



MIGRAINE CANADA

2025

RAPPORT D'IMPACT ANNUEL

*AMÉLIORER LA VIE DES PERSONNES VIVANT AVEC LA
MIGRAINE AU CANADA*

TABLE DES MATIÈRES

	PAGE
MESSAGE DE LA DIRECTION	03
À PROPOS DE MIGRAINE CANADA	05
BILAN DE L'ANNÉE – <i>Faits saillants en chiffres</i>	06
PRINCIPALES RÉALISATIONS	07
CROISSANCE, PORTÉE ET IMPACT STRATÉGIQUE DU PROGRAMME	12
APERÇU FINANCIER	16
RECONNAISSANCE DES DONATEURS ET DES PARTENAIRES	17
BÉNÉVOLAT ET MOBILISATION COMMUNAUTAIRE	18
GOUVERNANCE ET LEADERSHIP	19
PERSPECTIVES POUR L'ANNÉE À VENIR	21
COMMENT S'IMPLIQUER	22
MOMENTS MARQUANTS DE NOTRE MISSION	23

MESSAGE DE LA DIRECTION

Wendy Gerhart, directrice générale, et Evan Lawlor, président du conseil d'administration

À la communauté canadienne vivant avec la migraine,

L'année 2025 a été marquée par un élan remarquable, une résilience collective et un engagement renforcé envers les millions de personnes au Canada qui vivent avec la migraine. C'est avec fierté que nous vous présentons notre Rapport Annuel 2025, qui témoigne d'une période de croissance importante et d'un travail de sensibilisation accru pour la communauté que nous servons.

Les réalisations mises en lumière dans ce rapport témoignent de la force et de la mobilisation de notre communauté. Elles ont été rendues possibles grâce à la générosité indéfectible de nos donateurs, au dévouement de nos bénévoles et à la collaboration stratégique de nos partenaires. Nous sommes particulièrement encouragés par l'augmentation remarquable des dons individuels, qui ont connu une croissance de 94 % en 2025 par rapport à 2024. Cette progression reflète la confiance profonde de la communauté envers notre mission et l'impact concret de notre travail.

Merci à notre équipe, nos bénévoles, nos donateurs et nos partenaires, pour votre passion, votre dévouement et votre engagement à faire en sorte qu'aucune personne au Canada n'ait à affronter cette maladie neurologique seule. Votre soutien nous permet de bâtir un avenir plus solide et plus durable pour toutes les personnes touchées par la migraine.

En tant qu'organisme de bienfaisance national, nous reconnaissons que si chaque parcours avec la migraine est unique, notre voix collective demeure notre plus grande force. Notre travail reste profondément ancré dans une approche centrée sur les patients, afin que nos initiatives répondent aux obstacles médicaux, sociaux et professionnels auxquels notre communauté est confrontée quotidiennement.

Grâce à nos campagnes de sensibilisation, nous avons élargi notre présence numérique. Nous avons fait croître notre initiative phare « Move for Migraine », rejoignant un plus grand nombre de personnes que les années précédentes et établissant des liens essentiels avec les employeurs et les professionnels de la santé. Nos programmes d'éducation et de soutien ont connu une expansion considérable : nous avons offert plus d'une douzaine de webinaires à des milliers de participants et lancé plus d'une douzaine de nouveaux outils, dont notre guide de discussion clinique et des guides de traitement mis à jour selon les nouvelles lignes directrices. Afin de favoriser une communauté plus soudée, nous avons élargi nos groupes de soutien virtuels pour offrir des séances en soirée, en journée et dans le fuseau horaire du Pacifique, afin que personne n'ait à faire face à cette maladie dans l'isolement.

MESSAGE DE LA DIRECTION

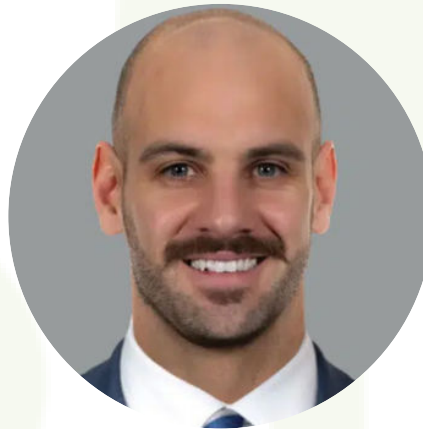
Nos efforts de défense des droits sont demeurés constants, représentant la voix des patients aux niveaux provincial, national et international. En présentant à des conférences majeures et en collaborant directement avec les organismes gouvernementaux et des assureurs, nous avons plaidé pour un accès équitable à des traitements qui changent des vies et pour de meilleures normes de soins. Ensemble, ces initiatives reflètent notre engagement indéfectible envers une approche centrée sur le patient qui a un impact positif sur notre communauté.

Alors que nous célébrons les progrès réalisés en 2025, notre regard demeure résolument tourné vers l'avenir. En 2026, Migraine Canada intensifiera ses efforts de défense des droits afin d'améliorer l'accès à un diagnostic précoce, à des traitements fondés sur des données probantes et à des soins équitables. Nous contribuons à façonner des politiques qui éliminent les obstacles inutiles pour les patients et réduisent le fardeau administratif des fournisseurs de soins de santé et des systèmes de santé publics partout au Canada. Nous continuerons de plaider en faveur d'un diagnostic plus rapide, d'un début de traitement prompt et des politiques de remboursement alignées sur les données scientifiques actuelles. Parallèlement, nous élargirons notre Programme en milieu de travail afin de mieux soutenir les employeurs et les employés, nous développerons nos programmes d'éducation et de soutien par les pairs et renforcerons les partenariats qui favorisent des améliorations concrètes et durables dans les soins de la migraine et à la qualité de vie des personnes vivant avec cette maladie au Canada.

Merci d'avoir joué un rôle crucial dans cette aventure. Ensemble, nous ne faisons pas que sensibiliser le public, nous bâtissons un avenir où les soins sont meilleurs et l'espoir durable.



Wendy Gerhart
Directrice générale



Evan Lawlor
Président du conseil
d'administration

À PROPOS DE MIGRAINE CANADA



NOTRE MISSION

Améliorer la vie des personnes atteintes de migraines et d'autres céphalées au Canada grâce au soutien, l'éducation, la sensibilisation, le plaidoyer et la recherche.

NOS PILIERS STRATÉGIQUES

Notre mission s'accomplit grâce à 5 piliers fondamentaux :



Soutien

Créer des programmes et des services qui connectent, responsabilisent et aident les personnes aux prises avec la migraine



Éducation

Développer et diffuser des informations fiables et fondées sur des preuves pour aider les gens à mieux comprendre et gérer la migraine.



Sensibilisation

Reconnaissance croissante de l'impact invalidant de la migraine auprès du public, des décideurs, des professionnels de la santé et des milieux de travail.



Plaidoyer

Promouvoir une meilleure reconnaissance de la migraine et un accès équitable à des soins rapides et efficaces.



Recherche

Soutenir et promouvoir la recherche en vue de la collecte de données pour approfondir les connaissances, améliorer les traitements et éclairer les soins fondés sur des données probantes.

NOTRE HISTOIRE

2018



Fondée par la Dre Elizabeth Leroux, cette organisation nationale à but non lucratif se voue à soutenir les personnes atteintes de migraine au Canada.

2022



Obtention du statut d'organisme de bienfaisance, renforçant sa capacité à étendre ses programmes, ses partenariats et son impact à l'échelle nationale.

AUJOURD'HUI



Guidée par un conseil d'administration et soutenue par notre équipe des opérations, nous faisons progresser notre mission et développons notre impact partout au Canada.

Aujourd'hui, Migraine Canada est dirigée par un conseil d'administration composé de professionnels de la santé et de dirigeants d'organismes sans but lucratif aux compétences variées, ce qui renforce la gouvernance et l'expertise au sein de l'organisation. En collaboration avec l'équipe des opérations, le conseil assure la supervision stratégique et soutient la mission et la croissance de l'organisation.

QUI NOUS SERVONS

PLUS DE 6 MILLIONS

de personnes au Canada vivent avec la migraine et d'autres céphalées.



Les migraineux



Les familles



Les aidants



Les employeurs



Les fournisseurs de soins de santé

Migraine Canada soutient plus de 6 millions de personnes au Canada atteintes de migraine et d'autres céphalées. Grâce à nos programmes d'éducation et de soutien, nous accompagnons également leurs familles, leurs proches aidants leurs employeurs et les professionnels de la santé en favorisant la compréhension, en améliorant les soins et en réduisant le fardeau de la migraine au sein des communautés.

BILAN DE L'ANNÉE — FAITS SAILLANTS

Ces chiffres clés reflètent notre croissance, notre impact et l'engagement indéfectible de notre communauté en 2025.

COMMUNAUTÉ ET PORTÉE NUMÉRIQUE



Augmentation de
↑49 %
6,113



Augmentation de
↑40%
4,518



Augmentation de
↑37%
983



Augmentation de
↑32%
1,612

SITE WEB ET APPLICATION



561 719
Visites du site Web

16 645
Téléchargements de ressources

APPLICATION CALENDRIER CANADIEN DES MIGRAINES



17 %
27,413
Augmentation du nombre d'utilisateurs actifs

17 %
9,138
Augmentation du nombre d'utilisateurs mensuels

14 %
2,100
Augmentation du nombre d'utilisateurs quotidiens

ÉDUCATION ET SOUTIEN



12
Nouvelles ressources publiées

Augmentation de 71 % d'une année sur l'autre



12
Webinaires dispensés

5 267
Inscriptions totales

Augmentation de 60 %



54 %
Augmentation du nombre de professionnels de la santé abonnés à l'infolettre Migraine Minute



3
Groupes de soutien par les pairs mensuels

204
participants se sont inscrits.



4
études de recherche ont été promues

ENGAGEMENT ET SENSIBILISATION



35
Nouvelles demandes sur le localisateur de cliniques spécialisées dans les maux de tête

Augmentation de 25 %



10
Conférences événements exposés ou présentations

Plus de 60 000 participants



251
Demandes directes - par courriel

Augmentation de 62 % d'une année sur l'autre



221
Demandes directes - par téléphone

Augmentation de 119 % d'une année sur l'autre



68
Ensembles de ressources expédiés aux professionnels de la santé



7
Articles d'infolettre partenaire pour les organisations alliées



Plus de 1 000
réponses au questionnaire MIDAS



Plus de 5 000
Hit - 6 réponses au questionnaire

PRINCIPALES RÉALISATIONS



Refonte du site Web

En 2025, Migraine Canada a entrepris une refonte complète de son site Web afin d’améliorer l’expérience utilisateur et l’accessibilité. La nouvelle plateforme présente une conception attrayante et intuitive, structurée autour de profils d’utilisateurs, permettant à chacun de naviguer et d’accéder facilement au contenu et aux ressources adaptés à ses besoins. À la demande générale, elle offre maintenant un mode sombre, améliorant l’accessibilité pour les personnes en pleine crise de migraine ou céphalée.



Campagne « Move for Migraine » et événements en personne

Dans sa quatrième année, la campagne « Move for Migraine » 2025 s’était fixé un objectif ambitieux : augmenter la participation de 20 %. Cet objectif a été largement dépassé, avec une hausse de 54 % du nombre de participants individuels et de 40 % du nombre d’équipes.

La campagne de juin 2025 a été entièrement repensée autour d’un objectif collectif : enregistrer suffisamment de « pas pour traverser le Canada ». La communauté a relevé le défi avec enthousiasme, dépassant le cap des 20 millions de pas grâce à un total de 23 095 903 pas comptabilisés et 13 128 \$ amassés. La campagne a également renforcé les occasions de rassemblement, avec trois rencontres en personne tenues à travers le pays, dépassant les deux initialement prévues.

La sensibilisation communautaire s’est amplifiée tout au long du mois, avec plus de 22 monuments à travers le Canada illuminés en violet pour accroître la visibilité de la migraine et témoigner du soutien envers les millions de personnes qui vivent avec cette maladie. Merci à toutes celles et tous ceux qui ont participé et soutenu nos activités.



54 %
augmentation
du nombre de
participants
individuels



40%
augmentation
du nombre
d’équipes



10,160\$
amassés



11,806,621
Pas enregistrés



26
Monuments
illuminés





Guide de discussion pour les patients



Un guide de discussion pour les patients a été élaboré à la suite des observations recueillies lors de tables rondes avec des patients, ce qui a permis d'identifier des lacunes, des préoccupations et des questions fréquemment rencontrées par les personnes souffrant de migraine. Ce guide propose des pistes de réflexion pratiques et des questions types afin de favoriser des échanges plus éclairés et constructifs entre les patients et leurs professionnels de la santé concernant leurs objectifs personnels et leur parcours de soins.

Ce guide demeure une ressource populaire, avec plus de 1300 téléchargements depuis sa publication entre le 21 mai et le 31 décembre 2025.

Cette ressource reflète une approche collaborative et axée sur le patient. Nous avons travaillé en étroite collaboration avec des représentants de patients afin de bien comprendre leurs expériences et leurs besoins. Leur temps, leurs idées et leurs contributions ont été essentiels à l'élaboration de ce guide, garantissant ainsi sa pertinence, son aspect pratique et son adéquation aux difficultés concrètes rencontrées par les personnes souffrant de migraine.

“

J'aurais tellement aimé avoir ce guide il y a plus de 20 ans. Il m'aurait permis d'identifier tous les symptômes que je n'avais jamais associés à la migraine, d'obtenir les soins nécessaires, d'être prise plus au sérieux par des médecins qui ne comprenaient pas pleinement la migraine, et d'être plus indulgente envers moi-même face aux répercussions sur ma santé mentale, que je ne comprenais pas à l'époque. Je suis convaincue que ce guide améliorera considérablement la gestion de la migraine pour les patients, et je suis extrêmement reconnaissante envers l'équipe de Migraine Canada d'avoir créé et promu une ressource aussi précieuse.

– Kris, participante à la table ronde des patients

”



Migraine minute

En 2025, on a lancé Migraine Minute, une nouvelle série de courtes vidéos éducatives développées en collaboration avec Christie Tait, infirmière praticienne et experte en migraines. En 2025, 39 vidéos ont vu le jour.

Publié régulièrement, cette série fournit des renseignements pratiques et fondés sur des preuves concernant les sujets les plus importants pour les personnes souffrant de migraines.

Migraine Minute enrichit également l'offre de ressources pédagogiques essentielles, notamment des outils de communication centrés sur le patient, des modèles de soins et d'autres ressources cliniques. En offrant des renseignements fiables et accessibles, cette série permet aux personnes souffrant de migraines de mieux comprendre et de gérer leur maladie, favorisant ainsi des échanges plus éclairés avec les professionnels de la santé et contribuant, au final, à une meilleure santé.



Sondage d'évaluation des besoins

Lancé à l'automne 2025, le sondage d'évaluation des besoins a reçu

322
réponses

Ce rapport fournit des renseignements précieux sur la façon dont les programmes, le soutien et les ressources de Migraine Canada répondent aux besoins de la communauté. Les résultats alimenteront l'évaluation continue, mettront en lumière les pistes d'amélioration et contribueront à définir les priorités futures.

PARTENARIATS

Renforcer les relations à travers le Canada

Migraine Canada continue de renforcer et d'élargir son réseau de partenariats avec des groupes de défense des droits des patients, des organisations professionnelles et des fournisseurs de soins de santé connexes partout au pays. Ces collaborations sont essentielles pour faire progresser la sensibilisation, l'éducation et la défense des droits, tout en améliorant les soins et l'accès aux services pour les personnes atteintes de migraine.



POINTS SAILLANTS DU PARTENARIAT



Société canadienne des céphalées

En 2025, nous avons approfondi notre collaboration avec la Société canadienne des céphalées, notamment en siégeant à son comité de défense des droits et en participant à son congrès annuel afin d'établir des liens avec les professionnels de la santé et de diffuser les ressources pédagogiques de Migraine Canada. Nous avons également collaboré à la rédaction de quatre articles d'infolettre, contribuant ainsi à diffuser plus largement l'information fondée sur des données probantes concernant la migraine au sein de la communauté clinique.



Conseil du Congrès du Canada

Notre partenariat avec le Conference Board du Canada a favorisé l'échange de connaissances et la mobilisation des employeurs. Nous avons animé une séance sur la gestion de la douleur chronique au travail à l'intention des professionnels des RH et collaboré aux efforts de recrutement pour nos tables rondes nationales sur le milieu de travail, renforçant ainsi la participation des employeurs à notre Programme canadien en milieu de travail.



Association des pharmaciens du Canada et Coalition pour la santé des femmes

Nous avons poursuivi notre collaboration avec les organismes nationaux de santé afin de mieux faire connaître la migraine et ses répercussions. Cette collaboration s'est notamment traduite par la publication d'un article en partenariat avec l'Association des pharmaciens du Canada, ainsi que par l'organisation d'un webinaire conjoint avec la Coalition pour la santé des femmes sur les hormones, abordant un aspect important et souvent négligé des soins contre la migraine.



PRIX ET DISTINCTIONS

Les recommandations posologiques pédiatriques en soins primaires de Migraine Canada ont reçu le Prix d'excellence en pharmacie de la Société canadienne de pharmacie des systèmes de santé.

COMMUNAUTÉ ET MONDE

Partenariats



L'expansion et le renforcement des partenariats communautaires demeurent une priorité stratégique. Au niveau communautaire, Migraine Canada a soutenu un programme pédiatrique au Centre des sciences de la santé de London, visant à sensibiliser le public et à fournir des ressources aux jeunes patients et à leurs familles. Nous avons également continué à développer nos partenariats communautaires avec des organismes alliés tels que l'Association canadienne de la fibromyalgie, la Société canadienne des troubles de l'humeur et l'Association canadienne des lésions cérébrales, grâce à la promotion croisée de nos ressources et de nos programmes. Ces collaborations renforcent notre capacité à rejoindre les communautés mal desservies, à relever les défis complexes et souvent imbriqués auxquels sont confrontées les personnes atteintes de maladies neurologiques et de douleurs chroniques, et à amplifier nos efforts collectifs de défense des droits. En travaillant ensemble, nous pouvons mettre en commun nos ressources, accroître notre impact et promouvoir une approche de soins plus intégrée et axée sur le patient.

PARTENARIATS COMMUNAUTAIRES



PARTENARIATS INTERNATIONAUX

Sur le plan international, nous avons continué à renforcer nos liens avec la communauté mondiale de la migraine et des céphalées. Nous sommes intervenus en tant que conférenciers lors du congrès de l'Alliance européenne de la migraine et des céphalées (EMHA) à Bruxelles et lors de la réunion annuelle de la Coalition pour les patients souffrant de céphalées et de migraines (CHAMP). Nous poursuivons notre collaboration avec nos partenaires internationaux afin de partager les meilleures pratiques et de soutenir la défense des droits des patients, notamment Migraine Ireland, Migraine Trust et le Migraine world summit. Ces engagements ont renforcé nos liens pour faire progresser la défense des droits des patients et contribuer à l'amélioration de la qualité de vie des personnes atteintes de migraine.



Ensemble, ces partenariats élargissent notre portée nationale, renforcent nos efforts de sensibilisation et contribuent à bâtir une communauté plus connectée et mieux informée pour soutenir les personnes vivant avec la migraine au Canada.





Améliorer l'accès aux soins au Canada

Migraine Canada a continué d'être une voix nationale forte pour les personnes vivant avec la migraine, en défendant un accès équitable et rapide à des traitements et des soins fondés sur des données probantes partout au pays. Nos efforts de plaidoyer ont inclus des soumissions auprès de l'Agence des médicaments du Canada (AMC) et de l'Institut national d'excellence en santé et en services sociaux (INESSS), afin de veiller à ce que la voix des patients et les expériences réelles soient prises en compte dans l'évaluation des traitements et les décisions de remboursement.

Tout au long de l'année, Migraine Canada a collaboré avec les ministères provinciaux et territoriaux de la Santé, les régimes publics de médicaments, les décideurs et les acteurs du système de santé pour identifier des occasions d'améliorer les soins de la migraine et de réduire les obstacles au traitement. Nous avons plaidé en faveur de politiques qui reflètent les données cliniques actuelles, réduisent le fardeau administratif des professionnels de la santé et améliorent les résultats et la qualité de vie des millions de personnes au Canada vivant avec la migraine.

Migraine Canada a également été invitée à soutenir et à collaborer avec la Women's Health Coalition dans l'avancement du projet de loi S-243, le Cadre pour la santé des femmes, présenté par la sénatrice Danielle Henkell. Cette législation proposée établirait un cadre national pour la santé des femmes et, surtout, créerait un mécanisme législatif de reddition de comptes gouvernementale, garantissant que la santé des femmes demeure une priorité mesurable et continue, plutôt que de dépendre uniquement d'engagements ou d'initiatives ponctuelles. Migraine Canada est fière d'apporter la perspective des patientes vivant avec la migraine à cette discussion élargie et de soutenir les efforts visant à combler les lacunes et les inégalités persistantes dans les soins de santé destinés aux femmes.

Grâce à ces efforts, Migraine Canada continue de contribuer à façonner les politiques de santé et à faire progresser un système de soins où les personnes vivant avec la migraine peuvent accéder aux bons traitements, au bon moment, peu importe leur lieu de résidence ou leurs circonstances.

Promouvoir un modèle national de soins contre la migraine

Migraine Canada a eu l'honneur de participer à une table ronde nationale commandée par la Société canadienne des céphalées afin d'éclairer l'élaboration d'un modèle canadien de soins pour la migraine. En réunissant des leaders des soins cliniques, des associations de patients, du secteur de la santé, de l'industrie et de la transformation des systèmes de santé, cette initiative visait à améliorer l'accès aux soins fondés sur des données probantes, à renforcer les parcours de soins intégrés et à garantir une approche véritablement centrée sur le patient.

En tant que porte-parole de la communauté migraineuse, Migraine Canada a apporté des perspectives essentielles sur l'expérience vécue de la migraine et sur les obstacles rencontrés par les patients pour accéder à des soins rapides et efficaces. Notre participation reflète notre engagement continu à faire progresser les soins contre la migraine au Canada et à veiller à ce que la perspective des patients soit pleinement représentée dans la planification des soins de santé et les efforts d'amélioration des systèmes de santé.

Engagement de la coalition

Migraine Canada demeure un membre actif de plusieurs coalitions nationales et provinciales, dont la Coalition pour les meilleurs médicaments, MedAccess BC et la Coalition pour la santé de l'Alberta. La participation à ces réseaux de collaboration renforce notre capacité à rester au courant des enjeux émergents en matière de politiques de santé, à faire entendre la voix des personnes migraineuses dans les discussions plus larges sur l'accès aux soins et à collaborer avec des organismes partageant les mêmes valeurs afin de promouvoir un accès équitable aux traitements et aux services de santé. Grâce à ces partenariats, Migraine Canada aide à faire en sorte que les besoins des personnes vivant avec la migraine soient pris en compte dans le système de santé canadien.

CROISSANCE, PORTÉE ET IMPACT STRATÉGIQUE DU PROGRAMME

Engagement communautaire

En 2025, Migraine Canada a connu une croissance significative de sa portée communautaire et de son engagement numérique.



La croissance s’est également manifestée au sein de notre base d’abonnés à l’application, qui a augmenté de 31 % en 2025 et approchait les 100 000 abonnés. Cette expansion témoigne d’une forte demande pour des outils d’éducation et de soutien numériques et accessibles sur la migraine, et souligne l’importance de poursuivre les investissements dans des canaux de communication évolutifs et centrés sur le patient.



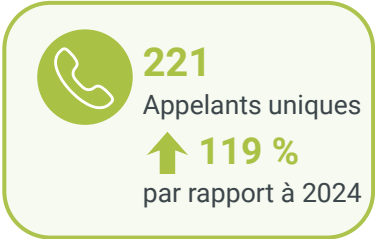
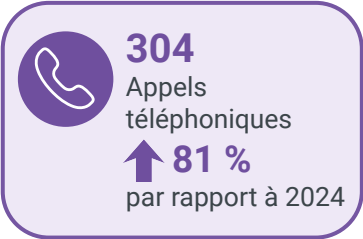
Nos indicateurs d’engagement auprès de nos lecteurs se sont considérablement renforcés. Le taux d’ouverture a augmenté de 98 % d’une année à l’autre, plaçant Migraine Canada bien au-dessus des normes du secteur. Comparativement aux moyennes de l’industrie, notre taux d’ouverture était supérieur d’environ 30 % et notre taux de clics de 11 %, ce qui démontre l’efficacité de nos communications pour rejoindre notre public et susciter son intérêt.



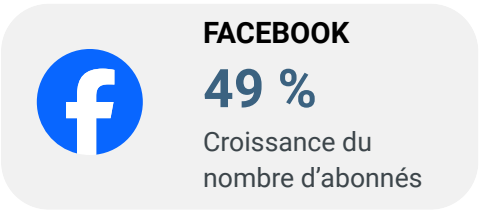
Les médias sociaux ont également connu une forte croissance soutenue tout au long de 2025, permettant à Migraine Canada d’accroître sa visibilité auprès de publics diversifiés. Sur Facebook, le nombre d’abonnés a augmenté de plus de 49 %, ce qui témoigne d’un engagement communautaire accru et du partage de contenu éducatif. Sur Instagram, le nombre d’abonnés a augmenté de 40 %, grâce à des campagnes de sensibilisation visuellement attrayantes et à des messages de santé accessibles. Sur LinkedIn, la croissance a atteint 37 %, renforçant notre présence au sein des réseaux professionnels et multipliant les occasions de partenariat et de collaboration sectorielle.



IMPACT DES COMMUNICATIONS EN 2025



CROISSANCE DES MÉDIAS SOCIAUX EN 2025



“ Je suis membre de Migraine Canada depuis un certain temps et j’apprécie énormément tout le travail que vous offrez : webinaires, informations, etc. Merci à vous et à tous ceux qui contribuent à la réalisation de ce projet. ”

– Membre de la communauté

APPLICATION CALENDRIER CANADIEN DES MIGRAINES

Depuis l'acquisition de l'application Calendrier canadien des migraines de la Société canadienne des céphalées, nous avons constaté une croissance constante. L'application bilingue demeure gratuite et, en 2025, elle a été utilisée par plus de 25 000 personnes.



17 %

Augmentation du
nombre
d'utilisateurs

17 %

Augmentation du
nombre d'utilisateurs
mensuels

80 %+

Utilisateurs au
Canada

19 %

Utilisateurs
internationaux

“ Tout d'abord, je tiens à vous remercier pour tout ce que vous faites ! Ayant récemment reçu un diagnostic de migraine chronique, j'apprends énormément et je suis infiniment reconnaissante d'avoir une source d'information et de ressources aussi fiable – grâce à vous ! Mais si je vous écris, c'est pour vous parler de l'application de suivi des migraines. J'adore cette application et je vous en suis très reconnaissante...”

– Sharon, utilisatrice canadienne de l'application Migraine Tracker ”

SÉRIE DE WEBINAIRES MENSUELS SUR LA MIGRAINE

La série de webinaires Migraine Matters propose du contenu animé par des experts sur des sujets jugés les plus pertinents et nécessaires par notre communauté. Les séances sont pratiques, adaptées aux défis du quotidien et offrent aux participants de précieuses occasions d'échanger directement avec des experts lors de séances de questions-réponses en direct. Les conférenciers sont choisis pour leur expertise et leurs talents de présentation.



12

Webinaires organisés

**OBJECTIF : 10
DÉPASSÉ**



2,5 %

Augmentation des
inscriptions



Séance de
questions-
réponses en
direct

Discutez directement
avec des experts

Migraine Matters

SÉRIE DE WEBINAIRES

En 2025, nous avons organisé 12 webinaires abordant un large éventail de sujets, notamment les approches thérapeutiques, les soins complémentaires (comme les dispositifs médicaux et l'ergothérapie) et les affections concomitantes telles que le TDAH chez l'adulte et la fibromyalgie.

Cette série comprenait également un module en deux parties consacré à la santé mentale, des séances sur la santé des femmes et des conseils pratiques sur le handicap et l'obligation d'adaptation raisonnable en milieu de travail.

“ Les webinaires ont été une révélation. Écouter des spécialistes de la douleur compétents m'a ouvert les yeux sur des options de traitement dont j'ignorais l'existence. J'ai découvert des programmes spécifiques pour la migraine et des spécialistes de la douleur que je peux recommander à mon médecin. J'ai aussi appris comment m'y prendre avec les aménagements de poste et les politiques relatives au handicap au Canada, grâce à des experts et des défenseurs des droits des personnes handicapées. J'ai compris que j'avais droit à des soins et que de meilleurs soins étaient possibles et comment y accéder.”

– Nida, participante au webinaire ”

PROGRAMME DE SOUTIEN PAR LES PAIRS



En 2025, notre programme de soutien par les pairs est passé d'un à trois groupes mensuels, facilitant ainsi l'accès aux participants, peu importe leurs fuseaux horaires et leurs disponibilités. Animés par des bénévoles formés, ces groupes ont offert un espace sécuritaire et bienveillant à plus de 110 personnes pour partager leurs expériences et échanger avec d'autres personnes souffrant de migraines.



110+

participants connectés



OBJECTIF

Élargir notre programme pilote à deux groupes mensuels réguliers



RÉSULTAT

Dépassé, avec trois groupes mensuels réguliers actifs

“

Souffrant de migraines vestibulaires chroniques, j'ai finalement trouvé ces groupes qui m'ont permis de me sentir moins seule, comprise et d'obtenir de précieuses informations. Merci ❤️

”

– Jessica, participante au groupe de soutien

“

J'apprécie énormément de pouvoir parler et partager avec un groupe qui comprend vraiment ce que je traverse. Échanger des expériences et des stratégies d'adaptation m'aide vraiment à mieux gérer la situation et à me sentir écoutée.

”

– Suzanne, participante au groupe de soutien

“

J'ai beaucoup aimé participer à ces groupes, car je m'y sens bien accueillie. Je me sens supportée et j'apprends des animateurs et des autres participants. Ce soutien est précieux, car vivre avec une migraine chronique peut être très difficile et isolant. J'espère que vous organiserez d'autres groupes mensuels et j'ai l'intention d'y participer dès que possible. Merci !

”

– Joanna, participante au groupe de soutien

PROGRAMME CANADIEN EN MILIEU DE TRAVAIL

En 2025, nous avons fait progresser le développement du Programme canadien en milieu de travail de Migraine Canada, jetant ainsi des bases solides pour son lancement en 2026. Grâce à la recherche, à la collaboration et à la mobilisation des parties prenantes, nous avons mené une série de tables rondes en milieu de travail et une analyse de l'environnement afin de mieux comprendre les défis, les besoins et les soutiens existants pour les employés vivant avec la migraine.

Cette initiative a mobilisé 16 employeurs de grandes organisations canadiennes et 10 employés par le biais de groupes de discussion et d'échanges, ce qui a abouti à un rapport exhaustif présentant les principaux enseignements et recommandations. Ces conclusions orienteront directement la stratégie, les ressources et la mise en œuvre du programme.

En s'appuyant sur ces travaux, la phase 2 fournira aux employeurs des outils pratiques, de la formation et des ressources pour créer des milieux de travail plus inclusifs pour les personnes atteintes de migraine. En comblant le fossé entre les besoins médicaux et les environnements professionnels, le programme vise à améliorer la compréhension, à réduire la stigmatisation, à favoriser des aménagements de travail appropriés et à aider les personnes canadiennes atteintes de migraine à s'épanouir au travail.

Principaux résultats attendus en 2025



Guide
d'accomodement
du lieu de travail



FAQ sur les
avantages
sociaux



Infographie du
programme
en milieu de
travail



Projet de sondage
sur le milieu de
travail, lancé en
2026



De plus, nous avons animé une session avec le Conference Board du Canada sur la gestion de la douleur chronique en milieu de travail, en sensibilisant les professionnels des RH à des stratégies pratiques pour mieux soutenir les employés souffrant de migraines et d'autres affections chroniques.



16
Employeurs
de grandes
organisations
canadiennes

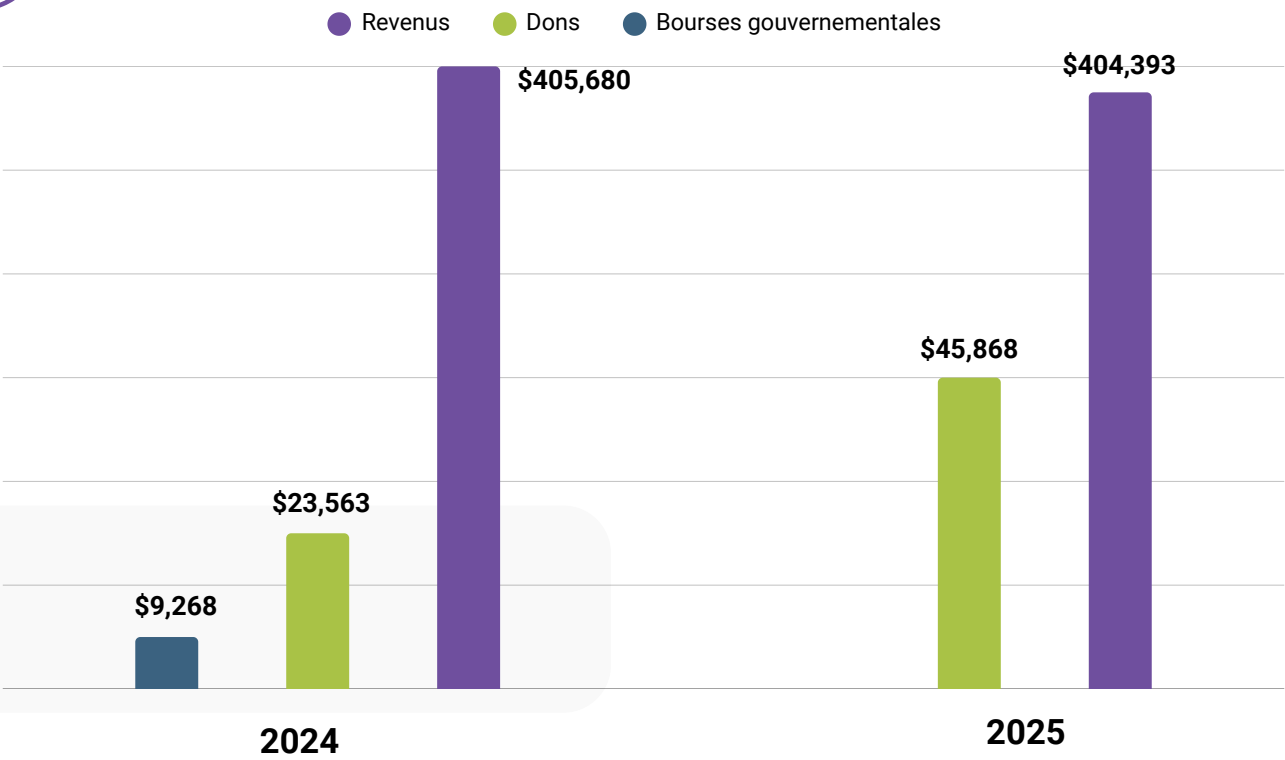


10
Employés
engagés par le biais de
groupes de discussion
et de débats

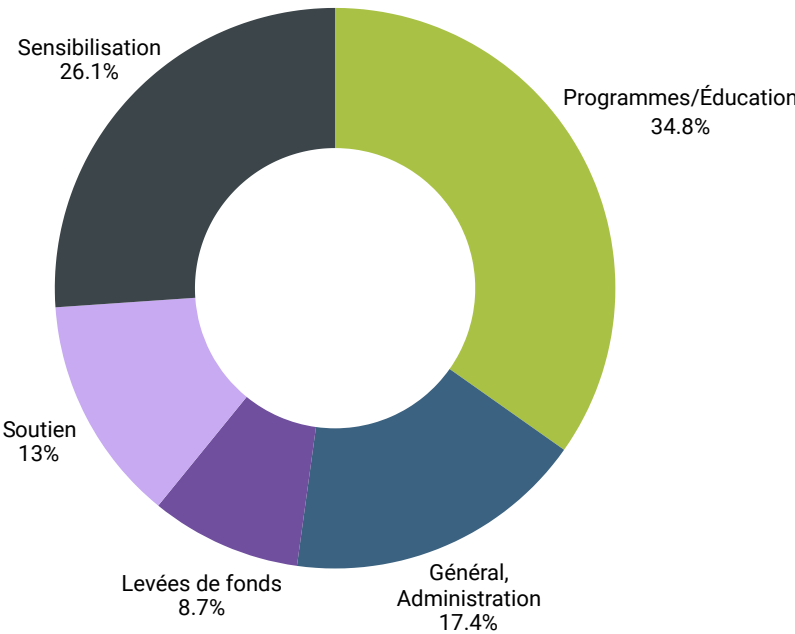
SURVOL FINANCIER



Comparaison des revenus sur deux ans



Répartition des fonds



Source des revenus pour 2025

- Dons / contributions individuelles \$404,393
- Dons des entreprises \$45,868

RECONNAISSANCE DES DONATEURS ET DES PARTENAIRES

L'engagement de nos donateurs et partenaires a permis à Migraine Canada de réaliser des progrès significatifs. Ensemble, nous sensibilisons le public, fournissons aux personnes vivant avec la migraine des connaissances et des ressources, et luttons contre la stigmatisation. Nous sommes profondément reconnaissants du rôle que jouent nos donateurs et partenaires dans ces réussites et nous sommes enthousiastes à l'idée de poursuivre ensemble ce travail important dans les années à venir.



94 %

AUGMENTATION DES DONS
INDIVIDUELS PAR RAPPORT
À 2024



Grandir pour l'avenir

En 2025, Migraine Canada a réalisé un investissement stratégique dans sa croissance à long terme et sa viabilité financière en recourant à une expertise externe pour soutenir son développement commercial et sa collecte de fonds. Ce travail visait à identifier de nouvelles sources de revenus, à renforcer les partenariats avec les entreprises et les fondations, et à élaborer une stratégie de financement diversifiée afin d'assurer la stabilité future de l'organisme. Grâce à une assise financière plus solide, Migraine Canada est mieux placée pour étendre ses programmes, amplifier ses efforts de sensibilisation et continuer d'améliorer la vie des millions de personnes atteintes de migraine au Canada.

Commanditaires corporatifs

 PLATINE

abbvie

Lundbeck



ORGANON

Pfizer

teva

 ARGENT



Pascoe
Natural Healthcare since 1895

PHARMACEUTIQUE
SEARCHLIGHT
PHARMA

 BRONZE

CEFALY®

idorsia



Partenaires communautaires

medolè

Fondations et grands donateurs

Doug and Sandy Richardson
Foundation

The Barnes Family Foundation

BÉNÉVOLAT ET ENGAGEMENT COMMUNAUTAIRE



NOMBRE TOTAL DE
BÉNÉVOLES EN

2025

47

Migraine Canada s'appuie sur un réseau grandissant de bénévoles dévoués et hautement qualifiés qui jouent un rôle essentiel dans la réalisation de notre mission. De la création de ressources éducatives fiables au renforcement de nos efforts de sensibilisation, les bénévoles contribuent à faire entendre la voix des personnes aux prises avec la migraine partout au pays. Leur expérience vécue, leur expertise professionnelle et leur engagement envers le changement nous permettent de sensibiliser le public, d'influencer les politiques et d'améliorer l'accès aux soins pour la population canadienne touchée par la migraine.



Contributeurs médicaux

Nos collaborateurs médicaux forment un groupe précieux de cliniciens et de professionnels de la santé qui assurent l'exactitude, la pertinence et la crédibilité de nos travaux. Ils consacrent leur temps et leur expertise à l'élaboration et à la révision de ressources pédagogiques, participent à des webinaires et contribuent au transfert des connaissances au sein de notre communauté. Leur implication renforce notre plaidoyer en veillant à ce que nos messages s'appuient sur les données probantes les plus récentes et les meilleures pratiques cliniques. Nous leur sommes profondément reconnaissants de leur contribution continue.

Visitez notre site Web pour consulter la liste complète des collaborateurs médicaux.

Participants aux groupes de discussion

Les participants à nos groupes de discussion jouent un rôle essentiel dans l'élaboration de nos programmes, ressources et initiatives de sensibilisation. En partageant leurs expériences et leurs points de vue, ils nous aident à mieux comprendre l'évolution des besoins des personnes souffrant de migraines. Leurs contributions alimentent directement le développement d'outils et de programmes axés sur le patient, garantissant ainsi la pertinence, l'inclusion et l'impact de notre travail.

Comité consultatif des patients

Les membres de notre comité consultatif des patients apportent des perspectives essentielles, basées sur leur expérience vécue. Leurs points de vue éclairent tous les aspects de notre travail, du développement des ressources aux priorités en matière de plaidoyer, garantissant ainsi que les besoins des personnes souffrant de migraine restent au cœur de toutes nos actions. Leurs contributions comprennent l'examen de documents, l'identification des lacunes dans les soins et la promotion active de politiques améliorées, d'une meilleure sensibilisation et d'un accès facilité aux traitements.

Animateurs de groupes de soutien par les pairs

Nos animateurs de groupes de soutien par les pairs sont des personnes bienveillantes qui créent des espaces sécuritaires et inclusifs où les personnes vivant avec la migraine peuvent échanger et partager leurs expériences. Grâce à leur accompagnement, les participants trouvent compréhension, validation et des stratégies concrètes pour mieux composer avec la maladie. Les animateurs contribuent non seulement à renforcer le sentiment d'appartenance à une communauté, mais aussi à la défense des droits des personnes atteintes de migraine en identifiant les difficultés communes et les besoins non comblés, ce qui permet d'orienter nos initiatives plus larges.

Bénévoles pour les événements en personne

Les bénévoles qui participent à nos événements en personne sont essentiels pour créer des liens significatifs avec la communauté et sensibiliser le public à la migraine. De la planification et de la coordination des événements au soutien sur place et à la sensibilisation, leurs efforts contribuent à créer des expériences accueillantes, informatives et enrichissantes pour les participants. Ces bénévoles agissent comme ambassadeurs de Migraine Canada, contribuant à amplifier nos messages de sensibilisation et à étendre notre influence au sein des communautés locales.

GOUVERNANCE ET LEADERSHIP

Conseil d'administration

Migraine Canada est guidée par un conseil d'administration dévoué dont le leadership et l'expertise sont essentiels à la réalisation de notre mission. Chaque membre apporte une perspective unique et une expérience professionnelle précieuse, renforçant ainsi notre gouvernance et appuyant nos efforts pour améliorer la vie des personnes atteintes de migraine au Canada.

En 2025, nous avons eu le plaisir d'accueillir le Dr William Kingston et Samir Kulkarni au conseil d'administration. Leurs idées et leurs contributions renforcent notre capacité à diriger, à nous développer et à promouvoir un changement significatif.

Notre conseil d'administration



Evan Lawlor

Président

📍 Edmonton, Alberta



Louis Zhang

Trésorier

📍 Toronto, Ontario



Jillian Reardon

Secrétaire

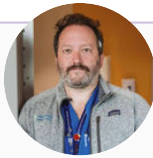
📍 Vancouver, Colombie-Britannique



Dr Werner Becker

Directeur

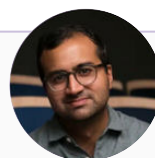
📍 Calgary, Alberta



Dr Will Kingston

Directeur

📍 Toronto, Ontario



Samir Kulkarni

Directeur

📍 Toronto, Ontario



Dre Elizabeth Leroux

Fondatrice, membre de droit du conseil d'administration

📍 Montréal, Québec



Meredith Maxwell

Directrice

📍 Lincoln, Ontario



Lindsay Neeley

Directrice

📍 Ottawa, Ontario



Boris Nevelev

Directeur

📍 Toronto, Ontario



T.J. Shin

Directeur

📍 Edmonton, Alberta

OPÉRATIONS ET LEADERSHIP

Migraine Canada a continué de renforcer sa capacité opérationnelle en 2025. Afin de soutenir davantage la croissance et la pérennité de l'organisation, nous avons créé un nouveau poste en développement des affaires axé sur les fondations, les subventions et les initiatives de financement. Cet investissement stratégique nous permet d'obtenir des ressources durables, de bâtir et d'approfondir des partenariats, et de soutenir la croissance et l'impact à long terme de l'organisation. Parallèlement, grâce à une collaboration avec le programme de travail social de l'Université Metropolitain, nous avons accueilli quatre étudiants en stage au cours de l'année. Cette initiative offre aux étudiants des occasions d'apprentissage pratiques et enrichissantes, tout en renforçant la capacité de Migraine Canada à s'engager auprès des communautés, à soutenir la mise en œuvre de ses programmes et à faire progresser sa mission grâce à de nouvelles perspectives et à une expertise professionnelle émergente.

Nouveau

Poste de
développement des
affaires

4

Stages étudiants en
2025

Équipe de direction

Wendy Gerhart
Directrice générale

Kaley Hamilton
Responsable des partenariats
et des programmes

Malak Noury
Responsable des
communications

Christine Jeyarajah
Développement des
affaires

Dan Goulet
Consultant en informatique
et numérique

Comité scientifique

Le Comité consultatif médical de Migraine Canada joue un rôle essentiel pour s'assurer que nos programmes d'éducation, de sensibilisation et nos ressources sont fondés sur des données probantes, à jour et conformes aux meilleures pratiques en matière de soins de la migraine. Nous sommes profondément reconnaissants envers les membres de notre comité qui, en plus de leurs nombreuses responsabilités cliniques, de recherche et universitaires, offrent généreusement leur temps et leur expertise. Leurs conseils renforcent notre travail, éclairent nos priorités stratégiques et nous aident à faire progresser notre mission : améliorer la vie des personnes atteintes de migraine au Canada.

- **Dr Werner Becker**, MD, FRCPC – Professeur de neurosciences, Calgary, AB
- **Dr James Kim**, médecin – Calgary, AB
- **Dr William Kingston**, MD, FRCPC - Toronto, ON
- **Dr Alexander Melinshyn**, BSc, MD, FRCPC (neurologie) – London, ON
- **Jillian Reardon**, BSc(Pharm), ACPR, PharmD, RPh – Vancouver, C.-B.
- **Christie Tait**, infirmière praticienne – Toronto, ON
- **Dr Zoya Zaeem**, MBBS, MEd en HSE

Pratiques de gouvernance



Le comité de gouvernance de Migraine Canada supervise les structures et les politiques de l'organisation afin d'assurer son fonctionnement efficace, légal et éthique. Il est responsable de l'élaboration des politiques de Migraine Canada et du respect de la réglementation, renforçant ainsi la capacité du conseil d'administration à exercer un leadership efficace.

PERSPECTIVES D'AVENIR

Priorités stratégiques pour 2026

Alors que Migraine Canada poursuit sa croissance, notre objectif en 2026 sera d'accroître notre impact, de provoquer des changements systémiques significatifs et de renforcer notre communauté.



1

Transformer la migraine au travail

Nous lancerons notre programme « La migraine au travail », comprenant des ressources éducatives et des séances de formation conçues pour permettre aux employeurs de mieux comprendre la migraine, de réduire la stigmatisation, de soutenir les employés qui en souffrent et d'améliorer l'accès à des accommodements et à des traitements appropriés.



2

Améliorer les soins pour la migraine au Canada

En nous appuyant sur des lignes directrices cliniques et des prises de position mises à jour, nous poursuivrons nos efforts de sensibilisation afin d'améliorer l'accès équitable aux traitements fondés sur des données probantes et de promouvoir des politiques qui améliorent la qualité des soins pour la migraine partout au Canada.



3

Développer une communauté plus forte

Bâtir une communauté migraineuse plus résiliente, innovante et inclusive demeure une priorité essentielle. Grâce à des partenariats stratégiques et à la collaboration, nous élargirons notre champ d'action, renforcerons nos réseaux, favoriserons l'innovation et créerons des occasions d'apprentissage partagé afin de mieux soutenir les millions de personnes vivant avec la migraine au Canada.

L'année à venir offre d'importantes occasions de transformer la façon dont la migraine est comprise, traitée et prise en charge. De concert avec notre communauté, nos partenaires, les professionnels de la santé et les défenseurs des droits des personnes atteintes de migraine, nous poursuivrons nos efforts pour bâtir un avenir où personne au Canada n'aura à vivre isolément le fardeau de la migraine.

COMMENT S'IMPLIQUER

Il existe de nombreuses façons de soutenir Migraine Canada et de contribuer à l'avancement de notre mission :



FAIRE UN DON

Appuyez nos programmes, nos actions de sensibilisation et nos initiatives éducatives. Votre contribution nous aide à élargir notre portée et notre impact.



<https://migrainecanada.org/donate/>



BÉNÉVOLAT

Joignez-vous à notre communauté de bénévoles et contribuez de votre temps, de vos compétences et de votre expérience vécue.



<https://migrainecanada.org/join-our-community/#volunteer>



PARTENARIAT

Collaborez avec nous pour sensibiliser, éduquer et défendre les droits des personnes touchées. Nous sommes ouverts aux partenariats avec les organisations, les professionnels de la santé et les groupes communautaires.



Courriel : kaley.hamilton@migrainecanada.org

Connectez-vous à nous

Suivez-nous sur les médias sociaux et abonnez-vous à notre infolettre pour recevoir les dernières nouvelles et ressources.



Site Web
www.migrainecanada.org



Courriel
Info@migrainecanada.org



LinkedIn
<https://www.linkedin.com/company/migrainecanada/posts/?feedView=all>



Facebook
<https://www.facebook.com/migrainecanada/>



Instagram
<https://www.instagram.com/migrainecanada/>



YouTube
<https://www.youtube.com/channel/UCS36BzZ2rOt8eld3-QisKjw>



MOMENTS MARQUANTS

DE MISSION

« Vous avez aidé ma fille et ma famille d'innombrables fois. Merci pour ce que vous faites. »

« Merci d'avoir organisé ce webinaire. J'ai trouvé les informations très utiles. Merci pour tout le travail formidable que fait Migraine Canada pour nous soutenir. »

« Merci pour tout le travail formidable que vous faites ! » ~Myrtle

« Oh, merci infiniment !!! Je viens de l'apprendre... Je vous en serai éternellement reconnaissante ! » ~Randa

« Continuez votre excellent travail ; c'est un problème de santé très grave. » ~Cliff

« Merci beaucoup pour votre aide. J'ai contacté les RH, qui ont immédiatement contacté notre représentant de Canada Life, qui a déjà répondu... Merci encore, quel soulagement ! J'espère que tout ira bien par la suite. »

« L'application est vraiment la meilleure, d'ailleurs. Le Calendrier canadien des migraines. Mon neurologue et mon médecin spécialiste des maux de tête la recommandent tous les deux à leurs patients. » ~Megan

« J'voulais juste vous remercier. En lisant le rapport sur les nouvelles recommandations de traitement, j'ai appris que certains symptômes graves que je ressentais étaient en fait un effet secondaire du médicament que je prends. Je travaille dans le domaine de la santé et je suis bien informée. Je n'étais pas au courant de cela. Je suis tellement reconnaissante pour vos ressources. Je n'ai pas encore passé beaucoup de temps sur votre site web, mais ça va changer. » ~Michelle

« Merci pour votre travail très utile qui améliore considérablement la vie ! » ~Steve

Commentaires des donateurs de M4M

« J'étais ravie d'apprendre l'existence de cet événement. J'apprécie l'opportunité de rencontrer d'autres personnes qui comprennent. » ~Lisa (H4M Calgary)

« Réduisons la stigmatisation et améliorons l'accès aux soins ! » ~Roberta

« Merci beaucoup d'avoir organisé cet événement. C'est tellement important pour moi de rencontrer et de parler avec d'autres personnes qui comprennent. » ~Monica (M4M Toronto)

« Merci de m'accorder le privilège d'appuyer cette noble cause ! » ~Robert

« Je fais un don pour soutenir ma blonde, qui souffre de migraines sévères chaque semaine. J'espère que ça va aider à soulager sa douleur invisible, faire avancer la recherche et sensibiliser le public. Chaque pas vers la compréhension compte. » ~Jordan

MOMENTS MARQUANTS DE MISSION

« J'voulais juste vous remercier. En lisant le rapport sur les nouvelles recommandations de traitement, j'ai appris que certains symptômes graves que je ressentais étaient en fait un effet secondaire du médicament que je prends. Je travaille dans le domaine de la santé et je suis bien informée. Je n'étais pas au courant de cela. Je suis tellement reconnaissante pour vos ressources. Je n'ai pas encore passé beaucoup de temps sur votre site web, mais ça va changer. » ~Michelle

« L'application est vraiment la meilleure, d'ailleurs. Le Calendrier canadien des migraines. Mon neurologue et mon médecin spécialiste des maux de tête la recommandent tous les deux à leurs patients. » ~Megan

« Continuez votre excellent travail ; c'est un problème de santé très grave. » ~Cliff

« Merci d'avoir organisé ce webinaire. J'ai trouvé les informations très utiles. Merci pour tout le travail formidable que fait Migraine Canada pour nous soutenir. »

« Merci beaucoup pour votre aide. J'ai contacté les RH, qui ont immédiatement contacté notre représentant de Canada Life, qui a déjà répondu... Merci encore, quel soulagement ! J'espère que tout ira bien par la suite. »

« Oh, merci infiniment !!! Je viens de l'apprendre... Je vous en serai éternellement reconnaissante ! » ~Randa

« Merci pour tout le travail formidable que vous faites ! » ~Myrtle

« Vous avez aidé ma fille et ma famille d'innombrables fois. Merci pour ce que vous faites. »

Commentaires des donateurs de M4M

« J'étais ravie d'apprendre l'existence de cet événement. J'apprécie l'opportunité de rencontrer d'autres personnes qui comprennent. » ~Lisa (H4M Calgary)

« Merci beaucoup d'avoir organisé cet événement. C'est tellement important pour moi de rencontrer et de parler avec d'autres personnes qui comprennent. » ~Monica (M4M Toronto)

« Réduisons la stigmatisation et améliorons l'accès aux soins ! » ~Roberta

« Merci de m'accorder le privilège d'appuyer cette noble cause ! » ~Robert

« Je fais un don pour soutenir ma blonde, qui souffre de migraines sévères chaque semaine. J'espère que ça va aider à soulager sa douleur invisible, faire avancer la recherche et sensibiliser le public. Chaque pas vers la compréhension compte. » ~Jordan

MERCI!

En repensant à l'année écoulée, nous exprimons notre profonde gratitude envers nos bénévoles, donateurs, partenaires, professionnels de la santé et membres de la communauté dont le soutien rend notre travail possible. Ensemble, nous renforçons la sensibilisation, la défense des droits, l'éducation et le soutien des personnes atteintes de migraine au Canada.

Merci de votre soutien et de votre contribution à bâtir un avenir où la migraine sera mieux comprise, mieux traitée et mieux soutenue partout au Canada.



www.migrainecanada.org



info@migrainecanada.org



@migrainecanada