

The logo consists of the lowercase letters 'on' in a bold, blue, sans-serif font. Below the letters is a simple blue smiley face consisting of two dots for eyes and a curved line for a mouth. The entire logo is set against a purple rectangular background.

on

aide
propulse
soutient



Nos programmes
dans la communauté

sablon dans ma cour

Un programme dans la communauté dédié aux écoles primaires de quartiers défavorisés de Montréal.

Selon une statistique récente, un enfant qui s'adonne à la pratique du sport a 40 % plus de chances de réussir ses études.

Afin d'accroître la participation sportive des jeunes, la Fondation sablon a développé un partenariat avec certaines écoles primaires défavorisées de Montréal dans le but d'offrir des séances d'activités sportives aux jeunes fréquentant le service de garde.

Plusieurs de ces participants.es proviennent de milieux difficiles, ont des troubles du comportement ou d'adaptation, souffrent d'anxiété ou d'hyperactivité.

Dans un cadre ludique et sécuritaire favorisant le plaisir, le dépassement de soi, la persévérance et la socialisation, des jeux en équipe, des activités d'agilité, des sports de vitesse ou de précision sont proposés dans les cours d'école par les animateurs.trices de sablon lors des séances hebdomadaires d'une durée variant entre 45 et 60 minutes.

Objectifs du programme

Des saines habitudes de vie

- Promouvoir l'adoption d'un mode de vie équilibré et actif

Un catalyseur de potentiel

- Encourager la confiance et le dépassement de soi
- Soutenir le développement de la littératie physique

Une vie en communauté

- Faciliter l'intégration au sein d'un groupe
- Développer les habiletés sociales



Reconnaissance

Votre soutien financier s'inscrit dans le cadre de la campagne majeure 2020-2025 de la Fondation sablon. À ce titre, vous obtiendrez une visibilité diversifiée, notamment sur notre site internet, nos médias sociaux ainsi que dans notre rapport annuel. Nous vous invitons à consulter la brochure de campagne incluant le plan de reconnaissance afin de connaître l'ensemble de la visibilité accordée pour votre don.

Il convient de mentionner que la Fondation sablon est également ouverte à discuter de toute autre forme de reconnaissance souhaitée.

Témoignage

Les animateurs de sablon et les activités réalisées au courant de l'année ont eu un grand impact sur les enfants. Ils ont grandement apprécié! En plus, les séances hebdomadaires ont vraiment aidé à briser l'isolement des jeunes. Grâce à sablon dans ma cour, les activités offertes aux enfants étaient variées et originales en plus de leur donner beaucoup de joie et de plaisir.

Éducatrice, École Saint-Nom-de-Jésus

Détails année 2019-2020

2 320 jeunes ont profité de ce programme

16 écoles participantes





Ado Parasco

Un programme dans la communauté dédié aux écoles secondaires de quartiers défavorisés de Montréal.

Afin d'accroître la participation sportive des jeunes, la Fondation sablon a développé un partenariat avec plusieurs écoles secondaires situées dans des quartiers défavorisés de Montréal. Au sein de ces établissements, dans le cadre du programme Ado Parasco, des séances d'activités sportives de tout genre sont offertes, selon les besoins, les intérêts et les objectifs visés.

Grâce aux intervenants des écoles, nous ciblons des étudiants.es qui pourraient le plus bénéficier des activités parascolaires que nous offrons, notamment les étudiants.es ayant des problèmes de persévérance scolaire et de réussite éducative.

De plus, la majorité des participants.es au programme proviennent de milieux difficiles, ont des troubles du comportement ou d'adaptation, souffrent d'anxiété ou d'hyperactivité.

En 2019-2020,

423 jeunes ont profité de ce programme

Objectifs du programme

Au cœur des saines habitudes de vie

- Encourager une attitude positive liée à la pratique d'activités physiques
- Améliorer la santé mentale et favoriser le bien-être émotionnel

Un catalyseur de potentiel

- Favoriser la persévérance scolaire et sportive
- Encourager la confiance et le dépassement de soi

Une vie en communauté

- Favoriser l'intégration au sein d'un groupe
- Développer les habiletés sociales





Plan de reconnaissance

Votre soutien financier s'inscrit dans le cadre de la campagne majeure 2020-2025 de la Fondation sablon. À ce titre, vous obtiendrez une visibilité intéressante et diversifiée, notamment sur notre site Internet, nos médias sociaux ainsi que dans notre rapport annuel. Nous vous invitons à consulter la brochure de campagne incluant le [plan de reconnaissance complet](#) afin de connaître l'ensemble de la visibilité accordée en fonction du montant votre don.

Il convient de mentionner que la Fondation sablon est également ouverte à discuter de toute autre forme de reconnaissance souhaitée.

Témoignage

« Les jeunes s'appliquent et travaillent très fort. Il y aussi aussi une nette amélioration dans leurs comportements depuis qu'ils participent à ce programme. Je suis très fière d'eux. »

Joëlle Dalpé, intervenante



Projet ABC

Bouger, s'Amuser en Communauté

Un programme dans la communauté offert par la Fondation sablon permettant à des jeunes de milieux défavorisés d'avoir accès à des activités sportives ludiques et stimulantes.

Ces activités sportives sont offertes gratuitement par des animateurs.trices du Centre sablon. Encadrés par leurs intervenants.tes, les jeunes des différents organismes se déplacent au gymnase d'une école après les classes afin de participer aux activités hebdomadaires.

Lors des séances, les jeunes ont l'occasion de canaliser leur énergie tout en gagnant en confiance, en estime de soi et en apprenant la persévérance et le savoir-être en société, le tout dans un environnement stimulant, sécuritaire et encadré. Variant d'une semaine à l'autre, les activités d'une durée d'une heure sont conçues et élaborées afin de favoriser le plaisir de pratiquer une activité sportive au sein d'un groupe.

Les jeunes participant au programme habitent généralement dans un HLM de Montréal ou sont identifiés par les intervenants des organismes partenaires.

Objectifs du programme:

Des saines
habitudes de vie

- Promouvoir l'adoption d'un mode de vie équilibré et actif

Un catalyseur
de potentiel

- Encourager la confiance et le dépassement de soi
- Soutenir le développement de la littératie physique

Une vie en
communauté

- Faciliter l'intégration au sein d'un groupe
- Développer les habiletés sociales

En 2019-2020

95

jeunes ont profité
de ce programme



Reconnaissance

Votre soutien financier s'inscrit dans le cadre de la campagne majeure 2020-2025 de la Fondation sablon. À ce titre, vous obtiendrez une visibilité intéressante et diversifiée, notamment sur notre site Internet, nos médias sociaux ainsi que dans notre rapport annuel. Nous vous invitons à consulter la brochure de campagne incluant le plan de reconnaissance complet afin de connaître l'ensemble de la visibilité accordée pour votre don.

Il convient de mentionner que la Fondation sablon est également ouverte à discuter de toute autre forme de reconnaissance souhaitée.



Témoignage

« La beauté du projet est d'observer, d'une semaine à l'autre, les enfants s'améliorer et prendre confiance en eux. On voit non seulement leur relation avec l'activité physique changer, mais aussi leurs interactions entre eux. Selon moi, un des aspects importants de l'animation est la proximité avec les enfants. Les activités ABC sont données en petit groupe. Cela nous permet d'offrir une attention particulière à chaque enfant et de développer un lien de confiance avec eux. »

-Kalinours, animatrice



Boxe

Un programme dans la communauté offert par la Fondation Sablon permettant à des jeunes de milieux défavorisés d'avoir accès à des activités sportives.

Afin d'accroître la participation sportive des jeunes, la Fondation Sablon a développé un partenariat avec certains organismes de Montréal pour offrir des séances d'activités inspirées de la boxe aux jeunes.

Les participants.tes de ce programme proviennent majoritairement de milieux familiaux et sociaux difficiles. Ils ont également des troubles du comportement ou d'adaptation, souffrent d'anxiété ou d'hyperactivité.

Dans un cadre ludique et sécuritaire favorisant le plaisir, le dépassement de soi, la persévérance et la socialisation, divers types d'entraînements sont offerts aux jeunes en fonction de leurs intérêts et de leur condition physique.

Certains.es peuvent profiter d'un entraînement récréatif à haute intensité inspiré de l'entraînement des boxeurs, d'autres peuvent pratiquer leur technique de boxe et même s'adonner à des combats amicaux.

Ce programme d'activités sportives encadrées, d'une durée de 60 minutes, est offert gratuitement toute l'année selon des sessions adaptées à la réalité de chaque milieu.

Objectifs du programme

Au coeur des saines
habitudes de vie

- Encourager une attitude positive reliée à la pratique d'activités physiques
- Améliorer la santé mentale et favoriser le bien-être émotionnel

Un catalyseur
de potentiel

- Favoriser la persévérance scolaire et sportive
- Encourager la confiance et le dépassement de soi

Une vie en
communauté

- Favoriser l'intégration au sein d'un groupe
- Développer les habiletés sociales





En 2019-2020,

253 jeunes ont profité de ce programme

Les jeunes provenaient de différents Centres jeunesse de Montréal – Mont St-Antoine, Cité des Prairies et Dominique-Savio -, des HLM Mentana et Séguin, du programme Plein-Milieu de l'école secondaire Jeanne-Mance et les Loisirs St-Jacques des Habitations Jeanne-Mance.

Témoignage

« La boxe m'a apporté beaucoup : la discipline, l'encadrement, la motivation de ne pas arrêter, de nouvelles amitiés, une nouvelle perspective sur la vie, des co-équipiers devenus comme de la famille et la motivation de retourner à l'école et de poursuivre mes rêves. »

**Manuel-Antonio Moro, médaillé d'argent
Championnat Canadien**

Plan de reconnaissance

Un soutien financier à ce programme s'inscrit dans le cadre de la campagne majeure 2020-2025 de la Fondation sablon. Nous vous invitons à consulter la brochure de campagne incluant le [plan de reconnaissance complet](#) afin de connaître l'ensemble de la visibilité accordée.

La Fondation sablon est également ouverte à discuter de toute autre forme de reconnaissance souhaitée.

FONDATION
sablon


Elle-o-sport

Un programme social d'activités physiques offert gratuitement à des jeunes filles en situation défavorable de Montréal.

Le programme Elle-o-sport a été mis sur pied en partenariat avec des intervenantes sociales, afin d'encourager la participation sportive chez les jeunes filles vulnérables.

Aujourd'hui, ce sont 120 participantes qui bénéficient de ce programme, et ce, une fois par semaine.

L'impact du programme

De façon globale, ce programme permet aux adolescentes de bénéficier des effets positifs de l'activité physique sur la santé mentale, l'image corporelle, la confiance en soi, la persévérance scolaire, l'anxiété et l'isolement.

Nous choisissons des activités conviviales, agréables et non compétitives. Les jeunes filles peuvent donc participer à des classes d'autodéfense, à de la boxe récréative, à des cours de yoga, à des classes de danse et à plusieurs autres activités sportives.

Ce programme est également idéal pour les jeunes filles en adaptation scolaire et en classe d'accueil, alors que leur participation à ces activités sportives favorise leur intégration et accroît leur sentiment d'appartenance au groupe.

Objectifs du programme

Au coeur des saines
habitudes de vie

- Encourager une attitude positive reliée à la pratique d'activités physiques

Un catalyseur de
potentiel

- Favoriser la persévérance scolaire
- Encourager la confiance et le dépassement de soi

Une vie en
communauté

- Favoriser l'intégration au sein d'un groupe



Profil des participantes

- Habitent dans un HLM de Montréal ou sont identifiées par une intervenante qui travaille auprès des adolescentes à l'École secondaire Jeanne-Mance.
- Certaines sont de nouvelles arrivantes et ne parlent pas français, d'autres ont un handicap physique, des difficultés scolaires ou bien proviennent de familles défavorisées.
- Elles ont toutes un point commun : ce sont des jeunes filles peu actives qui ont besoin d'une expérience positive pour s'émanciper.

Reconnaissance

Un soutien financier à ce programme s'inscrit dans le cadre de notre campagne majeure 2020-2025. À cet effet, nous vous invitons à consulter la brochure de campagne, incluant le [Plan de reconnaissance](#), afin de connaître l'ensemble de la visibilité accordée en fonction du montant octroyé.

Il convient de mentionner que la Fondation sablon est également ouverte à discuter de toute autre forme de reconnaissance souhaitée.

Témoignage

« Dans le groupe, il y a une jeune paralysée du côté gauche et elle fait toutes les activités avec nous. En cardio-vélo, elle pédale avec sa jambe droite et on l'encourage. C'est une belle leçon de résilience et de persévérance pour les autres. Elle aime participer et elle est fière de faire partie du groupe. Il y a une grande appartenance dans la gang d'Elle-o-sport. »

- Joëlle Dalpé, intervenante

3 obstacles à la pratique sportive chez les adolescentes

1

Selon des études, les adolescentes disent vouloir participer à des activités sportives entre filles dans une ambiance amicale et positive.

Les adolescentes affirment également que les cours d'éducation physique ne répondent pas à leurs besoins, que souvent les activités à l'extérieur de l'école sont trop dispendieuses, peu accessibles et qu'elles les mettent dans des situations stéréotypées et inconfortables en lien avec la perception de leur corps.

2

Les études relatent qu'un facteur qui ressort dans un nombre important de recherches est l'influence de la famille.

3

1. Biddle, Whitehead, Odonovan, & Nevill, 2005; LaVoi & Wiese-Bjornstal, 2017; Neumark-Sztainer et al., 2003 2 et 3. Humbert, 2001 | Dwyer et al., 2006; Gyurcsik et al., 2006; Rees et al., 2006 | Dwyer et al., 2006; LaVoi & Wiese-Bjornstal, 2017; Thompson, 2011





Le Petit Cirque sablon

Ateliers de cirque social offerts chaque semaine pour permettre aux jeunes d'apprendre le dépassement de soi et le plaisir de bouger dans un esprit de communauté.

Ce programme de cirque social est offert gratuitement à tous les jeunes de 5 à 17 ans des quartiers de Hochelaga-Maisonneuve et de Côte-des-Neiges.

L'équipe du Petit Cirque est composée d'instructeurs.trices et d'intervenants.tes. La complémentarité de leurs expertises permet à ce projet d'être un catalyseur de potentiel auprès des enfants.

Ainsi, ils acquièrent des habiletés dans plusieurs disciplines circassiennes, telles la jonglerie, le main à main, le cerceau, le tissu aérien et le monocycle, en plus de développer leur motricité, leur conscience corporelle et leur condition physique.

Détails année 2019-2020

90 jeunes ont profité de ce programme

Objectifs du programme

Des saines
habitudes de vie

- Promouvoir l'adoption d'un mode de vie équilibré et actif

Un catalyseur
de potentiel

- Encourager la confiance et le dépassement de soi
- Soutenir le développement de la littératie physique

Une vie en
communauté

- Faciliter l'intégration au sein d'un groupe
- Développer les habiletés sociales





Témoignage

Le Petit Cirque, ça m'a apporté beaucoup de confiance en moi. Quand je suis ici, je me sens à ma place et je suis bien. Je ne suis pas gênée et je n'ai pas peur de faire des erreurs. Ça m'a apporté une facilité à interagir avec les gens, ce qui m'a aidé à l'école. Je suis plus concentré à l'école.

- Alexianne, 17 ans

Reconnaissance

Votre soutien financier s'inscrit dans le cadre de la campagne majeure 2020-2025 de la Fondation sablon. À ce titre, vous obtiendrez une visibilité diversifiée, notamment sur notre site Internet, nos médias sociaux ainsi que dans notre rapport annuel. Nous vous invitons à consulter la brochure de campagne incluant le Plan de reconnaissance afin de connaître l'ensemble de la visibilité accordée pour votre don.

Il convient de mentionner que la Fondation sablon est également ouverte à discuter de toute autre forme de reconnaissance souhaitée.

SNAP

Santé | Nutrition | Activité Physique

Le camp SNAP, destiné à des jeunes présentant des facteurs de risque de maladies cardiovasculaires ou de diabète de type 2, a été conçu en 2012, en partenariat avec le centre CIRCUIT du CHU Sainte-Justine.

Offert au camp de vacances Le P'tit Bonheur, le programme mise sur le renforcement de l'estime de soi et l'adoption de saines habitudes de vie.

La programmation du camp SNAP - pour Santé, Nutrition et Activité Physique - comprend des activités de plein air et des ateliers spécialisés animés par des spécialistes qui ont pour thème: la nutrition, l'initiation à la cuisine, l'estime de soi, l'intimidation, etc.

Le but est simple : favoriser l'estime et la confiance en soi des enfants et surtout, les outiller pour développer de saines habitudes de vie en leur faisant vivre des expériences positives de sport et de plein air dans un contexte bienveillant et amical.

FONDATION
sablon

Objectifs du programme

Au coeur des saines
habitudes de vie

- Promouvoir l'adoption d'un mode de vie équilibré et actif
- Encourager une attitude positive liée à la pratique d'activités physiques
- Améliorer la santé mentale et favoriser le bien-être émotionnel

Un catalyseur de
potentiel

- Encourager la confiance et le dépassement de soi
- Soutenir le développement de la littératie physique

Une vie en
communauté

- Faciliter l'intégration au sein d'un groupe





Depuis ses débuts, en 2012

317

jeunes ont profité
du programme SNAP

Plan de reconnaissance

Votre soutien financier s'inscrit dans le cadre de la campagne majeure 2020-2025 de la Fondation sablon. Nous vous invitons à consulter la brochure de campagne incluant le [plan de reconnaissance complet](#), afin de connaître l'ensemble de la visibilité accordée pour votre don.

Il convient de mentionner que la Fondation sablon est également ouverte à discuter de toute autre forme de reconnaissance souhaitée.

FONDATION
sablon
😊