

Rapport annuel 2024



Notre conseil d'administration



Marc-Etienne Leclerc
Président



Josiane Labbé
Trésorière



Pierre Plouffe
Secrétaire



Le mot du président

Cette année, la Coop fêtait sa septième année ! Un chiffre sacré qu'on se doit de célébrer... et quoi de mieux qu'à associer plusieurs de ses plus belles qualités aux 7 chakras ?

- 1) **Muladhara** : ENRACINEMENT
- 1) **Svadhithana** : AUTHENTICITÉ
- 1) **Manipura** : ÉNERGIE
- 1) **Anahata** : BIENVEILLANCE
- 1) **Visuddha** : COMMUNICATION
- 1) **Ajna** : OUVERTURE
- 1) **Sahasrara** : ÉQUILIBRE



539

membres

au 31 décembre 2024

480

abonné.e.s à
l'infolettre 

1 700

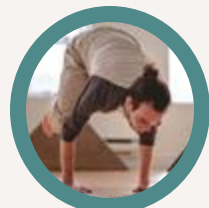
abonné.e.s 
à Facebook

400

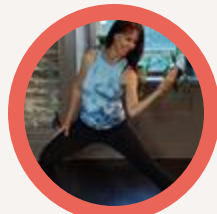
abonné.e.s à
Instagram 

Membres de soutien actifs en

2024



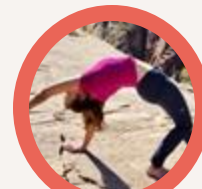
**MARC-ETIENNE
LECLERC**



FRANCE VIAU



**FRANCE JOTI
NADEAU**



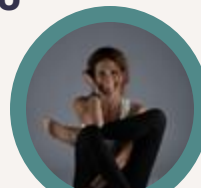
ANICK PILOTTE



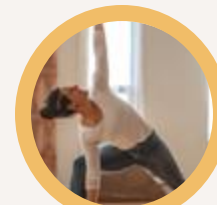
**MANON
LALIBERTÉ**



CELINE CONSTANT



CAROLL BAKER



**MARIE PIER
GARNEAU**



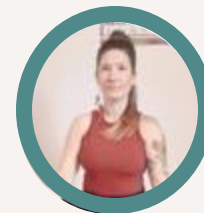
BASIA GOING



**MARIE-EVE
VERRET**



**JEANNE
BEAUDRY-TARDIF**



MÉLINA POULIN



MERCI

Cours et événements offerts en **2024**



270

cours



En studio, virtuels et hybrides, incluant 4 cours en formule karma, 51 cours pour enfants dont 40 en Centre Jeunesse, et 8 cours subventionnés de yoga tenant compte des traumatismes.

15

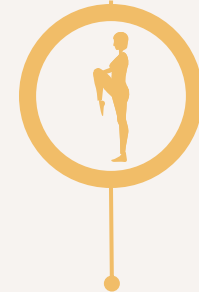
événements



Un atelier Art et méditation avec Jeanne, deux retraites urbaines, deux cours en forêt, 8 ateliers divers et bains de gongs avec Joti Kundalini et deux célébrations de fin de session.

1 760

présences
aux cours réguliers



7.5 participants
par cours réguliers,
en moyenne



Reconnexion au corps

Cours de yoga tenant compte des traumatismes pour les filles et femmes ayant vécues des agressions à caractère sexuel



Grâce au soutien financier de **ParticipAction** et de **Loisirs Sports Outaouais**...

... et aux **partenariats** créés avec des organismes phares de la région:

- 25 femmes
- 3 adolescentes
- 12 intervenantes

ont participé à 2 ateliers-discussions en 2023 et 8 cours de yoga en 2024.



Yoga de Gatineau a reçu une **mention Coup de coeur** pour le projet Reconnexion au corps

Cours au Centre de réadaptation pour les jeunes en difficulté d'adaptation



L'offre de cours de yoga aux adolescents de 12 à 17 ans est une expérience humaine et valorisante, qui répond à un besoin auprès de ces jeunes ainsi que des intervenants qui les accompagnent. Les avantages sont nombreux:

- Permet de relever des défis physiques et de constater une progression.
- Permet d'améliorer la posture et de prendre conscience de son corps.
- Améliore la qualité du sommeil, souvent déficitaire pour les jeunes.
- Aide à la gestion des émotions et à la concentration. Plus d'un jeune a exprimé utiliser la respiration au carré afin de s'apaiser lorsqu'ils vivent une situation frustrante.
- Permet aux jeunes de vivre un moment de bien-être, de calme et d'être fiers d'eux.

Pour l'estime personnelle et la confiance en soi, c'est un atelier hors pair.

Manon démontre une approche bienveillante et respecte le rythme des jeunes.

Après les cours, des jeunes la consultent pour avoir des exercices précis en lien avec une douleur physique qu'ils ressentent. Le signet aide-mémoire a été très apprécié.

Angèle Quevillon, Responsable d'unités de vie

Bravo Manon et merci !



Offerts grâce au soutien financier de **ParticipAction** et de **Loisirs Sports Outaouais**

Cours au Centre de réadaptation pour les jeunes en difficulté d'adaptation



Yoga karma

Séances bénéfiques au profit de la communauté



Mission : cultiver un lieu d'échange et de participation citoyenne visant à briser l'isolement et à construire le vivre ensemble dans la communauté et aux **partenariats** créés avec des organismes phares de la région.

Plus de 20 participant.e.s lors de la séance karma 'yoga régénérateur ambiant' de janvier 2024.



Mission : soutenir les personnes vulnérables face à l'insécurité *alimentaire* et à l'itinérance, une aide **accessible** à tous.

Plus de 300 \$ récoltés en dons et en denrées en décembre dernier, tout juste avant le temps des fêtes.



Yoga en forêt

Partenariat avec la Fondation Forêt Boucher



Mission : protéger, rendre accessible et mettre en valeur la flore et la faune de la forêt Boucher, en plus d'éduquer le public sur l'importance de protéger nos forêts et offrir un lieu d'apprentissage unique et varié aux écoles de son territoire.

La Fondation est motivée par l'**amélioration des conditions de vie** des usagers du Parc de la Forêt-Boucher, avec des sentiers et infrastructures leur permettant de se changer les idées, de garder la forme et d'apprendre sur l'importance et les bienfaits d'une nature en santé.

La Coop est heureuse d'offrir des séances en forêt en partenariat avec la Forêt Boucher depuis octobre 2024 !



États financiers 2024



Résultats de l'exercice terminé le 31

(non vérifiés)
décembre

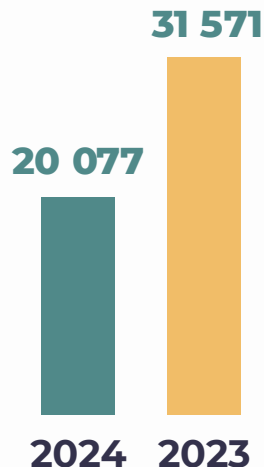
Ventes



	2024	2023
Ventes de cours, ateliers et matériel de yoga	20,110	24,527 \$
Coûts des ventes		
Honoraires professionnels	(8,408)	(11,755)
Coût des produits vendus	-	-
	11,702	12,772
Activités subventionnées		
Subventions reçues	2,250	11,750
Honoraires professionnels	(5,310)	(3,447)
Location d'un studio	(640)	-
Matériel	(1,960)	(610)
Autres (formation, publicité)	-	(2,171)
	(5,660)	5,522
Trop-perçu brut	6,041	18,294 \$
Charges d'exploitation		
Frais de licences et d'abonnement	3,427	3,085
Loyer	4,561	2,449
Assurances	556	519
Frais bancaires	1,145	1,467
Publicité	210	165
Autres charges	1,320	216
	11,218	7,901
Trop-perçu (déficit) avant autres produits	(5,177)	10,393 \$
Autres produits		
Dons	205	-
Revenus d'intérêts	425	223
	630	223
Trop-perçu (déficit) de l'exercice	(4,547)	10,616 \$

Bilan au 31 décembre (non vérifié)

Actif



Actif

Court terme

	2024	2023
Encaisse	18,234	29,514 \$
Débiteurs (note 3)	938	1,211
Stocks (note 4)	302	302
Total	19,473	31,027

Immobilisations corporelles (note 5)

204 144

Actif incorporel (note 6)

400 400

Total de l'actif

20,077 31,571 \$

Passif

Court terme

Créiteurs et charges à payer (note 7)	-	8,627 \$
Total du passif	-	8,627

Avoir de la coopérative

Avoir des membres (note 8)	16,170	14,490
Réserve	3,907	8,454
Total de l'avoir	20,077	22,944

Total du passif et de l'avoir

20,077 31,571 \$

État de la réserve

au 31 décembre (non vérifié)

	2024	2023
Solde au début de l'exercice	8,454	(2,162) \$
Trop-perçu de l'exercice	(4,547)	10,616
Solde à la fin	3,907	8,454 \$



Merci à nos partenaires



Hotel British



The Space



Ville de Gatineau



Centre de réadaptation pour les jeunes en difficulté d'adaptation



Loisirs Sport Outaouais



Coopérative de développement régional



Fondation forêt Boucher



Créations Partage



Créations Téomy



Joti Kundalini



Un merci à tous nos bénévoles, particulièrement **Audrey Proulx, Manon Laliberté, et Marie Pier Garneau** pour leur **contribution bénévole inestimable** au succès de la coopérative cette année.



yogagatineaucoop@gmail.com



Crédits: Ce gabarit de présentation a été créé par Slidesgo, incluant des icônes de Flaticon et des infographies de Freepik.