

CENTRE DE RESSOURCES PÉRINATALES LA MÈREVEILLE
GÉRÉ PAR NAISSANCE-RENAISSANCE DES HAUTES-LAURENTIDES

RAPPORT D'ACTIVITÉS 2022-2023



Table des matières

1.	L'ORGANISME	4
1.1	MOT DE BIENVENUE.....	4
1.2	LA MISSION ET LES OBJECTIFS.....	6
1.2	LES VALEURS ET L'APPROCHE.....	7
1.3	LE TERRITOIRE ET LES FAMILLES DESSERVIES EN 2022-2023.....	7
2.	VIE ASSOCIATIVE ET DÉMOCRATIQUE.....	9
2.1	LE CONSEIL D'ADMINISTRATION	9
2.2	LES RESSOURCES HUMAINES	12
2.3	COMITÉ DES LOISIRS.....	14
2.4	LES BÉNÉVOLES.....	15
2.4.1	<i>Les bénévoles de l'année</i>	17
2.4.3	<i>Les formations</i>	18
2.5	LES MEMBRES	20
3.	LES PRIORITÉS ANNUELLES 2022-2023	20
4.	LES PROJETS DE L'ANNÉE	23
4.1	<i>Accueil à Mont-Laurier des membres du Réseau des centres de ressources périnatales du Québec</i>	23
4.2	<i>Activité financée par le FADM 2022-2023 de Desjardins</i>	24
4.3	<i>Projet de distribution de boîtes à lunch santé : Programme « vers un chez-soi 2022-2023 / Covid-19 » à Rivière-Rouge</i>	25
4.4	<i>Accueil et soutien des futurs parents et familles issus des communautés ethnoculturelles</i>	26
4.5	<i>Comité sage-femme des Hautes-Laurentides : Développement des services sage-femme dans les Laurentides</i>	27
5.	PARTICIPATION DE LA MÈREVEILLE DANS LA COMMUNAUTÉ ET AUPRÈS DE DIFFÉRENTES INSTANCES ..	29
5.1	REPRÉSENTATIONS ET CONCERTATIONS	29
5.1.1	<i>Table de concertation en petite enfance d'Antoine-Labelle</i>	29
5.1.2	<i>Les projets</i>	30
5.2	LES REPRÉSENTATIONS ET CONCERTATIONS	34
5.3	IMPLICATION COMMUNAUTAIRE DE LA MÈREVEILLE.....	35
5.4	DÉVELOPPEMENT D'ACTIVITÉS OU DE PARTENARIAT AVEC D'AUTRES ORGANISMES.....	37
5.5	LA MÈREVEILLE EST MEMBRE.....	39
5.6	LA MÈREVEILLE RÉPOND À DES SONDAGES	39
6.	ACTIVITÉS ET SERVICES	40
6.1	LA PÉRINATALITÉ AU CŒUR DE LA MÈREVEILLE.....	40
6.1	L'INFORMATION À LA CLIENTÈLE	42
6.2	DURANT LA GROSSESSE.....	42
	<i>Rencontres individuelles durant la grossesse</i>	42
	<i>Rencontres de préparation à la naissance</i>	43
	<i>Yoga prénatal et exercices</i>	44
6.3	APRÈS LA NAISSANCE.....	45
	<i>Relevailles à domicile</i>	45
	<i>Services en allaitement</i>	46

6.5	ACTIVITÉS DE GROUPE	48
	<i>Activités familiales</i>	48
	<i>Atelier sur le portage</i>	49
	<i>Classe-famille</i>	49
	<i>Cuisines durant la grossesse et après la naissance</i>	50
	<i>Cuisine petits pots</i>	51
	<i>Déjeuners et rencontres parents bébés</i>	52
	<i>Massage bébé</i>	53
	<i>Urgence bébé</i>	53
6.6	LES FIERs PAPAS.....	54
6.7	HALTE-GARDERIE COMMUNAUTAIRE ET RÉPIT PENDANT LES ACTIVITÉS DE GROUPE	55
6.8	AUTRES SERVICES.....	56
	<i>Service de location, prêts et ventes</i>	56
7.	VISIBILITÉ ET COMMUNICATION	57
8.	CONTRIBUTION DE LA COMMUNAUTÉ.....	60
9.	PRINCIPALES SOURCES DE FINANCEMENT	61
10.	MOT DE LA FIN ET PRIORITÉS 2023-2024.....	62
	ANNEXE : ÉVALUATION DES SERVICES PÉRINATAUX.....	63

1. L'organisme

1.1 Mot de bienvenue



Si je devais choisir un seul mot pour décrire l'année 2022-2023, ce serait « détermination ».

Après avoir vécu l'année 2021-2022 à travers la pandémie, La Mèreveille a dû faire face à d'autres enjeux qui n'ont pas été de tout repos pour personne. Ça prenait de la détermination pour ne pas baisser les bras face aux difficultés rencontrées.

Malgré le manque de personnel, l'équipe, par ses valeurs d'entraide et de solidarité, a continué son beau travail et a gardé la tête haute pour assurer la qualité des services et pour soutenir les futurs parents, les familles et celles qui ont dû affronter plus difficilement l'augmentation du coût de la vie.

La Mèreveille est une famille tissée serrée et je suis fière d'en faire partie depuis plus de six ans puisque la valeur la plus importante dans mon cœur est la famille.

Je veux remercier tous les employés, bénévoles, partenaires et le conseil d'administration qui ont travaillé ensemble pour le bien-être des familles.

*Karolyne Diotte
Présidente*

Une mention toute spéciale à mon équipe pour l'ensemble du travail accompli en 2022-2023 !



Chères femmes et cher homme de cœur, maîtres d'œuvre dans chacun de vos domaines, je veux vous remercier pour tous les projets que vous avez mis en place durant l'année. Vos réalisations sont dignes de mention, car vous les avez développées avec professionnalisme et avec le souci de répondre aux besoins des familles. Et parce que vous êtes des personnes créatrices, vous avez ajouté votre touche spéciale aux projets, ce qui les rend uniques et précieux.

Grâce à vous sont nées de nouvelles activités et services pour les futurs parents, les familles et les pères : le Groupe d'entraide « Les Mèreveilleuses », les rencontres interculturelles, la clinique en allaitement, les ateliers « Pères présents, enfants gagnants », les cuisines DME et aussi les activités de halte-nature.

Un projet de longue haleine que nous ne pouvons pas passer sous silence a également vu le jour. Il s'agit de notre nouveau site web qui a été développé et dirigé par des employées persévérantes et dévouées, voire même par de véritables chefs d'orchestre pour manœuvrer dans ce monde virtuel complexe qui demande des talents en informatique, en création et en communications.

Il y a eu aussi l'esprit communautaire qui a mené à des projets d'embellissement de notre cour avant où fleurs, herbes et arbustes ont été plantés. Et grâce au comité des loisirs, des activités de ressourcement et un souper de Noël ont été organisés et animés avec brio.

Parallèlement, un conseil d'administration a été mobilisé pour travailler à la recherche de solutions afin de recruter du nouveau personnel dans un contexte de pénurie de main-d'œuvre. De plus, ces membres ont été très actifs dans les comités pour améliorer les conditions de travail des employés et pour entreprendre les rénovations de la maison.

Cette année, un partenaire, Zone-Emploi, a été très soutenant dans le recrutement de personnel et les activités reliées au profil NOVA : chaque employé a découvert son profil et sa couleur !

Merci à toutes ces personnes et à vous, bailleurs de fonds, bénévoles et gens de la communauté locale, qui avez tous contribué à la continuité et à l'innovation de services auprès des familles de la MRC d'Antoine-Labelle.

Enfin, merci à vous, chers parents et familles qui avez participé en grand nombre aux activités et qui avez souligné à l'équipe vos besoins. Vos suggestions nous ont permis d'adapter nos services à vos réalités et de vous représenter auprès des différentes instances !

Guylaine Guy, directrice

1.2 La mission et les objectifs

Le Centre de ressources périnatales La Mèreveille offre des services aux femmes enceintes, aux futurs parents et aux familles durant les différentes périodes de transition et d'adaptation entourant la grossesse, la naissance et la petite enfance.

Il reconnaît l'importance du rôle des parents auprès de leurs enfants et les accompagne en leur apportant l'information et le soutien dont ils ont besoin. L'organisme se distingue par les services personnalisés qu'il offre, par les activités de groupe et par son accueil aux familles issues de la diversité culturelle qui viennent s'implanter dans notre région.

Le Centre de ressources périnatales La Mèreveille est issu d'un groupe de femmes de la communauté qui désiraient instaurer des changements radicaux dans l'organisation des services de santé afin de mettre au monde leurs enfants dans le respect et l'autonomie. Le but est de redonner à la femme enceinte sa confiance en sa capacité de mettre au monde un enfant et de le mater.

Les objectifs :

- Promouvoir et sensibiliser toute la population à l'humanisation des naissances par une approche alternative en santé
- Offrir du soutien et des activités éducatives aux parents en préconception et/ou pendant la période périnatale par les moyens suivants : rencontres prénatales, accompagnement à la naissance et à l'allaitement, rencontres de discussion, du répit ainsi qu'un service de relevailles
- Favoriser le développement des habiletés parentales par le biais d'activités de groupe
- Informer les parents sur tout le processus de la maternité et de la paternité ainsi que sur le développement des enfants
- Promouvoir les intérêts des familles en période périnatale et favoriser des changements sociaux pour une meilleure qualité de vie
- Favoriser l'épanouissement des familles ayant des enfants de 0 à 5 ans en collaboration avec les acteurs en périnatalité du territoire

Un milieu de vie qui se veut accueillant

La Mèreveille est un espace dédié aux parents et à leurs tout-petits qui favorise le partage des expériences et des savoirs dans un climat d'ouverture. Les rencontres et activités offertes sont des occasions pour les parents de vivre des moments agréables, d'enrichir leurs connaissances, de faire des apprentissages et de briser l'isolement.

1.2 Les valeurs et l'approche

Le Centre de ressources périnatales La Mèreveille privilégie une approche globale de la santé pour améliorer les conditions de vie et le bien-être des enfants et des parents.

Les valeurs issues du code d'éthique se traduisent par une approche humaine qui favorise l'écoute, l'entraide, le respect et l'autonomie des personnes. Les savoirs des parents sont valorisés, ce qui les amène à prendre des décisions en accord avec leurs valeurs et leur permet de s'épanouir dans leur rôle.

1.3 Le territoire et les familles desservies en 2022-2023

255 familles et 223 enfants ont été rejoints sur tout le territoire de la M.R.C. d'Antoine-Labelle.

Dans la communauté depuis près de 40 ans, l'organisme a développé une expertise en périnatalité qui est adaptée aux besoins des futurs parents et des familles. Reconnu par le Réseau de la santé et par les partenaires du milieu, l'organisme offre des services à domicile, dans les deux points de services de Mont-Laurier et de Rivière-Rouge et sur tout le territoire de la MRC d'Antoine-Labelle.

**255 familles et
223 enfants ont
été rejoints**



Les besoins des familles sont diversifiés et pour y répondre, l'organisme offre aussi des activités de groupe qui sont organisées à chaque semaine pour permettre aux parents d'échanger ensemble sur différents sujets.

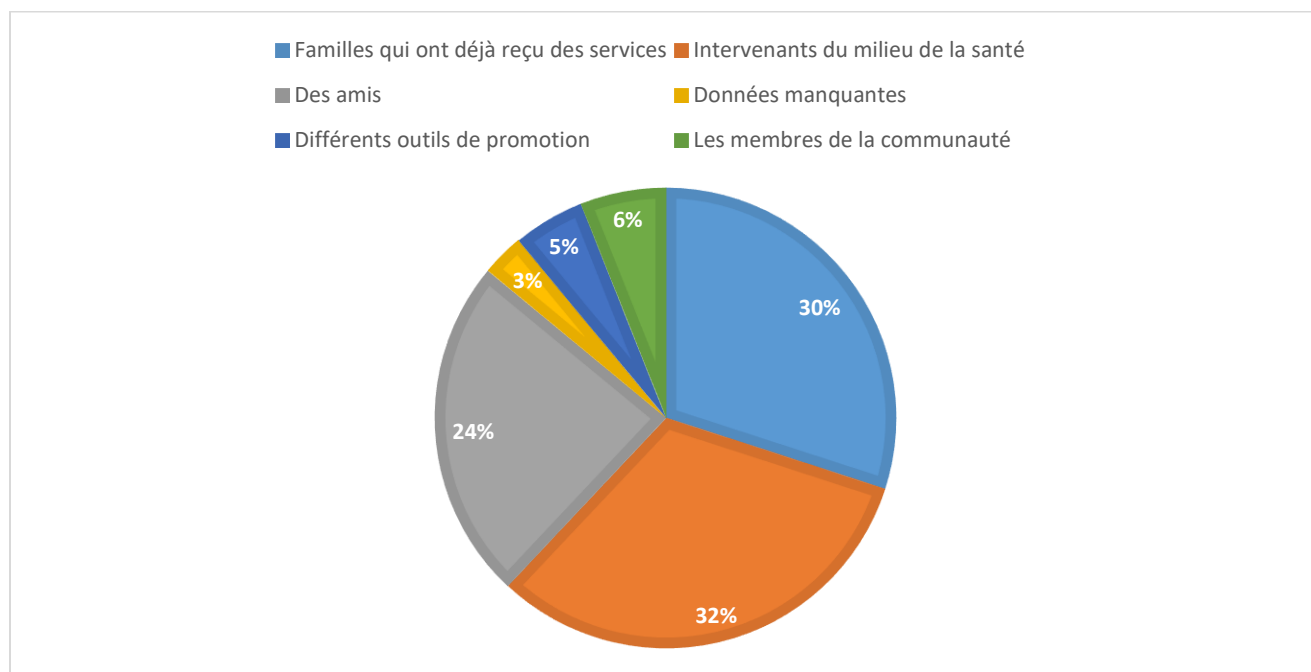
Pour les parents fréquentant La Mèreveille, deux haltes-garderies à Mont-Laurier et Rivière-Rouge accueillent les enfants 0-5 ans. Ceux-ci bénéficient d'activités amusantes et d'un milieu de vie stimulant.

Durant cette période, il y a eu 266 naissances (comparativement à 284 en 2021-2022) à l'hôpital de Mont-Laurier, soit 164 de la région de Mont-Laurier et 23 de la région de Rivière-Rouge.

Les autres naissances proviennent des autres territoires : 66 à Maniwaki, 4 à Rapidlake et 7 dans d'autres régions.

Les familles nous sont référées selon les proportions suivantes :

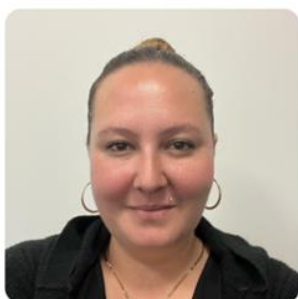
- 32% par des intervenants du milieu de la santé (CISSS des Laurentides, médecins, CH et partenaires)
- 30 % par des familles qui ont déjà reçu des services ou en reçoivent actuellement
- 24% par des amis
- 6% par les membres de la communauté
- 5% par les différentes promotions, la publicité dans les médias de notre région, les médias sociaux, le site internet et divers moteurs de recherche
- 3% : données manquantes



2. Vie associative et démocratique

2.1 Le conseil d'administration

En 2022-2023, 8 parents bénévoles ont siégé au conseil d'administration.



Karolyne Diotte



Alison St-Cyr



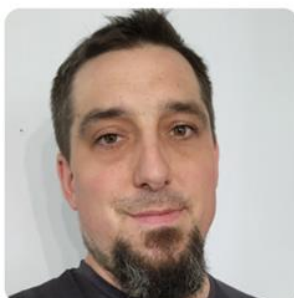
Karine Langlais



Émilie Raizenne



Christine Poupart



Christian Geseron



Sandra Benson-Rock



Joanie St-Louis

Administrateur	Officier	Mandat 2022-2023	Type de membre
Karolyne Diotte	Présidente	1 ^{er} avril 2022 au 31 mars 2023	Bénévole
Alison St-Cyr Nadeau	Vice-présidente	1 ^{er} avril 2022 au 21 juin 2022	Usagère
Christine Poupart	Vice-présidente	1 ^{er} avril 2022 au 31 mars 2023	Usagère
Karine Langlais	Secrétaire-trésorière	1 ^{er} avril 2022 au 31 mars 2023	Bénévole
Emilie Raizenne	Administratrice	1 ^{er} avril 2022 au 31 mars 2023	Usagère
Christian Geseron	Administrateur	1 ^{er} avril 2022 au 31 mars 2023	Usager
Sandra Benson-Rock	Administratrice	21 juin 2022 au 20 novembre 2022	Usagère
Joanie St-Louis	Administratrice	21 juin 2022 au 31 mars 2023	Usagère

Les membres du conseil d'administration ont tenu 12 rencontres régulières

Grands thèmes abordés durant l'année :

- ✓ Enjeux à prioriser pour guider les actions du conseil d'administration
- ✓ Stratégies de recrutement et de fidélisation du personnel
- ✓ Amélioration de la politique salariale et des conditions de travail
- ✓ Activités et services à prioriser
- ✓ Rénovations et agrandissement de la maison
- ✓ Nouveau site web et image de marque
- ✓ Développement des services à Rivière-Rouge
- ✓ Nouveaux services

Stratégies mises en place durant l'année :

- ✓ Sondage de départ effectué auprès d'employés – 4 entrevues ont été réalisées par Bobby St-Louis de Zone-Emploi
- ✓ Augmentation de l'échelle salariale de 5% et ajouts de nouveaux postes avec qualifications
- ✓ Ajustement des salaires
- ✓ Politiques et procédures adoptées
- ✓ Activité de consolidation d'équipe mise en place
- ✓ Test Nova effectué par Zone-Emploi avec chaque membre de l'équipe
- ✓ Entrevues d'embauche du nouveau personnel
- ✓ Comités de travail mis en place
- ✓ Mise en place des ateliers PPEG et des groupes de soutien « Entre mèreveilleuses »

(Voir la section 3 – Les priorités annuelles 2022-2023, page 20).

Comité de financement	
Karine Langlais Karolyne Diotte Emilie Raizenne Guylaine Guy	Deux activités ont été organisées : <ul style="list-style-type: none">✓ Portes ouvertes et vente de garage ont eu lieu le 20 mai 2022.✓ Activité de décoration des boules de Noël à l'Espace Théâtre avec tirage et dons de billets pour les familles en novembre et décembre 2022.

Comité des ressources humaines

Karine Langlais
Karolyne Diotte
Christine Poupart
Emilie Raizenne
Guylaine Guy

Elles ont travaillé sur les dossiers suivants : la politique salariale, la bonification des salaires, les politiques et procédures, le processus d'embauche de nouvelles employées et autres dossiers touchant les ressources humaines.

Merci aux membres du conseil d'administration qui ont donné plus de 490 heures de leur temps. Leur rôle majeur dans la gestion de La Mèreveille a permis d'adopter des stratégies gagnantes pour l'embauche de nouvelles personnes au sein de l'équipe !

Assemblée générale annuelle

Elle a eu lieu le 21 juin 2022 à La Mèreveille : 20 adultes et 7 enfants étaient présents.

Remerciements

Les membres du conseil d'administration et l'équipe de La Mèreveille remercient Alison St-Cyr Nadeau pour son implication au conseil d'administration jusqu'au 21 juin 2022. Elle a agi à titre de vice-présidente et a participé aux comités communication et sage-femme. Elle a su apporter ses couleurs de maman et de conseillère en emploi. Très bonne communicatrice, elle a bien représenté les familles durant son mandat. Elle reste parmi nous car elle continue de s'investir au comité sage-femme!



2.2 Les ressources humaines

L'équipe: 14 employé.es régulier.es

Bienvenue aux nouvelles employées qui ont été accueillies dans l'équipe régulière : Édith Nantel, Marie-Pier Ladouceur, Maude Leduc (n'apparaît pas sur les photos), Cathy Primeau à la halte- garderie et Isabelle Cloutier aux relevailles.

2 nouvelles employées contractuelles ont été embauchées pour assurer la continuité de certains services

1 assistante périnatale : Mylène Gagnon

1 intervenante périnatale : Sylvie Piché



Guylaine Guy
Directrice
générale



Jessica Viau
Adjointe
de direction



Chantal Martin
Adjointe
administrative



Anie Desjardins
Coordinatrice
des activités de groupe



Julie Gingras
Agente de communication



Daphné D. Racchiele
Secrétaire réceptionniste



Michèle Turpin
Animatrice



Marc Ouellette
Animateur /
Accompagnateur
des pères



Sylvie Piché
Intervenante périnatale



Isabelle Cloutier
Assistante périnatale



Marie-Claire Doré
Assistante périnatale



Mylène Gagnon
Assistante périnatale



Edith Nantel
Responsable de la halte-
garderie Mont-Laurier



Marie-Pier Ladouceur
Responsable de la halte-
garderie Rivière-Rouge



Cathy Primeau
Éducatrice halte-garderie
Rivière-Rouge

3 employées sur différents programmes

Chantal Mazurette
Savannah St-Onge Fleury
Lorenza Beaulieu

1 personne à l'accueil des familles issues des communautés ethnoculturelles

Chantale Piché – Accompagnante périnatale en contexte interculturel

1 personne à la Table de concertation en petite enfance et projet Mots d'enfants

Helena Barbosa

4 animateurs

Nathalie Forget – Massage bébé
Audrey Leclerc – Cuisines durant la grossesse et après la naissance
Stéphanie Charrette – Urgence bébé
Tommie Bouchard Pellerin – Communication non-violente

4 Stagiaires

Ariane Noël – Techniques diététiques
Valérie Larivée – Soutien aux activités
Caroline Sirois-Bouchard – Technique en éducation spécialisée
Carolanne Guénette – Technique en éducation spécialisée

7 Employées sur appel

Elke Höhn – Animatrice du yoga prénatal et accompagnante
Martine Niquay – Assistante périnatale
Chantale-Line Bond – Aide éducatrice
Annie Gaudreau – Aide éducatrice
Maina Lavoie – Préposée au ménage
Natasha Papineau – Aide éducatrice
Laurie Nicole – Aide éducatrice

Au total, 36 personnes se sont impliquées durant l'année!

2.3 Comité des loisirs



Le comité est composé de quatre membres du personnel qui organisent des activités pour les employés et les bénévoles : Anie Desjardins, Édith Nantel, Chantal Martin et Julie Gingras.

Sondages

Trois sondages auprès des employés et bénévoles ont déterminé le choix et les dates des activités.

Activité de ressourcement – Automne 2022

Des jeux de société à La Mèreveille et un souper à la Microbrasserie de La Lièvre a eu lieu le 14 novembre 2022. **13 employés ont participé.**

Fête de Noël

L'équipe et le conseil d'administration se sont réunis à La Mèreveille le 30 novembre 2022 pour la fête de Noël qui a été organisée par le comité des loisirs.

Le souper a été préparé par la « Cheffe cuisinière de La Mèreveille », Anie Desjardins, et la soirée a été animée par le comité des loisirs qui avait organisé des jeux et des tirages. Cette activité a permis à tous de mieux se connaître et de jouer sur l'accent du plaisir!

16 personnes de l'équipe et du conseil d'administration étaient présentes.

Merci aux organisatrices Chantal Martin, Édith Nantel et Anie Desjardins!

Anniversaire des employés réguliers

Un certificat-cadeau est remis à chaque employé et leur fête est soulignée lors des réunions d'équipe.

2.4 Les bénévoles

La présence de bénévoles à La Mèreveille est essentielle à la gestion et à la tenue de plusieurs activités. Ces personnes représentent une richesse pour l'organisme. Elles sont compétentes, créatives et ingénieuses. Elles donnent de leur temps généreusement tout en apportant leur expertise et leurs idées dans les domaines suivants :

Gestion

- ✓ Implication au conseil d'administration et dans les différents comités : ressources humaines, communications, financement, loisirs, sage-femme, organisation de l'AGA, etc.
- ✓ Publicités, rédaction de communiqués de presse et réalisations d'affiches
- ✓ Corrections du rapport d'activités annuelle et de divers documents
- ✓ Activités de financement
- ✓ Représentations

Activités

- ✓ Soutien en allaitement et marrainage
- ✓ Gardiennage lors des activités de groupe et de la halte-garderie
- ✓ Animations et accompagnement aux activités familiales
- ✓ Rangement et classement des vêtements de la friperie
- ✓ Vente de garage
- ✓ Transport, commissions, etc.

Autres travaux

- ✓ Aménagement de la cour
- ✓ Déneigement, sablage, coupe de la pelouse
- ✓ Peinture
- ✓ Décoration des locaux et couture



Chers bénévoles, toute l'équipe et les familles sont reconnaissantes des services que vous leur rendez. Elles apprécient beaucoup votre soutien et vous disent mille mercis!



2.4.1 Les bénévoles de l'année

Mérite municipal – Ville de Mont-Laurier



Madame **Karine Langlais** est nommée bénévole de l'année au Mérite municipal de Mont-Laurier. Elle a un long parcours à La Mèreveille puisqu'elle fréquente l'organisme depuis 2014. C'est une femme dévouée et passionnée. Quand elle s'investit, elle y met tout son cœur et déploie l'énergie nécessaire pour atteindre les objectifs fixés. Et en plus, elle possède l'art de motiver les autres!

Karine a fait partie du conseil d'administration de 2016 à 2023. Elle s'est impliquée au comité des ressources humaines afin de trouver des solutions pour améliorer les conditions de travail du personnel. Elle a été présente aussi dans l'organisation de toutes les activités de financement. Merci à Karine qui a été une source d'inspiration pour tous!

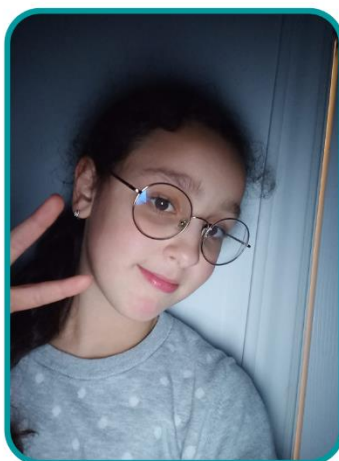
Safia Amekhrud est nommée bénévole junior de l'année. Elle est une jeune fille sociable, enjouée et mature. Très fiable, elle assiste les animatrices à la réalisation d'activités pour les enfants. Elle a toujours de belles idées de bricolages. Merci à Safia pour sa créativité et son implication!

Hommage à une bénévole de Rivière-Rouge

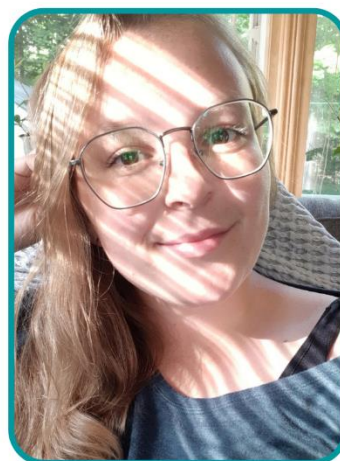
Madame **Cynthia Gagné** est nommée bénévole de l'année de Rivière-Rouge. Elle est impliquée au comité sage-femme et se démarque par son leadership. Bonne communicatrice, elle représente bien les parents pour qu'ils puissent avoir des services sage-femme dans les Hautes-Laurentides. Merci à Cynthia pour son écoute auprès des futurs parents et des familles!



Karine Langlais



Safia Amekhrud



Cynthia Gagné

2.4.3 Les formations

Type de formation	Nom de la formation	Nbre Participants	Nbre heures	Organisation	
Formations de gestion	Hygiène et salubrité – Gestionnaire	1	12h	MAPAQ	
	Hygiène et salubrité – Manipulateur	1	6h	MAPAQ	
	La gestion des bénévoles conjuguée à tous les temps	2	6h	REGAL +	
	La relève et le transfert des connaissances	1	6h	FQOCF – Claire Brochu CSMD-ÉSAC	
	Rôles, responsabilités et obligations des différentes instances d'un organisme communautaire	2	4h	ROCL	
	Reddition de comptes et éléments incontournables de votre rapport d'activités	1	3h	ROCL	
Formations en secourisme et sécurité des enfants	Secourisme en milieu de travail	2	14h	Santinel Inc.	
	Urgence bébé	1	2.5	Stéphanie Charette	
	Agent multiplicateur sièges d'auto pour enfants	2	7h	CAA-Québec	
Communication	Langage clair et simple- Autrement dit!	2	4h	Autrement dit – Chantal Audey et Amélie Bourret	
Formations pour les employés	Accompagner efficacement grâce à la PNL	2	6h	ROCL : Dominique Beaudry – L'Azimut	
	Prendre soin de soi en temps de pandémie	5	3h	Réseau des femmes des Laurentides – Dany Beaulieu	
Formations pour accompagner les futurs parents et les familles	Santé mentale	Formation de base – Prévention de la violence conjugale	3	8h	RCRPQ
		Formation pilote avancée en prévention de la violence conjugale	3	4h	RCRPQ
		Présentation sur la prévention et les signes de la dépression pré et postnatale	12	3h	UQAT – Marylène Asselin et Alexandra Turcotte
		La santé mentale périnatale : quand on devient parent	1	3h	CHU Sainte-Justine
	Allaitement	Formation nationale en allaitement – Revitalisation de l'IAB à travers le développement des compétences au Québec – Formation complète	4	6h	Plateforme formation continue partagée en ligne du ministère de la Santé et des Services Sociaux

		Conférence sur les restrictions oro-maxillo-faciales et l'impact sur l'allaitement	2	3h	Sommet virtuel sur le postnatal – Caroline de Ville – Médecin IBCLC
		Ictère néonatal : physiologie, rôle du maternage et de l'allaitement pathologie et prévention	2	3h	Nourri-Source Laurentides – Ingrid Bayot
		La danse de l'attachement autour de l'allaitement	2	3h	Nourri-Source Laurentides – Karolann Robinson et Krysta Letto
		Comprendre les impacts possibles du trauma sur l'allaitement	1	1h30	Nourri-Source Laurentides – Marie-Lou Grenier Bartish
	Développement de l'enfant	Introduction des aliments complémentaires : purée, DME, allergies.	3	3h	Nourrir la vie / Dispensaire diététique de Montréal
		Sommeil du tout-petit et son accompagnement parental	6	2h	Sommet virtuel sur le postnatal – Ingrid Bayot
	Paternité et coparentalité	Devenir papa au fil des trimestres de la grossesse	2	2h30	UQAM – Raphaëlle Noël, psychologue clinicienne et professeure agrégée
		Communauté de savoirs et de pratiques sur la paternité	1	14h	La Su-père conférence – RVP
		Devenir père : un programme novateur d'intervention périnatale pour les futurs et nouveaux pères			La Su-père conférence – Thomas Henry et Benjamin Charcellay
		Le père que je veux être, c'est...			La Su-père conférence – Brigitte Lavoie, psychologue
		Soutenir l'adaptation des pratiques de OC pour mieux répondre aux besoins des pères immigrants			La Su-père conférence – Christine Gervais UQO / Stéphane Hernandez, chercheur universitaire Sherpa / Mardoché Mertilus, formateur RVP / Annie Pontbriand, institut universitaire Sherpa
	Interculturel	Déconstruction des préjugés – Mythes et réalités en interculturel	1	15h	Jolianny Solano, formatrice
		Soins interculturels en contexte périnatal : mieux comprendre pour mieux accompagner	1	8h	Service de référence en périnatalité pour les femmes immigrantes du Québec (SRPFIQ)
	Autre	Journées annuelles de santé publique	1	6h	Le cododo : entre science, croyances et réalité

2.5 Les membres

Les membres bénéficient de différents services dont la halte-garderie, les prêts de livres, de porte-bébé et de matériel de bébé. Ils reçoivent aussi l'Infolettre et le calendrier d'activités de chaque mois. Ils peuvent siéger au conseil d'administration et participer aux différents comités.

136
membres
actifs

3. Les priorités annuelles 2022-2023

Priorité 1 : Mettre en place un groupe d'entraide pour prévenir la dépression postnatale et briser l'isolement

Le groupe « Entre mèreveilleuses » a été développé grâce à une subvention du CISSS des Laurentides - Santé et bien-être des femmes 2022.

Nouveau
service!

Ce projet a été réalisé en partenariat avec Le Carrefour péri-naissance et familial de St-Eustache. Il est combiné avec le service de relevailles.

Les objectifs :

- ✓ Soutenir les mères présentant des facteurs de risques de dépression postnatale et des signes reconnus d'épuisement.
- ✓ Prévenir les troubles de l'attachement (mères ayant des bébés aux besoins intenses et spécifiques : maladie/prématurité ou mère présentant une limitation physique ou psychologique).
- ✓ Diminuer la détresse éprouvée par les familles en raison de l'arrivée d'un bébé qui exige une adaptation.

Développement de 8 thèmes
5 mères ont participé
Il y a eu 4 rencontres individuelles / 8 rencontres de groupe
4 mères ont reçu le service de relevailles

Priorité 2 : Développer les groupes PPEG – Pères présents, enfants gagnants

Par le biais de mises en situation et d'ateliers stratégiques, les pères et beaux-pères apprennent à mieux se connaître et à développer de nouvelles aptitudes parentales.



Nouveau
service !

Les objectifs que les pères :

- ✓ Soient sensibilisés à l'importance d'être acteurs, témoins et complices des apprentissages de leur(s) enfant(s)
- ✓ Qu'ils acquièrent une meilleure compréhension des besoins de leurs enfants et d'eux-mêmes
- ✓ Qu'ils puissent échanger avec d'autres pères de leur expérience
- ✓ Qu'ils prennent conscience de leurs compétences et qu'ils découvrent de nouvelles façons de faire avec leurs enfants
- ✓ Qu'ils développent des attitudes favorisant l'harmonie familiale

Un animateur et une animatrice ont préparé et animé les ateliers en soirée à l'automne 2022 et à l'hiver 2023.

5 pères ont été rejoints par ce nouveau service – 10 rencontres

Priorité 3 : Entreprendre les démarches pour l'agrandissement futur de la maison et poursuivre les travaux de rénovation

Agrandissement futur :

- ✓ Un plan d'implantation a été produit par une firme d'arpenteur-géomètre pour l'agrandissement projeté de la maison.
- ✓ La proposition de projet à la ville de Mont-Laurier a été présentée avec une demande de dérogation à l'hiver 2023.
- ✓ La demande de dérogation du 2797, chemin Adolphe-Chapleau a été acceptée au conseil municipal le 11 avril 2023.

Rénovations majeures :

- Les toits de la maison, de la halte-garderie et du hangar ont été changés à l'été 2022.

Priorité 4: Planifier la fête du 40^e anniversaire

L'organisation de la fête du 40^e fera suite au lancement du site web.

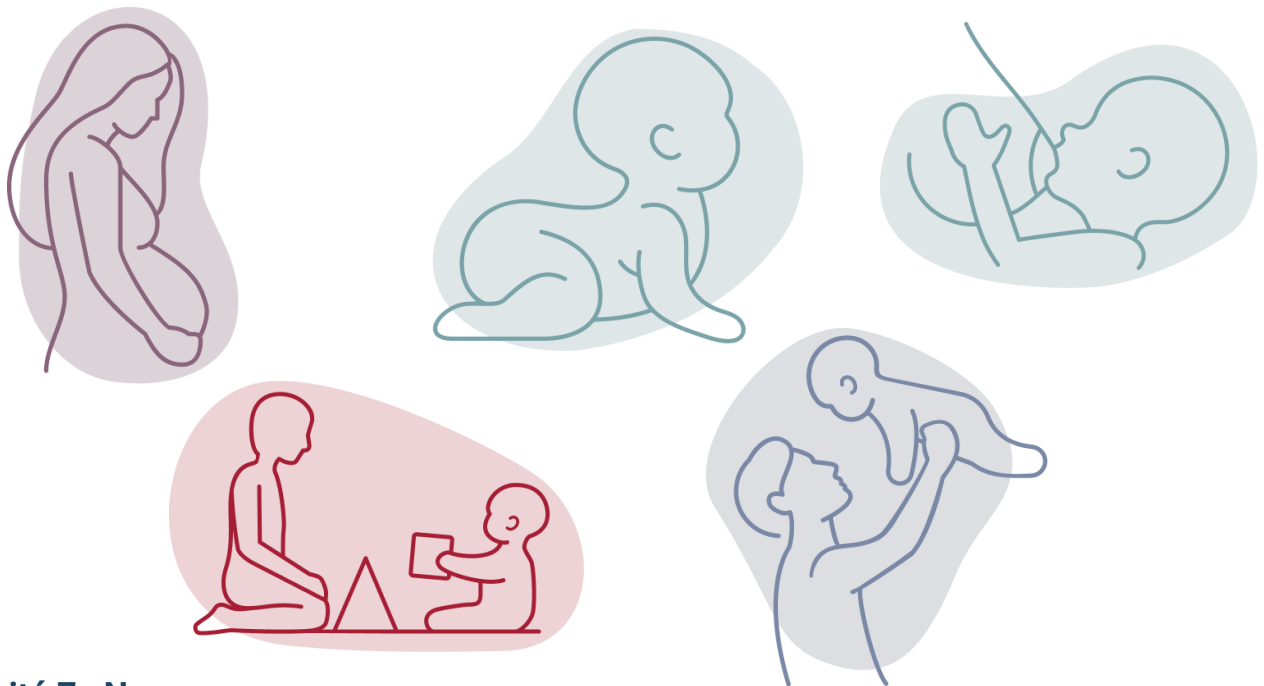
Priorité 5 : Explorer les options pour acquérir une base de données qui permette de mieux gérer les services en ligne

Des rencontres d'information sur différents systèmes de base de données ont été organisées avec d'autres groupes du Réseau des centres de ressources périnatales et il était difficile de choisir la base de données qui nous convenait le mieux. L'organisme a donc décidé, dans un premier temps de programmer le nouveau site Web et le calendrier virtuel afin de recevoir les inscriptions en ligne et par la suite, choisir la base de données qui sera la plus conviviale et adaptée pour la compilation des informations.

Priorité 6 : Site Web et autres outils de communication

Les actions qui ont été poursuivies en 2022-2023 :

- Rencontres du comité des communications pour orienter le contenu et le design du nouveau site Web, du dépliant et des inserts
- Site Web : séances photos, travail sur l'arborescence, ajout de pages avec les descriptifs des activités, programmation des inscriptions et du calendrier, boutique en ligne, etc.
- Réalisation du nouveau dépliant, des inserts et des textes



Priorité 7 : Nouveau serveur en nuage

Cette priorité s'est ajoutée en cours d'année. L'organisme a décidé de changer de serveur et a opté pour un service mieux adapté au télétravail. Celui-ci est hébergé par une entreprise informatique de la région qui se charge de protéger et sauvegarder nos données.

4. Les projets de l'année

4.1 Accueil à Mont-Laurier des membres du Réseau des centres de ressources périnatales du Québec

Les 28 et 29 septembre 2022, notre équipe a accueilli les membres des autres centres de ressources périnatales du Québec à l'Espace Théâtre de Mont-Laurier. Plus de 40 personnes étaient présentes. Lors de cette rencontre, les directions et coordinations ont échangé sur les enjeux communs pour trouver des pistes de solution au financement de tous les centres, augmenter la visibilité des CRP et de leurs services, mettre en place des formations adaptées aux besoins des groupes et présenter des initiatives inspirantes. Ces deux journées sont un espace de ressourcement pour tous pour mieux se connaître et rire ensemble.



Photo prise lors de la visite de notre maison de Mont-Laurier

4.2 Activité financée par le FADM 2022-2023 de Desjardins

Halte-garderie nature

La Mèreveille innove en ajoutant une nouvelle approche pédagogique en nature inspirée du modèle « Forest School » des pays scandinaves, où l'éducation et la santé sont reliées à l'importance d'être et d'apprendre avec la nature dans l'optique de favoriser le développement global, les saines habitudes de vie et la réussite éducative des enfants.

L'approche s'appuie sur le principe que chaque enfant est unique et compétent, qu'il est un apprenant actif. Elle est adaptée à la culture québécoise et répond aux exigences des programmes ministériels.



. Voici les étapes réalisées du projet :

- Une chargée de projet a été engagée.
- Une première sortie dans un verger a eu lieu.
- Deux éducatrices et trois aide-éducatrices ont reçu la formation de 6 heures « Initiation à l'implantation de la pédagogie de la nature » avec Cinthia Randlett en mars 2023.
- Des fiches éducatives de deux milieux naturels ont été créées avec les plans d'urgence et l'évaluation des sites.

Toutes les autres phases de ce projet seront terminées à l'automne 2023.

La Mèreveille remercie le FADM 2022- 2023 de Desjardins Caisse du Cœur des Hautes-Laurentides pour sa contribution de 8 000 \$. Grâce à cette contribution, le développement de ce programme va créer l'habitude des enfants d'être en nature, d'utiliser les ressources naturelles comme matériel pédagogique, de multiplier les occasions de jeu libre en plein air.

4.3 Projet de distribution de boîtes à lunch santé : Programme « vers un chez-soi 2022-2023 / Covid-19 » à Rivière-Rouge

Le projet s'est poursuivi cette année et nous avons eu l'occasion de nous joindre à d'autres partenaires pour offrir nos services au Parc de la Gare de Rivière-Rouge. Ce partenariat nous a permis de bénéficier d'une source de financement du CISSS des Laurentides pour ce projet.

Les objectifs visés :

- ✓ Entrer en contact avec les pères et les familles dans cet espace informel
- ✓ Faire connaître nos services d'accompagnement aux pères, à la population et aux intervenants présents dans le parc
- ✓ Offrir du soutien ou référer vers les ressources disponibles
- ✓ Répondre aux besoins alimentaires de base des personnes en situation de vulnérabilité
- ✓ Accroître l'accès à une alimentation saine

45 personnes par semaine / 6 rencontres

Du 3 juillet au 15 août 2022, l'animateur auprès des pères et des familles a cuisiné et a distribué 45 lunches par semaine pendant 6 semaines, au Parc de la Gare de Rivière-Rouge, en collaboration avec le comité errance/itinérance de Rivière-Rouge, L'Arc-en-soi et Cultiver pour nourrir (légumes offerts gratuitement).



4.4 Accueil et soutien des futurs parents et familles issus des communautés ethnoculturelles

Cette année, La Mèreveille a reçu plusieurs références de futurs parents et familles issus de la diversité. Dans un souci de bien les accueillir, Chantale Piché, accompagnante périnatale, a été engagée afin de faciliter leur intégration.

Elle a rejoint plus de vingt familles en période périnatale et a organisé plusieurs activités pour faciliter leur intégration.

De plus, elle a travaillé en complémentarité avec différents partenaires pour assurer à ces citoyens les services dont ils avaient besoin. Quand ces familles arrivent dans la région, il y a plusieurs démarches doivent être réalisées pour qu'elles obtiennent les services et elles ont besoin d'accompagnement. Zone-Emploi, le CISSS des Laurentides, la Griffes d'Alpha, la Ville de Mont-Laurier, les Paroisses de Mont-Laurier et plusieurs citoyens ont été nos principaux partenaires.

Dans le but de rassembler les familles, voici les activités réalisées par La Mèreveille :

Premier dîner interculturel rassembleur à l'approche des Fêtes à Mont-Laurier.

Le but de cette rencontre était réunir les familles nouvellement arrivées avec d'autres déjà établies depuis un certain temps. Ce dîner a été qualifié de « Dîner aux mille saveurs » car pour l'occasion, chacun était invité à concocter un mets de son pays d'origine. Les pays représentés par les familles étaient le Sénégal, la Côte d'Ivoire, le Cameroun, le Kenya,

Haïti, l'Ukraine, le Maroc, le Burkina Faso, le Mexique, le Brésil et l'Algérie et le Canada. La présence de Daniel Bourdon, maire de Mont-Laurier, préfet de la MRC d'Antoine-Labelle et de sa conjointe, madame Forget a été très appréciée.



de
«

20 familles – 42 personnes étaient présentes

Ateliers créatifs pilotés par l'artiste Ayesha Cisneros

Les familles ont créé des boules de Noël uniques et colorées pour orner le grand sapin dans le grand hall de l'Espace Théâtre.

8 familles issues de la diversité – 5 pères, 2 femmes enceintes, 3 mères et 10 enfants et 7 autres familles – 2 pères, 6 mères et 10 enfants.

Atelier interculturel de percussions

3 familles issues de la diversité et 1 autre famille ont participé – 4 pères, 3 mères et 7 enfants



4.5 Comité sage-femme des Hautes-Laurentides : Développement des services sage-femme dans les Laurentides

Le comité sage-femme de La Mèreveille est né du désir des femmes de notre territoire d'être suivies et accompagnées par une sage-femme. Il est composé de cinq personnes : Christine Poupart, Alison St-Cyr Nadeau, Cynthia Gagné, Jessica Viau et Michèle Turpin.

Chaque année, l'organisme reçoit plusieurs appels sur les services offerts en période prénatale. Une question est souvent posée par les futures mères : « Puis-je être accompagnée par une sage-femme à Mont-Laurier, à Rivière-Rouge ou à la maison ? ».

Ces femmes sont étonnées et déçues de savoir que le service sage-femme n'est pas disponible car, pour elles, ce n'est pas normal que les femmes enceintes des Hautes-Laurentides doivent aller à Blainville pour accoucher. C'est pourquoi, le comité poursuit ses objectifs :

- ✓ Promouvoir les services sage-femmes et les autres options d'accompagnement à la naissance sur le territoire et faire connaître la profession de sage-femme
- ✓ Organiser des rencontres d'information sur les droits des femmes pendant la grossesse et l'accouchement
- ✓ Se mettre à jour sur l'avancement du dossier des sage-femmes au Québec et en particulier en région.
- ✓ Contacter d'autres organismes et personnes dans l'objectif de travailler ensemble afin que le dossier sur le développement des services sage-femmes dans les Laurentides avance, une première rencontre a eu lieu le 19 août 2022 avec Mirabelle Lavoie, sage-femme, Stéphanie Villeneuve et Line Ménard de St-Jovite, Caroline Hamelin et les membres de notre comité. Après avoir échangé sur plusieurs idées, nous décidons de nous regrouper et madame Stéphanie Villeneuve se porte volontaire pour être responsable de cette « coalition Laurentides ».

Le comité s'est réuni à sept reprises pour poser les actions suivantes :

- ✓ Organiser des rencontres d'information et d'échange pour les familles et futurs parents sur les services sage-femme et d'accompagnement à la naissance : **15 personnes étaient présentes.**
- ✓ Diffuser la pétition des services sage-femmes dans les Laurentides
- ✓ S'impliquer au groupe MAMAN « Mouvement pour l'Autonomie dans la Maternité et pour l'Accouchement Naturel » : Jessica Viau est membre du conseil d'administration depuis novembre 2022. Cet organisme féministe familial défend les droits et la dignité des femmes et des personnes au moment de la grossesse et de la naissance. Être membre du CA permet de mieux comprendre les enjeux actuels, de prendre part à la mobilisation et de nourrir la réflexion collective sur les services de sage-femmes et les droits des personnes qui accouchent.



Le Comité sage-femme des Hautes-Laurentides et la Mèreveille vous invitent.

Rencontre d'information et d'échange pour les familles et futurs parents.

📅 Samedi le 1er avril 2023 ⌚ 9h30 à 12h00

📍 À la Mèreveille
(2797 ch. Adolphe-Chapleau, Mont-Laurier)

Au menu

Venez en apprendre plus sur les options d'accompagnement qui s'offrent à vous pour la naissance de votre enfant ainsi que sur les services offerts dans votre région :

- Services avec sage-femme ou accompagnante
- Témoignages d'accouchement et période de questions

Gratuit pour tous - Inscription requise

Pour plus d'informations ou pour vous inscrire :
819-623-3009 / 1-866-623-3009

📍 La Mèreveille

☕ Café et collation offerts sur place

5. Participation de la Mèreveille dans la communauté et auprès de différentes instances

5.1 Représentations et concertations

5.1.1 Table de concertation en petite enfance d'Antoine-Labelle

La Table de concertation en petite enfance d'Antoine-Labelle (TCPE AL) réunit 27 partenaires qui œuvrent ensemble pour et avec les familles d'enfants de 0 à 5 ans. Cette TCPE AL est un lieu de réseautage, de coordination, de coopération et de collaboration selon les enjeux et besoins soulevés : **3 rencontres ont eu lieu soit le 14 avril 2022 en ligne, 13 octobre 2022 en présentiel et le 26 janvier 2023 en ligne.**

Le plan d'action 2022-2023 a été mis à jour pour continuer à répondre aux enjeux locaux soulevés par les membres de la TCPE AL et soutenir les familles durant cette période de pandémie qui a été encore bien présente. Les enjeux suivants ont été constatés :

Sécurité alimentaire
Transport
Répit
Absentéisme

Besoins de base
Pénurie de logement
Santé mentale
Langage

Les enjeux en gras ont été priorisés dans le cadre du programme Semer l'Avenir et, pour les autres enjeux, des projets ont été mis en place.

Les enjeux de langage sont encore bien présents et c'est par le projet Mots d'enfants que des actions ont été réalisées.

Grâce au soutien du CISSS des Laurentides, les partenaires peuvent poursuivre la mobilisation locale, les représentations, le projet Mots d'enfants et coordonner les deux projets concertés pour outiller les parents :

- « Parents bienveillants, enfants présents », qui favorise les pratiques parentales.
- ✓ « Parents outillés, enfants soutenus », qui propose des activités en développement et en stimulation du langage.

Représentations

- ✓ Participation à la Table Régionale tout-petits Laurentides (4 rencontres)
- ✓ Participation à l'événement « *Municipalité et Communauté unies pour les enfants* » du 15 novembre 2022 à Ste-Adèle
- ✓ Politique pour les aînés et la famille à Mont-Laurier
- ✓ Participation à deux rencontres des tables de concertation organisées par le CDCHL.

Comité de coordination (CoCo)

Il a le mandat suivant :

- ✓ Préparer et animer les rencontres de la TCPE AL
- ✓ Mettre en place les actions qui répondent aux enjeux des familles
- ✓ Visionner et corriger les textes des capsules web « François Le Réparateur »
- ✓ Organiser le lancement des capsules et rédiger le communiqué de presse transmis aux médias de la région (à CFLO et Info de la Lièvre)
- ✓ Développer un outil sur le développement du langage avec la clinique ORO.

Les comités

Cette année, il n'y a pas eu de comités de travail. Cependant, les membres de la TCPE ont accepté une formule de comités provisoires et ont été interpellés ponctuellement pour déposer des projets dans le cadre du programme Semer l'Avenir et la mesure 1.3.1 – CISSS des Laurentides.

5.1.2 Les projets

5.1.2.1 Projet « Parents bienveillants, enfants présents »

Ce projet est une entente avec la Direction de santé publique CISSS LAU - Mesure 1.3-2 dans le cadre des ateliers « **Parler pour que les tout-petits écoutent** ».

Objectif : Outiller les parents vers une communication bienveillante auprès des enfants.

Du 1^{er} avril 2022 au 31 mars 2023¹

Atelier « Parents bienveillants, enfants présents »

Nombre de rencontres 49

Nombre de parents rejoints 42

Nombre d'enfants rejoints 55 (environ car la fratrie plus âgée est non comptabilisée)

Un « **café-rencontre** » a été offert à tous les parents de 0-5 ans intéressés par l'atelier et qui n'avaient pas participé aux 6 rencontres. Objectif : Présenter aux parents une introduction à l'atelier et sonder leur intérêt à participer au prochain atelier.

1 Café-rencontre « Parents bienveillants, enfants présents »	
Nombre de parents rejoins	2
Nombre d'enfants rejoins	3

5.1.2.2 Le projet Mots d'Enfants et ses réalisations

Il vise par l'éducation populaire, la stimulation précoce du langage chez les enfants de 0 à 5 ans de la MRC d'Antoine-Labelle. Le projet offre de la formation et du soutien aux intervenants en petite enfance du territoire, afin que ceux-ci puissent à leur tour outiller les parents et soutenir les enfants dans le domaine du développement langagier. Le projet créera des multiplicateurs capables de reconnaître les problèmes du langage et d'intervenir pour stimuler celui-ci auprès des enfants.



OBJECTIFS :

- ✓ Travailler en concertation avec les partenaires du milieu
- ✓ Apporter un soutien à la Table de concertation en petite enfance et coordonner le sous-comité langage
- ✓ Maintenir des liens avec la communauté : les différents partenaires, les municipalités et les bibliothèques de la MRC d'Antoine-Labelle pour utiliser ces instances comme courroie de transmission
- ✓ Développer les connaissances des parents sur le développement langagier de leur enfant de 0 à 5 ans
- ✓ Sensibiliser la population, les familles et les grands-parents à l'importance de la stimulation du langage, de l'éveil à la lecture et à l'écriture chez les enfants 0-5 ans
- ✓ Rejoindre les familles (de la grossesse aux enfants de 5 ans) en organisant et en animant des ateliers/activités qui répondent aux besoins et problématiques vécues par les enfants de 0 à 5 ans, leurs parents et les intervenants

ADMINISTRATION :

- ✓ Rédaction de comptes rendus, courriels, bilans mensuels, redditions de compte
- ✓ Participation à toutes les rencontres du comité de coordination (CoCo)
- ✓ Participation à la Table de concertation en petite enfance de la MRC Antoine-Labelle
- ✓ Publication hebdomadaire sur la page FB pour assurer une visibilité
- ✓ Soutien et coaching de 2 animateurs : Rédaction de demandes de financement
- ✓ En attente d'une réponse du « Fonds de relance des services communautaires » de la Croix-Rouge pour un projet de soutien et de formation pour le personnel sur la communication bienveillante basée sur l'atelier « Parler pour que les tout-petits écoutent »
- ✓ Rédaction de deux demandes de prolongation de projets.

Les réalisations :

François le Réparateur

- ✓ Le lancement des capsules Web (éveil à la lecture et stimulation du langage) s'est déroulé le 13 octobre 2022 à la bibliothèque de Mont-Laurier. Une présentation a été faite aux partenaires, au journaliste de L'Info de la Lièvre et aux autres invités (acteurs/figurants des capsules). François le Réparateur était présent et son personnage était interprété par Marc Ouellette.
- ✓ 10 capsules ont été diffusées sur YouTube et ont été vues 359 fois en date du 6 avril 2023.
- ✓ 6 animations de François le Réparateur ont eu lieu : au Parc des Canotiers, à Lac-des-Écorces, à St-Jean-sur-le-Lac ainsi que lors du lancement des capsules.





Dépliant orthophoniste

Mandatée par la TCPE AL et le CoCo, une orthophoniste de la région a conçu un dépliant d'informations sur « le développement de la communication et du langage chez l'enfant – Jalons et repères ».

5.1.2.3 Atelier des boîtes à outils

« Parents outillés, enfants soutenus »

Atelier « boîtes à outils » l'été animé par l'Entropique	
Nombre de rencontres	5
Nombre de familles	4

Activité « Jeux Mots d'enfants » à la bibliothèque un samedi par mois	
Nombre de rencontres	6 (+ 1 qui a été annulée faute de participants)
Nombre de parents rejoints	31
Nombre d'enfants rejoints	30

- ✓ Collaboration avec la bibliothèque de Mont-Laurier pour la mise en place de prêt de jeux des « boîtes à outils » pour favoriser l'accès aux familles du matériel en question
- ✓ Mise en place de 6 **trousses** « **Jeux Mots d'enfants** »
- ✓ Activités de « Jeux Mots d'enfants » organisées à la bibliothèque, animées par l'Entropique (financées par le projet « Parents outillés, enfants soutenus » et « Mots d'enfants »)

Prêt des trousses « Jeux Mots d'enfants »	
6 trousses (de septembre 2022 au 29 fois 31 mars 2023)	

5.2 Les représentations et concertations

Association des haltes-garderies communautaires du Québec – AHGCQ

- Rencontre avec le MFA – Projet de formation pour les infirmières

Centre de la famille des Hautes-Laurentides

- Participation au dévoilement des outils de communication de l'organisme

CDCHL

- Grand rassemblement d'automne avec la présence du ROCL – 6 octobre 2022
- Chronique du communautaire à la radio CFLO
- Rencontre de la Table des tables de concertation- 2 rencontres

CULTIVER POUR NOURRIR

- Fête des récoltes – 1er septembre 2022
- AGA- juin 2022

CISSS des Laurentides

- Programme SIPPE et Semer l'Avenir – 3 rencontres de partenaires

Comité Paternité Laurentides

- Participation à 3 rencontres
- Présentation du comité Paternité Laurentides à l'équipe SIPPE d'Antoine-Labelle

Regroupement Naissances Respectées

- Forum Périnatalité et disparités

Regroupement des organismes communautaires des Laurentides-ROCL

- Consultation ROCL BBR – 22 février 2023
- AGA – 22 juin 2022
- Implication aux activités des OCA



5.3 Implication communautaire de La Mèreveille

Participation aux activités de mobilisation des OCA avec le ROCL Semaine nationale de l'action communautaire autonome (SNACA)

- Publication Facebook : pour valoriser le travail des 4 000 organismes d'action communautaire autonome et rendre hommage aux 60 000 travailleuses et travailleurs ainsi qu'aux 425 000 militant·e·s et bénévoles qui s'y impliquent quotidiennement.
- La Mèreveille offre un congé férié aux employés pour souligner leur travail.

Participation au sondage en ligne sur la réalité et les besoins en termes de main-d'œuvre des organismes communautaires des Laurentides – Coordonné par le ROCL et le CISSSL- février 2023.

Les résultats du sondage reflètent la réalité 2023 de nos besoins en main- d'œuvre et en nombre d'heures requises pour réaliser notre mission.

Participation à la rencontre de la tournée hivernale du Regroupement des organismes communautaires des Laurentides



Lors de la rencontre, les équipes ont parlé de leurs enjeux qui ont été reflétés par L'Observatoire de l'ACA qui rapportait récemment que les organismes communautaires arrivent à un point de rupture : **97% des organismes vivent des difficultés en lien avec la charge de travail alors que 83% des organismes auraient besoin d'embaucher du personnel supplémentaire, une moyenne de 2,8 personnes par**

organisme. "Le manque de financement ne leur permettant pas d'ouvrir de nouveaux postes, les équipes de travail des organismes communautaires ne sont pas en mesure de répondre aux demandes en forte augmentation avec la crise. De plus, les conditions offertes pour les postes existants sont peu attractives et le climat de travail est marqué par une surcharge menant à l'épuisement des équipes en place, peut-on lire dans le rapport.

Un point de presse en présence d'une quarantaine des groupes membres du ROCL a été tenu pour rappeler au gouvernement Legault les décrets qu'il a récemment déposés et pour exiger un financement à la mission adéquat pour soutenir l'ensemble des organismes communautaires.

Centre de pédiatrie sociale en communauté d'Antoine-Labelle

- ✓ Membre du conseil d'administration – 6 rencontres
- ✓ Comité des ressources humaines – 2 rencontres
- ✓ Participation à l'AGA – 29 juin 2022

CISSS des Laurentides- Familles SIPPE ET SEMER L'AVENIR

- ✓ Activité de réseautage dans un cadre ludique avec les familles – 7 octobre 2022

Fédération québécoise des organismes communautaires Famille

- ✓ Journée mondiale des parents le 1er juin 2022 : Activités de valorisation des parents : « Bravo les parents »

Groupe MAMAN Mouvement pour l'Autonomie dans la Maternité et pour l'Accouchement Naturel

- ✓ Participation aux activités du groupe
- ✓ Membre du conseil d'administration
- ✓ Participation à l'AGA – novembre 2022

Maison Clothilde

- ✓ Participation aux conférences et à l'AGA – 9 juin 2022

Réseau des Centres de ressources périnatales du Québec

- ✓ Rencontres provinciales et AGA 21 juin 2022 – 3 rencontres
- ✓ Comité politique – 3 rencontres
- ✓ Espaces Zoom pour les directions afin d'échanger sur des thèmes précis – 2 rencontres
- ✓ Déploiement de l'Avis de grossesse
- ✓ Rencontres des coordonnatrices d'activités – 2 rencontres
- ✓ Rencontres sur les bases de données – 2 rencontres
- ✓ Comité communications – 3 rencontres

Regroupement pour la valorisation de la paternité

- ✓ Participation au colloque annuel – La Su-Père Conférence 2023

Table de concertation en sécurité alimentaire de la MRC d'Antoine-Labelle

- ✓ Membre du conseil d'administration – 2 rencontres
- ✓ AGA et déjeuner annuel – Bilan annuel des jardins solidaires et de Cultiver pour nourrir
- ✓ Grande Table – 2 rencontres
- ✓ Participation à la Semaine pour le droit à la saine alimentation en mars

Ville de Mont-Laurier

- ✓ Politique pour les aînés et la famille à Mont-Laurier : membre du comité de pilotage représentant les familles et la Table de concertation en petite enfance

5.4 Développement d'activités ou de partenariat avec d'autres organismes

1- Centre de pédiatrie sociale d'Antoine-Labelle

Entente entre La Mèreveille et le CPSCAL pour le prêt d'un local à Rivière-Rouge.

2- CISSS-Programme OLO

Formation sur l'alimentation des tout-petits donnée aux employés par une nutritionniste.

3. Maison de la famille de Belle-Chasse

Participation à un questionnaire sur le développement de services en relevailles.

4. Programme d'aide financière pour l'achat de couches lavables

Partenariat avec les villes de Mont-Laurier, Rivière-Rouge, Notre-Dame-du-Laus, Ferme-Neuve, Saint-Aimé-du-Lac-des-Îles, Kiamika, Lac Sagouay, La Macaza et Lac Saint-Paul.

Trois familles ont reçu un remboursement pour un total de 394 \$.

5. Table de La Rouge

Activité de visibilité au parc de la Gare avec les partenaires de La Rouge et L'Arc-en-Soi – été 2022

6. UQAT

Deux étudiantes au baccalauréat en sciences infirmières ont réalisé une intervention éducative auprès de l'équipe de La Mèreveille sur le dépistage et la prévention de la dépression post-partum et comment amener les parents à accepter de recevoir du soutien.

7. Zone-Emploi d'Antoine-Labelle

Profil NOVA :

- Réalisation du profil et rencontres avec tous les employés
- Activité de consolidation d'équipe en groupe – 3 rencontres
-

Autres services :

- Préparation d'un sondage de départ et entrevues avec les employés
- Publication des offres d'emploi
- Accompagnement d'employés : pour les programmes de subvention salariale et O'Bouleau
- Présentation à l'équipe de leurs services et des ateliers Mes finances, mes choix

8. Table de concertation en sécurité alimentaire de la MRC d'Antoine-Labelle



1. Ateliers parents enfants « Vie de jardin »

Ateliers sur différents thèmes pour se familiariser avec le jardinage pour les familles avec des enfants 0-5 ans : Les mauvaises herbes / Petites et grosses bibites / Les aménagements comestibles

Objectifs :

- ✓ Se ressourcer et jouer en famille
- ✓ Développer le goût de jardiner
- ✓ Intégrer les notions de base du jardinage

Participants

Familles inscrites 6

Identification

Mères 5
Pères 1
Enfants 15

Rencontres

Mont-Laurier 3

9. Participation au combat des chefs et à l'activité découverte avec les enfants de la halte-garderie

Dans le cadre de la semaine en sécurité alimentaire
La Table de concertation en sécurité alimentaire d'Antoine-Labelle présente

LE COMBAT DES CHEFS

VENEZ GOÛTER LES PLATS PRÉPARÉS PAR NOS CHEFS!

Porte-parole Maxime Bélisle,
Chef cuisinier sommelier

SALLE COMMUNAUTAIRE
245, RUE DE LA MONTAGNE, LAC-DES-ÉCORCES
VENDREDI 17 MARS 2023
12H-14H

Bien manger,
C'EST TON DROIT.

La Table de concertation en
SÉCURITÉ ALIMENTAIRE
de la MRC d'Antoine-Labelle



5.5 La Mèreveille est membre

La Mèreveille est impliquée à différents paliers, que ce soit au niveau local, régional ou provincial. Elle crée des collaborations, partage des ressources et organise avec d'autres partenaires des formations communes. Elle développe davantage son expertise en périnatalité grâce à ces alliances :

- Association des haltes-garderies communautaires du Québec (AHGCQ)
- Corporation de développement communautaire des Hautes-Laurentides (CDCHL)
- Mouvement pour l'autonomie dans la maternité et pour l'accouchement naturel (Groupe MAMAN)
- Regroupement Naissances Respectées
- Regroupement des organismes communautaires des Laurentides (ROCL)
- Fédération québécoise des organismes communautaires Famille (FQOCF)
- Ligue La Leche
- Réseau des centres de ressources périnatales du Québec (RCRPQ)
- Regroupement pour la Valorisation de la Paternité
- Centre d'exposition de Mont-Laurier
- Mouvement Allaitement Québec (MAQ)
- Moisson Laurentides
- Chambre de commerce de Mont-Laurier

5.6 La Mèreveille répond à des sondages

AHGCQ : Portrait de la situation financière et portrait des membres

FQOCF : Sondage sur le transfert des connaissances

Moisson Laurentides : Bilan Faim

RCRPQ : Sondage sur les besoins en outils de communication des organismes membres du Réseau des CRP

ROCL ET CISSS LAU : Sondage des besoins en main-d'œuvre

Table de concertation en sécurité alimentaire : Sondage Communauté de pratique en aide alimentaire

6. Activités et services

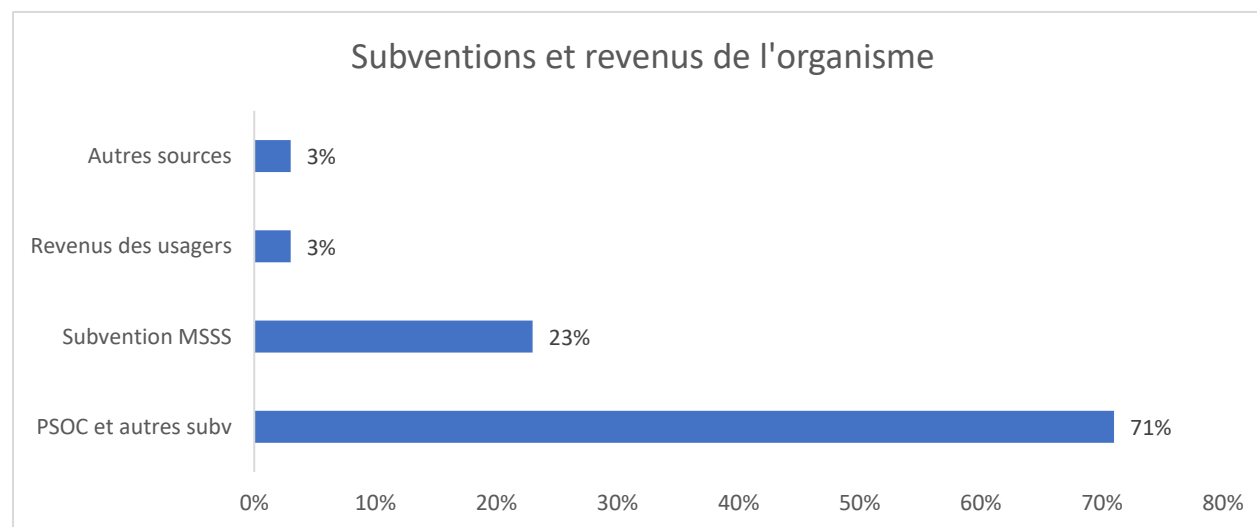
6.1 La périnatalité au cœur de La Mèreveille

Un peu d'histoire !

Le centre de ressources périnatales La Mèreveille est un organisme communautaire sans but lucratif, incorporé en 1984 et reconnu par sa mission au programme de soutien aux organismes communautaires PSOC. En 1994, il a reçu une subvention de la Santé publique du Canada pour le programme PACE et PCNP qui lui a permis d'engager du personnel pour offrir les services de relevailles et de suivis durant la grossesse, les services en allaitement et les cuisines de nutrition prénatale et postnatale. En 1998, il a reçu un financement du ministère de la Santé et des services sociaux qui lui a permis d'augmenter l'éventail de ces services en périnatalité afin de desservir tous les futurs parents et les familles du territoire. Il est membre du Réseau des centres de ressources périnatales du Québec (RCRPQ) qui regroupe 25 CRP situés dans 15 régions du Québec. Il termine sa 25^e année d'exploitation.

La particularité du CRP La Mèreveille est de couvrir le large territoire de la MRC d'Antoine-Labelle qui regroupe 17 municipalités. Les familles sont rejointes par les services à domicile : rencontres prénatales, demandes de préparation à la naissance, relevailles et suivis en allaitement. De plus il offre ses activités aux deux points de service de Mont-Laurier et Rivière-Rouge.

Au fil du temps, les services se sont diversifiés au rythme des besoins des parents et des futurs parents qui désirent faire des activités ou être accompagnés durant cette période de transition. Quelques activités et services sont offerts selon une légère tarification ou selon une contribution volontaire. Ces contributions permettent d'assurer la continuité de certains services. Voici le pourcentage de chaque catégorie de revenu :



Voici les sources de revenus par activité ou service :

Rencontres durant la grossesse Avec tarification	11 familles
Rencontres prénatales Contribution volontaire	22 familles
Rencontres prénatales Enveloppe spécifique	9 femmes enceintes et 7 pères 149,5 heures
Rencontres individuelles en allaitement durant la grossesse Avec tarification	11 femmes enceintes
Relevailles Avec tarification ou contribution volontaire	7 familles sur 69 familles
Relevailles Enveloppe spécifique	26 familles ont reçu 170 blocs 510 heures
Atelier sur le portage des bébés Gratuit	7 familles
Halte-garderie Avec tarification ou contribution volontaire	86 familles
Massage bébé Avec tarification ou contribution volontaire	17 familles
Urgence bébé Avec tarification	27 participants 4 femmes enceintes 21 mères 2 pères
Yoga prénatal Avec tarification ou contribution volontaire	33 familles – 8 conjoints 8 groupes – 46 rencontres



6.1 L'information à la clientèle

La période périnatale est une période d'adaptation dans la vie des futurs parents et des familles. À La Mèreveille, une équipe est là pour accueillir les parents, répondre à leurs questions et les rassurer :

Appels téléphoniques

Au total, environ 6000 appels téléphoniques ont été reçus ou donnés en 2022-2023.

Visites au bureau

Environ 2400 visites au bureau en 2022-2023 (excluant les personnes qui viennent aux activités de groupe). Ces chiffres sont comptabilisés à l'accueil et il est possible que le nombre de visites comptabilisé ne soit pas exact.

La personne à l'accueil est très gentille et serviable. Elle m'a souvent écouté et réconforté lors de mes visites à la Mèreveille. Je la remercie!

Isabelle

6.2 Durant la grossesse

En période prénatale...

L'accompagnante offre des rencontres aux femmes enceintes et aux futurs parents qui souhaitent s'informer, échanger sur le processus de la grossesse et se préparer à la naissance de leur enfant. Misant sur une approche humaine et rassurante, elle guide les parents à travers les différentes étapes de la grossesse ou à travers la transition vers le nouveau rôle qui les attend.

Rencontres individuelles durant la grossesse



Ces rendez-vous avec une accompagnante à la naissance sont adaptés aux besoins des parents afin de les guider dans leur projet de naissance, leurs désirs d'approfondissement et leurs questionnements. Ces rencontres personnalisées modulables permettent d'échanger sur le processus de la grossesse, la préparation à la naissance, l'accueil du nouveau-né, l'allaitement et la vie avec bébé. Les parents peuvent échanger librement avec l'accompagnante, parler de leur réalité familiale et ainsi faire des choix et se construire un coffre à outils à leur image.

Suivi hypno-naissance



Le processus hypno-naissance est une série de séances de visualisation d'images, de détente, et un guide vers la pensée positive en lien avec la grossesse et la naissance. Par cette démarche, des pensées nouvelles sont intégrées, ce qui a pour effet de diminuer la douleur et les peurs pour donner naissance dans le calme et la sérénité.

« Les visualisations m'ont aidée à me garder connectée et à respirer doucement lors de mon accouchement »

Rencontres de préparation à la naissance

Les rencontres de préparation à la naissance abordent plusieurs thèmes afin d'avoir une meilleure compréhension du processus physiologique lié à l'accouchement.

Les parents reçoivent des informations à jour pour leur permettre de faire des choix éclairés. Des outils concrets et pratiques leur sont proposés pour la gestion de la douleur.

Les parents peuvent élaborer un plan de naissance selon leurs souhaits.

Journée de préparation à la naissance :

Lors de cette rencontre, les parents pourront mieux comprendre le processus de l'accouchement et seront plus outillés pour donner naissance et de faire des choix éclairés

La Mèreveille informe les femmes enceintes de la possibilité d'être accompagnées par une sage-femme de la Maison de Naissance du Boisé de Blainville.



40 futurs parents ont bénéficié de suivis
durant la période prénatale dont **11** avec tarification

Yoga prénatal et exercices

Les séances de yoga sont une belle occasion de se rassembler, de partager entre femmes enceintes et de créer des liens avec d'autres parents. Par des mouvements adaptés au corps de la femme enceinte et par des techniques de respiration apaisantes, les femmes peuvent échanger sur leur quotidien et sur l'anticipation des étapes à venir. La connexion au corps et au bébé est au cœur des rencontres, ce qui guide les mamans vers un équilibre entre le corps et l'esprit. Ces exercices et techniques apprises pourront, par le fait même, favoriser l'oxygénation, la détente et l'écoute du corps pendant l'accouchement. La dernière rencontre est axée spécialement sur les outils pour favoriser l'accouchement physiologique.

Participants

Familles inscrites **33**
Participations **121**

Identification

Femmes enceintes **33**
Conjoints **8**
Sœur **1**

Rencontres

Mont-Laurier **7** groupes \ **41** rencontres
Rivière-Rouge **1** groupe \ **5** rencontres

Total : **70** parents ont reçu des services
durant la période prénatale dont **38** avec tarification



6.3 Après la naissance

Relevailles à domicile

Ce service est offert par les assistantes périnatales et est destiné aux familles d'un jeune bébé. Il apporte un soutien aux parents, de l'écoute et de l'aide dans l'organisation du quotidien. Que ce soit lors de services à domicile ou dans le cadre d'un accompagnement vers un service ou lors d'une discussion, les parents apprécient énormément le dévouement des assistantes périnatales. Celles-ci s'adaptent aux besoins de la famille au moment présent et aux étapes de développement du bébé. Elles apportent de l'information aux parents et favorisent le développement des apprentissages. Elles rendent le quotidien des familles un peu plus agréable et leur permettent de se reposer et de profiter de la période périnatale auprès de leur nouveau-né.

69 familles ont reçu des services de relevailles dont **7 avec tarification**
27 de ces familles ont reçu des suivis téléphoniques pendant les périodes où les enfants étaient malades

Total : **135 familles** dont **27 pères** ont reçu des services durant la période périnatale



Services en allaitement

L'allaitement est un contact unique et privilégié entre maman et bébé, qui va au-delà de la simple nutrition. La création de ce lien affectif n'est toutefois pas sans défi. À la Mèreveille, une équipe de travailleuses, de marraines d'allaitement et une infirmière clinicienne s'unissent pour guider les parents à travers cette douce aventure afin qu'ils profitent pleinement de ce précieux moment.

La Mèreveille offre maintenant un nouveau service clinique de soutien à l'allaitement.

La clinique a vu le jour en décembre 2022 pour répondre aux besoins des parents lorsque l'allaitement présente un défi hors du commun. Ce service est offert à la Mèreveille ou à domicile par Émilie Daviault, infirmière clinicienne en lactation, qui procède à une évaluation et à un accompagnement en allaitement. Émilie possède plus de six années d'expérience à l'unité des naissances de Mont-Laurier et cinq années d'expérience à titre de marraine d'allaitement. Elle siège également au sein du comité local Initiative amis des bébés.



Le service permet aux parents de choisir le meilleur plan d'action pour leur situation :

- ✓ Suivi personnalisé et adapté aux objectifs personnels d'allaitement
- ✓ Évaluation complète des circonstances entourant l'allaitement
- ✓ Évaluation de la performance de la tétée
- ✓ Évaluation des tensions musculaires et de la succion du bébé
- ✓ Évaluation de l'efficacité des équipements
- ✓ Accompagnement en cas de blessures
- ✓ Prescriptions de certains produits
- ✓ Référence vers des professionnels

Clinique de soutien à l'allaitement 2022-2023 en bref

Plus de 32 familles ont utilisé le service pour diverses problématiques :

- ✓ Préparation à l'allaitement dans des cas plus complexes d'accouchement
- ✓ Douleurs aux seins ou aux mamelons
- ✓ Suivis pour prises de poids insuffisantes chez le bébé
- ✓ Retours à des allaitements exclusifs au sein
- ✓ Soutien en cas de tire-allaitement
- ✓ Soutien pour l'augmentation de la production lactée

Total : 43 suivis ont été réalisés

Les marraines d'allaitement

Les marraines d'allaitement sont des mères bénévoles qualifiées qui ont surmonté les défis de l'allaitement et qui souhaitent aider d'autres familles à réaliser leurs objectifs. Elles sont une ressource de soutien indispensable pour bien des parents qui sont jumelés dès la grossesse ou à tout autre moment après la naissance durant la période d'allaitement.

Le service des marraines 2022-2023 en bref :

- ✓ Une nouvelle marraine d'allaitement s'est jointe aux 8 marraines d'expérience pour offrir du soutien.
- ✓ Des formations continues en ligne leur ont été offertes sur divers sujets touchant l'allaitement : le retour à l'allaitement exclusif, les freins de langue, la mastite, le sommeil, etc.
- ✓ Participation à la Semaine mondiale de l'allaitement 2023 : le défi allaitement s'est déroulé dans le cadre d'une activité familiale au Parc des canotiers de Mont-Laurier le 1^{er} octobre dernier.

Total : plus de 100 heures de services offerts par les marraines

Accompagnement individuel par téléphone, par messagerie ou par des rencontres au domicile ou au bureau

Le soutien est offert par les marraines d'allaitement, la coordonnatrice du service et les accompagnantes à la naissance. Il permet aux familles d'aller au-delà de leurs questionnements, d'échanger sur leur expérience personnelle, de confirmer leurs choix et d'être informées sur le développement du bébé et de l'allaitement.

Total : 126 suivis

Suivis téléphoniques et messagerie 92 / Rencontres à domicile 17 / Au bureau 17

Rencontres d'allaitement en groupe

Ces rencontres permettent aux parents de partager leur vécu avec d'autres familles qui vivent des réalités similaires. Les conversations et questions autour de l'allaitement apportent aux familles des outils concrets à utiliser au quotidien afin de surmonter certains obstacles, de normaliser les réalités, les bonheurs et les défis de l'allaitement et de briser l'isolement durant la période périnatale.

Participants

Familles inscrites **18**

Identification

Femmes enceintes **11**

Mères **11**

Mont-Laurier et Rivière-Rouge

Total de rencontres **12**

Promotion des services en allaitement en bref

- ✓ Les affiches de services de marrainage sont installées dans les locaux ciblés du CISSS des Laurentides.
- ✓ Les travailleuses de la Mèreveille sont présentes durant les rencontres prénatales du CISSS des Laurentides pour présenter les services en allaitement.
- ✓ Des affichettes sont partagées sur le groupe Facebook de la Mèreveille pour présenter les marraines d'allaitement.
- ✓ Des dépliants des services d'allaitement sont remis aux parents et aux partenaires.

6.5 Activités de groupe

La Mèreveille offre un espace de rencontres dédié aux futurs parents et aux familles, lequel favorise le partage d'informations et d'expériences. Les rencontres ont lieu sous forme de discussions et d'activités éducatives. Elles sont adaptées selon les intérêts des parents et des bébés 0-2 ans.



Activités familiales

Les activités familiales sont une belle occasion simple et à moindre coût de sortir de chez soi avec les enfants, d'échanger et de recevoir de l'information sur différents sujets touchant la parentalité. Ce temps entre familles peut être une belle occasion de se créer un réseau de parents et de voir interagir les enfants en groupe, où tous les âges se côtoient.

Activités	Identification	Rencontres
Décoration de lanternes	Mères 2 / Enfants 3	Rivière-Rouge 1
Marche poussette	Femme enceinte 1 / Mères 5/ Enfants 6	Rivière-Rouge 1
Marche poussette	Femme enceinte 1 / Mères 4 / Père 1 / Enfants 5	Mont-Laurier 1
Activité à la piscine	Femmes enceintes 5 / Mères 37 / Pères 4 / Enfants 43	Mont-Laurier 7

Atelier sur le portage

Cet atelier vise à initier les parents aux notions de base du portage et aux principes de sécurité, à faire découvrir les bienfaits du portage physiologique et à essayer différents modèles de porte-bébés afin de faciliter l'expérience du portage. Les parents sont amenés à se questionner sur leurs besoins afin de choisir la meilleure option qui s'arrime avec leurs habitudes familiales. Au cours de ces discussions, les sujets de l'attachement, du sommeil, de l'aide à la maison, de la planification des sorties sont souvent abordés et permettent aux parents un moment de réflexion.

Participants

Familles inscrites 7

Identification

Mères 7

Père 1

Bébés 6

Rencontres individuelles

Mont-Laurier 2

Rencontre de groupe

Mont-Laurier 2

Classe-famille

Cette série de 8 ateliers parents-enfants 3-5 ans permet aux parents de se ressourcer avec leurs enfants en jouant, en bricolant, en participant à des sorties, etc. Les ateliers portent sur différents thèmes tels que les animaux, les transports, les aliments, etc.

Participants

Familles inscrites 7

Participations 65

Identification

Mères 7

Enfants 6

Rencontres Mont-Laurier

1 groupe / 5 rencontres



Cuisines durant la grossesse et après la naissance

Les objectifs :

- Cuisiner des repas complets et nutritifs
- Développer de saines habitudes alimentaires
- Planifier des achats économiques à l'aide des spéciaux en cours
- Expérimenter de nouvelles recettes
- Augmenter les compétences en alimentation
- Échanger sur le développement des enfants et la vie familiale



Cuisine durant la grossesse

Participant

Femmes enceintes 8

Rencontres

Mont-Laurier 10

Cuisine après la naissance

Participants

Femmes enceintes 2
Mères 9

Rencontres

Mont-Laurier 18

Cuisine durant la grossesse et après la naissance

Participants

Femmes enceintes 7
Mères 11
Père 1

Rencontres

Rivière-Rouge 20
Mont-Laurier 18

Cuisine individuelle (Autres secteurs)

Participants

Femmes enceintes 3
Mères 3
Pères 2

Rencontres à domicile 11

Lac des Écorces, Val-Barrette,
Mont-St-Michel

Déjeuners familiaux les samedis

Participants

Femmes enceintes 7
Mères 4
Pères 11

Rencontres

Mont-Laurier 5 + 5 de préparation

Total : 77 rencontres

Des boîtes à lunch ont été préparées à La Mèreveille : **270 lunches ont été distribués**. Également, nous avons orienté ou accompagné **11 familles** vers les services de La Manne du Jour.

Membre de Moisson Laurentides

La Mèreveille bénéficie de denrées alimentaires pour les cuisines collectives : **35 commandes / 74 boîtes reçues / 60 heures allouées à la réception et à la préparation des aliments**.

Cuisine petits pots

Série de quatre rencontres qui permettent de cuisiner des purées maison, saines et nutritives que les bébés pourront déguster à la maison. Au cours de ces rencontres, les parents reçoivent des informations sur l'ordre d'introduction des premiers aliments, les principaux allergènes ainsi que sur les environnements favorables à l'alimentation.

Participants

Mères enceintes **10**
Mères **19**
Père **1**

Rencontres

Mont-Laurier **6 groupes / 21 rencontres**
Rivière-Rouge **1 groupe / 4 rencontres**
1 rencontre individuelle à domicile

« Ayant participé aux petits pots et aux cuisines, j'ai trouvé ces activités très enrichissantes et agréables. Cela m'a permis de recevoir des informations et de découvrir des gens que je ne connaissais pas. Je recommande fortement ces activités! » Philippe



Déjeuners et rencontres parents bébés

Les déjeuners parents bébés offrent aux futurs parents et aux parents avec bébé, une occasion de sortir de chez soi et d'échanger sur différents sujets touchant la parentalité tels que les soins du bébé, les étapes du développement et la coparentalité.

Les rencontres parents bébés permettent d'échanger sur des sujets précis afin de développer ou d'approfondir des connaissances, de partager des trucs et astuces en groupe. Les sujets sont nombreux et sont adaptés aux besoins des parents : l'ostéopathie des bébés, les tire-laits le sommeil des bébés, la diversification alimentaire menée par l'enfant, etc.

« J'ai participé au déjeuner pour la première fois et j'ai pu rencontrer des gens. Un gros merci pour la belle activité ! » Mélanie

Participants

Familles inscrites **69**

Identification

Mères **38**

Femmes enceintes **25**

Pères **8**

Grand-mère **1**

Rencontres

Mont-Laurier **23**

Rivière-Rouge **18**



Massage bébé

L'atelier massage bébé est un moment privilégié, tendre et aimant entre le parent et son bébé pour découvrir les bases du massage et du développement du bébé. Les parents profitent de ce moment pour dorloter leur bébé, entrer en communication par le toucher, prendre le temps d'être à l'écoute des signes du bébé et ainsi poursuivre le développement du sentiment d'attachement.

« Les massages ont aidé mon bébé à mieux dormir et m'ont permis de me détendre en le massant. »

Participants

Familles inscrites **16**
Participation **86**

Identification

Mères **17**
Père **1**
Grands-mères **2**
Bébés **14**

Rencontres

Mont-Laurier **2** groupes \ **12** rencontres
Rivière-Rouge **2** groupes \ **10** rencontres

Urgence bébé



Cet atelier porte sur les premiers soins à donner aux bébés et aux jeunes enfants en cas d'urgence. On y apprend les techniques de réanimation cardio-respiratoire (RCR), la détection des signes de difficultés respiratoires, les différents soins à donner en cas de brûlure et plusieurs autres situations d'urgence. Cet atelier permet aux parents d'être mieux outillés en cas d'urgence et d'augmenter la confiance en leurs capacités parentales. Les parents ressortent de ces ateliers plus confiants pour agir en situation d'urgence ou pour entreprendre de nouvelles étapes comme l'introduction des aliments solides.

Participants

Familles inscrites **25**

Identification

Mères **21**
Femmes enceintes **4**
Pères **2**
Grands-mères **2**

Rencontres

Mont-Laurier **4**

6.6 Les Fiers Papas



Les services sont destinés aux futurs papas, aux pères et aux beaux-pères et visent à bonifier leur expérience parentale par le biais d'activités pères enfants, de sorties familiales, de rencontres d'informations et d'accompagnement individuel. Avec Les Fiers Papas, il est possible d'obtenir des outils, du soutien et de développer un sentiment d'appartenance à un groupe pour apprendre à vivre pleinement ce nouveau rôle et à créer, dès la naissance, ce lien unique avec bébé qui durera toute la vie.

Activités réalisées cette année :

- Cabane à sucre
- Décoration de citrouilles
- Déjeuner pères enfants
- Décoration de biscuits de Noël
- Sortie au Centre de plein air les 6 cantons

Principaux sujets discutés lors de ces rencontres : Retour au travail, budget, coparentalité, réalités ethnoculturelles (isolement, culture, etc.), les relations de couple, etc.

« Première expérience pour moi à La Mèreveille. J'ai bien aimé les déjeuners, ce qui m'a donné la chance de rencontrer des gens et de jeunes parents comme nous. Félicitations à l'équipe et les responsables de La Mèreveille. Merci à vous. »
Jean-François

Participants

Familles inscrites **29**

Identification

Mères **12**

Femmes enceintes **5**

Pères **20**

Rencontres

Mont-Laurier **4**

Rivière-Rouge **1**

Rencontres individuelles durant la grossesse et après la naissance, accompagnement et participation aux autres activités- Yoga, cuisines, piscine, urgence bébé, etc

27 pères ont participé aux suivis durant la grossesse et après la naissance ou de services d'accompagnement vers les ressources

50 pères ont participé aux activités de groupe

Total : 71 pères ont été rejoints

6.7 Halte-garderie communautaire et répit pendant les activités de groupe

Halte-garderie

À la halte-garderie « Les petites merveilles », les enfants bénéficient d'ateliers conçus selon le programme éducatif « Je grandis en halte-garderie » de l'Association des haltes-garderies communautaires du Québec. Les familles des 17 municipalités de la MRC ont accès à ces services à Mont-Laurier et à Rivière-Rouge.

« Mon enfant participe de plus en plus, veut apprendre et respecte les consignes tout en jouant. »

76 familles (91 enfants) à la halte-garderie des deux secteurs
51 familles ont participé à des activités (**55 enfants**)
Total 127 familles ont reçu des services

1198 participations
160 participations
1358 participations



Développement du langage 0-5 ans

Les ateliers « Boîtes à outils » sont réalisés par le projet Mots d'enfants à la bibliothèque de Mont-Laurier et nous référons les familles. Ces rencontres permettent aux parents de se familiariser avec les stades de développement du langage et proposent des jeux pour favoriser le langage.

6.8 Autres services

Service de location, prêts et ventes

Centre de documentation

Une bibliothèque est à la disposition des membres. Les différents sujets consultés sont sommeil des bébés, développement, yoga, préparation à la naissance, diversification alimentaire, allaitement, massage bébé, etc.

Location de sièges d'auto

17 locations de sièges nouveau-nés et/ou sièges pour enfants .

Vente et location de tire-lait électrique

Plusieurs tire-laits ont été vendus et nous avons loué 4 tire-laits électriques (4 à Mont-Laurier et 1 à Rivière-Rouge).

Location et vente de porte-bébés

Julie Gingras, monitrice en portage, propose différents choix de modèles de porte-bébés adaptés aux activités des parents. Elle reçoit chaque famille

individuellement et les informe des bienfaits du portage tout en les guidant dans leur choix pour assurer la sécurité du bébé et le confort du parent. Elle leur enseigne aussi comment les installer (mai tai, écharpe extensible, ring-sling, écharpe longue, etc.) : **9 porte-bébés ont été loués.**

La Clef des Champs

Des produits à base d'herbes et tisanes : baumes, teintures, glycérols pour jeunes enfants et parents.

Friperie

La Mèreveille a les valeurs environnementales à cœur en récupérant des vêtements usagés et en les vendant à prix modique aux familles d'enfants 0-5 ans et aux femmes enceintes.

La Mèreveille remercie tous les bénévoles qui ont participé au classement et au rangement des vêtements



7. Visibilité et communication

Les collaborations avec les médias locaux et régionaux, les rencontres avec les partenaires et les communications personnalisées permettent à La Mèreveille de rejoindre les familles et de nous faire connaître.

Les parents sont aussi de bons porte-paroles pour faire connaître nos services lors de différentes rencontres ou représentations. Quand les parents entendent parler de nous par le biais d'autres familles, elles développent un sentiment de confiance envers nos services.

Page Facebook

Plus de 200 publications, 4901 visites, 1266 mentions J'aime, 1534 abonnés (149 nouveaux abonnés).

Infolettre 1 fois/aux deux mois : 215 abonnés

Site Web : www.lamereveille.ca

Activités de visibilité

L'Espace Théâtre et l'équipe de Muni-Spec s'associent à La Mèreveille et Métro Saumure de Mont-Laurier

L'équipe de Muni-Spec a profité de la période des fêtes pour créer de la visibilité autour de l'importance et de la diversité des services de La Mèreveille. Dans le grand hall de l'Espace Théâtre, le sapin a été orné par les boules de Noël réalisées lors des ateliers d'art à La Mèreveille.

Voir l'article en ligne dans l'info de La Lièvre : L'Espace Théâtre « Un sapin de Noël décoré par les enfants » :

<https://cutt.ly/xwrUtTYM>



Un premier dîner interculturel rassembleur à Mont-Laurier « Un repas aux milles saveurs »

Voir l'article en ligne dans l'info de La Lièvre, page 12 : <https://fliphtml5.com/wgucq/ktlo>

Présentation de nos services

- ✓ Rallye des médecins en juillet 2022 – 3 médecins sont venus prendre connaissance des activités de La Mèreveille
- ✓ CISSS des Laurentides-Rencontre avec les responsables régionales du service « Ma grossesse », rencontres avec les responsables et les intervenants des programmes SIPPE et Semer l'Avenir
- ✓ Organismes communautaires : rencontres avec Zone-Emploi et Services Québec
- ✓ Centre de formation professionnelle et Centre collégial de Mont-Laurier
- ✓ Pharmacies de notre région
- ✓ Ville de Mont-Laurier, etc.

Visibilité et communication dans les médias

Journal L'info de la Lièvre

- ✓ 13 publications – calendriers et publicité commandité par La Laiterie des Trois Vallées
- ✓ 2 articles sur l'implication de La Mèreveille dans la communauté
- ✓ 3 communiqués de presse

Radio CFLO

Entrevue avec Carl Champagne durant la 10e Semaine québécoise de la Paternité pour parler du sondage sur les pères :

Le Regroupement pour la Valorisation de la Paternité (RVP) dévoile le 13 juin 2022 les données d'un sondage SOM, qui révèle qu'après deux ans de pandémie, un père québécois sur sept (13%) ayant des enfants de 0 à 18 ans est en situation de détresse psychologique élevée, et donc, a besoin de soutien. Fait préoccupant, seulement 34% de ces pères ont consulté une ressource d'aide au cours de la dernière année. Ainsi, les deux tiers des pères les plus vulnérables n'ont bénéficié d'aucune aide psychosociale.

Pour lire la suite du sondage : <https://www.rvpaternite.org/wp-content/uploads/2022/11/Un-pere-sur-sept-communique-juin-2022.pdf>

Publication de nos services et offres d'emploi sur différents sites Web

- ✓ La Corporation de développement communautaire des Hautes-Laurentides
- ✓ Réseau des centres de ressources périnatales du Québec
- ✓ Site Web du Regroupement de la valorisation de la paternité et comité Paternité Laurentides
- ✓ Réseau Google groups
- ✓ Zone-Emploi
- ✓ CISSS des Laurentides
- ✓ Bottin de la Vallée de la Lièvre : édition papier (26 800 copies) ou numérique

Affiches publicitaires et événements partagés à nos partenaires et dans les différents milieux

- ✓ Marches poussette
- ✓ Vente de garage et portes ouvertes
- ✓ Activités des Fiers Papas
- ✓ Services de La Mèreveille
- ✓ Service des mairaines d'allaitement de La Mèreveille
- ✓ Activités financées par Desjardins

Activité familiale gratuite

FESTI-NEIGE

Au Centre de plein air les Six cantons

Glissade / marche / raquette / ski de fond

Dimanche 19 février de 10h à 14h

4265 ch. de la Macaza à Rivière-Rouge



Pour information :
819-623-3009
Sans frais 1-866-623-3009
OU
Alexandre au 819-421-5047

Inscription requise



8. Contribution de la communauté

Merci à la communauté et à tous les généreux donateurs et commanditaires



Verger Victoria



Cercle des fermières de
Lac-des-Écorces



Syndicat de la fonction
publique et parapublique du
Québec (SFPQ)

- ✓ Desjardins Caisse du Cœur des Hautes-Laurentides : **8,000 \$**
- ✓ Divers dons : **5,238 \$**
- ✓ Vente de garage : **611 \$**
- ✓ Marché Métro Saumure de Mont-Laurier – Vincent Saumure a commandité des billets pour le spectacle d'Ari Cui Cui et a offert un chèque-cadeau de 100\$: 8 familles participantes aux ateliers de décoration de boules de Noël ont gagné ces prix.
- ✓ Meubles Accent : bassinette pour une famille
- ✓ Cercle des fermières de Lac des Écorces : toutous et couvertures
- ✓ Cercles des fermières de la région : couvertures, pantoufles et vêtements pour enfants
- ✓ Serres Côte Richer-Centre jardin Botanix : commandite de fleurs pour notre parterre
- ✓ Verger Victoria : produits locaux
- ✓ Lorenza Beaulieu : vente de ses créations au Marché de Noël au profit de La Mèreveille
- ✓ Ferme Apicole Desrochers : hydromels
- ✓ Laiterie des 3 Vallées : publicité et breuvages et IGA : collations et breuvages

Noël pour les familles :

Collecte et distribution de jouets par les élèves de la classe de Cégestelle Turpin de la Polyvalente Saint-Joseph et les employés du Syndicat de la fonction publique et parapublique du Québec

9. Principales sources de financement

En 2022-2023, plusieurs projets ont vu le jour grâce à différents bailleurs de fonds et partenaires financiers :

Les ministères

- ✓ Agence de la santé publique du Canada
- ✓ Ministère de la Santé et des Services sociaux
- ✓ Centre intégré de santé et de services sociaux des Laurentides
- ✓ Ministère de la Famille
- ✓ Ministère du Travail, de l'Emploi et de la Solidarité sociale Québec
- ✓ Services Québec

Les municipalités

- ✓ Mont-Laurier
- ✓ Rivière-Rouge
- ✓ Notre-Dame-du-Laus
- ✓ Ferme-Neuve
- ✓ Saint-Aimé-du-Lac-des-Îles
- ✓ Kiamika
- ✓ Lac Sagouay
- ✓ La Macaza
- ✓ Lac Saint-Paul

Autres partenaires financiers

- ✓ Desjardins Caisse du Cœur des Hautes-Laurentides

Le conseil d'administration et l'équipe de La Mèreveille les remercient de leur soutien et de leur contribution à notre mission.

10. Mot de la fin et priorités 2023-2024

En écrivant ces dernières lignes et en constatant le chemin parcouru depuis l'année dernière, je peux affirmer que l'équipe de La Mèreveille et le conseil d'administration ont relevé les grands défis 2022-2023 en travaillant ensemble. Je les remercie de leur dynamisme.

En 2022, notre centre de ressources périnatales a débuté l'année avec un manque de personnel et au 31 mars 2023, 4 nouvelles employées ont été engagées et font partie de l'équipe. Elles apprécient tout particulièrement les valeurs de l'organisme et l'aspect communautaire de leur travail et de plus, elles nous permettent de reprendre notre souffle.

Donc, pour garder bien vivantes nos valeurs, pour se doter tous ensemble d'une vision commune et poursuivre notre mission et le développement de notre centre de ressources périnatales, voici les priorités établies pour 2023-2024 :

- ✓ *Priorité 1 : Dresser un portrait de l'organisme et faire la planification stratégique sur trois ans*
- ✓ *Priorité 2 : Ajouter dans nos activités régulières les groupes de soutien « Entre merveilles »*
- ✓ *Priorité 3 : Procéder à la construction de la nouvelle friperie et continuer les démarches pour agrandir la maison*
- ✓ *Priorité 4 : Consolider les services pour les pères à Rivière-Rouge*
- ✓ *Priorité 5 : Augmenter la visibilité de l'organisme*
- ✓ *Priorité 6 : Acquérir une base de données qui permet de mieux gérer les services en ligne*

L'année 2023 s'annonce bien occupée et stimulante !

Merci aux parents, enfants et futurs parents qui nous inspirent !

Guylaine Guy, directrice

ANNEXE : Évaluation des services périnataux

Pour l'année 2022-2023, 50 familles utilisatrices des services ont répondu à l'évaluation des services – Au total, 62 familles ont été contactées (12 familles n'ont pas été rejointes).

Section A : Contacts et liens

Durée de la participation aux services		Création de liens entre les familles et d'autres personnes grâce à la fréquentation de La Mèreveille	
0-6 mois	20%	Oui	52%
6-12 mois	26%	1 - 2 personnes	46%
12-18 mois	22%	3 - 4 personnes	38%
18 mois et +	32%	5 personnes et +	16%

Section B : Identification des bienfaits soulignés par les futurs parents (16 répondants) - Rencontres prénatales et de préparation à la naissance

Bienfaits	Les parents se sentent mieux préparés et outillés	87%
	Satisfaction des thèmes abordés	75 %
	Information reçue	87 %
	Sentiment de confiance	88 %
	Capacité à prendre des décisions plus éclairées	68 %
	Vision plus réaliste de la maternité et de la paternité	50%
	Satisfaction de la qualité d'écoute	75 %
	Diminution du stress	69 %
Amélioration des connaissances	Capacité de mieux communiquer ses besoins aux professionnels, conjoint, conjointe, etc.	56 %
	Capacité d'expérimenter les respirations et positions de confort	56 %
	Mieux outillés pour identifier leurs besoins physiques	%
	*Sur l'implication du conjoint ou de la conjointe pendant la grossesse et lors de la naissance	69 %

Section C : Soutien à domicile/relevailles (31 répondants)

Appréciation des parents	
Soutien auprès des enfants et de leur développement	90 %
Soutien dans les travaux ménagers / Cuisines individuelles	70 %
Informations données et écoute	91 %
Quelques répondantes auraient apprécié plus de blocs de services	6 %
Sorties extérieures / accompagnement vers les ressources / Répit poussette	32 %

Vécu des parents par rapport aux services reçus	
Stressés et fatigués avant les services reçus (lourde charge mentale)	100 %
Plus reposés et moins stressés après les services reçus	68 %
Plus d'énergie grâce au répit pour dormir	29 %
Plus patients (avoir eu du temps pour soi les a aidés à se sentir mieux)	41 %
Plus présents auprès des enfants	22 %

Autres changements notés grâce aux services reçus

- Plus de confiance dans leurs capacités parentales à reconnaître les besoins de leur enfant (limites)
- Mieux organisés pour avoir des temps de jeux avec leurs enfants
- Attitude plus bienveillante avec les enfants
- Meilleure connaissance de leurs forces et limites
- Mieux comprendre et gérer leurs émotions grâce aux outils, exercices et soutien reçu

Apprentissages des parents	<ul style="list-style-type: none"> • Meilleure organisation dans la planification des repas et autres tâches du quotidien • Les informations nouvelles sur différents sujets et stratégies pour l'alimentation des bébés • Nouveaux outils de communication • Meilleure planification des routines • Prendre le temps de relaxer, s'amuser et sortir en famille • Prendre conscience que je dois prendre du temps pour moi. Être écoutée et comprise me motive, me ressource.
Ce que les parents apprécient des travailleuses	<ul style="list-style-type: none"> • Tous ont apprécié d'être soutenus et écoutés • Leur approche humaniste et sans jugement • Leur attitude respectueuse • Les actions qui les aident à s'organiser et ainsi, diminuer leur charge mentale • Leur ouverture d'esprit, leur patience et transparence • Leur présence stimulante et leur bonne humeur • La capacité des assistantes périnatales à entrer en contact avec eux et leurs enfants • Les petites attentions

Section E : Ce que les parents apprécient (62 répondants)

<p>L'organisme</p>	<ul style="list-style-type: none"> • La Mèreveille adapte ses services et activités pour répondre à nos besoins • C'est une ressource incontournable et essentielle pour s'informer et être outillé • L'organisme est d'un grand soutien pour plein de choses • La halte-garderie est un super service • Il y a plusieurs services pour les mamans qui allaitent ou souhaitent allaiter
<p>Les valeurs véhiculées</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Écoute • Qualité de présence • Absence de jugement • Confidentialité • Respect • Ouverture • Confiance en leur rôle parental
<p>Les principes directeurs</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Services personnalisés • Approche humanisme • Professionnalisme • Accueil chaleureux • Polyvalence • Souplesse dans l'horaire des activités • Accessibilité et disponibilité du personnel • Personnes de cœur
<p>Les activités appréciées</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Déjeuners • Relevailles • Hyponaissance • Suivis allaitement • Groupe de soutien « Les mèreveilleuses » • Halte-garderie • Cuisines en groupe • Atelier petits pots et DME • Urgence bébé • Yoga prénatal • Massage bébé • Activités familiales, sorties, marches et piscine, BBQ • Activités pour les pères

<p>Commentaires et suggestions des parents sur les services :</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Activités de groupe : les parents aiment ces activités pour pouvoir rencontrer et échanger avec d'autres parents : quelques-uns ont donc moins aimé quand il y avait seulement quelques personnes lors des cuisines et du yoga. D'autres ont suggéré d'annoncer plus longtemps à l'avance les activités pour organiser leur horaire. Des parents suggèrent qu'il y ait plus de déjeuners car le nombre d'inscriptions étant limité, ils ne peuvent pas toujours s'y inscrire • Relevailles : offrir plus de blocs • Activités informelles : en faire plus
<p>Autres suggestions :</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Augmenter la visibilité de La Mèreveille et à Rivière-Rouge, faire la promotion des services avec un calendrier à part • Développer des rencontres de groupe à Mont St-Michel • Offrir plus d'ateliers sur la DME • Développer des rencontres de groupe sur le deuil périnatal • Offrir des ateliers sur l'éducation périnéale Halte-garderie : il est suggéré par plusieurs parents d'augmenter le nombre de jours d'ouverture et développer plus d'activités avec du matériel recyclable et non-toxique

Évaluations - Activités de groupe

Activités	Nombre de répondants	Ce qu'ils ont apprécié
Cuisine petits pots	14	<ul style="list-style-type: none">• Apprendre à cuisiner pour les tout-petits• Découvrir des nouvelles recettes• Sortir de chez soi pour rencontrer d'autres parents et avoir des aide-éducatrices sur place• Être en groupe pour partager les tâches et cuisiner ensemble• Recevoir les informations pour introduire les aliments solides• Cuisiner en groupe une plus grande quantité d'aliments permet de sauver du temps et d'économiser
Massage bébé	8	<ul style="list-style-type: none">• Recevoir une diversité d'informations pertinentes sur le développement des bébés• Apprendre, pratiquer les techniques de massage et profiter de ce moment privilégié avec notre bébé.• Reproduire le massage bébé à la maison grâce à l'aide-mémoire qui est fourni
Atelier Pères présents enfants gagnants	4	<ul style="list-style-type: none">• Partager leurs réalités• Parler du développement des enfants• Recevoir des outils pour mieux communiquer

Les familles rejointes affirment que tous les services reçus à La Mèreveille ont répondu à leurs besoins et même au-delà de leurs attentes.

Toutes ces familles ont référé des amis ou des proches aux services de La Mèreveille.

Les parents remercient l'équipe pour les services reçus. Une famille a témoigné : « Sans ce service, j'aurais été dépassée car mon bébé ne dormait pas beaucoup la nuit »

Merci aux personnes qui ont répondu! L'équipe de La Mèreveille prendra en considération les suggestions pour les activités.



**Centre de
ressources
périnatales**
La Mèreveille

Mont-Laurier
2797, chemin Adolphe-Chapleau
Mont-Laurier (Québec) J9L 2N7

Point de service Rivière-Rouge
1475, rue Annonciation Nord, 2ième étage
Rivière-Rouge (Québec) J0T 1T0

Téléphone : 819-623-3009
Sans frais : 1-866-623-3009
Rivière-Rouge : 819-275-7653
Télécopieur : 819-623-7040
directioncrp@lamereveille.ca
www.lamereveille.com

Desjardins
Caisse du Cœur des
Hautes-Laurentides