



**Assemblée Générale Annuelle
2025 / 2026
Annual General Meeting**

www.awishmontreal.org

514-631-3288

#103 - 640 Ch. du Bord-du-Lac-Lakeshore
Dorval, QC, H9S 2B6

arthritis@awishmontreal.org

 **NOTRE MISSION: INFORMATION | ÉDUCATION | SOUTIEN**

 **OUR MISSION: INFORMATION | EDUCATION | SUPPORT**

AGA

AWISH 2025 - 2026

AGM

Centre Communautaire Sarto-Desnoyers
Sarto-Desnoyers Community Centre

Lundi le 15 juin 2026
16h - portes ouvertes



1335 Chem. du Bord-du-Lac-Lakeshore
Dorval, QC H9S 2E5

Monday June 15 2026
4pm - doors open

KIOSQUES D'INFORMATION | INFORMATION KIOSKS

à partir de 16h00 | starting at 4:00pm

- **AWISH** (L'association d'entraide de l'Ouest de l'Île de Montréal / Arthritis West Island Self Help Association)
- **CRC** (Le Centre de ressources communautaires de l'Ouest-de-l'Île / West Island Community Resource Center)
 - **ABOVAS** (Accompagnement bénévole de l'Ouest / Volunteer Accompaniment Service)
 - **William Timmons** | - **Répit-Ressource**
 - **Amis de la santé mentale / Friends for Mental Health**
 - **TQSOIM** (Table de Quartier du Sud de l'Ouest-de-l'Île)
 - **Literacy Unlimited / Alphabétisation sans limites**

16h30 - AGENDA - 4:30pm

Appel à l'ordre
Approbation de l'ordre du jour
Approbation du procès-verbal du 15 juin 2025
Rapport du trésorier
Nomination d'un comptable
Rapport de la Présidente
Rapport du comité de nomination et Élection
des membres du conseil d'administration
Période de questions
Levée de la séance

Call to Order
Approval of the Agenda
Approval of the Minutes of June 15, 2025
Treasurer's Report
Appointment of Accountant
President's Report
Nominating Committee Report and Election
of Board Members
Question Period
Adjournment

PRÉSENTATIONS SPÉCIALE | SPECIAL PRESENTATIONS

PRÉSENTATION SPÉCIALE* - 15h30

*Présentée par Paulette, PowerPoint:
L'arthrite et AWISH – Vivre la meilleure vie*

** Présentation en anglais, suivie de Q&R bilingue* - English presentation followed by bilingual Q&A

SPECIAL PRESENTATION* - 5:30pm

*Presented by Paulette, PowerPoint:
Arthritis & AWISH – Living the Best Life*

DEMO D'UN COURS D'EXERCISE - 18h15

*Présenté par Caroline Halle, instructrice certifiée
Instructrice de nos cours situés à DDO & Pierrefonds*

Participez à la démonstration avec Caroline!

EXERCISE CLASS DEMO - 6:15pm join in!

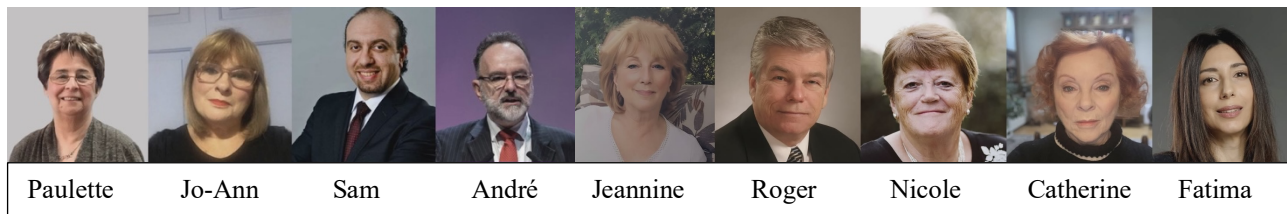
*Presented by Caroline Halle, certified fitness instructor
Instructor of our DDO & Pierrefonds locations*

Join Caroline during the demonstration!

Conseil d'administration d'AWISH 2025-2026 AWISH Board of Directors

Élu le 15 juin 2025 | Elected June 15, 2025

Présidente	- Paulette Zielinski -	President
Vice-présidente	- Jo-Ann Davies -	Vice-President
Secrétaire-Trésorier	- Sam Toka -	Secretary-Treasurer
Conseillère	- Jeannine Blain -	Director
Conseillère	- Nicole Bourdeau -	Director
Conseillère (décédée, janvier 2026)	- Erlinda Duperron -	Director (deceased, January 2026)
Conseiller	- André Laperrière -	Director
Conseiller	- Roger Trottier -	Director
Conseillère *élue 8 mai 2025	- Catherine Davies -	Director *elected May 8, 2025
Conseillère *élue janvier 2026	- Fatima Amari -	Director *elected January 2026



Adjointe Administrative - Suzy Salama - Administrative Assistant

ÉLÉCTIONS | ELECTIONS

Candidats proposés pour l'élection du conseil d'administration à L'AGA du 15 juin 2026

Proposed candidates for election to the board of directors at the AGM on June 15, 2026

Fatima Amari	Nicole Bourdeau	Catherine Davies	Jo-Ann Davies
Chloe Guan	André Laperrière	Sam Toka	Roger Trottier
Paulette Zielinski			

AUTRES | OTHER

Membres du comité des communications - Members of the Communications Committee:

Sam Toka, André Laperrière, Chloe Guan (*Membres du conseil d'administration / Board members*);
Christine Laroche, Jean Roger (*Non-membres du conseil d'administration / Non-board members*)

Programme d'exercices spécialisés / Specialized exercise program:

Beverly Colbeck & Caroline Halle

(*Spécialistes en santé & conditionnement physique / Specialists in health & physical fitness*)

Programme d'initiative jeunes & jeunes adultes / Youth & Young Adults' Initiative Program:

Ariana Parolini (*Coach Santé & Bien-Être/Health & Wellness Coach*), Paulette Zielinski (*Présidente et Co-ordinatrice/President & Coordinator*), Chloe Guan (*Adjointe Co-ordinatrice/Assistant Coordinator*)

Procès-verbal de l'Assemblée générale annuelle des membres d'AWISH
Centre communautaire Sarto-Desnoyers, 1335 ch. Bord-du-Lac – Dorval, Qc
Dimanche - 15 juin 2025 à 14 :00h

1/2

Présents (C.A.): Jeannine Blain, Nicole Bourdeau, Catherine Davies, Jo-Ann Davies, Sam Toka, Roger Trottier, Paulette Zielinski

Absents: Erlinda Duperron, André Laperrière

Membres d'AWISH présents : 16 (7 membres du CA; 9 Membres); **Non-Membres** 19; Total 35

Appel à l'ordre

La Présidente, Paulette Zielinski, convoque l'Assemblée générale annuelle 2025 à 14 h00 tenue au Centre Communautaire Sarto-Desnoyers, 1335 ch. Bord-du-Lac, Dorval Qc.

Elle déclare qu'il y a un quorum et que l'assemblée est correctement constituée pour diriger les affaires.

Elle présente les membres actuels du CA présents; l'Adjointe Administrative Suzy Salama, le comité des communications AWISH, Jean Roger et Christine Laroche; les organismes communautaires Centre TVDS, Fondation Somnolence, Perspective Communautaire en Santé Mentale; les bénévoles Iris Merkle, Jean Laroche, Shawn Zielinski, Chloe Guan. Un remerciement spécial à la Cité de Dorval.

Invitées Spéciales : C'est un honneur pour AWISH de la présence d'une de ses membres de longue date depuis 1988; ancienne Secrétaire du CA de 2001 à 2006, participante assidue à notre programme d'exercices spécialisés pendant plusieurs années, autrice d'un article sur son vécu personnel avec la Methotrexate et sa passion sans relâche de notre organisation, ancienne bénévole de "Literacy Unlimited", Anne Pallen est accompagnée par notre ancienne Présidente et celle responsable du programme d'exercices spécialisés, Beverly Colbeck.

Adoption de l'ordre du jour

Paulette Zielinski demande s'il y avait d'autres points à ajouter à l'ordre du jour.

Elle appelle ensuite pour l'adoption de l'ordre du jour.

Proposé par Beverly Colbeck. **Appuyé par** Anne Pallen. **Adopté.**

Adoption du Procès-verbal de l'AGA du 9 juin 2024

Paulette Zielinski appelle pour l'adoption du procès-verbal de l'AGA du 09 juin 2024.

Proposé par Jo-Ann Davies. **Appuyé par** Roger Trottier. **Adopté.**

Rapport du Trésorier

Paulette Zielinski appelle le Trésorier, Sam Toka, de présenter le rapport financier de l'exercice 2024-2025 et le Budget projeté pour 2025-2026 qu'elle propose pour adoption.

Rapport Financier 2024-2025 : **Proposé par** Jean Roger. **Appuyé par** Shawn Zielinski. **Adopté.**

Budget Projeté 2025-2026 : **Proposé par** Roger Trottier. **Appuyé par** Jo-Ann Davies. **Adopté.**

Adoption Nomination du vérificateur

Paulette Zielinski déclare que AWISH propose que Jean-Claude Elias, CPA, CA, soit nommé comptable pour l'exercice financier 2025-2026. Elle appelle pour l'approbation de la proposition.

Proposé par Premela Pearson. **Appuyé par** Nicole Bourdeau. **Adopté.**

Paulette Zielinski présente le Rapport de la Présidente. Elle donne un aperçu de son message dans le Rapport AGA, identifiants les événements de 2024-2025 en plus de son Programme d'initiative pour les Jeunes et Jeunes Adultes avec l'Arthrite et nomme les membres de l'équipe dont la Coordinnatrice Paulette Zielinski, Coach Santé et Bien-être Ariana Parolini, propriétaire Forge Fitness\entraîneur Zac Spinoso, et elle introduit l'étudiante Chloe Guan qui porte la responsabilité d'Adjointe-Coordinnatrice. Paulette Zielinski passe en revue les statistiques contenus dans le Rapport AGA.

Des montages ppp démontrant nos activités et photos d'offres de nos services en ligne, et la liste de nos donateurs avec remerciements.

Rapport du Comité des candidatures et élections des dirigeants

Paulette demande au Secrétaire, Sam Toka de souligner le statut courant des membres du Conseil d'Administration.

- 1) **Membres du conseil déjà partis ou quittant cette année** : AUCUN.
- 2) **Continuant leurs mandats** : Erlinda Duperron, André Laperrière, Sam Toka, Paulette Zielinski, Jeannine Blain, Nicole Bourdeau, Jo-Ann Davies et Roger Trottier.
- 3) **Nouveau Membre se joignant au CA mai 2025** : Catherine Davies.
- 4) **Membres du Comité des Communications** : Continuant André Laperrière et Sam Toka; **non-membres du CA** Jean Roger et Christine Laroche.
- 5) **Programme d'initiative des Jeunes et Jeunes Adultes avec l'Arthrite** : Coordinnatrice Paulette Zielinski, **Non-Membres** – Coach Santé et Bien-être Ariana Parolini, Entraîneur Zac Spinoso et Adjointe-Coordinnatrice l'étudiante Chloe Guan.

Adoption des Candidats du Conseil d'Administration

Paulette Zielinski appelle à l'adoption de l'élection des ces candidats-tes au Conseil d'Administration

Proposé par Jean Roger. **Appuyé par** Beverly Colbeck. **Adopté.**

(N.B. Membres du Comité des Communications : Non-membres du CA Jean Roger et Christine Laroche)

Paulette présente ensuite le Conseil d'Administration 2025\2026 aux participants de l'AGA et demande au Secrétaire Sam Toka d'identifier l'Exécutif préapprouvé le 11 juin 2025.

Période de questions

Paulette Zielinski demande s'il y a des questions de la part des participants à l'AGA.

Il est proposé que le Rapport de l'AGA 2024-2025 soit approuvé.

Proposé par Sam Toka. **Appuyé par** Mary-Ellen Kokman. **Adopté.**

Levée de l'assemblée

N'ayant aucun autre sujet à aborder, Paulette déclare que l'assemblée est levée et demande un proposeur.

Proposé par Jo-Ann Davies. La séance est levée à 14 :30h. **Adopté.**

Présidente

Paulette Zielinski

Secrétaire-Trésorier

Sam Toka

Suivi par la présentation – de la conférencière-invitée, Dre. Mary-Ann Fitzcharles à 14 :30h. Paulette Introduit notre invitée et donne un aperçu de la fidélité envers AWISH depuis sa première conférence le 13 septembre 1994 – « Prenez l'Arthrite en Main ». La présentation d'aujourd'hui « « La Fibromyalgie n'est plus un diagnostic de Cendrillon » ».

Minutes of the Annual General Meeting of members
Sarto-Desnoyers Community Centre – 1335 Lakeshore Dr., Dorval Qc
Sunday, June 15, 2025 – 2pm

1/2

Directors Present: Jeannine Blain, Nicole Bourdeau, Catherine Davies, Jo-Ann Davies, Sam Toka, Roger Trottier and Paulette Zielinski.

Absent: Erlinda Duperron and André Laperrière.

Number of AWISH Members present: 16 (7 Board Members, 9 Members); Non-Members: 19. Total 35.

Call to order:

President Paulette Zielinski calls, the 2025 AWISH Annual General Meeting to order at 2:00PM.
She declares that there is a quorum present and the meeting is properly constituted to conduct business.

She introduces the current Board members present. **Administrative Assistant:** Suzy Salama; **AWISH Communications Committee:** Jean Roger and Christine Laroche; **Organizations:** Centre TVDS, Somnolence Foundation; Perspective Communautaire en Santé Mentale and Friends for Mental Health; **Volunteers:** Iris Merkle, Jean Laroche, Shawn Zielinski; Chloe Guan; **Special Thank you** to the City of Dorval.

Special Guests: AWISH is honoured to have long-time member of AWISH since 1988, former Secretary of the Board from 2001 to 2006, active participant in our specialized exercise program for many years, author of an article on her personal journey on Methotrexate and her continued passion for our organization, former volunteer for Literacy Unlimited, Anne Pallen is accompanied by former President Beverly Colbeck and AWISH Exercise Program Facilitator.

Approval of the agenda:

Paulette Zielinski asks if there were any other items to add to the agenda. She calls to move for approval of the agenda.

Moved by Beverly Colbeck. **Seconded by** Anne Pallen. **Carried.**

Approval of the Minutes of the June 09, 2024 AGM:

Paulette Zielinski calls for the approval of the Minutes of the June 09, 2024 AGM.

Moved by Jo-Ann Davies. **Seconded by** Roger Trottier. **Carried.**

Treasurer's report:

Paulette calls for Treasurer Sam Toka to present the Financial Report and the Projected Budget for 2024-2025 and move for approval.

Financial Report 2024-2025 – Moved by Jean Roger. **Seconded by** Shawn Zielinski. **Carried.**

Projected Budget 2025-2026 – Moved by Roger Trottier. **Seconded by** Jo-Ann Davies. **Carried.**

Appointment of Accountant:

Paulette Zielinski calls for the **Appointment of Accountant**. She advises that AWISH proposes that Groupe JCE, CP & CPA, Chartered Accountants be appointed accountant for the fiscal year 2025-2026.

Moved by Premela Pearson. **Seconded by** Nicole Bourdeau. **Carried.**

President's Report:

2/2

Paulette Zielinski presents the President's Report. She does a quick review of her Report contained in the AGM Report, highlighting the events of the 2024-2025 year as well as her special Youth and Young Adults with Arthritis Initiative Program and the Team Members being the Coordinator Paulette Zielinski, Health and Wellness Coach Ariana Parolini, Owner of Forge Fitness/Gym Trainer Zac Spinosa and introduces student Chloe Guan who has been named Assistant Coordinator. Paulette Zielinski also reviews the statistics which are also in the AGM Report.

Slides showing activities, presentations and pictures of online offerings, and list of donors with thank-you.

Nominating Committee Report & Election of Board Members:

Paulette Zielinski than calls on the Secretary Sam Toka to outline the current Board member status.

- 1) **Board members left or leaving this year:** NONE.
- 2) **Continuing Board Member candidates:** Erlinda Duperron, André Laperrière, Sam Toka, Paulette Zielinski, Jeannine Blain, Nicole Bourdeau, Jo-Ann Davies and Roger Trottier.
- 3) **New Board Member joined May 2025:** Catherine Davies.
- 4) **Board Members of the Communications Committee:** Continuing André Laperrière and Sam Toka.
Non-Board Members: Jean Roger and Christine Laroche.
- 5) **Youth and Young Adults with Arthritis Initiative Program:** Coordinator Paulette Zielinski; **Non-Board Members** – Health and Wellness Coach Ariana Parolini, Forge Fitness Owner\Gym Trainer Zac Spinosa and Assistant Coordinator, student Chloe Guan.

Approval of Board of Directors Candidates: Paulette Zielinski calls to approve that these candidates be elected to the Board of Directors. **Moved by** Jean Roger. **Seconded by** Beverly Colbeck. **Carried.**

Question and Answer Period:

Paulette Zielinski asks if there are any further questions from the AGM participants.

It is proposed that the AGM Report for 2024-2025 be Approved: **Moved by** Sam Toka. **Seconded by** Mary-Ellen Kokman. **Carried.**

Adjournment

There being no further business to come before the meeting, Paulette Zielinski states that the meeting be adjourned and asks for the mover: (final AGM adjournment slide). **Moved by** Jo-Ann Davies. **Carried.**

Adjourned at 2:30PM, June 15, 2025.

President

Paulette Zielinski

Secretary-Treasurer

Sam Toka

Guest-Speaker 2:30pm

Paulette welcomes and introduces our guest-speaker and she reads her biography. Dr. Fitzcharles gave her first AWISH conference on September 13, 1994 "Get a Grip on Arthritis".

Dr. Mary-Ann Fitzcharles on "Fibromyalgia is no longer a Cinderella diagnosis"

ASSOCIATION D'ENTRAIDE D'ARTHRITE DE L'OUEST DE MONTRÉAL INC.
RÉSULTATS
EXERCICE CLOS LE 31 MARS 2026

ARTHRITIS WEST ISLAND SELF HELP ASSOCIATION OF MONTREAL INC.
STATEMENT OF OPERATIONS
YEAR ENDED MARCH 31, 2026



	2026	2025
Revenus Income		
Subventions - PSOC Subsidy - PSOC	\$ 58,321	\$ 49,272
Services - cours Services - Courses	18,641	18,205
Dons Fiducie arthrose Donations Arthros Trust	12,000	35,000
Dons - Communauté Donations - Community	9,435	9,334
Dons - Particuliers Donations- Individuals	5,933	15,364
Dons - Politiques Donations - Political	3,500	8,500
Cotisations des membres Membership fees	2,290	3,543
Revenu d'intérêt Interest revenue	471	456
Autre Other	-	3,524
Dons - Corporatifs Donations - Corporate	-	3,161
	110,591	146,359

Dépenses administratives Administrative expenses		
Salaires et bénéfices sociaux Salaries, wages and fringe benefits	55,324	53,522
Marketing, communications, maintenance site web Marketing, communications, website maintenance	28,179	5,163
Loyer Rental	17,655	16,982
Services - dépenses de cours Services - Courses expenses	15,831	17,114
Honoraires professionnels Legal and professional fees	7,507	7,117
Photocopieur et copies Photocopier and copies	4,018	3,727
Publicité et promotions Advertizing and promotion	2,187	2,460
Assurances Insurance	1,957	1,829
Événements spéciaux Event expenses	2,305	668
Télécommunications Telecommunications and internet access	1,442	1,450
Frais de bureau Office expenses	1,077	1,018
Frais de poste et livraison Postage and delivery	541	486
Frais de banque Bank charges	479	122
Cotisations Membership	381	401
Amortissement des actifs tangibles Amortization of tangible capital assets	254	311
Amortissement des actifs intangibles Amortization of intangible capital assets	9,417	6,525
	\$ 148,554	\$ 118,895
(Insuffisance) excédent des produits sur les charges (Deficiency) excess of revenues over expenses	\$ (37,963)	\$ 27,464

Les notes complémentaires font partie intégrante des états financiers.
The accompanying notes are an integral part of these financial statements.

AWISH Budget projeté	2026-27	AWISH Projected Budget
REVENUS		REVENUES
Adhésions	2,388.00	Membership
Dons	70,248.00	Donations
Individu	4,114.00	Individual
Communauté	9,434.00	Community
Politique	1,500.00	Political
Corporatif	0.00	Corporate
Subvention PSOC	55,700.00	PSOC Subsidy
Arthros-Fiducie	0.00	Arthros Trust
Partage-Action	0.00	WICS
Programmes	26,097.46	Programs
Exercices - DDO	4,274.26	Exercises - DDO
Exercices - Dorval matin	9,867.20	Exercises - Dorval morning
Exercices - Dorval après-midi	3,160.00	Exercises - Dorval afternoon
Exercices - Pierrefonds	8,379.00	Exercises - Pierrefonds
Autres (CPG, intérêts, remises fiscales)	0.00	Other (GIC, interest, tax rebates)
REVENU TOTAL	99,234.02	TOTAL REVENUE
DEPENSES		EXPENSES
Administration de bureau	60,097.22	Office administration
Publicité\promotion	1,718.42	Publicity\promotion
Frais de poste \ courrier	629.27	Postage\courier
Fournitures\papeterie\meubles	967.65	Supplies\stationery\furniture
Location photocopieur\copies	4,126.12	Photocopier rental\copies
Achat ordinateur\réparation\logiciel\entretien	4,000.00	Computer purchase\repairs\sftw\mtce
Mise à jour site web\entretien	23,697.50	Website update\maintenance
Hébergement site web\entretien	192.13	Web hosting\maintenance
Téléphone-Vidéotron	538.14	Telephone\Vidéotron
Internet-Vidéotron	1,075.40	Internet\Vidéotron
Assurance	3,311.57	Insurance
Loyer	19,641.02	Rent
Programmes	12,825.00	Programs
Exercices - DDO	2,375.00	Exercises - DDO
Exercices - Dorval matin	2,660.00	Exercises - Dorval morning
Exercices - Dorval après-midi	2,660.00	Exercises - Dorval afternoon
Exercices - Pierrefonds	5,130.00	Exercises - Pierrefonds
Sessions d'information	0.00	Information sessions
Soutien	0.00	Support
Autres: location d'espace\désinfectant	0.00	Other: rental space\sanitizer
Autres (Zoom\milage\sociale\gouters\rencontres	2,465.75	Other: Zoom\mileage\socals\ref\mtgs
Frais professionnels (JCE\NL -comptables)	8,066.59	Professional fees (JCE\NL acctg)
Salaire	57,427.43	Payroll
Salaire net	39,545.23	Net payroll
DAS Fédérale	4,377.44	DAS federal
DAS Provinciale	13,504.76	DAS provincial
Déclaration annuelle, OBNLs CNESST	286.03	Yrly Qc, NPOs decl.\CNESST
Banque - GPC et frais de transactions	161.72	Bank - GIC & transact. Fees
Adhésions	397.09	Membership(s)
DEPENSES TOTALES	141,726.83	TOTAL EXPENSES
REVENUS vs DÉPENSES	-42,492.82	REVENUES vs EXPENSES

MESSAGE DE LA PRÉSIDENTE

“POURQUOI AWISH FUT POUR MOI, UN DÉVOUEMENT ET UNE CAUSE PASSIONNÉE PENDANT 29 ANS”

QUI SUIS-JE? Avant de faire du bénévolat pour AWISH, je fus une professionnelle au sein de Bell Canada de 1962 à 1966. Dès l'âge de 18 ans et à peine sortie de l'école secondaire, j'ai travaillé dans le département d'ingénierie “Toll Area” – alors qu'un nouveau système d'appel d'urgence était en processus de création (connu sous 911 aujourd'hui). Par la suite, j'ai débuté une carrière de 31 ans au sein d'un organisme syndical de 1966 à 1997. J'avais un père syndicaliste qui m'a appris à un jeune âge ce que voulait dire de se battre à la défense des personnes les plus vulnérables dans notre société et ceux travaillant dans des conditions de travail dangereuses et des salaires incroyablement minimes et sans sécurité d'emploi. Les femmes n'étaient pas traitées équitablement et toujours, sans exception, souffraient d'harcèlement au travail et d'abus.

En 1992, j'ai découvert une super organisation qui aidait les personnes souffrant d'arthrite, recommandée par la Société d'Arthrite “pour de l'aide individuelle” suite à un diagnostic de la Fibromyalgie. J'ai rencontré la Présidente-fondatrice, Patricia Vauclair. J'ai maintenu un contact et en 1994 j'ai découvert leur super cours “Mieux Vivre avec la Fibromyalgie”. Ça augmenté mon désir d'aider AWISH avec mes capacités de plaider pour aider ceux sans voix et de passer le message à notre communauté de l'existence de cette merveilleuse organisation. Je suis devenue membre du CA en 1995-1996. Au fil des années, je suis devenue Vice-présidente en 2004 et en juin 2006, Présidente – toujours à titre de bénévole. Pendant de nombreuses années, je fus plus que récompensée d'avoir à mes côtés un 2^e soutien indispensable pour améliorer notre organisation. Jean Roger est responsable pour mon sous-titre de “Energizer Bunny”.

Ensembles, nous avons amélioré le nombre d'endroits pour nos cours d'exercices spécialisés – 2 à Dorval, 1 à DDO et 2 à Pierrefonds avec des Spécialistes en conditionnement physique. Nous avons offert des présentations professionnelles power point. Jean a pris sa retraite comme membre du CA en 2024, mais elle continue d'être ma personne-ressource spécialement comme membre de notre comité de communications et les besoins techniques lors de nos présentations communautaires.

AWISH – continue d'offrir les événements Arthrite Rendez-Vous et les sessions d'information ainsi que des ateliers (Mieux Vivre avec l'Arthrite et Tenue d'un Journal). Pendant de nombreuses années nous avons offert les groupes de soutien “Soins et Partage et la Sclérodémie”. Certains participants avaient besoin de socialiser, donc nous avons démarré le programme de brunches mensuels en 2005.

AU FIL DES ANNÉES – nous avons amélioré notre Programme d'information communautaire et augmenté le nombre de contacts communautaires, les élu-e-s et quelques partenaires corporatifs. Nous jouissons de l'appui d'excellents partenaires médicaux pour nous aider à éduquer la population. Dre Mary-Ann Fitzcharles, Dre Marie Hudson, Dre Elizabeth Hazel et Dr Michael Starr continuent de nous soutenir. Nous avons même les Pharmaciens Fernanda Civitella et Jason Fiore qui se sont joints à nous, les deux affiliés au Pharmaprix Jardins Dorval.

L'AVENIR – AWISH planifie actuellement un nouveau programme, les Jeunes Adultes avec l'Arthrite. Ce n'est pas évident que l'arthrite affecte les enfants, adolescents et jeunes adultes – donc, nous travaillons sans relâche à planifier ce programme. Nous allons aussi offrir un 3^e événement depuis 2024, le 18 octobre, modéré par Dre Mary-Ann Fitzcharles, CUSM, Rhumatologue et chercheuse, sur “la douleur Nociceptive et les traitements pour la douleur”.

Je fus personnellement la récipiente de plusieurs prix de reconnaissance au cours des années, spécialement la Médaille du Jubilé de Diamant de la Reine en 2012, mais mon dévouement n'est pas pour les honneurs, c'est pour le bien-être de nos clients et l'éducation du grand public **à propos de l'arthrite qui affecte toutes les générations.**

MERCI – j'offre mes sincères remerciements à notre Adjointe administrative, Suzy Salama, tous nos conférenciers-invités, les membres du CA d'AWISH, les bénévoles communautaires, entraîneurs, les organismes communautaires ainsi que tous nos donateurs financiers Indiqués à la page 14. Sans ce soutien, AWISH ne pourrait pas continuer d'offrir tous ses programmes et services. Vérifiez tous les statistiques dans notre Rapport.

Ça prend une équipe dédiée pour réussir!

Sincèrement,
Paulette Zielinski, Présidente

MESSAGE FROM THE PRESIDENT

“WHY HAS AWISH BEEN FOR ME, A DEDICATED AND PASSIONATE CAUSE FOR 29 YEARS”

WHO AM I? Prior to volunteering for AWISH, I was a professional employee working for Bell Canada from 1962 to 1966. At age 18, fresh out of High School, I worked in the Toll Area Engineering Department – when a new emergency call system was being created (known now as 911). I then began a 31-year career working for a labour organization from 1966 to 1997. Raised by a Union representative father, I learned at a young age what it meant to fight for the most vulnerable people in our society and those working in dangerous conditions with incredibly low wages and no job security. Women were not treated equally and more often than not, suffered from on-the-job harassment and abuse.

In 1992, I discovered an amazing organization that helped people suffering from arthritis, recommended by The Arthritis Society for “personal assistance” after being diagnosed with Fibromyalgia. I met the Founding President, Patricia Vauclair. I kept in touch and in 1994 discovered their amazing course “Coping with Fibromyalgia”. This increased my desire to help AWISH with my advocacy strength to help those who did not have a voice and to help inform our community about this amazing organization.

I became a Board member in 1995-1996. And over the years, I became Vice-President in 2004 and in June 2006 became President – always as a volunteer. For several years, I was more than appreciative to have a 2nd in command to help improve the organization. Jean Roger is responsible for my nickname, the “Energizer Bunny”.

Together, we improved the number of locations for our specialized exercise classes – 2 in Dorval, 1 in DDO and 2 in Pierrefonds with Specialized Trainers. We offered more professional power point presentations. Jean retired as a Board Member in 2024 but has continued to be my go-to person especially as a member of our Communications Committee and my techy person for community outreach presentations.

AWISH - has continued to offer Arthritis Rendez-Vous events and Information Sessions as well as workshops (Living Well with Arthritis & Journaling). For many years we also offered “Caring & Sharing and ‘Scleroderma Support Groups”. Some participants needed to socialize, so the monthly Brunch program began in 2005.

OVER THE YEARS - we improved our Community Outreach Program and increased numerous community contacts with organizations, elected officials and some corporate sponsors. We’ve had excellent medical partners to help us educate the population. Dr. Mary-Ann Fitzcharles, Dr. Marie Hudson, Dr. Elizabeth Hazel and Dr. Michael Starr continue to support us. We’ve even had Pharmacists Fernanda Civitella and Jason Fiore join us, both affiliated with Pharmaprix Jardins Dorval.

OUR FUTURE - AWISH is planning a new program – the Young Adults with Arthritis Program. It is not a well-known fact that arthritis affects children, youth and young adults – so, we are working diligently to offer this new program. We will also offer our third public event since 2024, on October 18, moderated by Dr. Mary-Ann Fitzcharles, MUHC Rheumatologist and Researcher – on “Nociplastic Pain & pain treatments”. I personally received many awards over the years, especially honoured with the Queen’s Diamond Jubilee Medal in 2012, but my dedication is not for awards, it is for the well-being of our clients and educating the general public **about arthritis afflicting all generations.**

THANK YOU - I wish to take this opportunity to offer my sincere Thank You to our Administrative Assistant Suzy Salama, all our special guest-speakers, AWISH Board Members, community volunteers, fitness trainers, West Island community organizations as well as all our faithful donors listed on page 14. Without this support, AWISH could not continue to offer all its programs and services. Check all the statistics in our Report.

It takes a dedicated team to gain success!

Sincerely,
Paulette Zielinski, President

2025-2026		NOMBRE DE GENS SERVIS / NUMBER OF PEOPLE SERVED												
D'ACTIVITÉS / ACTIVITIES		AVR APR	MAI MAY	JUIN JUNE	JUIL JULY	AOUT AUG	SEPT SEPT	OCT OCT	NOV NOV	DEC DEC	JAN JAN	FEB FEB	MARS MAR	TOTAL
INFORMATION														
Séances info, conf./info sessions conf.				35			131							166
AGA/AGM				35										35
EDUCATION +														
* Exercices DDO Exercise		6	6	6			3	3	3	3	5	5	5	45
* Exercices AM Dorval Exercise		20	20	20	35	35	30	30	30	30	31	31	31	343
* Exercices PM Dorval Exercise		18	18	18			13	13	13	13	18	18	18	160
* Exercices Pierrefonds Mardi/Tuesday		20	20	20	16	16	20	20	20	20	18	18	18	226
* Exercices Pierrefonds Jeudi/Thursday		8	8	8			12	12	12	12	9	9	9	99
Gerer l'Arthrite-Jeunes/Arthritis Mgt-				3									9	12
SUPPORT														
Atelier Bien-Etre du Journal/Journaling														
APPROCHE COMMUNAUTAIRE / COMMUNITY OUTREACH														
Forum Sante Mentale/Mental Health			25										45	70
Plaza Pte Clr communauté/community							25							25
P/R Fete-en-Famille/P/R Family Day			105											105
Prfds Carrefour des Aines/Seniors' Day			80+											80
Dorval Celebration						22								22
B.Garceau BBQ etc/Summer BBQ						10								10
Prfs Leadership au Feminin	20													20
Hudson Foire Aines-Seniors Fair							65							65
Pierrefonds Biblio-Library							10							10
DDO Foire Aines/DDO Seniors Fair	100+													100
ACTIVITÉS SOCIALES / SOCIAL ACTIVITIES														
Brunches		14	10	7		12		7	9		10	12		81
Sortie estivale / Summer outing					7									7
Fête annuelle AWISH annual gathering										23				23
** NOMBRE DE GENS SERVIS / NUMBER OF PEOPLE SERVED														1714
Membres AWISH Members													100	100
Bénévoles/Volunteers													71	71
Heures de bénévolat/Vol. hours													1533	1533
Distr. Bulletin/Newsletter (approx.)	300	500				500		500			500			2300

* Le total représente le nombre de participants par session / The total represents the number of participants per session

** Le total représente le nombre actuel de participants (non cumulatif) / The total represents how many actually participated (not cumulative)

AUTRES ACTIVITÉS | OTHER ACTIVITIES

FINANCEMENT & RÉSEAUTAGE / FUNDING & NETWORKING

PSOC - réunion	PSOC meeting
ACDPN/WITT - Réseau de réflexion	ACDPN/WITT – Think-tank network
Les anciens de Pointe-Claire	Pointe-Claire Oldtimers
Les anciens de Dorval	Dorval Oldtimers
Dép/MNAs: E. Ciccone + M. Derraji + G. Kelley + B. Garceau	

ÉDUCATION / EDUCATION

CIUSSS – Forum Vieillir en Santé	WI HSS – Forum Ageing Well
Leadership pour Femmes P/R	Women's Leadership P/R
Journée Internationale de la Femme/Forum Dép.B. Garceau	International Womens' Day, MNA Brigitte Garceau
Mentorat/Partenariat – Arthrite Rive-Sud	Mentoring/Partnership – Arthritis South Shore
Forum sur la Santé Mentale	Forum on Mental Health
Forum Communauté Culturelle	Forum on Cultural Community
CHUM & McGill	CHUM & McGill

DANS VOS COMMUNAUTÉS / IN YOUR COMMUNITIES

Kiwanis Lakeshore Mtl (AWISH représenté sur le CA);	Kiwanis Lakeshore Mtl (AWISH represented on the
Campagne d'adhésion; Tournoi de golf annuel; Levées de	Board); Membership drive; Annual Golf Tournament;
fonds; Noix et Gâteaux	Nuts & Cakes; Fundraisers;
CRC ODI - Réunion des directeurs	WI CRC - Directors' meeting
Dorval en Fête et Pierrefonds Fête de la Famille	Dorval Celebrates and Pierrefonds Family Day
Gala des bénévoles P/R	Volunteer Gala P/R
ABOVAS AJOI Richochet	TQSOIM TQNOIM C-TDVS

DÉFENSE DES DROITS / ADVOCACY

AWISH est aussi membre ou impliqué avec des comités de l'Ouest de l'Île qui servent à améliorer la qualité de vie des citoyens et favoriser le développement – rencontres:	AWISH is also a member or implicated with committees in the West Island which serve to improve quality of life of its citizens and favour social – meetings:
TQNOIM/TQSOIM Comité de Pilotage	WI North/South Councils – Steering Committee
TQSOIM Sous-comité Santé et bien-être	WI South – Sub-Committee on Population Wellbeing
TQNOIM Rencontres CA	WI North Council (TQNOIM) Board Meetings
TQNOIM Événements/AGA	WI North Council Events/AGM
TQNOIM Comité Vivre-Ensemble	TQNOIM - Living Together Committee
TSUAPR Table de la sécurité urbaine	TSUAPR Urban Security Table
TCAOI Table de Concertation des Aînés ODI – membres	WIST WI Seniors Table - membership

ACTIVITÉS D'AWISH (Services à la communauté) / AWISH ACTIVITIES (Services to the Community)

45 Groupes & 680 Participations / 45 Groups & 680 Participations

Dans Vos Communautés: 23 groupes, 107 participations	In Your Communities: 23 groups, 107 participations
Financement et Réseautage: 9 groupes, 30 participations	Funding & Networking: 9 groups, 30 participations
Défense des Droits : 3 groupes, 36 participations	Advocacy: 3 groups, 36 participations
Éducation : 10 groupes, 507 participations	Education: 10 groups, 507 participations
Nombre de Kiosques : 10	Number of Kiosks: 10
Nombre de visites aux Kiosques : 507	Number of Kiosks Visits: 507
Nombre d'Endroits Desservies : 19	Number of Locations Served: 19
Nombre de Participants : 680	Number of Participants: 680

SÉANCE D'INFORMATION | INFORMATION SESSION

Les conférences furent présentées en Anglais avec une période Q&R bilingue.

The conferences were in English with a bilingual Q&A period .

AGA CONFÉRENCIÈRE INVITÉE 15 juin 2025

Dre Mary-Ann Fitzcharles
Rhumatologue et chercheur au CUSM
Aperçu de la fibromyalgie et de l'arthrite

AGM GUEST-SPEAKER June 15, 2025

Dr. Mary-Ann Fitzcharles
Rheumatologist and Researcher MUHC
Fibromyalgia & Arthritis Overview

JOURNÉE D'INFORMATION COMMUNAUTAIRE ARTHRITE RENDEZ-VOUS 2025

28 septembre 2025

COMMUNITY INFORMATION DAY ARTHRITIS RENDEZ-VOUS 2025

September 28 2025

Dr. Hudson, Dr. Hazel, Dr. Starr; Étudiante/Student Chloe Guan; Pharmacien/Pharmacist Jason Fiore

SINCÈRES RÉMERCIEMENTS | HEARTFELT THANKS

Bénévoles, animatrices, conférenciers, bienfaiteurs et les membres de AWISH

Volunteers, facilitators, guest speakers, benefactors and members of AWISH

Fatima Amari
Siella & Cassia Attari
Pierre Bassam
Jeannine Blain
Nicole Bourdeau
Sylvie Charbonneau
Beverly Colbeck
Catherine Davies
Jo-Ann Davies
Ron Della Porta

Erlinda & André Duperron
Dr. Mary-Ann Fitzcharles
Chloe Guan
Sheryl Guloy (Phd)
Lillian Gura
Caroline Halle
Dr. Elizabeth Hazel
Dr. Marie Hudson
Hope Jaikaransing
André Laperrière

Christine Laroche
Jean Laroche
Monica & Robert
Iris Merkel
Ariana Parolini
Jean Roger
Suzy Salama
Andy Sarrasin
Jennifer Sarrasin
Rae Sarrasin

Jessica Schiff MSW
Dr. Michael Starr
Sam Toka
Roger Trottier
Dahna Webber
Shawn Zielinski
Paulette Zielinski
16 Organisations communautaires /
Community Organizations
- 31 bénévoles/volunteers

The Dr. J. David & Doris Roger Family Fund



Gregory Kelley
Député/MNA
Jacques-Cartier



Leah Schwartz estate



Monsef Derraji
Député/MNA
Nelligan



Enrico Ciccone
Député/MNA
Marquette

PHARMAPRIX
Jardins Dorval Gardens



Brigitte Garceau
Député/MNA
Robert-Baldwin

Agence de la santé
et des services sociaux
de Montréal

Québec



ACDPN
African Canadian Development
and Prevention Network



CAISSE DE BIENFAISANCE
DES EMPLOYÉS ET RETRAITÉS DU CN
CN EMPLOYEES' AND PENSIONERS'
COMMUNITY FUND



Membres d'AWISH | AWISH Members



Héritage anonyme
Anonymous Legacy



BÉNÉVOLAT | FAIRE UN DON | DEVENEZ MEMBRE 30\$/année

VOLUNTEER | DONATE | BECOME A MEMBER \$30/year

www.awishmontreal.org | 514-631-3288 | arthritis@awishmontreal.org