

Rapport d'activité

présenté à l'AGA du 5 juin 2026

2025

2026



main  **forte** Mti inc.

Table des matières

Table des matières	1
Éditorial	2
Histoire et mission	3
Objectifs	4
Les conseils	6
Ressources humaines	8
Organisation d'un milieu de vie	12
Partenaires et vie communautaire	13
Activités exceptionnelles	16
Fêtes et célébrations	18
Pratiques citoyennes et solidaires	19
La santé : au cœur de nos pratiques	20
Sources de financement	21
Visibilité et communication	22
Amélioration des locaux	23
Obstacles 2025-2026	24
Objectifs 2026-2027	24
Effectifs au 31 mars 2026	25
Indexe des 8 critères de l'ACA	26

Éditorial

Après de nombreuses années à la direction de Main-Forte, je me retrouve aujourd'hui à un moment propice pour faire un bilan. J'aimerais partager avec vous ce dont je suis le plus fière.

À mes débuts, j'ai rapidement constaté les défis liés au financement, notamment l'absence de soutien récurrent, ainsi qu'un certain décalage entre les services proposés et les besoins réels des personnes accompagnées.

En étant à l'écoute du quotidien des participants, il est apparu clairement que les exigences en place ne correspondaient pas toujours à leur réalité. Nous avons donc ajusté nos pratiques afin d'offrir un cadre plus souple, mieux adapté aux capacités et aux besoins de chacun. Cette approche nous a également permis d'accueillir davantage de personnes, tout en optimisant les ressources disponibles.

Nous avons toujours misé sur l'écoute, le dialogue et la mise en commun des idées. Que ce soit à travers des échanges individuels ou collectifs, cette culture participative a permis de faire évoluer l'organisme en cohérence avec les besoins exprimés.

Les approches inspirées de la communication non violente ont profondément influencé nos façons de faire. L'ouverture, l'écoute et l'absence de jugement sont devenues des piliers de notre fonctionnement. Elles ont contribué à bâtir un esprit d'équipe fort, dans un environnement fondé sur la collaboration et l'entraide.

Une des grandes forces de Main-Forte réside dans sa capacité à reconnaître et valoriser les forces de chacun, tant chez les participants que chez les membres de l'équipe. Cette reconnaissance mutuelle est au cœur de notre dynamique et favorise des relations solides et durables.

Au fil des années, l'obtention d'un financement plus stable nous a permis de consolider nos acquis. Grâce à une gestion rigoureuse, nous avons pu renforcer notre autonomie, assurer la pérennité de nos actions et stabiliser notre équipe.

Soucieuse de l'avenir de Main-Forte, nous avons également structuré nos pratiques : outils partagés, méthodes de travail, politiques et formations contribuent aujourd'hui à assurer une continuité et une solidité organisationnelle.

Je tiens à remercier chaleureusement celles et ceux qui poursuivent cette mission avec engagement et conviction, et je souhaite une longue vie à Main-Forte.



Renée Caron,
directrice générale
de Main-forte Montréal
depuis le 22 août 1993

« On traversera le pont rendu à la
rivière »



Histoire et mission



Main-forte Montréal, organisme à but non lucratif bien ancré dans sa communauté depuis 1989, est issu des modules autogérés mis en place à la suite de la réorganisation du Centre de réadaptation Constance-Lethbridge.

Véritable milieu de vie, l'organisme repose sur la contribution et la responsabilité de chacun. Si l'équipe de direction assure l'administration, la représentation et la recherche de financement, ce sont les membres participants qui demeurent majoritaires au sein du conseil d'administration. Ainsi, ce qui était autrefois désigné comme un « module autogéré » s'est transformé, au fil du temps, en un organisme à gestion participative.

Notre mission est d'offrir à des adultes vivant avec des limitations physiques et éloignés du marché du travail un cadre d'activités de jour reproduisant le marché du milieu travail.

Ce modèle favorise la sortie de l'isolement, la valorisation personnelle et l'engagement social. Les tâches sont toujours adaptées aux capacités de chacun, sans contrainte de productivité ni de compétitivité. Une particularité importante de Main-forte est la possibilité pour les membres de participer aussi longtemps qu'ils répondent aux critères d'admission : être autonomes dans la réalisation de leurs tâches et dans leurs besoins de base, être capables de s'intégrer à un groupe, et de rencontrer des obstacles à l'intégration sur le marché du travail.



Main-forte Montréal propose des services d'assemblage, d'emballage et d'ensachage, des activités manuelles répétitives assis à une table. L'organisme s'appuie sur **des valeurs fortes d'entraide, d'écoute et de tolérance**, tout en plaçant la satisfaction des clients au cœur de ses priorités. Sa devise illustre bien son esprit collectif : « Seul on va plus vite, ensemble on va plus loin ».

Main-forte Montréal poursuit plusieurs objectifs complémentaires :

- **Activités adaptées** : Offrir à ses membres des activités de jour inspirées du marché du travail, dans un cadre entièrement adapté et non compétitif, afin de réduire l'impact des difficultés qui freinent l'équilibre, l'épanouissement et l'autonomie.
- **Formation personnalisée** : Proposer des formations sur mesure pour développer la responsabilité, l'autonomie et les capacités des participants à contribuer à leur santé physique et mentale.
- **Valorisation et bien-être** : Renforcer l'estime de soi, offrir un répit aux aidants naturels et aux participants, favoriser le mieux-être des personnes accompagnées.
- **Intégration sociale et professionnelle** : Soutenir l'intégration ou la réintégration des membres dans la société et, lorsque possible, dans le milieu de travail (ou autres selon les besoins exprimés).
- **Participation citoyenne** : Encourager la pratique citoyenne ainsi que la participation à des activités de prévention, de promotion et de loisirs, contribuant ainsi à l'inclusion dans la communauté.
- **Orientation et ressources** : Accompagner les membres et leurs proches vers les ressources pertinentes, tout en favorisant le partage d'informations sur les services offerts aux personnes vivant avec un handicap.



Les conseils : une gouvernance démocratique

Le CA

L'organisme est dirigé par un conseil d'administration (CA) composé de neuf représentants, dont cinq membres participants et quatre membres affiliés. Élus lors de l'assemblée générale annuelle, les administrateurs s'engagent pour un mandat d'un an, renouvelable. Indépendant du réseau public, le CA veille à préserver l'autonomie de l'organisme dans la définition de sa mission, de ses approches et de ses orientations stratégiques. Aucun représentant des bailleurs de fonds n'y siège, ce qui renforce son indépendance décisionnelle.

Au cours de l'exercice 2025-2026, le conseil d'administration s'est réuni à cinq reprises.

Dans une perspective de gouvernance participative, la majorité des sièges du conseil d'administration est attribuée à des membres participants.

Cette approche renforce leur responsabilisation, soutient l'appropriation des pratiques démocratiques et participe de manière significative à la transformation sociale.

Une gestion participative

Sujets traités cette année

Afin d'assurer une gouvernance rigoureuse et alignée sur sa mission, le conseil d'administration de Main-forte Montréal traite, lors de ses réunions, des enjeux stratégiques et opérationnels liés à l'ensemble des activités de l'organisme.

Au cours de l'année, les principaux sujets abordés ont été :

- **La comptabilité** : présentation des états financiers 2025-2026, adoption du budget, suivi des dépenses mensuelles, gestion des déclarations et paiements des DAS, ainsi que du fonds affecté ;
- **Les ressources-humaines** : suivi du programme PAAS Action ;
- **Les sources de financement** : le financement à la mission globale du PSOC, le renouvellement du programme PAAS Action ;
- **Les activités** : gestion des contrats, organisation des activités quotidiennes et des sorties ;
- **La vie communautaire** : réflexion sur la place de l'organisme dans son milieu, ainsi que sur le rôle et l'importance de ses partenariats.



Anthony Bédard-Dubé
Membre participant

Chef de production



Alain Caissy
Membre affilié

Administrateur



Danielle Cloutier
Membre affilié

Administratrice



Les
membres du
CA



Roch De Repentigny
Membre participant

Administrateur



Joseph Mbula-Mukuna
Membre participant

Vice-président



Céline Manoël
Membre affiliée

Administratrice



Rébecca Paré
Membre participante

Secrétaire



Julie Pommainville
Membre participante

Présidente



Johanne Rigali
Membre affiliée

Présidente

Conseil
exécutif

Le comité exécutif (CE), composé de membres participants élus au conseil d'administration lors de l'assemblée générale annuelle, joue un rôle clé dans le fonctionnement de l'organisme.

Il assure l'évaluation des nouveaux participants, la préparation des rencontres du CA et du CMP, ainsi que le suivi régulier des participants dans le cadre du programme PAAS Action.

Le CE contribue ainsi à la bonne marche de Main-forte Montréal, en complément du suivi individualisé réalisé par la direction

Assemblée générale annuelle

L'AGA du 13 juin 2025 a rassemblé 22 personnes dont 78% de participants, et/ou membres affiliés. Cette rencontre est une partie importante de la vie démocratique de l'organisme car elle sert de forum pour élire les représentants au CA et permet de prendre collégalement les grandes décisions de l'année. Cette rencontre a été suivie d'un buffet pour continuer à échanger tous ensemble.

Cette année durant l'AGA, les membres ont :



- Voté pour les prévisions budgétaires 2026-2027 et la gestion du fonds affecté ;
- Voté pour la firme en charge de l'audit comptable ;
- Voté pour le montant de la cotisation 2026-2027 ;
- Élu les membres du CA ;
- Pris connaissance des états financiers 2025-2026 ;
- Pris connaissance du bilan des activités 2025-2026.

Conseil des membres participants

Le CMP est formé de l'ensemble des participants qui ont été acceptés après 6 mois de participation et qui répondent aux critères édictés par les règlements généraux de la corporation.

Les réunions du CMP ont pour but de **discuter du quotidien**, de **trouver des solutions**, **d'informer tous les membres des nouveautés et des décisions du conseil d'administration**. Nous avons eu 7 rencontres en 2025-2026.

Sujets traités par le CMP cette année :

- Bilan des activités régulières
- Choix des activités exceptionnelles
- Bilan sur les effectifs et les places PAAS Action
- Soulignement des bons coups et bons plans de chacun
- L'usage des cellulaires et des écouteurs
- Hygiène des sanitaires
- Mise à jour des fiches santés

Directrice générale

Renée Caron assume cette responsabilité depuis 33 ans à mi temps chez Mainforte et à mi-temps chez notre partenaire Amalgame Montréal.

Missions :

- Veille au maintien de l'harmonie
- Encadre les différents aspects de la vie de l'organisme (économat, activités, formations des participants etc.)
- Assure le suivi auprès des bailleurs de fonds et des différentes sources de financement afin de maintenir la pérennité financière de l'organisme
- Entretient le lien avec les différents partenaires et assure la représentation dans la communauté
- Encadre le personnel, supervise le travail de la directrice et veille à la transmission des savoirs
- Assure la maintenance du local et des démarches liées à cette dernière
- Assure la trésorerie du syndicat de copropriété
- Veille au recrutement des futurs participants
- Assure le suivi avec l'auditeur comptable externe, prépare les budgets prévisionnels
- Organise les café-discussions et donne la formation personnalisée aux participants.

Directrice

Marie Zanoune, ancienne adjointe à la direction de l'organisme, présente 28h / semaines, est depuis juin directrice de l'organisme.

Missions :

- Veille au maintien de l'harmonie
- Organise et supervise la vie sur le plancher
- Assure la gestion administrative de l'organisme
- Assure la communication de l'organisme
- Soutien la directrice générale dans la gestion des ressources humaines
- Assure le suivi de la production auprès des clients
- Réalise la comptabilité mensuelle
- Participe à l'organisation des activités exceptionnelles comme les sorties
- Supervise et forme le responsable de plancher et la commis de plancher et les éventuels stagiaires en travail social.

Responsable de la production

Sébastien Monette occupe ce poste, 28h par semaine, depuis le 2 juin 2025.

Missions :

- Veille au maintien de l'harmonie
- Organise la vie quotidienne sur le plancher
- Assure le suivi avec les clients
- Assure le contrôle des livraisons
- Assure la maintenance des locaux.

Commis de plancher

Po Yee Chan, ancienne participante de Main-forte est devenue salariée en 2023 afin de répondre au mieux aux besoins de l'organisme. Elle est supervisée directement par la direction et collabore avec responsable de plancher afin d'assurer le bon déroulement des activités régulières.

Missions :

- Aide les participants à comprendre et effectuer les tâches quotidiennes ;
- Supervise et assure si besoin le contrôle qualité ;
- Supervise le rangement de l'atelier ;
- Gère le matériel nécessaire au bon déroulement des activités sur le plancher.



Commis de bureau

Bénévole participante à Main-forte depuis mai 2022, Julie a manifesté son intérêt à soutenir la direction dans les tâches administratives. Au cours de l'année, nous avons été en mesure de lui proposer d'assumer ces responsabilités dans le cadre d'un emploi rémunéré, à raison de cinq heures par semaine.

Missions :

- Répondre aux appels téléphoniques et assurer le suivi des messages ;
- Assurer le suivi des présences ;
- Gérer la petite caisse ;
- Effectuer les suivis de dépenses ;
- Procéder à la signature des paiements ;
- Assurer le suivi des stocks.



Participants et stagiaires



En 2025-2026, Main-forte Montréal a accueilli 28 personnes ayant un handicap : 9 femmes et 19 hommes de 21 à 68 ans, dont 3 stagiaires.

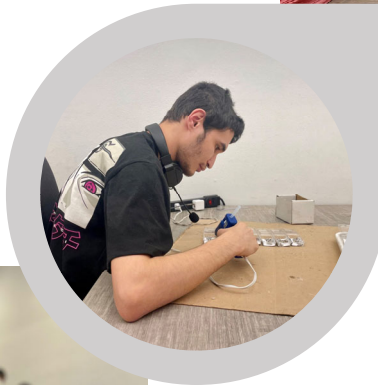
Types de handicap : traumatisme crânien, accident vasculaire cérébral, spina-bifida, paralysie cérébrale, maladies dégénératives. Certains ont aussi des limitations associées comme une déficience intellectuelle légère, de la surdité, des troubles du spectre de l'autisme ou de santé mentale.



Périodes d'ouverture à la communauté: du lundi au vendredi de 7h à 16h30.

Horaires d'activité : du lundi au jeudi de 8h à 16h, le vendredi de 8h à 15h.

Pour l'année 2025-2026, nous avons offert 18896 heures d'activités de jour reproduisant le marché du travail.



Le taux de participation :

- ✓ 3 % participent à raison de 5 jours par semaine.
- ✓ 25 % participent à raison de 4 jours par semaine.
- ✓ 66 % participent à raison de 3 jours par semaine.
- ✓ 6 % participent à raison de 1 ou 2 jours par semaine.



Bénévoles

Il existe plusieurs types de bénévolat chez Main-forte :

En collaboration avec le YMCA (programme de travaux compensatoires), nous avons accueilli 5 travailleurs compensatoires qui nous ont fait bénéficier de 609 heures de bénévolat.

Auxquelles il faut ajouter les heures de bénévolat au CA (45 heures)

Nous avons aussi des bénévoles qui participent à nos activités. Si ces derniers répondent aux critères ils peuvent avoir le statut de membre participants. Cette année ils étaient 7 et ont offert 4174 heures d'aide aux activités.

Soit un total de 4828 heures de bénévolat pour l'année 2025-2026.

Dans une démarche d'amélioration continue de nos pratiques, le CE a révisé cette année la politique de remboursement des frais des bénévoles.

À Main-forte, deux profils de bénévoles s'impliquent : ceux qui participent 19 heures ou moins par semaine et ceux qui s'investissent plus de 20 heures.

Ces derniers peuvent, s'ils sont acceptés par le comité exécutif, obtenir le statut de membre participant.

Afin d'éviter que leur engagement entraîne des dépenses personnelles, une politique claire de remboursement a été adoptée : un montant de 10 \$ par jour est versé pour les repas et 7\$ pour l'aller-retour en transports, soit un total de 17\$ de remboursement par jour de présence.



Politique de
remboursement des
frais des bénévoles

Organisation d'un milieu de vie

Activités régulières

Les participants de Main-Forte Montréal bénéficient de diverses activités répondant à la mission de l'organisme :

- Activité de jour reproduisant le marché du travail dans un cadre non productif non compétitif. Ces activités varient en fonction de la mission de nos clients ;
- Gestion de la mini-cantine (achats et service) ;
- Réunions du conseil des membres participants et du conseil d'administration ;
- Formation sur mesure, selon les besoins ;
- Explications et encouragements des pratiques citoyennes et démocratiques ;
- Évaluation des participants ;
- Activités exceptionnelles (sorties, célébration des fêtes etc.)

28 participants ont bénéficié des activités offertes par l'organisme cette année.

Formation sur-mesure

Nous avons répondu aux préoccupations et aux besoins des participants sur les sujets suivants :

- Atelier pratique sur la gestion des déchets, animé par Christian Nadeau de Ville en vert (20 janvier 2026)

Le territoire desservi dépend du transport adapté. Si le service est offert, nous pouvons accueillir la personne.

Territoire desservi

En 2022-2023, le CA a voté pour la mise en place d'un fond de dépannage qui a pour but de venir en aide à nos participants, de façon exceptionnelle, quand ils rencontrent des difficultés liées à leur limitation.

Fonds de dépannage

En 2025-2026, grâce à ce fonds, nous avons pu aider des participantes à payer leur évaluation pour l'admission au transport adapté.

Mini cantine

Une mini-cantine propose gratuitement et en auto-gestion du café, du thé, du lait à la pause du matin et au besoin pour le repas du midi ainsi que des compléments au déjeuner comme de la confiture, du sucre, du beurre d'arachide.

Elle offre la possibilité aux participants de déjeuner en arrivant, considérant le temps passé en transport adapté.

Partenaires, vie communautaire et implication dans le milieu

RIOCM

Main-forte est membre du RIOCM (regroupement intersectoriel des organismes communautaires de Montréal). Ce qui permet à Main-forte de s'inscrire dans le contexte plus large de l'ACA (action communautaire autonome) mais aussi, aux employées de l'organisme de suivre régulièrement des formations afin de maintenir Main-forte à jour dans sa gestion. Marie a assisté à l'AGA du RIOCM le 12 novembre 2025.



Main-forte est membre du regroupement des organismes en déficience physique de l'île de Montréal, DéPhy qui nous appui dans la défense des droits de nos participants afin d'améliorer leur qualité de vie et celle de leur famille. Cette adhésion permet à l'organisme de favoriser la concertation et les échanges d'expertise avec d'autres organismes communautaires..

Marie Zanoune a assisté à l'AGA de DéPhy le 17 juin 2025.

DéPhy

Nous avons également participé à la journée Clic DéPhy le 18 mars 2026, ce qui nous a permis de rencontrer de nouveaux organismes avec lesquels échanger tout en assurant la promotion de notre mission.

RAPLIQ



Depuis 2015, nous sommes membre du RAPLIQ dont nous soutenons les actions qui visent à favoriser l'inclusion des personnes vivant avec des limitations physiques. Renée Caron a assisté à l'AGA le 31 mai 2025 et avec Julie Pommerville elles ont assisté au souper annuel en février. Renée y a reçu le prix de la Meilleure Directrice Générale.





Julie Pommainville, membre participante de Main-forte et trésorière de l'organisme est également administratrice de l'organisme PIMO depuis le 22 novembre 2024. Bien que son implication soit une démarche personnelle, cela permet à nos 2 organismes d'entretenir un lien fort articulé autour du bien être des adultes vivant avec une déficience motrice.

Pimo

Amalgame
Montréal

Depuis toujours les liens entre les 2 organismes sont forts. Bien qu'indépendants, ils partagent la même directrice générale, Renée Caron, soutenue par les 2 CA, porte les organismes dans la même direction. Nous partageons souvent des sorties, nos participants se connaissent et aiment se retrouver. Céline Manoël, présidente de Main-forte a proposé que nous réfléchissions l'an prochain à une officialisation de ce partenariat pour qu'il ne se perde pas dans le futur.

Membre depuis plusieurs années de L'Accompagnateur qui outille parents et proches de personnes handicapées partout au Québec, ce partenariat permet, entre autres, à notre organisme de figurer comme ressource pour les utilisateurs de L'Accompagnateur. Marie Zanoune a assisté à l'AGA le 10 mars 2026..

L'Accompagnateur



Certains des participants de Main-forte, ont séjourné durant leurs parcours au Centre de réadaptation Lucie-Bruneau

Les portes-ouvertes permettent de se tenir à jour sur les ressources disponibles pour les participants et d'entretenir le lien avec les organismes ayant une mission complémentaire à la notre.

Marie Zanoune s'y est donc rendu le 15 mai en compagnie de Claire Chivet d'amalgame.

Centre de
réadaptation
Lucie-
Bruneau



Depuis plusieurs années, nous collaborons avec AIM Croit (Centre de réadaptation et d'intégration au travail). Les conseillers en emploi de l'organisme nous réfèrent régulièrement des participants qui amorcent leur parcours professionnel et qui bénéficient d'un PAAS Action afin de développer de nouvelles compétences avant d'intégrer le marché du travail.



Le 22 octobre 2025, Marie s'est rendue à l'événement soulignant le 35e anniversaire de AIM CROIT afin de célébrer leur longévité et de renforcer le lien avec ce partenaire de longue date.

En plus de nos partenaires réguliers, l'organisme entretient des liens avec des nombreuses autres ressources, que ce soit dans le cadre de projet commun ou pour pouvoir répondre au mieux aux besoin de nos participants :



- Caisse Desjardins de Rosemont-La-Petite-Patrie et Caisse d'économie solidaire
- CSDM : Commission scolaire de Montréal (pour accueillir les stagiaires de plusieurs écoles)
- YMCA (pour les travailleurs compensatoires)
- Comité de l'accessibilité universelle
- Concertation Montréal
- L'Étape, AIMT Croit, Moelle épinière et Motricité Québec (MÉMO-QC).



- l'Association multiethnique pour l'intégration des personnes handicapées (AMEIPH)
- Centre Radisson, Centre Action, Centre Alpha
- l'Association coopérative d'économie familiale (ACEF) du Nord
- Centres de réadaptation Lethbridge-Layton-Mackay et Lucie-Bruneau
- Action main d'œuvre

Activités exceptionnelles



Atelier serpents et échelles

Dans le cadre de son stage de 1ère année en travail social, Edwidge, a mis en place une activité à laquelle les participants intéressés ont joué.

Elle a adapté le classique jeu de Serpents et échelles en y incluant des questions ayant pour but de découvrir la réalité au quotidien des personnes handicapées.

Par exemple : Rencontres-tu des difficultés à faire ton épicerie ? Utilises-tu des applications qui te facilitent le quotidien ? Les réponses à ces questions on servit de pistes de réflexion pour l'organisme, que se soit pour trouver des sujets de formations pertinentes ou pour définir des actions à mettre en place pour améliorer les quotidiens des participants.

Mardi 7 avril, Claire Chivet, adjointe chez Amalgame Montréal, est venu nous rendre visite pour donner un atelier sur les notions de base de premier soins. Cet atelier ne donne pas un certificat officiel mais il permet à nos participants de s'intéresser au sujet et de développer les bons reflexes à avoir.

L'accent a été mis sur l'importance d'appeler les secours en cas d'inquiétude et de reconnaître une situation d'urgence d'un cas moins grave.



Atelier premier secours

Mercredi 7 mai, les participants de Main-forte ont retrouvé l'équipe d'Amalgame au Quilles G Plus rue Saint-Jacques, cette place étant parfaitement adaptée aux différentes limitations des participants des 2 organismes.

Quilles



Cette année encore, cette activité a rencontré un fort taux de participation : 70% des participants étaient présent ainsi que 79% des participants venant habituellement le mercredi.





Élève à Lucien-Guilbault, école spécialisée en adaptation scolaire, Lili a été stagiaire chez nous d'octobre 2024 à juin 2025, deux jours par semaine. Nous avons célébré son dernier jour de stage autour d'un goûter festif.



L'organisme a à cœur d'entretenir son partenariat avec les écoles spécialisées et de permettre aux élèves de découvrir un milieu de vie adapté leur permettant de développer de nouvelles habilités.

Dernier jour
de stage

Mardi 24 mars, nous avons retrouvé les participants d'Amalgame Montréal pour une sortie au cinéma. Cette activité a permis de faire une pause dans le quotidien, de favoriser la socialisation et de faire découvrir des lieux accessibles afin que nos participants puissent y retourner de façon autonome par la suite.



Cinéma

Objectifs 2026-2027

- Diversifier les activités exceptionnelles
- Proposer une activité exceptionnelle par mois (en incluant les fêtes et célébration)
- Proposer une activité dans nos locaux en invitant les participants de notre partenaire : Amalgame Montréal

Fêtes et célébrations



Tous les deux mois, Main-forte Montréal offre le lunch à tous les participants afin de célébrer les fêtes qui ont eu lieu entre deux rencontres. C'est l'occasion de se retrouver tous ensemble pour resserrer les liens. Cela permet aussi aux nouveaux de s'intégrer plus facilement en se sentant appartenir à une équipe.

Fêtes des participants



Fêtes de fin d'année



Cette année encore, nous avons organisé un concours de déguisement pour Halloween.

Halloween

Les participants déguisés se sont vu offrir une carte cadeau. L'organisme a offert le lunch à tous. Ce fut aussi l'occasion de manger plein de bonbons et friandises !

L'organisme a à cœur de célébrer les fêtes de fin d'année avec tous les participants. En effet, certains sont isolés et la célébration organisée par Main-forte est parfois la seule qui fêteront dans l'année. C'est pourquoi nous installons tous ensemble un sapin et nous offrons un cadeau à tous autour d'un bon repas.



Saint-Valentin

Chez Main-forte nous ne voyons la Saint-Valentin comme l'occasion de dire aux gens qu'on aime pourquoi on les aime. Cette année encore, chaque participant a reçu sa carte de vœux expliquant pourquoi il est important pour Main-forte.



Pratiques citoyennes et solidaires

Le transport adapté public

Fin 2024-2025, nous avons appris que la STM ne pouvait plus financer le transport adapté. Cette nouvelle a suscité beaucoup de questionnement chez nos participants. Qu'est-ce qu'implique la privatisation de ce service ? Le coût, étant jusqu'à présent celui de la carte OPUS, va-t-il changer ? Pourrions-nous organiser des déplacements de groupe, permettant de faire des sorties régulières ?

Au début de l'année 2025-2026, nous n'avions pas encore les réponses à toutes ces questions. Nous craignons que ce bouleversement représente un risque de précarité supplémentaire pour les usagers de ce service. Une augmentation du prix, un manque de formation des chauffeurs, un risque de voir son budget diminuer, un isolement grandissant à cause de sorties limités, toutes ces craintes étaient dans nos esprits.

Ainsi, Renée Caron et Marie Zanoune, avec d'autres représentants du milieu, se sont rendu à l'AG de la STM le 2 avril pour faire entendre la voix de nos participants.

De plus, Renée a organisé une rencontre dans nos locaux le 5 mai entre nos participants et des représentants de la STM. Cette rencontre nous a permis d'anticiper la suite et de mieux comprendre les enjeux de la situation.



Collecte des résidus alimentaires

Notre secteur ne faisait pas la collecte des résidus alimentaires pour les industries, commerce et institutions. Soucieux de notre impact environnemental, nous avons immédiatement commencé le tri des résidus alimentaire quand la ville en a organisé la collecte dans le quartier. Nous avons donné une formation sur le sujet le 20 janvier 2026 pour sensibiliser nos participants et qu'ils puissent reproduire cette action chez eux.



Objectifs 2026-2027

- Renforcer et structurer nos actions de sensibilisation et de formation en matière de recyclage et de compostage, en privilégiant une approche d'éducation populaire qui favorise la participation active, le partage des connaissances et l'autonomisation de l'ensemble de nos membres.

La santé au cœur des préoccupations de l'organisme

Main-forte Montréal ne se limite pas à offrir une activité de jour inspirée du marché du travail : l'organisme vise également à contribuer à l'amélioration de la santé globale de ses participants. Accueillant des personnes vivant avec des handicaps d'origines diverses, il place l'adaptation aux besoins individuels au cœur de ses pratiques.

Sa mission comprend également un soutien auprès d'un public souvent vulnérable et marginalisé, susceptible de vivre de l'isolement. Dans cette optique, l'organisme a intensifié, dès 2023-2024, le rythme des sorties et des activités extérieures afin de favoriser les liens sociaux entre les participants. Cette dynamique s'est poursuivie en 2025-2026 et a permis d'observer des retombées positives : certains membres ont désormais pris l'initiative d'organiser eux-mêmes des sorties en dehors du cadre de l'organisme.

La découverte de nouveaux lieux accessibles contribue à briser l'isolement et à renforcer le sentiment d'inclusion. Main-forte Montréal encourage activement ces initiatives, considérant la socialisation comme un levier essentiel d'amélioration de la santé mentale, tout en reconnaissant que les activités physiques, même légères, favorisent le bien-être et la santé globale.



Témoignage
de Graciela

*« Depuis mon accident, j'ai dû tout réapprendre : parler, marcher, danser. Aujourd'hui, grâce à Main-forte, je consolide mes acquis et poursuis, à mon rythme, mon retour vers une participation active à la vie sociale. »
Participante depuis novembre 2025*

« Élever un enfant en étant dans un fauteuil roulant, dans un nouveau pays, est un défi. Grâce à Main-forte Montréal, j'ai pu améliorer ma santé mentale et physique. Sortir de l'isolement, bouger davantage et me sentir soutenue m'ont permis de retrouver un équilibre et une meilleure qualité de vie. »

*Participante
depuis juillet 2023*

Témoignage
d'Hazel



Sources de financement

2025-2026

PAAS Action

PSOC

Le ministère de la Santé et des Services sociaux, par l'entremise du Programme de soutien aux organismes communautaires (PSOC) administré par le CIUSSS, offre à notre organisme un appui financier essentiel. Cette contribution soutient directement la réalisation de notre mission globale et la pérennité de nos actions.

En collaboration avec Emploi-Québec, Main-forte Montréal dispose de 15 places réservées à des participants dans le cadre du programme d'aide et d'accompagnement social (PAAS Action). Ce programme s'adresse à des personnes prestataires de l'aide sociale ou de la solidarité sociale qui, malgré leur volonté d'être actives, rencontrent des difficultés limitant leur accès aux mesures d'aide à l'emploi. Les participants bénéficient d'une allocation mensuelle de 130 \$ en plus de leur prestation de base, ainsi que du remboursement de leurs frais de transport ou de garde. Pour chaque participant, l'organisme reçoit une contribution de 150 \$ par mois, permettant de soutenir la mise en œuvre de ce programme.

Comme chaque année, Main-forte bénéficie de la générosité de différents députés dans la cadre du support à l'action bénévole (SAB). Cette année la demande de SAB a été faite afin de consolider l'implication des bénévoles et pour nous puissions leur rembourser les frais engager pour venir (transport et lunch).

Dons et autres

De plus, tout au long de l'année l'organisme est susceptible de recevoir des dons de particuliers ou d'entreprises.

Exemption de taxes par la Ville de Montréal

Auto-financement

Cette année, nous avons obtenu des contrats de sous-traitance avec les clients suivants :

- Martin Vincent
- Akène
- La boîte à Bonbons
- Bateau bateau
- La Vie en rose
- Amalgame Montréal
- Métriplus

Ces partenaires sont au cœur de l'action de l'organisme. Dans un premier temps ils permettent à nos participants d'avoir une activité de jour reproduisant le marché du travail tout en développant de nouvelles habilités et, dans un second temps, ils permettent d'offrir des extras aux participants tout au long de l'année comme des sorties et des activités variées.

Depuis le 1er janvier 2025, en plus de l'exemption de taxe foncière accordée par la Commission municipale du Québec, la Ville de Montréal nous accorde également une exemption. Cette reconnaissance représente un soutien important pour la pérennité financière de l'organisme.

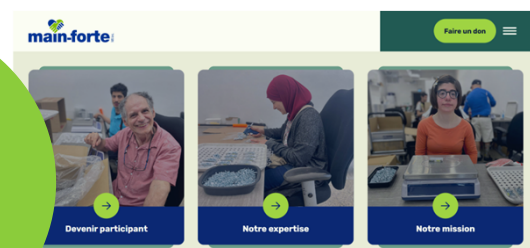
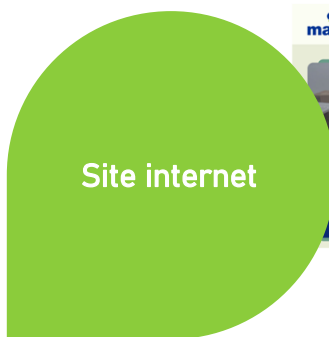
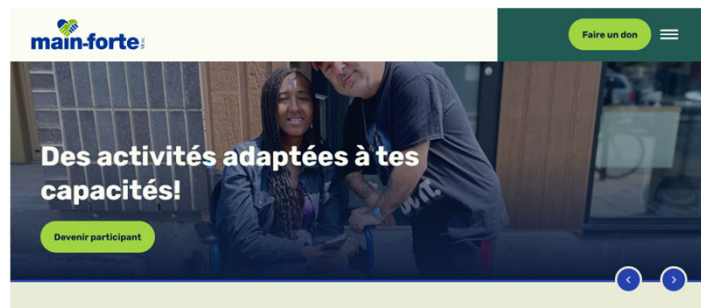
Visibilité et communication

Un des grands objectifs de l'année 2025-2026 était la refonte de notre site internet.

Ce projet a été confié à l'agence web Kaleidos, spécialisée dans l'accompagnement des OBNL québécois.

La direction a assuré en interne le travail sur la structure, les visuels et le contenu. La collaboration avec Mélanie Imbeault, directrice de l'agence, a débuté le 23 mai, et le nouveau site a été mis en ligne à l'automne 2025.

Dans la foulée, nous avons également repensé notre logo. Sans en altérer l'essence, à laquelle participants et salariés sont attachés, nous avons choisi de lui donner une touche de modernité, reflétant ainsi l'évolution de l'organisme.



Supports imprimés

Dans la continuité du lancement de notre nouveau site et de notre logo modernisé, nous avons repensé nos outils de communication papier. Comme nous participons régulièrement à des salons et forums, tels que la journée Clic DéPhy, nous avons conçu une bannière de présentation ainsi que des dépliants mettant en valeur notre mission et nos services. Ces supports renforcent notre visibilité et facilitent nos échanges avec la communauté.

Réseaux sociaux

Notre présence sur Facebook, réseau privilégié de nos participants, est particulièrement active avec des publications quasi quotidiennes. La communauté compte désormais 1515 abonnés, qui interagissent régulièrement avec nos contenus. Afin d'assurer une cohérence esthétique, nous avons adapté l'ensemble de nos visuels à la nouvelle charte graphique de l'organisme.

Objectifs 2026-2027

- Consolider la communauté Facebook et augmentant le taux d'engagement des abonnés grâce à des publications quotidiennes ;
- Étudier la pertinence de développer ou non d'autres réseaux comme Instagram.

Amélioration des locaux

Génératrice

Dans le cadre de notre démarche d'amélioration continue des locaux et de la sécurité des participants et du personnel, une génératrice a été installée pour alimenter l'ascenseur en cas de panne d'électricité. Cette mesure assure désormais que personne ne pourra s'y retrouver coincé, renforçant ainsi la sécurité et la tranquillité d'esprit de tous.

Sécurité dans les salles de bain

Afin de renforcer la sécurité des usagers, des sonnettes d'urgence ont été installées dans les salles de bains, de même que des dispositifs d'éclairage d'urgence en cas de panne de courant. Par ailleurs, les poignées sont rendues visibles dans l'obscurité grâce à l'ajout de flèches phosphorescentes..

Des nouvelles chaises dans l'atelier

Afin d'améliorer le confort et l'ergonomie des participants, qui passent la majeure partie de leur temps assis, l'ensemble des chaises a été remplacé cette année par des fauteuils de bureau. Cette initiative contribue directement au bien-être et à la santé posturale de nos membres.

Nous avons amélioré système de chauffage et l'éclairage du sous-sol en remplaçant l'ancien système par un éclairage DEL. Cette modernisation permet non seulement d'accroître l'efficacité lumineuse et de renforcer la sécurité des lieux, mais également de réduire la consommation énergétique, de diminuer les coûts d'entretien grâce à une durée de vie prolongée, et de bénéficier d'un éclairage plus stable et de meilleure qualité.

DEL au sous-sol

Objectifs 2026-2027

- Poursuivre notre engagement afin de rendre nos locaux accessibles à l'ensemble de nos membres, quelles que soient leurs limitations.
- Maintenir et améliorer continuellement la sécurité de nos locaux.

Obstacles

2025-2026

Aujourd'hui, le marché de l'emploi se caractérise par une plus grande ouverture et une inclusion accrue. Cette évolution constitue une avancée positive pour la société dans son ensemble, mais elle représente également un défi pour notre organisme. En effet, des personnes qui, auparavant, correspondaient à nos critères de participation accèdent désormais plus facilement au marché de l'emploi traditionnel. Par conséquent, les personnes qui font aujourd'hui appel à nos services sont davantage éloignées de l'emploi et présentent des limitations plus importantes. Cette réalité nous

amène à adapter continuellement nos pratiques afin de répondre adéquatement aux besoins d'une clientèle aux profils plus complexes.

De plus, le processus de recrutement pour le poste de responsable de la production s'est avéré particulièrement exigeant. Avant l'arrivée de Sébastien Monette au sein de l'équipe, quelques candidats se sont succédé sans parvenir à compléter leur période d'essai, pour diverses raisons. Cette instabilité a engendré des défis importants, tant en matière de formation que sur le plan financier. Il était essentiel pour Main-forte de recruter une

personne engagée, en mesure de comprendre les enjeux de notre mission et de s'intégrer harmonieusement auprès de nos participants.

Par ailleurs, la grève de la STM, bien que de courte durée, a nécessité une adaptation rapide de nos activités. Nous avons notamment dû réviser l'horaire de certains participants, reporter une rencontre du conseil d'administration ainsi qu'une sortie au cinéma, afin d'éviter que nos participants ne se retrouvent en difficulté en raison des perturbations du transport collectif.

Objectifs

2026-2027

Pour l'année 2026-2027, Main-forte Montréal souhaite poursuivre le développement d'un milieu de vie stimulant, inclusif et adapté, en diversifiant ses activités et en favorisant la participation active des membres dans un cadre non compétitif et non productif.

L'organisme continuera de soutenir le bien-être, l'autonomie et le pouvoir d'agir

des participants, notamment par des formations adaptées, des occasions de socialisation et des initiatives favorisant leur implication dans la vie collective.

Il entend également renforcer la participation citoyenne et l'inclusion sociale, en développant des pratiques d'éducation populaire accessibles et en consolidant son ancrage dans la

communauté.

Parallèlement, Main-forte poursuivra ses efforts pour accroître sa visibilité et son rayonnement, tout en adaptant ses pratiques et en consolidant ses ressources, afin d'assurer la qualité, la pertinence et la pérennité de ses actions.

Effectif au 31 mars 2026

Participants et stagiaires

Adem Aït-Driss
Roch de Repentigny
Daniel Ion
Cinzia Arduini
Will Touma
Yvan Cabot

Yannick Desjardins
Rébecca Paré
Joseph Mbula-Mikuna
Serge Avedikian
Israël Joseph

Hoi Yuen Kwan
Hazel Reineke-Okedeji
Jean-François Drolet
Yéshua Béland
Julie Pommainville
Gisèle Thege

Alain Caissy
Céline Manoël
Murielle Lalancette-Perry
Carolle Loyer
Johanne Rigali
Danielle Cloutier

Membres affiliés

Participants ayant quittés dans l'année

Andréa Cudini
Lili Shanoun
Aïcha Toumi
André Trudel
Quintana Shimba
Bembele
Vittorio Dechiara

Salariés

Renée Caron
Po Yee Chan
Sébastien Monette
Marie Zanoune
Julie Pommainville

Index des 8 critères de l'aca

Être un organisme à but non lucratif

Nos points clés :

Main-forte est un OBNL selon la loi des compagnies du Québec, son activité et les réunions du CA et l'AGA sont tenues au siège social à Montréal.

Le CA est composé de 9 administrateurs

Être enraciné dans la communauté

Nos points clés :

Nous entretenons des rapports étroits avec d'autres organismes comme Amalgame, RAPLIQ, DéPhy etc.

Nous travaillons en concertation avec plusieurs organisme (PIMO , RAPLIQ, Amalgame etc.)

Nous sommes présents dans la communauté, nous y organisons des sorties et connaissons les réalités du milieu. Nous promovons nos activités pour être connu de la population (rencontres, internet etc.)

Nous répondons aux besoins du milieu par l'accessibilité de nos activités et sommes vigilent à l'accessibilité du quartier.

Entretenir une vie associative démocratique

Nos points clés :

L'AGA est tenue avec tous les membres qui y approuvent le rapport d'activités, les états financiers et les prévisions budgétaires

Les membres sont impliqués dans le bon déroulement et le soutien aux activités par la gestion de la mini-cantine, du le secrétariat et de l'intégration des nouveaux

Les comités RH et comptabilité sont mobilisés en fonction des besoins

5 de nos administrateurs sont des participants

Transparence des procédures pour devenir membres

Nous avons plusieurs instances décisionnelles : AGA, CA, CE, CMP dont tous les processus sont inscrits dans les règlements généraux

Le choix des activités et la préparation du calendrier des activités sont faits avec les membres durant les CMP

Être autonome et libre de déterminer sa mission, ses approches, ses pratiques et ses orientations

Nos points clés :

Les membres du CA sont également membres de l'organisme.

Les politiques relatives aux approches et aux pratiques de l'organisme sont le fruit de son organisation et son expertise

Aucun acteur local ou régional impliqué dans la programmation, les pratiques ou les approches

index des 8 critères de l'aca

Avoir été constitué à l'initiative des gens de la communauté

Nos points clés :

La création de Main-forte résulte d'une volonté citoyenne, non d'une initiative gouvernementale

Notre mission ne vise spécifiquement l'application d'une loi, d'un règlement ou programme, elle a été déterminée à l'origine par les membres fondateurs pour répondre à des besoins relevés par eux-mêmes

Aucune instance gouvernementale ne dicte nos mandats

Être dirigé par un CA indépendant du réseau public

Nos points clés :

Aucun siège, incluant les sièges de membres non-votants ou d'observateurs, n'est réservé à un représentant du réseau public, du gouvernement ou d'autres bailleurs de fonds

Avoir des pratiques citoyennes, des approches larges axées sur la globalité des situations problématiques abordées

Nos points clés :

La mission de l'organise repose sur la pré-employabilités des personnes ayant des limitations physiques cependant Main-forte a une approche globale de ses membres en prenant en compte leur réalité social, économiques, culturel et environnemental afin d'agir sur plusieurs causes à l'origine de leurs problématiques (isolement, sentiment de ne pas être intégré à la société et de ne pas participer à l'effort collectif, besoin d'avoir un rythme quotidien, avoir une raison de se lever le matin, valorisation de l'humain par les compétences et le savoir-faire)

Avoir une mission propre à l'organisme et favorisant la transformation sociale

Nos points clés :

En reproduisant le marché du travail pour que des personnes ayant des limitations physiques puissent développer de nouvelles compétences, la mission de Main-forte vise une plus grande justice sociale grâce à l'amélioration des conditions de vie de ses membres qui sont souvent sans voix dans l'espace social

Souvent exclus du débat public, les participants de Main-forte y trouve un lieu de participation citoyenne et une voix

Durant les CMP, les membres parlent de différents sujets qui les touchent (comme les arnaques par téléphones des personnes vulnérables), nous répondons à leurs besoins par de la formation en prenant soin de vulgariser l'information pour la rendre accessible à tous

