours ! », me dit-elle. Au fil des séances, je découvre qu'elle avait développé une perception erronée de son corps. C'est comme si « mon corps est en porcelaine » disait-elle. Il est fragile et facile à casser. Cette dame, à la fin de la séquence de quatre massages, était très emballée. Elle disait à tout le monde au Centre de jour que les massages étaient miraculeux. Elle était dorénavant capable de se pencher pour attacher ses souliers... sans avoir peur de casser ! En fait, elle avait simplement réussi à modifier la perception de son image corporelle. »

— Michelle Provencher, massothérapeute agréée certifiée, praticienne en Trager^{MC} et psychoéducatrice spécialisée en douleur chronique – Abitibi

¹ en plus d'un atelier d'automassage et de 40 séances de massothérapie offertes dans le cadre des camps d'été de la Société de l'arthrite | ² en plus de 25 séances de Mentastics^{MC} | ³ en plus de 2 séances de Mentastics^{MC}

Rapport d'activités 2019-2020

Le déploiement de nos activités en 2019-2020



Rapport d'activités 2019-2020

Le déploiement de nos activités en 2019-2020



Le déploiement de nos activités en 2019-2020

CHSLD

En 2019-2020, la Fondation de la massothérapie a déployé son offre de services en offrant des massages adaptés aux bénéficiaires de plusieurs CHSLD, notamment ceux du CIUSSS de l'Est-de-l'Île-de-Montréal et du CHSLD de la Côte Boisée à Terrebonne.

Déploiement des activités auprès des
bénéficiaires en CHSLD

Massages offerts
en 2019-2020

BÉNÉFICIAIRES DES CHSLD DU CIUSSS DE L'EST-DE-
L'ÎLE-DE-MONTRÉAL

.... 506

BÉNÉFICIAIRES DU CHSLD DE LA CÔTE BOISÉE
À TERREBONNE

.... 96



« La massothérapie apporte un certain répit au corps et à l'esprit qui perdure dans le temps après une séance. Nous avons remarqué que les traitements diminuent l'anxiété et, par le fait même, l'agressivité de certaines personnes. Les gens se sont sentis réconfortés et en harmonie avec eux-mêmes.

Les bienfaits ne sont pas que physiques, mais aussi spirituels. Par le massage, les gens se reconnectent avec leur moi profond et ont un contact physique avec une personne bienveillante. Comme nous avons des résidents avec des déficits cognitifs, parfois la seule façon de rejoindre ces personnes est par les cinq sens. Le toucher permet donc d'entrer en contact avec eux en dehors du contexte de leurs soins quotidiens et permet de beaux échanges personnels. »

— Sylvie Trépanier, CIUSSS de l'Est-de-l'Île-de-Montréal

Le déploiement de nos activités en 2019-2020



Santé mentale



Depuis 2015, la Fondation de la massothérapie poursuit son offre de massages en santé mentale auprès de la clientèle de l'organisme *Les Impatients*. En 2019-2020, ce sont 153 séances de massothérapie adaptées qui ont été offertes gratuitement aux personnes vivant avec un trouble de santé mentale.

Gériatrie sociale

En 2019-2020, un total de 95 massages adaptés ont été offerts en gériatrie sociale, aux aînés visitant le Service Amical Basse-Ville à Québec. Pour ces aînés, les soins de massothérapie ont amené calme, énergie et bienveillance. Parmi les effets de la massothérapie rapportés par les aînés, on note un meilleur sommeil, une diminution de la douleur et une certaine autonomie dans la prise en charge de leur condition de santé.

Des développements pour 2020-2021

En plus des partenariats actuels, la Fondation de la massothérapie développera ses activités dans les CHSLD, grâce à un don de 15 120 \$ remis par la Fondation François Bourgeois. Avec cette somme, la Fondation de la massothérapie pourra offrir 720 soins de massothérapie adaptés de 30 minutes aux bénéficiaires de six CHSLD situés à Victoriaville, à Sherbrooke, à Saint-Hyacinthe, à Rimouski, à Rouyn-Noranda et à Saint-George-de-Beauce.

La Fondation de la massothérapie sur le terrain

La massothérapie adaptée en gériatrie sociale

Depuis les premiers balbutiements de la gériatrie sociale en 2012, j'étais curieuse d'en apprendre plus sur ce mouvement de société. Les valeurs de cette approche, qui incluent le grand respect de nos aînés et le maintien de leur pouvoir d'agir, me rejoignaient grandement. Je vous explique.



Photo : Jérôme Couture

La gériatrie sociale place la personne vieillissante au centre de l'intervention. Elle a comme visée d'activer les ressources internes de l'aîné dans le but de préserver son autonomie, et ce, le plus longtemps possible. Elle incite les organismes et les instances de différents horizons à agir en collaboration et avec cohésion pour les personnes âgées.

J'espérais trouver le moyen d'intégrer la massothérapie adaptée à ce mouvement prometteur qu'est la gériatrie sociale. Pour ce faire, je gardais non seulement contact avec son fondateur, le gériatre Stéphane Lemire, par le biais de la Fondation AGES, mais aussi avec les intervenants du Service Amical Basse-Ville à Québec, un organisme à but non lucratif qui offre des services et des activités favorisant le maintien à domicile des aînés.

Un jour en 2019, la Fondation de la massothérapie a eu vent de mon projet. C'est à ce moment que les choses ont

commencé à évoluer. Un dialogue interactif s'est alors installé entre les deux fondations (Fondation de la massothérapie et Fondation AGES). Le tout s'est rapidement soldé en un projet-pilote de 100 massages, qui se sont déroulés de mai 2019 à février 2020. En tout, 25 membres de l'Amical Basse-Ville ont pu recevoir chacun quatre massages adaptés à leur condition de santé et à leurs besoins.

Nous étions deux massothérapeutes à offrir les massages sur place au Service Amical Basse-Ville, soit Christine Michaud et moi-même. Nous avons toutes les deux été témoins des bienfaits remarquables de la massothérapie sur les participants, mais aussi sur les intervenants. Grâce au massage adapté, nous avons pu constater que les aînés se réappropriaient davantage leur propre corps et qu'ils en venaient à briser l'isolement dans lequel ils se trouvaient. Le massage adapté permettait également d'augmenter la souplesse musculaire et d'amplifier le

confort en diminuant certaines douleurs chroniques.

Constatant l'impact bénéfique du projet-pilote sur les aînés, le laboratoire d'innovation pour la santé des aînés (LISA), mis sur pied par le biais de la Fondation AGES, a ciblé la massothérapie adaptée en tant qu'innovation prometteuse en santé pour les aînés. Le LISA tentera même de modéliser notre expérimentation pour les futurs projets de gériatrie sociale à travers le Québec.

Vous savez, faire partie de quelque chose de beau et de plus grand que ce que j'aurais pu faire seule est ma plus grande fierté dans ce projet. J'ai une grande reconnaissance envers la Fondation de la massothérapie pour son soutien et pour m'avoir épaulée dans ce fantastique projet, né dans ma tête, qui permettra à plusieurs aînés d'ajouter de la vie à leurs années...

– **Nancie Forest**, massothérapeute agréée, projet de massothérapie adaptée en gériatrie sociale

La Fondation de la massothérapie sur le terrain

Le toucher, ce langage universel

Pour Josée Tremblay, massothérapeute agréée certifiée, la massothérapie est plus qu'un soin. C'est un langage, une manière de communiquer avec l'autre. Cette année, elle a offert sa disponibilité et son écoute à une trentaine de bénéficiaires du CHSLD Benjamin-Victor Rousselot, affilié au CIUSSS de l'Est-de-l'Île-de-Montréal. Elle a accepté de nous partager son expérience.



Photo: Pierre Lapointe

Pouvez-vous nous décrire votre expérience de massothérapeute en CHSLD ? La plupart des personnes que j'ai rencontrées en CHSLD avaient des problèmes cognitifs très lourds. Certaines ne bougeaient pas du tout. D'autres étaient incapables de s'exprimer avec des mots.

Lors des premières rencontres, les résidents avaient tendance à être sur leurs gardes. Il fallait donc établir une relation de confiance, au fur et à mesure des massages. D'une rencontre à l'autre, on poursuivait l'histoire là où on l'avait laissée, on continuait à se découvrir. Plus je touchais les résidents, plus je ressentais rapidement un mécanisme de détente s'enclencher. J'avais l'impression que le corps se rappelait du toucher.

Qu'est-ce qu'apporte la massothérapie à ceux et celles qui vivent en CHSLD ? L'élément le plus commun est la qualité de détente. Lorsque j'arrivais, il y avait beaucoup d'agitation dans l'air, d'anxiété même, parfois. J'avais l'impression que les gens étaient très tendus, crispés. Après le massage, les résidents étaient détendus, parfois prêts à faire une sieste.

Le massage se veut aussi un moment où les gens peuvent se confier, pour ceux et celles qui en ont envie. Je les écoute, je leur pose des questions. Je suis là, avec eux, peu importe ce qu'ils ont à me dire. Ils me racontent des histoires du passé, c'est fascinant. Je suis très reconnaissante de pouvoir entrer dans la vie de ces gens-là.

Je me rappelle de l'une des résidentes. Elle était russe et parlait seulement l'anglais. Elle souffrait d'Alzheimer, alors quand j'arrivais, elle était toujours méfiante. Lorsque j'avais massé ses mains, elle commençait à me raconter son histoire, du temps où elle était danseuse de ballet, tout comme sa sœur jumelle.

Une autre dame que j'ai vue régulièrement avait d'atroces douleurs aux pieds. C'était une ancienne accessoiriste de cinéma et une artiste peintre. Certaines de ses œuvres étaient accrochées aux murs de sa chambre. Son amie, de la chambre d'à côté, venait nous rejoindre chaque fois que je lui faisais un massage et on discutait. Ça devenait un lieu de rencontre, de partages.

La Fondation de la massothérapie sur le terrain

Mon objectif en massothérapie, c'est d'être à l'écoute et d'offrir une qualité de présence, un toucher apaisant. Je pense que le massage peut faire une différence, surtout dans un contexte de soins comme en CHSLD, où le personnel n'a pas toujours le temps, qu'il est débordé. Le massage offre un espace aux résidents, un moment où ils sentent qu'ils ont de l'importance.

À la Fondation de la massothérapie, on parle de la massothérapie comme d'un toucher bienveillant. Est-ce quelque chose que vous constatez dans les soins que vous offrez en CHSLD? Oui, bien sûr. En fait, la racine du soin, c'est la bienveillance. On travaille avec notre cœur. En CHSLD, on veut offrir une présence. Ça peut être seulement de déposer sa main sur l'épaule de la personne. C'est là, avec un toucher apaisant, avec une intention bienveillante, que quelque chose se passe et qu'une communication avec l'autre s'établit.

Un jour, une résidente était installée sur une chaise dans la salle commune. Elle avait des difficultés respiratoires assez importantes. Pendant une vingtaine de minutes, je suis restée avec elle, j'ai mis mes mains sur ses épaules, j'ai pris ses mains dans les miennes. À la fin du massage, elle était moins agitée, sa respiration était plus normale, elle cherchait moins son air. Deux semaines plus tard, quand je suis revenue au CHSLD, j'ai appris qu'elle était décédée dans la nuit suivant le massage que je lui avais offert. On m'a raconté par la suite qu'on n'avait pas eu

à lui administrer de sédatif lorsqu'elle est partie, puisqu'elle était calme. Je ne sais pas si c'est la massothérapie qui a permis ce passage-là pour elle, mais je l'espère sincèrement.

Y a-t-il eu des moments où vous avez eu l'impression de faire une différence dans la vie des résidents du CHSLD? Chaque fois que je suis allée. Souvent, ce sont de petits changements, surtout chez ceux et celles qui ont de la difficulté à communiquer. Quand j'arrive et qu'ils sont en douleur, ils émettent des sons, ils ont des tics, ils sont crispés. Pendant le soin, je les sens se détendre, certains s'endorment. C'est très touchant de sentir que je les amène vers un apaisement.

Mon travail, ce n'est pas d'insister, mais d'offrir ma disponibilité. J'ai rencontré une dame la dernière semaine où je suis allée au CHSLD. Elle était en pleurs, en panique et je ne savais pas pourquoi, car elle était incapable de l'exprimer. J'ai travaillé un peu son cou, j'ai mis mes mains sur ses épaules, je lui ai massé les mains. Ces petits gestes ont réussi à la calmer.

Vous savez, la massothérapie amène un réconfort, un geste de bienveillance qui permet de reconnecter avec son corps. Elle amène une autre qualité de sensation, une autre façon de reconnecter avec soi, peu importe l'état dans lequel on se trouve.

Certains bénéficiaires vous ont-ils marqué? Oui, plusieurs. Certains étaient très drôles. Un homme par

exemple, qui s'asseyait pendant quelques secondes, se relevait, puis repartait. Un jour, je lui ai demandé s'il voulait un massage. Il a répondu non. La fois suivante, je lui ai offert de nouveau, je lui ai massé les épaules pendant à peine deux minutes, puis il est parti. Lorsque je suis retournée par la suite, il m'a pris par la main et m'a amené jusqu'à la cuisine. Il s'est assis et a attendu que je le masse.

Ça semble peut-être anodin, mais pour moi, quelqu'un qui me prend la main dans un contexte comme celui-là (CHSLD), c'est une marque de confiance qui me touche énormément. J'ai vécu beaucoup d'échanges similaires qui font une grosse différence dans ma vie d'humaine.

Il y avait aussi cette dame, une Italienne qui ne parlait pas un mot de français. Je lui massais les mains et elle me remerciait dans sa langue. Elle me racontait des histoires que je ne comprenais pas, mais ça n'avait pas d'importance, puisqu'une relation s'était établie entre nous.

La massothérapie permet d'établir un langage commun. C'est beaucoup d'écoute. On touche la personne, on voit dans quelle partie du corps elle est le plus stressée, où elle se détend. C'est un langage la massothérapie, c'est une manière de communiquer avec l'autre.

Entrevue réalisée avec Josée Tremblay, massothérapeute agréée certifiée

La Fondation de la massothérapie sur le terrain

Quand la massothérapie rapproche des autres... et de soi-même

En 2012, je quitte définitivement le monde corporatif. Les ressources humaines sont devenues inhumaines à mes yeux. La vie a roulé à plein régime, trop longtemps, et je n'ai plus envie de carburger à l'adrénaline. Mon corps, ma tête et mon cœur me hurlent de ralentir. Je veux apprécier la vie, « comme un cadeau dont on défait les ficelles chaque matin » — ma citation préférée de Christian Bobin, auteur. Je veux veiller davantage sur ma santé, revenir à l'essentiel et, surtout, créer des contacts humains de qualité.



En choisissant la massothérapie comme nouvelle carrière, mes objectifs étaient clairs d'entrée de jeu : travailler auprès des personnes âgées et dans les établissements de santé. Je ne me suis pas

lancée immédiatement à temps plein comme massothérapeute. J'ai eu le bonheur de baigner dans le monde de la formation en massothérapie durant cinq ans et d'avoir une pratique privée à temps partiel pour laquelle ma clien-

tèle était composée en grande partie de personnes souffrant de douleurs chroniques. Ces années m'ont permis d'être une ambassadrice de la FQM auprès des étudiants et des massothérapeutes. Quand j'ai appris l'existence

La Fondation de la massothérapie sur le terrain

de la Fondation de la massothérapie, un autre rêve est apparu devant mes yeux, car il concrétisait mes objectifs de carrière de base.

À mon compte à temps plein depuis seulement un an, c'est le 26 février 2019 que je suis devenue officiellement une massothérapeute de la Fondation de la massothérapie. J'allais représenter cet organisme et rejoindre une équipe de professionnels au grand cœur. Je n'ai pas de date ni de lieu d'affectation, mais j'ai confiance. Tout ira pour le mieux.

Quelques jours plus tard, on me propose de remplacer une collègue blessée qui devait être affectée à l'Institut de cardiologie de Montréal (ICM). Là, j'allais offrir des massages à une clientèle vivant avec de la douleur chronique découlant d'une condition cardiovasculaire.

WOW! Je me demandais si j'allais être à la hauteur. Je ne savais pas à quoi m'attendre concrètement. Le défi est de taille : accueillir une personne qui, en plus de vivre avec des douleurs persistantes, avait dû *flirter* avec la possibilité de perdre la vie, ou encore devait vivre avec une défaillance qui, chaque jour, lui rappelle que la vie est fragile.

J'ai respiré un grand coup et je me suis dit exactement ce que je me disais du temps où je recrutais des gens : « Sois

une page blanche, accueille ce qui est, peu importe ce que c'est ». La massothérapeute en moi a aussi fait écho : « Sois à l'écoute avec tous tes sens et n'oublie pas de respirer ».

D'accord, mais ensuite ?

Bien sûr, je sais que certaines opérations à cœur ouvert laissent de terribles cicatrices qui ont un impact sur tout le fascia.

Bien sûr, je sais que des personnes peuvent vivre avec un *pacemaker*.

Mais j'étais loin d'envisager que je rencontrerais un patient ayant vécu une erreur médicale et qui, malgré la douleur qui l'assaillait de la racine des cheveux jusqu'au bout des orteils, poursuivait son boulot, se questionnait et avait ce désir de s'en sortir, car à 40 ans, il est trop tôt pour être déclaré invalide.

J'étais loin d'envisager que je rencontrerais cette dame de 65 ans qui, en plus de ses douleurs, était toujours en quête de vivre enfin sa féminité et de se libérer du trauma de l'abus sexuel.

J'étais loin d'envisager que je ferais la connaissance de cette jeune femme colorée suivie en santé mentale parce que différente qui aurait d'intenses secousses corporelles durant le massage, car, enfin, son système nerveux lâchait-prise.

Malgré le fait que l'on a parfois l'impression que les douleurs impliquent constamment les mêmes zones, ce sont plus que des zones de tension. Il s'agit d'une histoire personnelle que mon travail de massothérapeute me demande d'approcher avec tout le respect qui se doit, au meilleur de mes connaissances et compétences.

En parallèle de mon travail à l'ICM, on m'a proposé de masser en CHSLD, au cœur du CIUSSS de l'Est-de l'Île-de-Montréal. Grâce au partenariat avec l'Association québécoise de la douleur chronique (AQDC), j'ai pu également prodiguer des soins à une vingtaine de personnes.

J'aurais tant d'autres histoires humaines à raconter.

L'année 2019-2020 a été remplie sur le plan de l'implication avec la Fondation de la massothérapie. Aujourd'hui, je me sens privilégiée et comblée, car j'exerce un métier que j'aime, dans un milieu que j'aime et avec des gens que j'aime. Me rapprocher des gens, c'est me rapprocher de moi.

– **Nathalie Casalenta**,
massothérapeute agréée certifiée

À tous les massothérapeutes de la Fondation de la massothérapie, MERCI !

Le rayonnement de la Fondation de la massothérapie



1802
abonnés

(en date du 31 mars 2020)

Dans les médias sociaux

La Fondation de la massothérapie continue d'être active sur Facebook. Suivez-nous, vous aussi, afin de connaître nos projets, nos massothérapeutes et l'impact de la massothérapie chez nos bénéficiaires.

Dans les soins de santé

La Fondation de la massothérapie a établi de nombreux partenariats avec des organismes en santé. À ce jour, les massothérapeutes de la Fondation de la massothérapie offrent des massages adaptés à plusieurs clientèles qui se retrouvent directement ou indirectement dans les soins de santé :

- ◆ Les personnes qui vivent avec un cancer et qui fréquentent les centres d'hébergement de la Fondation québécoise du cancer ;
- ◆ Les personnes qui vivent avec un cancer ou de la douleur chronique et qui reçoivent des soins dans les hôpitaux (CIUSSS, CISSS, Fondation Virage du CHUM, Hôtel-Dieu de Lévis) ;
- ◆ Les membres de l'Association québécoise de la douleur chronique, de la Société de l'arthrite et de l'organisme *Les Impatients* ;
- ◆ Les bénéficiaires de nombreux CHSLD du CIUSSS de l'Est-de-l'Île-de-Montréal et du CHSLD de la Côte Boisée de Terrebonne.

Notre financement

La FQM et l'IFFQM : des alliés de taille



**Fédération
québécoise
des massothérapeutes
agréés**

DEPUIS 1979

Pour réaliser sa mission, la Fondation de la massothérapie compte, depuis sa création, sur le soutien indéfectible de la Fédération québécoise des massothérapeutes (FQM). Cette dernière assume la totalité des frais administratifs de la Fondation, en plus de mettre à contribution son personnel.



L'Institut de formation de la FQM, qui a une vocation communautaire, soutient également la Fondation de la massothérapie dans la poursuite de sa mission. En effet, tous les bénéfices de l'Institut sont versés à la Fondation de la massothérapie afin d'offrir encore plus de soins de massothérapie gratuits aux personnes durement éprouvées par la maladie.

Les activités de financement 2018-2019

♦ Le souper-bénéfice de Montréal

C'est à Montréal, le 7 novembre 2019, qu'a eu lieu le souper-bénéfice annuel de la Fondation de la massothérapie. L'événement s'est tenu à l'Hôtel Omni Mont-Royal de Montréal, en présence de quelques 200 convives.

♦ Les articles de notre ange gardien Alain Lepage

Notre couturier attitré, Alain Lepage, confectionne depuis plusieurs années des articles dont les profits découlant de la vente sont remis directement à la Fondation de la massothérapie. Parmi ces articles, on retrouve par exemple des couvertures, des jaquettes de protection et des bandeaux permettant d'attacher les masques de procédures nécessaires aux activités des massothérapeutes dans un contexte de COVID-19.

♦ La vente d'outils promotionnels

Parmi les outils promotionnels vendus en 2019-2020, notons les calendriers, les cartes et les boucles d'oreilles PAPILLON.



La Fondation de la massothérapie tient à remercier les nombreux participants aux activités de financement, mais aussi les donateurs, qui contribuent à la poursuite de sa mission.

Dons

160 598, 21\$
dons amassés
en 2019-2020

Année après année, la Fondation de la massothérapie compte sur le soutien de généreux donateurs, ce qui lui permet de poursuivre sa mission auprès des personnes touchées par un cancer, de la douleur chronique ou un trouble de santé mentale, et maintenant aussi des aînés en gériatrie sociale et des bénéficiaires en CHSLD.

Répartition des dons par catégorie

CATÉGORIES DE DONS	SOMMES AMASSÉES
Dons individuels	5 173,05 \$
Dons des membres de la FQM	2 336 \$
Dons des entreprises	4 840 \$
Dons des fondations	16 980 \$
Dons des associations	100 \$
Dons des événements de la FQM	720 \$
Dons du souper-bénéfice	58 339,41 \$
Dons de la FQM	44 000 \$
Dons provenant de la vente d'articles promotionnels	10 072,50 \$
Autres revenus (taxes)	700,35 \$
Autres dons (symposium, ateliers et laboratoires, dons des municipalités)	15 336,90 \$
Dons du gouvernement (Danielle McCann)	2 000 \$

La Fondation de la massothérapie tient à remercier ses généreux donateurs

Platine

(10 000 \$ et plus)

- ◆ Fondation J.A. DeSève

Argent

(1 000 \$ et plus)

- ◆ Mme et M Marc Michollet
- ◆ Alain Lepage

- ◆ 9092-3675 QUÉBEC

- ◆ Frédéric Provost
- ◆ L'Attitude massothérapie
- ◆ Sophia Bendaoud
- ◆ Denise Leblond

Bronze

(500 \$ et plus)

- ◆ Imprimerie Maxime
- ◆ ZONE FE inc.
- ◆ Jeanie Rahal

Remerciements

3 747 soins de massothérapie offerts cette année, grâce à vous !

La Fondation de la massothérapie tient à remercier du fond du cœur tous ses fidèles donateurs, la FQM et son Institut de formation, de même que les écoles accréditées qui ont contribué à soutenir sa mission. Un merci spécial à tous nos anges gardiens qui travaillent dans l'ombre, à Alain Lepage, notre couturier attitré, et à Alexandre Tremblay pour les beaux dessins retrouvés dans ce rapport.

Les massothérapeutes de la Fondation

- ◆ Anne-Marie Crépin
- ◆ Louise De Montigny
- ◆ Michaël Harvey
- ◆ Louise Voisard
- ◆ Christine Michaud
- ◆ Claudette Maheux
- ◆ Nancy Lavoie
- ◆ Jean Baillargeon
- ◆ Nathalie Casalena
- ◆ Marie-Chantale Gaba
- ◆ Sylvie Desautels
- ◆ Christelle Bourget
- ◆ Lise Tremblay
- ◆ Sylvie Lepage
- ◆ Sylvie Desgagné
- ◆ Jacqueline Albert
- ◆ Marie-Josée Tardif
- ◆ Isabelle Bujold
- ◆ Mélanie Larrivière
- ◆ Sophie Langlais
- ◆ Martine Hupé

- ◆ Michelle Provencher
- ◆ Julie Bordeleau
- ◆ Pierrette Bélanger
- ◆ Josée Tremblay
- ◆ France Frechette
- ◆ Nancie Forest
- ◆ Charlyne Carrier
- ◆ Carmen Gélinas
- ◆ Lyne Camirand
- ◆ Josée Lussier
- ◆ Stéphanie Gingras

Le conseil d'administration

- ◆ Sylvie Bédard, présidente et fondatrice
- ◆ Frédéric Provost, vice-président et trésorier
- ◆ Michel Van Waeyenberge, administrateur
- ◆ Michel Eid, administrateur
- ◆ Robert Tremblay, administrateur
- ◆ Katia Vermette, secrétaire

L'équipe de la Fondation

- ◆ Sylvie Bédard, présidente et fondatrice
- ◆ Anushiya Satkunakumar, responsable des dons
- ◆ Michaël Harvey, responsable de la base de données
- ◆ Katia Vermette, conseillère aux communications

Photographe pour le calendrier 2020

- ◆ Marc Michollet
- ◆ Paul Nicol
- ◆ Kim Rahal



**À ce jour, ce sont près de 24 000 massages
et autant de messages d'espoir qui ont été
offerts gratuitement aux personnes durement
éprouvées par la maladie.**

À chacun d'entre vous, *Merci!*



**FONDATION DE LA
MASSOTHÉRAPIE**
L'aide à mieux vivre

4428, boul. Saint-Laurent, bureau 400, Montréal, Québec H2W 1Z5
T 1 800 363-9609 | F 514 597-0141 | www.fondationfm.ca