

RAPPORT ANNUEL 2023

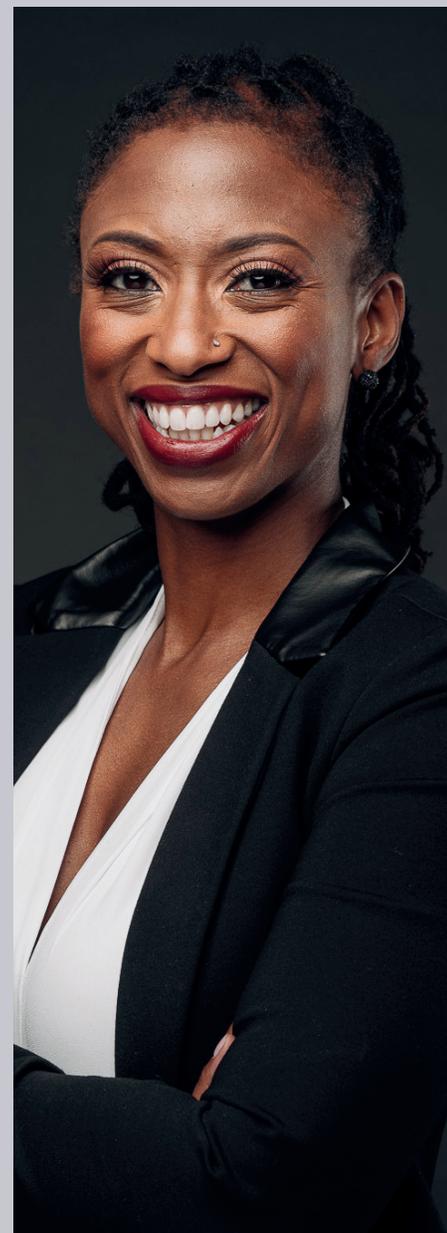


11500 Armand-Bombardier,
Montreal, (Québec), H1E 2W9
514-494-1024

bio3fitness.ca/fr/bio3-academie/

SOMMAIRE

Mot de la présidente	03
Bio3 Académie	04
Conseil d'administration provisoire	08
Membres du groupe fondateur	09
Activités 2022-2023 et Impact Social	13
Faits saillants	16
Remerciements	16



MOT DE LA PRÉSIDENTE

DIRECTRICE GÉNÉRALE

SYLVIE CALIXTE

L'année écoulée se résume par un mot : défi ! Ce projet est né d'un désir simple : offrir un accès aux soins de santé contemporains et alternatifs pour les populations vulnérables. Cette initiative a rapidement pris de l'ampleur, visant non seulement l'accès, mais aussi l'éducation et la promotion de la santé pour les habitants de Rivière-des-Prairies, où Bio3académie est implantée. Relever ce défi a nécessité de trouver des partenaires de confiance pour concrétiser cette vision.

Notre objectif est d'atteindre toutes les communautés, de partager des outils pour une santé globale : esprit, corps et âme. La santé est précieuse, et la connaissance de son entretien l'est tout autant.

Assister à la croissance de notre communauté est un bonheur immense. Ensemble, en équipe, nous portons cette mission. Nous sommes encore aux prémices de cette aventure, mais savoir que nos services bénéficieront à ceux qui en ont le plus besoin m'apporte une grande satisfaction.

Ce n'est que le début d'un long chemin. La mission est partagée, le défi relevé, et l'ambition intacte : accompagner chacun dans le soin de sa santé. Merci pour votre confiance en Bio3académie et en mon engagement.

Sainement vôtre,
Sylvie Calixte

DESCRIPTION DE L'ORGANISATION

Bio3 Académie est une organisation à but non lucratif qui se positionne comme un moteur de transformation sociale en matière de santé globale. Nous adoptons une approche novatrice, alliant éducation, prévention et accompagnement pour permettre aux individus de reprendre le contrôle de leur bien-être. Notre vision holistique du bien-être va au-delà de la simple absence de maladie ; elle englobe l'épanouissement physique, mental et spirituel de chaque personne. Nous créons des espaces où la transformation personnelle est accessible à tous, en éliminant les barrières sociales et économiques.



NOTRE MISSION

Bio3 Académie se donne pour mission de déclencher des transformations profondes dans la manière dont les individus et les communautés abordent la santé. Nous éduquons, accompagnons et outillons les personnes pour qu'elles puissent agir sur leur bien-être, tout en promouvant un modèle préventif qui favorise l'autonomie et l'accès équitable aux ressources au Québec et à l'international.

TRANSFORMA

NOTRE VISION

Nous aspirons à une société où chaque individu peut atteindre un équilibre de vie durable, en ayant accès à des outils et à des opportunités qui favorisent son épanouissement. Bio3 Académie envisage un monde où la santé n'est pas seulement un privilège, mais un droit fondamental accessible à tous, permettant à chacun de réaliser son plein potentiel en tant qu'acteur de changement.



NOS VALEURS

TRANSFORMATION HOLISTIQUE

Nous croyons en une transformation qui intègre toutes les dimensions de la personne – corps, esprit et âme.

EMPOWERMENT

Nous engageons chaque individu à devenir l'architecte de sa propre santé, en lui offrant les moyens de s'émanciper.

ÉQUITÉ

Nous luttons pour un accès juste et inclusif aux ressources de bien-être, afin que chacun puisse prospérer sans distinction.

INNOVATION SOCIALE

Nous développons des approches nouvelles et audacieuses pour répondre aux défis de santé, en plaçant l'humain au centre de notre action.

SÉRÉNITÉ

Nous valorisons la recherche d'une paix intérieure qui favorise la résilience et la stabilité dans un monde en mouvement.

NOTRE RÔLE SOCIAL

Bio3 Académie incarne une nouvelle manière de concevoir la santé dans nos communautés. En tant qu'acteur de transformation, nous offrons des solutions pionnières qui redéfinissent la prévention et le bien-être. Notre approche met en avant la collaboration et l'innovation sociale pour générer un impact durable, en soutenant les individus à prendre le contrôle de leur santé et en renforçant les communautés dans leur capacité à prospérer.



NOS CHAMPS D'ACTION PRIORITAIRES

1

ÉDUCATION TRANSFORMATRICE : Offrir des programmes de formation qui redéfinissent la manière d'aborder la santé et le bien-être, en intégrant les connaissances scientifiques et ancestrales pour inspirer une transformation durable.

2

ACCESSIBILITÉ INNOVANTE AUX SOINS : Proposer des services de santé accessibles et adaptés aux besoins contemporains, en combinant coaching en santé, thérapies alternatives et pratiques de bien-être pour une expérience intégrale.

3

SOUTIEN AUX INITIATIVES SOCIALES ÉMERGENTES : Accompagner les nouvelles organisations à but non lucratif dans leur développement, en leur fournissant des ressources, des espaces et un cadre d'innovation sociale pour amplifier leur impact.

4

PROMOTION D'UN BIEN-ÊTRE INCLUSIF : Créer des initiatives collectives qui favorisent l'inclusion sociale, le lien communautaire et la santé globale, tout en réinventant les espaces de guérison et de transformation personnelle.

NOS SERVICES



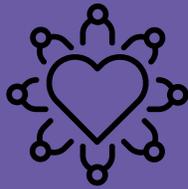
Atelier de formation sur les 8 piliers du bien-être (hybride) pour toutes catégories d'âges et toutes ethnicités



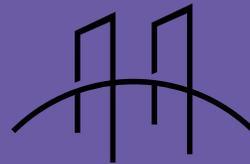
Introduction à la remise en forme pour toutes les catégories d'âges et toutes ethnicités



Accessibilité aux services suivants: coaching en santé mentale, ergothérapie, kinésiologie, massothérapie, méditation, qi gong, étirement (stretching)



Soutien aux nouveaux organismes (OBNL) détenant des valeurs communes en leur proposant un espace locatif



Création d'un pont entre le Canada et l'international à travers des retraites et séjours éducatifs axés sur la santé globale. Ces séjours offrent ressourcement, remise en forme et développement personnel.



CONSEIL D'ADMINISTRATION PROVISOIRE 2020-2024

Le 29 juillet 2020, la création d'un conseil d'administration provisoire a marqué un tournant pour notre organisation, avec l'adoption du nouveau nom, Bio3 Académie, en remplacement de l'ancienne appellation, le **Mouvement pour les droits humains**.

Ce conseil, composé de **Daphney Laraque**, **Dickens Lambert** et **Sylvie Calixte**, s'est engagé à porter notre mission d'éducation et de santé globale.

Le 31 mars 2021, une subvention fédérale de 87 369 \$ a été octroyée pour la rénovation du local que nous venions de louer. Ce soutien financier a permis d'aménager un espace adapté pour offrir des ateliers éducatifs, des traitements de réadaptation, et des groupes d'activité physique à prix modique. De plus, la subvention a ouvert la possibilité de louer des espaces à d'autres OBNL partageant des objectifs similaires.

Le 30 mai 2024, des ajustements au sein du conseil d'administration provisoire ont été réalisés pour refléter la nouvelle composition du conseil, assurant ainsi la continuité de notre mission et le développement de Bio3 Académie.



CHRISTINA SERPA



DICKENS LAMBERT



SYLVIE CALIXTE

Depuis lors, les discussions autour des formations en réadaptation ont repris, motivées par notre mission d'offrir des programmes combinant naturopathie, massothérapie et ergothérapie.

MEMBRES DU GROUPE FONDATEUR 2023



MARIE ACHILLE

Organisatrice
d'événements



NÉHÉMIE BIASSOU

Superviseure agent
communication sociale



SYLVIE CALIXTE

Directrice administrative
conditionnement
physique BIO3 Inc.



MAGGIE GILET

Retraîtée, Auxilaire
familiale et sociale
CIUSSS Montréal-Nord



DICKENS LAMBERT

Président fondateur
conditionnement
physique BIO3 Inc.



JESSIE LEGENT

Formatrice, coach
professionnelle certifiée



TINA RECINE

Conseillère principale
pour la qualité du
milieu de vie



DAPHNÉ KATHIA ROSALBERT

Conseillère principale,
Éthique et conformité



CHRISTINA SERPA

Gestionnaire
d'invalidité court terme



TAYSIA THOMPSON

Conseillère spécialiste
en soutien

LE CONSEIL D'ADMINISTRATION EN QUELQUES CHIFFRES

1 ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE

3 RÉUNIONS ADMINISTRATIVES

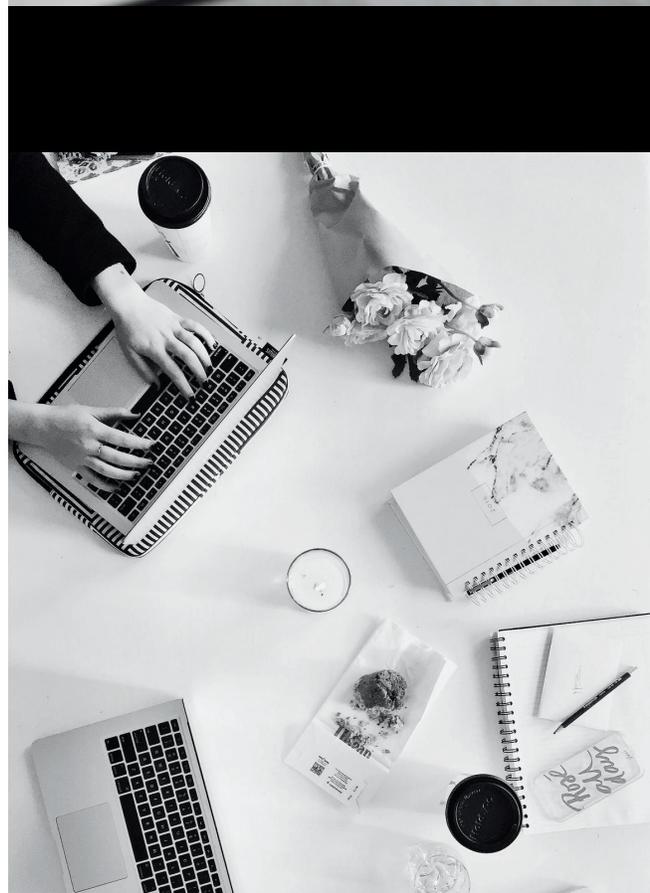
1 IMPLICATION ET AUTRES
REPRÉSENTATIONS

TOTAL : 25 heures de bénévolat

DÉCISIONS ADMINISTRATIVES

PROJET 1

Un conseil d'administration provisoire a été mis en place dès le 20 juillet 2020 afin de prendre des décisions relatives au lieu physique qui deviendra le siège principal de l'organisme Bio3 Académie. Bio3Académie a pris la décision de faire l'acquisition d'un plus grand espace afin de pouvoir mieux servir sa clientèle et afin de créer un **écosystème de santé et de bien-être avec d'autres entités corporatives partageant les mêmes valeurs. Ceci vient promouvoir notre désir de soutenir les initiatives sociales émergentes.** Une demande de subvention a été rédigée dans l'objectif de rénover cet espace obtenu en location.



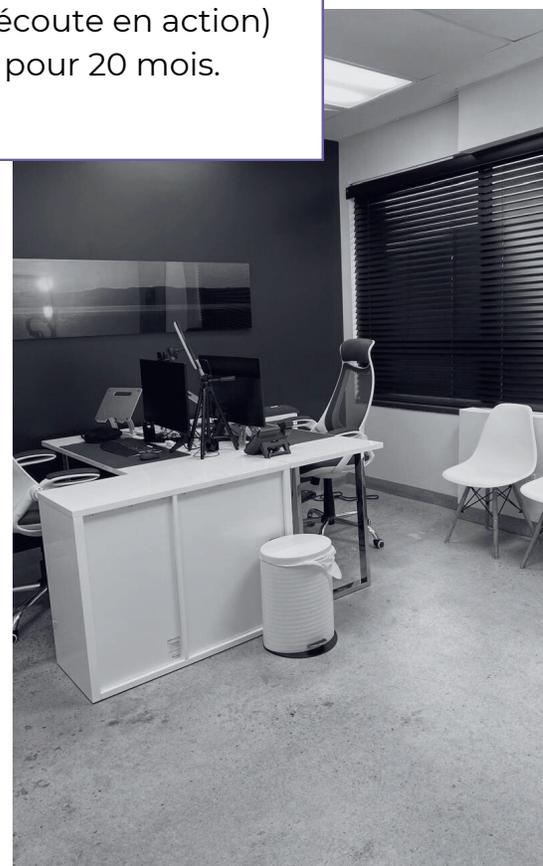
PROJET 1

PHASE 1

- Les membres du CA provisoire ont rédigé la demande de subvention en juillet 2020.
- L'obtention de la subvention fut en mars 2021.
- Les rénovations ont eu lieu de l'année 2022 à l'année 2023

PHASE 2

- Accueil de CC4 Solution dans les locaux de Bio3 Académie en 2022 pour 12 mois.
- Accueil de l'OBNL Centre communautaire Grâce sur Grâce en 2023 pour 24 mois.
- Accueil de l'OBNL AJEA (Aînés j'écoute en action) en 2023 pour 20 mois.



PROJET 2

Bio3Académie a pris la décision de faire l'acquisition d'un terrain au Mexique afin de créer un espace holistique de bien-être sous forme de retraite pour ses membres. Ceci vient promouvoir le bien-être inclusif en réinventant les espaces de guérison et de transformation personnelle à l'international.

PHASE 1

L'état des terrains fut analysé de janvier 2021 à juin 2021 au Mexique avec 2 membres fondateurs de Bio3Académie conjointement avec une équipe spécialisée en architecture Canadienne (CG Architecte) et une équipe spécialisée du Mexique (UNO arquitectos).

PROJET 3

Bio3Académie a pris la décision d'embaucher une personne responsable de la gestion du projet éducatif et académique holistique visant la santé globale. Ceci vient promouvoir notre offre d'une éducation transformatrice pour les membres qui y prendront part.

PHASE 1

Création du curriculum de Bio3Académie par Mme Jessie Legent, portant sur l'organisation des ateliers disponibles selon les 8 piliers de la santé globale.

PROJET 4

Renforcement des capacités organisationnelles afin de développer de bonnes pratiques de gouvernance, de rédiger les règlements généraux et de mettre en place une stratégie RH. Une demande de subvention a été rédigée dans l'objectif de pouvoir renforcer les capacités organisationnelles.

PHASE 1

Suite à une réunion du comité provisoire, rédaction des règlements généraux par 2 membres du CA.



ACTIVITÉS 2022-2023 & IMPACT SOCIAL

ACTIVITÉ 1

En 2022 nous avons débuté nos activités de collaboration avec Migraine Québec pour une conférence-santé d'une portée internationale (Canada et Europe).

IMPACT : Ce panel et cette représentation de Bio3Académie n'a pas seulement permis d'éduquer la population multiethnique des aléas de souffrir d'une migraine mais aussi la façon d'en diminuer les fréquences en maintenant un mode de vie sain. Cette portée et visibilité a permis à Bio3Académie de se faire connaître dans l'enseignement et dans la promotion de la santé en matière de migraine. Sylvie Calixte s'est vu avoir 10 followers de plus et ce qui lui a permis de poursuivre la promotion de Bio3Academie sur sa plateforme personnelle.



Panel sur la stigmatisation de la migraine

13 octobre 2022
18 h à 19 h 30
en ligne

Sylvie Calixte, ergothérapeute

Kerma Jean Marie, patiente

Dre Heather Pim, spécialiste en migraine

Peggy Civil, animatrice

MIGRAINE QUÉBEC

ACTIVITÉ 2

En 2023, Bio3Académie fait son apparition sur 3 réseaux sociaux par l'entremise des pages Facebook, Instagram et LinkedIn.

- Nombres de followers : 10
- Nombre de partage par publication : 2
- **IMPACT** : Ces 3 plateformes permettent davantage de visibilité face aux missions, valeurs et champs d'action prioritaires. Par les réseaux sociaux, nos activités d'atelier éducatifs sont vus et permettent les inscriptions.

ACTIVITÉ 3

En 2023, Bio3Académie lance alors 4 conférences gratuites en ligne pour éduquer la population sur l'importance de prendre soin de sa santé :

CONFÉRENCE EN LIGNE
La remise en forme de la femme moderne
30 mars 2023 18H00 À 19H00

Nous recherchons des femmes pour une remise en forme, selon les phases de leur vie (peu importe leur âge).

SYLVIE CALIXTE
ENTRAÎNEUSE CERTIFIÉE ET
ERGOTHÉRAPEUTE

BIO3 ACADÉMIE

CONFÉRENCE EN LIGNE
Chirurgie bariatrique ou injection Ozempic : que faire?
27 juillet 2023 | 19H00 À 20H00

Nous recherchons des femmes pour une remise en forme, selon les phases de leur vie (peu importe leur âge).

SYLVIE CALIXTE
ENTRAÎNEUSE CERTIFIÉE ET
ERGOTHÉRAPEUTE

BIO3 ACADÉMIE

CONFÉRENCE EN LIGNE
Être en santé malgré le diabète, la haute tension artérielle ou l'hypercholestérolémie.
25 mai 2023 | 18H00 À 19H00

Nous recherchons des femmes pour une remise en forme, selon les phases de leur vie (peu importe leur âge).

SYLVIE CALIXTE
ENTRAÎNEUSE CERTIFIÉE ET
ERGOTHÉRAPEUTE

BIO3 ACADÉMIE

CONFÉRENCE EN LIGNE
Soirée d'information sur l'entraînement en virtuel
23 novembre 2023
19H00 À 20H00

SYLVIE CALIXTE
ENTRAÎNEUSE CERTIFIÉE ET
ERGOTHÉRAPEUTE

BIO3 ACADÉMIE

- Participants : 5 pour chacun des ateliers
- **IMPACT** : Les participants d'un atelier distribuent l'information dans leur propre réseau ce qui nous amène de nouveaux participants aux ateliers subséquents. La propagation de l'information est bien présente par des gens hors des réseaux personnels des membres du CA provisoire.

ACTIVITÉ 4

En 2023, Bio3Académie effectue un partenariat avec l'organisme **Aînés j'écoute en action**.

IMPACT : Bio3Académie travaille de pair avec AJEA pour créer des ateliers de remise en forme pour les personnes âgées en situation vulnérable. Cette association permet d'atteindre un groupe cible de façon dirigée et d'offrir nos services pour le maintien de la santé globale de personnes âgées. Les activités de remise en forme sont prévus pour 2024.

UNE MAGNIFIQUE ASSOCIATION

POUR SOUTENIR LES PERSONNES
ÂGÉES PLUS VULNÉRABLES



NICOLE PÉLISSIER
DIRECTRICE DE AJEA

SYLVIE CALIXTE
DIRECTRICE DE BIO3 ACADÉMIE

BIO3ACADÉMIE

ASSOCIATION

OBJECTIFS POUR 2024-2025

PROJET 1

PHASE 2 : Accueillir un 3e organisme dans les locaux pour créer un écosystème de santé globale.

PROJET 2

PHASE 2 : Préparer la retraite santé et bien-être au Mexique pour mars 2025

PROJET 3

PHASE 2 :
Embaucher un gestionnaire de projet pour la mise en place des 8 ateliers de base

PROJET 4

Embaucher une personne responsable de guider Bio3Académie dans les étapes de renforcement organisationnel pour développer les bonnes pratiques de gouvernance.

PROJET 5

Création de la page web Bio3Académie ; vente de cartes de membre et du service de cours de groupe BIO3Académie en ligne.

PROJET 6

Création de comités d'activités au sein du CA des membres officiels

FAITS SAILLANTS 2023

3 lettres d'appui

2 OBNL qui occupent un espace locatif chez Bio3Académie

1 partenariat avec une OBNL

Plus de **3,500 heures de bénévoles** réparties sur l'ensemble des 4 PROJETS



REMERCIEMENTS

À vous, institutions, entreprises, organismes qui avez démontré votre appui avec BIO3 ACADÉMIE dans la réalisation de l'ensemble de nos projets qui auront un impact social sur les gens et leur éducation sur la santé et la promotion de celle-ci au niveau municipal, provincial, national et international. D'ailleurs, nous espérons pouvoir continuer à compter sur votre appui.



Cordialement,

Bio3 Académie
 11500 Armand-Bombardier
 Montréal (QC) H1E 2W9
 Téléphone : 514.494.1024
 Télécopieur : 514.494.1021