

# Rapport annuel d'activités 2022-2023



## Mieux-Naitre à Laval

Ensemble pour accueillir la vie



## TABLE DES MATIÈRES

<b>MOT DE LA PRÉSIDENTE ET DE LA DIRECTRICE.....</b>	<b>3</b>
<b>PRÉSENTATION DE L'ORGANISME.....</b>	<b>5</b>
MNL, un OCA et fier de l'être.....	5
Mission et approche.....	7
Valeurs qui guident notre action.....	7
Historique.....	9
<b>VIE ASSOCIATIVE ET ÉQUIPE.....</b>	<b>11</b>
Assemblée générale annuelle des membres.....	11
Conseil d'administration.....	12
L'adhésion et les membres.....	14
L'équipe.....	14
Les bénévoles.....	18
<b>OFFRE DE SERVICES.....</b>	<b>19</b>
Activités communautaires.....	19
Rencontres prénatales.....	22
Ateliers de groupe.....	24
Relevailles.....	27
Services privés.....	29
<b>MNL DANS LA COMMUNAUTÉ.....</b>	<b>31</b>
Partenaires.....	31
Communications.....	36
<b>FINANCEMENT.....</b>	<b>37</b>
<b>PERSPECTIVES 2023-2024.....</b>	<b>39</b>

## MOT DE LA PRÉSIDENTE ET DE LA DIRECTRICE



Nawel BENAZZA  
Présidente



Lysane GRÉGOIRE  
Directrice générale

Chères et chers membres, ami·es et partenaires,

Il nous fait grand plaisir de vous présenter le fruit d'une année très remplie! Après des années tumultueuses où il nous a fallu démontrer la pertinence d'offrir aux familles lavalloises le soutien et l'accompagnement d'un organisme communautaire spécialisé en périnatalité, après l'épreuve mondiale de la pandémie, on sent enfin que nos énergies peuvent se concentrer à accomplir notre mission. Cerise sur le

sundae, notre mission, c'est une passion pour l'équipe qui constitue MNL!

Les pages qui suivent vous permettront de constater l'impact positif qu'une équipe compétente, sensible, à l'écoute et, permettez-nous de le souligner, passionnée, peut avoir sur les familles qui sont, cette année, significativement plus nombreuses à avoir bénéficié de l'accompagnement global de l'unique centre de ressources périnatales (CRP) à Laval. Vous verrez également le développement de nos activités et services qui se diversifient et qui touchent de plus en plus les pères, quoiqu'encore trop insuffisamment. L'exercice 2023-24 est aussi propulsée par un nouveau site Internet transactionnel qui facilitera grandement les processus d'inscription pour les familles, mais aussi pour l'équipe!

MNL vit une étape charnière de son existence où les projets de développement sont grands et ambitieux. On parle bien sûr du projet *Ensemble pour accueillir la vie* qui s'est fortement concrétisé cette année avec le concours des partenaires réunis au sein de la Cellule de travail ENVIE. L'année s'est terminée en mars avec la visite d'une maison de naissance et le dépôt d'une demande de soutien financier et d'un Plan d'action à la Politique régionale de développement social (PRDS). Un autre volet très



concret de ce projet est la constitution en OBNL du *Collectif Autour d'une tasse* qui, par sa volonté d'acquérir un bâtiment patrimonial des Sœurs de l'Immaculée-Conception, offre le village tout désigné et bien positionné pour accueillir le projet.

La paysage de la périnatalité au Québec bouge également beaucoup et MNL travaille consciencieusement à apporter sa contribution. Qu'on parle du vaste Projet de Loi 15, du déploiement de la pratique des sages-femmes, d'une concertation nationale en périnatalité ou, plus récemment, du Plan d'action en périnatalité du MSSS récemment soumis à la consultation, MNL répond présent et joue activement son rôle d'agent de transformation sociale.

Pour faire face aux aventures qui l'attendent, MNL est au cœur d'une démarche de planification stratégique qui lui permettra d'orienter son développement en convenant de priorités à la suite de l'analyse des forces et des opportunités d'amélioration. Notre démarche est participative et se fait en concertation avec toute l'équipe et le conseil d'administration. Pour bien lancer la démarche, nous nous sommes offert une formation avec la CDC de Laval afin de nous connecter à notre ADN : l'action communautaire autonome.



C'est donc avec beaucoup d'enthousiasme que nous amorçons l'année 2023-24 avec, comme cœur de cible, ou comme phare pour nous guider : le mieux-être des futures et des nouvelles familles. Bonne lecture et sachez que nous sommes toujours intéressées et ouvertes par vos commentaires et suggestions.

Nawel Benazza  
Présidente

Lysane Grégoire  
Directrice générale

## PRÉSENTATION DE L'ORGANISME

### MNL, un OCA et fier de l'être

Mieux-Naitre à Laval est un organisme communautaire autonome (OCA), ce qui signifie qu'il respecte les huit critères de l'Action communautaire autonome (ACA) et qu'il est officiellement reconnu comme tel par la Centre intégré de santé et des services sociaux (CISSS) de Laval.

Ce qui distingue les OCA des autres organismes communautaires se trouve enchâssé dans la Politique de reconnaissance de l'action communautaire [L'action communautaire, une contribution essentielle à l'exercice de la citoyenneté et au développement social au Québec](#), adoptée en 2001.

Nous sommes fières que MNL soit officiellement reconnu comme OCA, car nous valorisons particulièrement notre rôle d'agent de transformation sociale.

# Les 8 critères de l'action communautaire autonome



1. Être un organisme à but non lucratif



5. Avoir été constitué à l'initiative des gens de la communauté



2. Être enraciné dans sa communauté



6. Poursuivre une mission sociale propre à l'organisme qui favorise la transformation sociale



3. Entretenir une vie associative et démocratique



7. Avoir des pratiques citoyennes et une approche globale



4. Être libre de déterminer sa mission, ses approches, ses pratiques et ses orientations



8. Avoir un CA indépendant du réseau public

## La légende des sceaux de l'action communautaire autonome



Notre organisme répond aux besoins de la communauté visée par sa mission. Il participe à des luttes visant des changements à caractère politique ou conduisant à une plus grande justice sociale et au respect des droits.



Notre organisme est reconnu dans sa communauté et il a des liens avec d'autres organismes ou partenaires. Notre CA représente bien la communauté visée par notre mission.



Notre organisme encourage l'engagement de ses membres et favorise leur participation dans la vie de l'organisme. Nos membres sont consultés, nous avons un conseil d'administration actif et une assemblée générale annuelle vivante!



Notre organisme contribue, de manière non-partisane, aux débats sociaux et mène des luttes pour améliorer les conditions de vie des personnes les plus démunies. Il aide les gens à se mettre ensemble pour faire respecter leurs droits et combattre les discriminations qui s'exercent contre eux.



Notre organisme met à contribution les expériences et compétences de chacun et permet des prises de conscience individuelles et collectives. L'éducation populaire autonome permet d'agir ensemble dans le but de faire changer les choses.



Notre organisme a des approches qui font appel à l'initiative des personnes qui participent à ses activités. Il agit sur l'ensemble des causes qui sont à la base de la situation des personnes auprès desquelles l'organisme intervient.



Notre organisme fait de la prévention en misant sur l'intégration sociale, le renforcement du potentiel des individus, la solidarisation des collectivités et l'amélioration de la qualité de vie des citoyens et des citoyennes.



Notre organisme adhère aux revendications communes du mouvement d'action communautaire autonome lavallois et québécois notamment pour un meilleur financement à la mission des OCA, le respect de la politique gouvernementale sur l'action communautaire et une meilleure justice sociale.



Notre organisme priorise le financement à la mission globale afin d'actualiser sa mission en cohérence et en concordance avec les huit critères de l'action communautaire autonome. Ce mode de financement est le meilleur afin de permettre l'atteinte de nos objectifs et de notre mission.



Notre organisme, par sa mission de transformation sociale, parle de politique et contribue aux débats de société. C'est également pour faire avancer des réflexions collectives, vivre des processus d'éducation populaire autonome et pour faire vivre les pratiques citoyennes que la politique fait partie de notre action. Toutefois, notre organisme n'encourage pas et ne fait pas de promotion pour un parti politique en particulier.

## Mission et approche

Mieux-Naitre à Laval est un organisme à but non lucratif enregistré sous la Partie III de la Loi sur les compagnies (L.R.Q., chap. C-38, art. 218) en date du 3 septembre 2010, tel qu'en font foi les lettres patentes qui lui ont été délivrées. MNL apparaît au registre des entreprises sous le numéro d'entreprise du Québec 1166807561. MNL est un organisme de bienfaisance enregistré auprès de l'Agence du revenu du Canada depuis le 2 juillet 2014 sous le numéro 838457281.

### Mission

Mieux-Naitre à Laval (MNL) a pour mission de soutenir les futurs et nouveaux parents dans le but de les aider à vivre la venue d'un enfant de la façon la plus harmonieuse et satisfaisante possible, en animant un milieu de vie et en offrant du soutien et des services en périnatalité. MNL porte la voix citoyenne pour l'accès aux services des sages-femmes dans la région.



### Approche

#### Au cœur de notre approche se trouvent les principes suivants :

- L'animation d'un milieu de vie communautaire et interculturel dédié aux femmes et à leur famille lors de la période périnatale, qui tient compte des connaissances récentes dans les domaines de la prévention, du capital social, de l'égalité et de l'intégration citoyenne;
- L'implication des parents au premier plan dans l'animation, l'organisation, l'offre et l'appréciation des services; l'intégration citoyenne et le sentiment d'appartenance des parents;
- Un soutien personnalisé qui comprend les volets de service suivants : la santé globale des mères et des nourrissons, l'adaptation aux rôles maternel et paternel, le renforcement du réseau social et l'autonomie financière.



### Valeurs qui guident notre action

**La famille** - Nos valeurs sont centrées sur la famille, reconnue comme premier milieu de vie et d'épanouissement de l'enfant. Les parents détiennent l'expertise naturelle pour assurer le développement optimal de leur enfant lorsqu'ils bénéficient de la sollicitude<sup>1</sup> de leur communauté, cette famille élargie. La collectivité joue un rôle clé pour l'équilibre et l'harmonie de la famille.

<sup>1</sup> Sollicitude, n. f. Attention soutenue, à la fois soucieuse et affectueuse, intérêt ; affection. Témoignage de cette attention. (Source : Version électronique du nouveau Petit Robert 2011)

**La solidarité**<sup>2</sup> – Nous valorisons le capital social et souhaitons contribuer à renforcer la densité et la qualité des relations sociales et interculturelles; prendre le temps de se connaître, accompagner, favoriser l’entraide, créer des liens d’amitié et de nouvelles solidarités.

**La santé et le bien-être global** – Nous considérons que la grossesse, l’accouchement et l’allaitement sont des processus physiologiques naturels qui nécessitent confiance et soutien, respect et bienveillance. Ces conditions réunies favorisent la santé et le bien-être global, la préservation de l’intégrité physique et psychologique des personnes de même que l’attachement parent-enfant.

**L’ouverture** – Nous animons un milieu de vie communautaire accueillant et chaleureux, ouvert aux familles dans le respect de leur culture, de leurs choix et de leurs valeurs. Nous sommes ouverts à la pluralité des significations personnelles et culturelles que la famille attribue à la grossesse, à la naissance et à l’expérience de nouveaux parents.

**L’empowerment**<sup>3</sup> – Nous actualisons la valeur de l’*empowerment* en reconnaissant :

- L’engagement social et économique des mères de même que leur capacité à déterminer leurs besoins et à contribuer à leur propre émancipation;
- L’importance de la place du père, ou du coparent, et l’exercice des rôles parentaux dans une perspective d’équité et de complémentarité;
- Les besoins fondamentaux du bébé et ses moyens de les communiquer;
- L’importance de l’information mise à jour et de qualité pour favoriser l’autonomie et la prise de décision plus éclairée;
- Les forces de son milieu, en favorisant le développement du plein potentiel de tous ses membres ainsi que leur participation démocratique.



Le principe qui reconnaît que la naissance appartient aux femmes et aux familles demeure central.

---

<sup>2</sup> Solidarité, n.f. Relation entre personnes ayant conscience d’une communauté d’intérêts, qui entraîne pour les unes, l’obligation morale, de ne pas desservir les autres, de leur porter assistance. (Source : Version électronique du nouveau Petit Robert 2011)

<sup>3</sup> Le terme *empowerment* désigne, en périnatalité, le fait pour une femme enceinte et un couple de se prendre en charge plutôt que de laisser le personnel de santé prendre seul les décisions concernant la naissance à venir. Il s’agit d’encourager, de remettre en avant plan la capacité du corps de la femme à accoucher et non pas de "se faire accoucher". En ressources humaines, l’*empowerment* repose sur trois piliers : la vision, l’autonomie et l’appropriation. Une équipe *empowered* sait où elle va (vision), a une marge de manœuvre suffisante pour y aller (autonomie) et se sent légitime de mener cette action (appropriation). (Source : Wikipedia)



## Historique

### La naissance du projet

Fondé en 2010, Mieux-Naitre à Laval voit le jour d'une volonté citoyenne de réunir sous un même toit un Centre de ressources périnatales (CRP) et une maison de naissance avec services de sages-femmes.



5 mai 2010, Journée internationale des sages-femmes – Une brigade de Mieux-Naitre à Laval fait connaître leurs services au métro Cartier à Laval.

En 2011, la Table de

concertation en périnatalité

de Laval identifie comme une priorité régionale la création d'un milieu de vie communautaire et interculturel pour les parents qui vivent la période périnatale. La concertation identifie les services à développer, soit : les rencontres prénatales, l'accompagnement à la naissance, les relevailles à domicile et le soutien à l'allaitement avec les services d'une consultante en lactation (IBCLC).

C'est en 2012 que débutent les causeries dans divers centres communautaires et bibliothèques. Puis, en 2014, les rencontres prénatales et les ateliers de massages pour bébé débutent chez nos partenaires, des maisons de la famille qui nous ouvrent leurs portes.

### L'envol

En 2015, grâce à l'appui financier des partenaires régionaux, MNL trouve pignon sur rue sur le boulevard de la Concorde dans le secteur Duvernay pour loger son équipe initiale de 4 personnes. Une première entente de collaboration est conclue avec le CSSS de Laval pour financer l'offre de services de relevailles à domicile. L'offre de services se déploie rapidement; en janvier 2016, 37 activités différentes sont au calendrier.

### L'incertitude

Mais dès 2017, la survie de MNL est mise à risque, le financement récurrent essentiel n'ayant pas été accordé par le ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS) du Québec. MNL n'a d'autre choix que mettre son personnel à pied et suspendre la plupart de ses activités (sauf les relevailles, car l'entente avec le CSSS est maintenue).

Grâce au bénévolat, MNL continue d'animer des causeries, de répondre aux appels et de référer les familles vers d'autres ressources. MNL bénéficie de plusieurs appuis dont celui

notable de la Ville de Laval, grâce à qui MNL peut conserver ses locaux. Le risque de fermeture donne lieu à une forte mobilisation citoyenne et à l'appui de nombreux partenaires.

### L'action politique

MNL est hyperactive dans ses représentations pour défendre le droit des familles à l'accès à une ressource communautaire spécialisée en périnatalité à Laval. Les familles viennent poser leurs questions au CA du CISSS, tous les partis d'opposition sont interpellés et appuient MNL lors de points de presse jusqu'à ce qu'en août 2018, une promesse électorale de M.



François Legault donne lieu au financement récurrent non seulement de MNL mais de tous les centres de ressources périnatales (CRP) du Québec qui obtiennent, fin 2019, un montant annuel de 250 000\$ du MSSS.

De plus, le CISSS de Laval reconnaît l'admissibilité de MNL au financement à la mission globale dans le cadre du Programme de soutien aux organismes communautaires (PSOC).



23 septembre 2019 – Mme Danielle McCann annonce le rehaussement du financement de tous les CRP du Québec.

### La pandémie

Alors que les activités reprennent et que l'équipe s'agrandit, la pandémie de COVID-19 de 2020 vient mettre un frein aux élans. L'offre de services doit être revue pour assurer le respect des normes sanitaires et de nombreuses activités sont transférées en mode virtuel ou à l'extérieur.

### Une belle marque de confiance

La tenue d'activités en présence dans les locaux de MNL reprend doucement en 2021. Le CISSS de Laval conclut une entente avec MNL pour rehausser son offre de rencontres prénatales et dirige les demandes de l'ensemble des futurs parents vers cette offre, le CISSS n'offrant alors plus de rencontres prénatales. L'équipe est composée d'une dizaine de personnes, la majorité à temps partiel, qui répondent aux besoins les plus urgents, mais le service de relevailles fait toujours l'objet d'une liste d'attente importante et plusieurs services restent à mettre en place, tels que l'accompagnement à la naissance ou encore, l'accès à une ressource spécialisée pour les consultations en allaitement à domicile.

## Le regard vers l'avenir

Le projet d'offrir à la population lavalloise des services de sages-femmes, un objectif qui est à l'origine de la fondation de MNL, s'actualise grâce au projet « Ensemble pour accueillir la vie (ENVIE) » avec la mobilisation d'une quinzaine de partenaires au sein d'une cellule de travail initiée dans le cadre de la Politique régionale de développement social (PRDS). Le projet consiste à rassembler, sous un même toit, diverses ressources qui répondent aux besoins des futurs et nouveaux parents, incluant une maison de naissance. Les partenaires visent un projet inclusif et universellement accessible qui viendra bonifier l'offre de services actuellement présente sur le territoire.

L'équipe amorce également en 2022 une planification stratégique qui lui permettra de guider ses actions pour les 5 prochaines années. MNL entame donc une phase de son développement où les défis sont multiples et les pains sur la planche très nombreux! Mais l'offre de services de l'organisme est florissante et les perspectives sont encourageantes!

## VIE ASSOCIATIVE ET ÉQUIPE

### Assemblée générale annuelle des membres

Tenue à nouveau sur la plateforme Zoom le 29 juin 2022, cette assemblée a réuni 22 participant-e-s et quelques bébés. L'assemblée a été présidée et animée par Elaine Pouliot de la CDC. Geneviève Plouffe de MNL a agi comme secrétaire d'assemblée. Ce fut l'occasion de :



- Briser la glace et mieux se connaître en rapprochant l'équipe, le CA et des familles participantes.
- Adopter le procès-verbal de l'assemblée générale du 29 juin 2021;
- Présenter et adopter les états financiers vérifiés pour l'année 2021-2022;
- Nommer le vérificateur financier pour 2022-2023;
- Présenter et adopter le rapport d'activités annuel 2021-2022;
- Élire le Conseil d'administration qui accueille 1 nouvel administrateur et 1 nouvelle administratrice.

## Conseil d'administration

### Composition du Conseil d'administration

- **Nawel Benazza**, présidente  
*Conseillère indépendante, VP régionale exécutive, Arbonne, et ancienne usagère*
- **Mathilde Pointud**, vice-présidente  
*Coordonnatrice de projet, Regroupement pour la valorisation de la paternité, et ancienne usagère*
- **Suzane Dumas**, secrétaire  
*Enseignante retraitée en Techniques d'éducation à l'enfance et bénévole à l'animation de causeries chez MNL*
- **Stéphanie Chartrand**, trésorière  
*BAC comptabilité, SPA Paies et assurances collectives, et ancienne usagère*
- **Mounia Amine**, administratrice  
*Sage-femme, usagère et membre de MNL depuis 2009*
- **Sara Frattolillo**, administratrice (jusqu'au 18 août 2022)  
*Gestionnaire de projet et usagère*
- **Frédéric Forest**, administrateur  
*Chauffeur d'autobus, STL et usager*
- **Guillaume Lajoie**, administrateur (coopté le 20 octobre 2022)  
*Conseiller en relations publiques*
- **Lysane Grégoire**, membre d'office sans droit de vote  
*Directrice générale, MNL*



**Nawel Benazza**  
Présidente



**Mathilde Pointud**  
Vice-présidente



**Suzane Dumas**  
Secrétaire



**Stéphanie Chartrand**  
Trésorière



**Mounia Amine**  
Administratrice



**Frédéric Forest**  
Administrateur



**Guillaume Lajoie**  
Administrateur

## Rencontres du Conseil d'administration

Le Conseil d'administration s'est rencontré à 11 reprises en rencontres régulières et a tenu une rencontre extraordinaire le 15 février 2023 pour adopter le dépôt de la demande annuelle au PSOC. Ces rencontres ont été tenues en majorité en visioconférence, ce qui facilite la participation.

Rencontres régulières, de la 116<sup>ème</sup> à la 126<sup>ème</sup> : 26 avril, 24 mai, 22 juin, 16 juin, 18 août, 19 septembre, 20 octobre, 14 novembre et 15 décembre 2022, 25 janvier, 21 février et 22 mars 2023.

Cette année, les administratrices et administrateurs au CA ont planifié et soutenu le déploiement de MNL, ont pris diverses résolutions et ont suivi et/ou travaillé plus précisément sur les points suivants :

- Affectation d'un budget pour créer un poste combinant les responsabilités des communications et de l'animation de la vie communautaire et des bénévoles;
- Suivi des travaux de la Cellule de travail créé pour développer le projet ENVIE, *Ensemble pour accueillir la vie*;
- Suivi des travaux du *Collectif Autour d'une tasse* et acceptation que la direction de MNL fasse partie des personnes requérant la fondation de l'organisme, maintenant constitué en OBNL et ayant obtenu ses Lettres patentes le 22 février 2023;
- Obtention d'une aide financière d'Emploi Québec et de Laval Économique pour une démarche de planification stratégique, mise en place d'un comité pour analyser les propositions d'offres de services de quatre firmes, puis participation à un comité de pilotage pour le suivi du mandat;
- Suivi et participation aux représentations politiques, dont une rencontre avec Danielle Rioux, conseillère politique du ministre Lionel Carmant;
- Suivi des liens avec la haute direction du CISSS de Laval;
- Cooptation d'un nouvel administrateur, Guillaume Lajoie, en remplacement de Sara Frattolillo embauchée à titre de responsable des communications, de la vie communautaire et des bénévoles;
- Signature du Décret communautaire proposé par la CDC de Laval, pour la reconnaissance et le financement des organismes, un rehaussement de 29,5M\$ est demandé pour Laval;
- Suivi des travaux requis par le Régime intérimaire de la CNESST sur les risques en santé et sécurité au travail associés aux différents postes chez MNL;



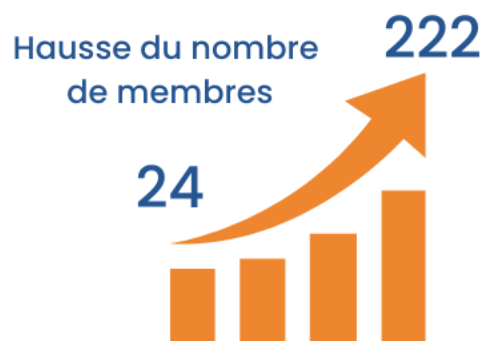
- Adoption d'une résolution sur les congés sociaux lors de décès, de mariage ou d'union civile;
- Adoption d'une Politique de prévention du harcèlement et désignation de deux personnes ressources responsables de porter assistance à toute personne qui croit subir du harcèlement ou qui en est témoin;
- Adoption d'une résolution pour le remboursement de 50% de certains frais de santé jusqu'à concurrence de 200\$ par année financière, dans le contexte de l'absence d'un régime d'assurance collective;
- Pour favoriser une meilleure ergonomie en télétravail, adoption d'une résolution pour un remboursement de frais de 50%, jusqu'à un maximum de \$100 quand la personne travaille 19 heures ou moins par semaine et \$200 quand elle travaille 20 heures ou plus;
- Suivis de dossiers RH et participations à des rencontres (embauches, arrêts de travail);
- Adoption d'une résolution afin que l'indexation salariale applicable au 1<sup>er</sup> mai 2023 soit de 6.6%, soit ce qui est recommandé par la CDC et qui correspond à l'IPC (6,6% pour 2022), ceci afin de permettre aux employées de conserver le même pouvoir d'achat;

### L'adhésion et les membres

Une campagne d'adhésion a été menée en novembre et décembre 2022 afin de restaurer la force du *membership* de Mieux-Naitre à Laval. L'adhésion n'était plus obligatoire pour participer aux activités durant la pandémie ce qui avait causé une baisse importante du nombre de membres.

Une campagne de promotion de l'adhésion a été réalisée sur Facebook et via l'envoi d'infolettres. Cette campagne a permis de passer de 24 membres à plus de 100 membres en règle à la fin de l'année 2022.

À partir de janvier 2023, seul·e·s les membres bénéficiaient du tarif modulé selon le revenu familial et avaient accès aux activités gratuites. Le nombre de membres a continué de croître pour atteindre **222 membres en règle au 31 mars 2023**.



### L'équipe

L'année 2022-23 a été heureusement moins mouvementée au niveau des ressources humaines que la précédente. L'équipe a été plus stable en général, bien que les changements suivants aient quand même ponctué l'année :

- Le rehaussement du financement récurrent a permis d'augmenter les heures du personnel aux relevailles et d'embaucher une nouvelle assistante périnatale.
- Une assistante périnatale a été promue responsable des relevailles.
- L'équipe s'est bonifiée d'une nouvelle responsable des communications, de la vie communautaire et des bénévoles en septembre 2022.
- Une intervenante périnatale a quitté au cours de l'année.
- Une employée est en arrêt de travail prolongé.

Notre équipe se distingue par ses compétences, sa passion et son savoir-être. Sensibilité, empathie et enthousiasme caractérisent ces personnes épatantes!

### Employées



**Lysane Grégoire**  
Directrice générale



**Claudine Carbray**  
Coordonnatrice aux services



**Valérie Turcotte**  
Responsable des relevailles,  
assistante et intervenante  
périnatale



**Sara Frattolillo**  
Responsable des communications,  
de la vie communautaire  
et des bénévoles



**Geny Plouffe**  
Réceptionniste



**Amélie Blanchette**  
Conseillère en  
intervention périnatale



**Marie-Ève Nadeau**  
Intervenante périnatale



**Laurie-Ann Richard**  
Intervenante et assistante  
périnatale



**Geneviève G. Laforest**  
Assistante périnatale



**Patricia Lachance**  
Assistante périnatale

### Collaborateur·trices régulier·ères



**Stéphane Thouin**  
Intervenant en paternité et auprès des  
hommes pour la Maison de Quartier  
Vimont



**Mathieu Boutet**  
Animateur



**Marie-Jeanne Leblanc-Bastien**  
Praticienne du Thalasso Bain Bébé\* et  
animatrice de rencontres prénatales



**Annik Lachance**  
Professeure de yoga



**Julie Desroches**  
Animatrice des ateliers  
RCR premiers soins

## Formation continue

Afin d'être toujours au fait des meilleures pratiques, les employés bénéficient de formation continue. Voici les formations qui ont été suivies par une ou plusieurs membres de l'équipe :

- Communication consciente (CNV), offerte par la Table de concertation de Laval en condition féminine (TCLCF). Durée : 16h, 1 employée.
- L'allaitement à la demande, offerte par Ingrid Bayot via Nourri-Source Estrie. Durée : 2h, 1 employée.
- Soins interculturels en contexte périnatal; mieux comprendre pour mieux accompagner, offerte par L'Association québécoise des doulas (AQD). Durée : 3h, 1 employée.
- Briser le silence sur les violences obstétricales et gynécologiques, offerte par la Commission des droits de la personne et des droits de la jeunesse (CDPDJ). Durée : 7h30, 2 employées
- L'expérience des enfants en contexte de Grossesse pour autrui (GPA), offerte par l'Institut national de la recherche scientifique (INRS). Durée : 1h30, 1 employée
- Trauma sexuel en contexte pré-per-postnatal; « Compréhension, repérage et outils d'intervention pour les personnes en contexte de soins », offerte dans le cadre du congrès international allaitement simple. Durée : 3h30, 1 employée
- Devenir mère; entre enchantement et détresse, offerte par Ça va maman. Durée : 10h30, 1 employée
- Réflexion et échanges autour de la vulnérabilité des familles, organisée par Laval unie pour ses familles. Durée 3h30, 2 employées.
- Formation Programme Lanterne. Être outillée pour faire la prévention de la violence sexuelle auprès des tout-petits et leur entourage, offerte par la fondation Marie-Vincent. Durée : 12h, 1 employée.
- Participation au colloque Femmes immigrantes et violence conjugale offerte par l'Institut de recherche sur l'immigration et sur les pratiques interculturelles et inclusives (IRIPII). Durée 3h45, 1 employée
- Formation comme Doula, offerte par le Centre Pleine lune. Durée 293h, 1 employée (formation amorcée par l'employée avant son embauche et à son initiative)
- Participation à la SU-PÈRE conférence. Durée 12h, 1 employé
- Comment accueillir la demande d'aide des hommes, offerte par le regroupement d'organismes qui viennent en aide aux hommes sur le territoire de l'Île de Montréal (ROHIM). Durée 1h, 1 employée.
- L'approche orientée vers les solutions : une option intéressante pour mieux aider les hommes, offerte par le regroupement d'organismes qui viennent en aide aux hommes sur le territoire de l'Île de Montréal (ROHIM). Durée 1h, 1 employée.
- Pour l'épanouissement des parents immigrants, offerte par le Forum Espace parents. Durée : 6h, 1 employée



- Droit des femmes à la santé, offerte par la Table de concertation de Laval en condition féminine (TCLCF). Durée : 2h, 1 employée.
- Comment les nouvelles technologies et les méthodes d'analyse intelligentes peuvent améliorer la qualité de vie de la population lavalloise, offerte par dans le cadre de la vitrine d'innovation (Pôle lavallois d'enseignement supérieur en arts numériques et économie créative). Durée : 7h, 1 employée.
- Développement des tout-petits : quelles sont les attentes des Québécois à l'égard du gouvernement ?, offert par l'Observatoire des tout-petits. Durée 1h, 1 employée.
- Participation au Colloque régional montréalais en santé et bien-être des hommes. Durée 6h, 1 employée.
- Présentation du film Je vous salue salope sur la violence numérique et rencontre avec la réalisatrice, offerte par la Table de concertation de Laval en condition féminine (TCLCF). Durée : 3h30, 1 employée.
- Repères utiles en prévention du suicide auprès des hommes, offerte par le regroupement d'organismes qui viennent en aide aux hommes sur le territoire de l'Île de Montréal (ROHIM). Durée 1h, 1 employée.
- Journée sur la santé mentale des nouveaux parents : prendre soin plutôt que soigner, offerte par le Ministère de la Santé et des Services sociaux. Durée 7h30, 2 employées
- Participation au grand forum national sur la proposition de Cadre normatif du PSOC du MSSS, organisé par la Coalition des Tables Régionales d'Organismes Communautaires (CTROC). Durée : 2h, 1 employée.
- L'Histoire de l'allaitement au Québec, offerte dans le cadre des conférences midi du Mouvement Allaitement Québec (MAQ). Durée : 1h, 1 employée.
- Participation aux Journées annuelles de santé publique - La périnatalité : collaborer maintenant pour les actions de demain. Durée : 8h, 2 employées
- La littératie en santé et le langage clair et simple, offerte par le Réseau des Centres de ressources périnatales du Québec (RCRPQ). Durée : 4h, 2 employées.
- Le vécu des parents lors de la naissance, quels impacts sur le lien d'attachement, offerte par Dre Céline Lamy et Amélie Blanchette. Durée 1h15, 6 employées.
- Laval 180 - Présentation et réflexion sur la vision stratégique de développement économique de Laval. Durée : 3h, 1 employée.
- Secourisme en milieu de travail, offerte par la CNESST. Durée 16h, 3 employés.

Les nouvelles personnes intégrées à l'équipe suivent un parcours d'intégration maison en ligne, voici le cumulatif de ces heures :

- Responsable des communications, de la vie communautaire et des bénévoles (15h)
- Assistante périnatale (22h)

### En plus de suivre des formations, l'équipe de Mieux-Naitre à Laval en offre!



Avec sa nouvelle équipe d'intervenantes, le Centre de ressources périnatales La Couvée de Victoriaville avait besoin d'une formation pour offrir des cours et ateliers de qualité, conformes aux données probantes et actualisées au niveau de la périnatalité et de l'approche d'intervention communautaire. La Couvée s'est donc tournée vers MNL qui développe une expertise de pointe en ce domaine depuis plus d'une décennie avec sa conseillère en intervention périnatale.

Cette dernière a pu offrir du coaching pédagogique au personnel concerné et partager du contenu à jour et actualisé sous formes de Guides pour l'animation de rencontres prénatales de groupe, de rencontres postnatales de soutien en période postpartum et pour huit ateliers périnataux aux thématiques sélectionnées.

### Conditions de travail

Comme milieu de travail, MNL souhaite instaurer un climat sain qui favorise la conciliation famille-travail et propose des conditions d'emploi avantageuses, afin de maximiser la rétention du personnel en place.

Plusieurs efforts ont été faits en ce sens au cours de l'année :

- Une indexation salariale de 8% en avril 2022;
- Une analyse de l'ergonomie des postes de travail et le remboursement de dépenses favorisant une meilleure ergonomie;
- En l'absence d'une assurance collective, une aide financière aux employées pour des dépenses de soins de santé (jusqu'à 200\$).

### Les bénévoles

Grâce à l'embauche d'une ressource partiellement dédiée à l'animation de la vie communautaire et à la gestion des bénévoles, certaines avancées ont été faites à ce niveau. On peut noter le retour du club de tricot animé par les bénévoles Julie Fortin et Marie St-Hilaire, ainsi que le recrutement de bénévoles en charge du groupe de marche qui reprendra ses activités en avril 2023 avec Stéphanie Dupuis et Roxanne Marsolais. Des membres ont également effectué du tri de vêtements à deux reprises : Marjorie Bagur, Myriam Chayer, Catherine Dugas, Annie Dupuis, Joanie Gagné Langlois, Roxane Germain, Jessica Joly et Véronique Teoli. L'organisme a aussi bénéficié des services de bénévoles à l'animation des causeries : Suzane Dumas, Josyane Tracy, Maryse Robidoux-Léonard, Isabelle Raymond et Jade Laprise.



Il serait souhaitable de mettre en place un plan de recrutement et de gestion des bénévoles qui contribuera à accroître le sentiment d'appartenance des membres envers leur CRP et de tirer avantage de la disponibilité et de l'intérêt manifesté par la clientèle MNL à faire du bénévolat. Un sondage a d'ailleurs été mené auprès des employées pour connaître les tâches qu'elles prennent en charge, mais pour lesquelles des bénévoles pourraient être sollicitées.

Avec l'implication du conseil d'administration et des autres bénévoles, MNL a bénéficié de plus de 700 heures de bénévolat. Un remerciement des plus chaleureux à tous les bénévoles!

## OFFRE DE SERVICES

Afin de constater l'évolution de l'organisation depuis l'ouverture des portes à l'été 2015, nous vous présentons les statistiques depuis l'année de démarrage (2015-16) jusqu'à aujourd'hui. Le tableau présente le nombre d'inscriptions aux activités gratuites et à celle qui sont tarifées ainsi que le total de toutes les inscriptions reçues chaque année.

ACTIVITÉS	2015- 2016	2016- 2017	2017- 2018	2018- 2019	2019- 2020	2020- 2021	2021- 2022	2022- 2023
<b>GRATUITES</b>	246	817	595	842	1 395	1 339	1 688	<b>2 220</b>
<b>TARIFIÉES</b>	263	710	319	120	110	244	384	<b>697</b>
<b>TOUTES ACTIVITÉS</b>	509	1 527	914	962	1 513	1 583	2 072	<b>2917</b>
<b>REVENUS</b>	14 273 \$	49 608 \$	21 062 \$	8 981 \$	8 765 \$	5 280 \$	22 342 \$	<b>43 107 \$</b>

*« Merci pour toutes les belles activités offertes. L'ensemble des ateliers et cours auxquels j'ai participé pendant ma grossesse m'ont permis de bien me préparer à l'arrivée de mon bébé ainsi qu'à profiter des merveilleux mois de ma grossesse. Merci à toute l'équipe! Vous êtes tous et toutes d'une grande gentillesse! »*

Cindy

### Activités communautaires

La reprise des activités communautaires postpandémie s'est faite progressivement, peu de personnes participant en présence avant l'automne 2022. Voici donc un aperçu de la participation aux activités communautaires :

Activités communautaires					
	Séances virtuelles	Séances en présence	Nbre d'hres	Nbre mères	Nbre pères
<b>Causeries</b>	13	52	103	618	14
<b>Écoute et référence</b>			58	82	3
<b>Groupe de marche</b>		15	15	77	1
<b>Club de tricot <b>RETOUR!</b></b>		5	10	26	0
<b>Pauses créatives</b>		4	8	32	1
<b>TOTAUX EN 2022-2023</b>	<b>13</b>	<b>76</b>	<b>194</b>	<b>835</b>	<b>19</b>
<b>Comparatif 2021-2022</b>	<b>37</b>	<b>54</b>	<b>199,5</b>	<b>761</b>	<b>27</b>

## Causeries

Au cours de l'année, nous avons organisé une causerie en personne par semaine (causerie parent-bébé) et environ une causerie virtuelle par mois.



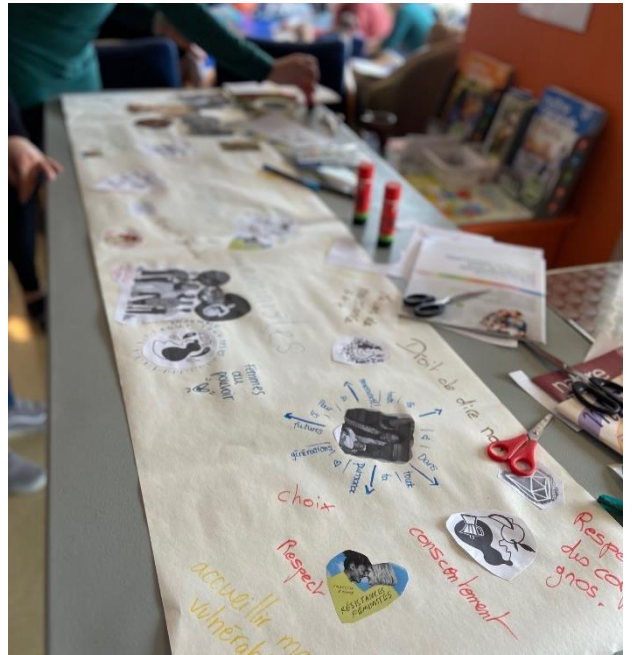
La causerie parent-bébé est une activité communautaire fort appréciée par nos membres. Gratuites, sans inscription, ces causeries hebdomadaires permettent aux parents d'apprendre, d'échanger et de rencontrer d'autres parents! Un thème différent concernant la vie avec bébé est abordé chaque semaine. Le partenariat avec Nourri-Source Laval a été consolidé au cours de l'année; une marraine d'allaitement de Nourri-Source Laval est

présente pendant les causeries pour répondre aux questions et leur consultante en lactation (IBCLC) est également présente les mercredis pour tenir ses consultations.

Des causeries virtuelles ont également été maintenues principalement en soirée pour la clientèle prénatale.

Voici quelques thèmes explorés lors des causeries :

- La naissance approche, j'ai besoin de confiance
- Conseils de physio (en prénatal et postnatal)
- Favoriser le développement de votre enfant grâce aux livres
- Droits et réflexions féministes
- S'alimenter à petits prix
- Trucs et astuces pour voyager avec bébé
- Développement moteur chez l'enfant 0-12 mois
- Couches lavables
- Intégration à la garderie



8 mars 2023 - Les participantes de la causerie ont créé une banderole pour illustrer: ce qui les indignent en période périnatale en lien avec le respect des droits des femmes et comment l'accouchement est une occasion de reprise de pouvoir. Activité en collaboration avec le Mouvement pour l'autonomie dans l'enfement (anciennement Groupe MAMAN).

## Écoute et références – appels après l'accouchement

À la suite de l'arrivée de bébé, les intervenantes communiquent avec les familles ayant participé aux rencontres prénatales pour prendre des nouvelles, donner des références au besoin et rappeler que nos portes leur sont ouvertes, peu importe les circonstances. Ce service peut aussi être offert de façon informelle, en réponse à une demande, après un atelier, pendant que bébé boit... L'augmentation du nombre de personnes ayant bénéficié de ce service s'explique principalement par la hausse du nombre de personnes ayant suivi les rencontres prénatales.



*« MNL est arrivé dans ma vie plus activement à un moment où j'étais en dépression post-partum. MNL m'a aidé sur mon moral, ma confiance en mes capacités et à rencontrer des amies merveilleuses. J'ai adoré le yoga, les mercredis discussions, les marches du jeudi et le cocon. Merci d'être là. »*

*Marie St-Hilaire*

## Groupe de marche

Accompagné d'une employée de MNL, le groupe de marche s'est réuni au Centre de la nature à chaque 2 semaines d'avril à novembre 2022. Cette activité sans inscription représente une autre occasion de rencontrer d'autres futurs et nouveaux parents tout en prenant une bonne bouffée d'air frais!



Le souhait que des bénévoles aient la charge du groupe de marche avait été exprimé par l'équipe de MNL. Des bénévoles ont donc été recrutées à l'hiver, en vue de la reprise du groupe de marche au printemps 2023.



## Club de tricot

Le club de tricot a repris en décembre 2022 grâce à l'implication de deux bénévoles. Le club s'est réuni 4 fois de décembre 2022 à mars 2023.



### Pauses créatives

Trois pauses créatives ont été organisées au cours de l'année 2022-2023; une activité de création de carte de vœux des Fêtes (en partenariat avec la concertation Jeun'Est en forme), une activité d'empreintes de bébé et une mini-session de deux ateliers de création de mandalas. Ces activités ont obtenu un grand succès et nous sommes toujours à la recherche de bénévoles pour en mettre davantage à l'horaire.

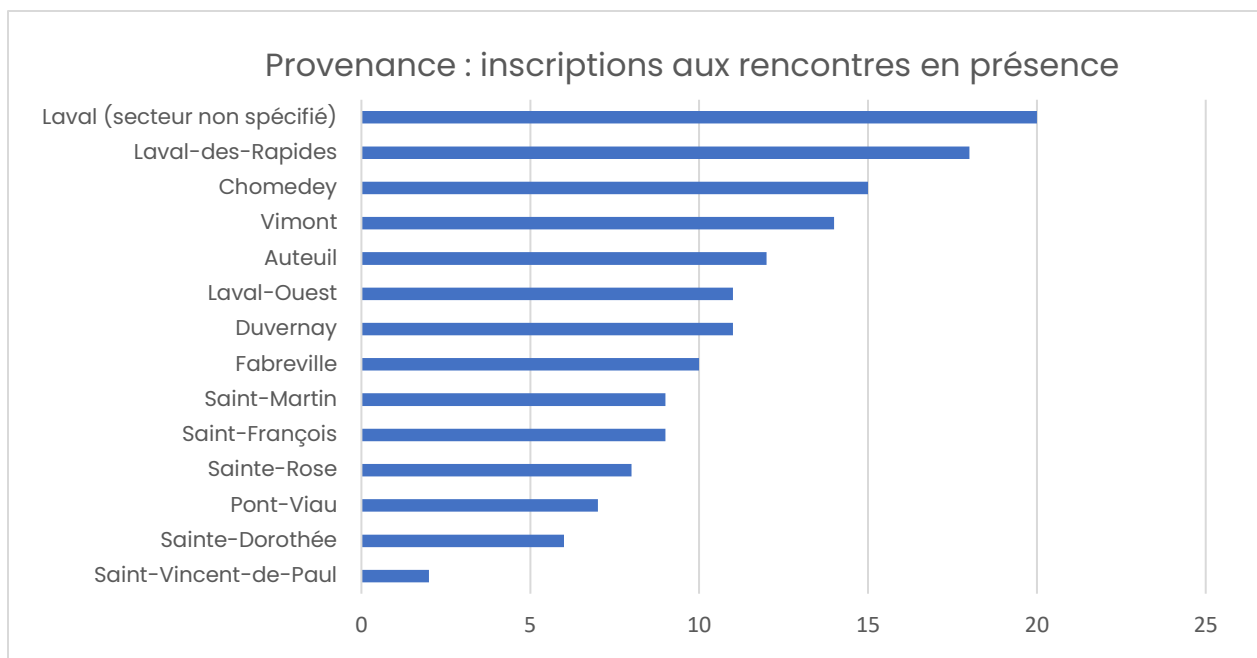
### Rencontres prénatales

Cette année, nous avons poursuivi le déploiement des services en augmentant l'offre de sessions de rencontres prénatales en présence, passant de 2 sessions à 8. Ceci nous rapproche de l'objectif de rapprocher les services des communautés. L'offre complète des rencontres en présence et virtuelles a desservi 584 parents, soit 163 de plus que l'an dernier.



Les partenariats avec les maisons de la famille se sont consolidés, permettant de tenir 2 sessions dans chacun des quartiers suivants :

- Maison de quartier Vimont (Vimont-Auteuil)
- Maison de la famille La Parentèle de Laval (Laval-des-Rapides)
- Centre communautaire Jean-Paul Campeau, lieu alternatif puisque les locaux du Centre communautaire Val-Martin ne sont pas adaptés aux besoins de ces rencontres (Chomedey)
- Mieux-Naitre à Laval (Duvernay)



Les inscriptions se sont déroulées rondement, à raison d’approximativement 7 familles par semaine en fin d’année. Des défis de formation, recrutement et rétention des ressources humaines ont encore été vécus, nous amenant à faire appel à des contractuelles qualifiées et formées à notre approche pour animer les rencontres. Notre conseillère en intervention périnatale a d’ailleurs travaillé à soutenir cette équipe pour assurer une homogénéité dans les services dispensés.



Cette entente apporte aussi des changements quant à la clientèle. Alors que nous avons l’habitude de rencontrer une clientèle spécifiquement intéressée par l’approche communautaire, nous desservons maintenant une clientèle plus universelle. Les parents arrivent avec des attentes quant au contenu et à l’approche très variables. Leurs désirs et craintes reliées à la naissance et à la vie de parents varient également beaucoup. Cette nouvelle réalité nous donne donc une occasion de pousser la réflexion sur le vocabulaire et les outils d’animation utilisés afin d’améliorer l’accessibilité pour toutes les personnes.

<b>Rencontres prénatales</b>					
	<b>Sessions virtuelles</b>	<b>Sessions en présence</b>	<b>Nbre d’hres</b>	<b>Nbre mères</b>	<b>Nbre pères</b>
<b>Session en présence : 8 x 2h</b>		8	128	80	74
<b>Session virtuelle : 5 x 2h30</b>	8		100	229	201
<b>TOTAUX EN 2022-23</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>228</b>	<b>309</b>	<b>275</b>
<b>Comparatif 2021-2022</b>	7	2	119,5	220	201

« C'est en cherchant des cours prénataux que je suis tombée sur MNL. Initialement, mon conjoint et moi nous sommes inscrits pour nous préparer à l'accouchement. Je ne me doutais pas que MNL deviendrait un endroit si précieux pour moi.

Premièrement, les cours prénataux ont été fantastiques. Nous avons reçu un contenu riche et pertinent. Rendu à l'hôpital, on m'a même demandé si j'étais infirmière tellement j'étais outillée. Ces cours ont été géniaux et aussi très appréciés de papa.


Nous avons aussi eu la chance de rencontrer 9 autres familles avec qui nous avons tissés des liens et dont nous sommes toujours en contact. Sans MNL, je n'aurais jamais rencontré ces mères fantastiques qui partagent mon quotidien.

Deuxièmement, je n'ai jamais autant utilisé un service communautaire que MNL. Chaque mercredi, je vais aux causeries qui m'ont appris des choses pertinentes mais qui me permettent aussi de briser mon isolement et de discuter avec d'autres mamans. J'ai eu un bébé qui pleure beaucoup et jamais je me suis senti jugée ou inconfortable chez MNL. Je me sens même supportée par l'équipe et les autres mères.

J'ai eu la chance de faire diverses activités grâce à MNL dont la cuisine collective et le Cocon. Encore une fois, j'ai fait de belles rencontres et des échanges fantastiques avec d'autres mères.

Je ne peux pas imaginer mon 4ème trimestre sans eux. Je parle de MNL à toutes mes amies enceintes en leur souhaitant de vivre cette belle expérience avec eux. C'est un incontournable.

MNL c'est ma découverte et je les remercie du support et de l'importance qu'ils ont eu sur moi. Ils m'ont tellement apporté.

Merci  »  
Roxane

## Ateliers de groupe

Mieux-Naitre à Laval développe une offre d'ateliers de groupe, qui sont offerts en présence ou en mode virtuel tout au long de l'année. Ces ateliers visent, entre autres, à répondre aux besoins suivants des nouveaux parents :

- Développer un lien affectif profond avec le bébé
- Développer une sensibilité aux besoins de l'enfant
- Reconnaître les signes du bébé pour exprimer ses besoins

« Jusqu'à présent, j'apprécie grandement tous les ateliers auxquels j'ai participé. L'information est hyper bien transmise et vulgarisée pour être bien comprise par tous. C'est rassurant de connaître une ressource pour répondre à nos millions de questions comme nouveaux parents. J'aime l'approche aussi qui est non-jugeante et qui laisse ultimement le parent décider ce qui est bon pour son enfant. Merci pour votre beau travail et votre disponibilité. »

E.N.



- Prendre confiance dans leurs aptitudes à répondre aux besoins de l'enfant de façon adéquate (sentiment de compétence parentale)
- Développer un engagement fort envers le bébé



Le groupe de mise en forme avec bébé a été mis en place en automne 2022. Le Groupe Promo-Santé Laval nous avait proposé d'offrir à notre clientèle des cours de mise en forme gratuit dans le cadre du programme Initiative Communauté Active (ICA). L'engouement pour ce projet nous a incité à poursuivre notre collaboration afin que leurs kinésithérapeutes offrent des cours de façon régulière les mardis matin.

En plus de la reprise de plusieurs activités attendues, nous sommes très fières de constater cette année la participation accrue des pères dans les activités. Nous avons même eu notre premier père participant au cours de yoga avec bébé!

Hausse de la participation aux ateliers

1302

en 2022-2023

675

en 2021-2022



Ateliers de groupe						
	Séances virtuelles	Séances ou sessions en présence	Nbre mères	Nbre pères	Nbre pères 21-22	Autres
<b>4<sup>ème</sup> trimestre</b>	4		97	22	11	1
<b>Bébé pleure que faire?</b>	6		98	20	2	2
<b>Éviter l'épuisement parental</b>	3		68	12	4	
<b>Groupe de mise en forme avec bébé (6 x 1h)</b> <b>NOUVEAUTÉ</b>		2	15		n/a	
<b>Introduction des aliments solides RETOUR!</b>		6	52	31	n/a	4
<b>Langage des signes pour bébés RETOUR!</b>		1	8	3	n/a	
<b>Massage de bébé (5 x 1h)</b>		7	37	3	2	1
<b>Parents à deux</b>		4	31	29	20	
<b>Portage débutant</b>		7	34	19	13	1
<b>RCR et premiers soins pour les nouveaux parents (2 x 2h)</b> <b>RETOUR!</b>		11	89	49	n/a	8
<b>Soins au nouveau-né</b>		8	66	50	20	3
<b>Sommeil de bébé</b>	7		218	25	1	1
<b>Yoga postnatal (6 x 1h15)</b>		14	94	2	0	0
<b>Yoga prénatal (6 x 1h15)</b>		13	109	0		0
<b>TOTAUX EN 2022-23</b>	<b>20</b>	<b>73</b>	<b>1016</b>	<b>265</b>		<b>21</b>
<b>Comparatif 2021-2022</b>	<b>30</b>	<b>24</b>	<b>579</b>	<b>75</b>		<b>20</b>

## Le COCON – Groupe d'échanges parents-bébés



Ce groupe d'échange s'inscrit dans l'objectif de réduire les impacts de la vulnérabilité associée à la période périnatale et en prévention de la dépression postpartum.

La naissance d'un enfant constitue une période de transition au cours de laquelle s'accroît la possibilité d'expérimenter différentes formes de vulnérabilité. Au Canada, la dépression

postpartum atteint jusqu'à 20% des mères. Les symptômes dépressifs restent souvent non dépistés et non traités. Par ailleurs, la dépression maternelle entraîne des conséquences sur le développement de l'enfant (attachement précaire).

L'activité a été offerte en démarrant une nouvelle session lorsque nous avons un petit groupe en liste d'attente. Avec la fin de la pandémie et la diversité des autres services offerts, la demande a un peu diminué comparativement à l'an dernier.



*« J'ai participé à beaucoup d'activités de Mieux-Naitre en 2022. J'habite à Laval depuis des années et je n'avais aucun proche ici, je me sentais donc très seule à la naissance de ma fille. C'est à la toute première activité de MNL à laquelle j'ai assisté, soit la marche au Centre de la Nature, que j'ai fait la rencontre de plusieurs autres mamans qui sont rapidement devenues de bonnes amies.*

*MNL a eu d'importantes répercussions positives dans ma vie, car chaque atelier, chaque activité, j'apprenais à être plus douce envers moi-même tout en partageant mon quotidien avec des amies mamans. Nous avons participé à bon nombre des activités proposées, et chaque fois j'en ressortais plus grande et plus en paix avec mon nouveau rôle de maman. J'ai également pu participer au groupe de soutien Cocon, et c'est peu dire que cela m'a fait un bien fou, car j'étais en DPP (dépression post-partum) à ce moment-là.*

*Merci à tous les intervenants de MNL qui aident les familles à parcourir la parentalité plus sereinement. Je suis arrivée en pataugeant, et j'en suis repartie avec un radeau solide. Acquérir des bases solides, ça n'a pas de prix, donc merci encore. »*

*Marilyn*

## Le COCON, groupe d'échanges parents-bébés

	Sessions virtuelles	Sessions en présence	Nbre mères	Nbre pères
<b>COCON (session de 8 rencontres de 2h)</b>	0	7	36	0
<b>TOTAUX EN 2022-23</b>	<b>0</b>	<b>7</b>	<b>36</b>	<b>0</b>
<b>Comparatif 2021-2022</b>	<b>1</b>	<b>8</b>	<b>45</b>	<b>0</b>

## Relevailles

L'année 2022-2023 nous a permis le retour des services réguliers pour 4 trimestres consécutifs (post pandémie) à notre grand bonheur.



La dernière année fut également marquée, pour une 2e année consécutive, par l'agrandissement de l'équipe d'assistantes périnatales. Une nouvelle assistante périnatale a été embauchée en février 2023 après avoir fait quelques semaines de remplacement comme contractuelle.

Une assistante périnatale a été promue au poste de responsable du service des relevailles et de l'évaluation des besoins des familles. L'équipe de quatre personnes a pu offrir 12 services de relevailles par semaine. Avec 430 services offerts en cours d'année, le mandat prévu à notre entente de collaboration avec le CISSS de 368 services est largement dépassé. MNL a fait le choix d'attribuer davantage de ressources pour ce service essentiel qui génère encore une importante liste d'attente.

*« Mon expérience a été merveilleuse. J'ai reçu tellement d'amour et de soutien. Cela peut peut-être sembler peu en termes d'heures de service par semaine, mais détrompez-vous, c'est la seule chose qui m'a permis de traverser la dépression post-partum et la solitude. Je suis tellement reconnaissante pour cette expérience et j'espère que toutes les familles qui en ont de besoin pourront avoir la même chance que moi. »*

Patricia De Souza

À ces 430 services, s'ajoutent 22 services de relevailles qui ont été offerts à des familles qui n'étaient plus admissibles aux services gratuits mais dont les besoins étaient toujours présents. Ainsi, depuis le début du mois d'octobre 2022, nous avons ajouté 1 service de relevailles par semaine, offert à un tarif modulé selon le revenu familial. Cela porte à 13, le nombre de services hebdomadaires offerts par notre équipe pour tout le territoire, ce qui demeure bien insuffisant pour répondre aux besoins.



Ce sont 66 familles qui ont bénéficié du service, dont 10 familles monoparentales.

ANNÉE 2022-2023				
TRIMES -TRE	DÉBUTANT LE	NOMBRE DE SERVICES PRÉVUS À L'ENTENTE	NOMBRE DE SERVICES RÉALISÉS	NOMBRE DE SERVICES TARIFÉS
1	1 <sup>er</sup> avril 2022	92	80	
2	1 <sup>er</sup> juillet 2022	92	94	
3	1 <sup>er</sup> octobre 2022	92	120	10
4	1 <sup>er</sup> janvier 2023	92	136	12
<b>TOTAUX EN 2022-23</b>		<b>368</b>	<b>430</b>	<b>22</b>
<b>Comparatif 2021-2022</b>		<b>368</b>	<b>397</b>	<b>0</b>

Par ailleurs, en cours d'année, 94 services ont été annulés et 52 d'entre eux ont été remplacés par des familles de la liste d'attente ou de la liste de rappel lors d'une annulation.



42 services annulés dans l'année n'ont pas pu être remplacés, pour diverses raisons telles que :

- COVID chez les assistantes périnatales ou les clientes
- Autres indisponibilités (d'ordre familiale ou de santé) parmi l'équipe
- Bébé ou autre membre de la famille présentant des symptômes de maladie infectieuse
- Indisponibilités dernière minute chez les familles de la liste de rappel d'annulation

*« À la suite de la naissance de notre 2e enfant, nous avons vécu plusieurs semaines très intenses en lien avec des enjeux de santé du bébé et une hospitalisation. Nous étions épuisés. Nous ne pensions jamais demander de l'aide pour nous soutenir, mais une intervenante que nous connaissons de Mieux-Naitre nous a encouragé à faire une demande au service de relevailles.*

*Lors de l'appel initial pour faire la demande, nous avons été rassurés par la courtoisie et l'empathie de la responsable du service.*

*Par la suite, nous avons été charmés par la qualité de l'assistante périnatale assignée pour nous soutenir. Avec beaucoup de douceur, de bienveillance et de professionnalisme, elle a pris soin de mon petit coco pour me permettre de prendre soin de moi en reprenant des forces et de rattraper certaines tâches que je n'arrivais pas à faire dans la maison.*

*Nous sommes vraiment reconnaissants d'avoir eu accès à ce service. »*

Karine V.

## Services privés

Alors que nous avons eu une année record en 2021-2022 pour les Thalasso Bain bébé<sup>®</sup>, nous notons un retour à la normale quant au nombre de soins faits cette année. La demande de services privés demeure marginale et les rencontres prénatales privées sont proposées lorsque les gens communiquent avec nous trop tardivement et qu'aucune session de rencontres de groupe ne peut leur être proposée.

Rencontres prénatales privées	Nbre séances	Nbre mères	Nbre pères
<b>TOTAUX EN 2022-2023</b>	<b>7</b>	<b>4</b>	<b>4</b>
<i>Comparatif 2021-2022</i>	5	2	1
Consultations postnatales privées (portage et langage des signes pour bébé)	Nbre séances	Nbre mères	Nbre pères
<b>TOTAUX EN 2022-2023</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>0</b>
<i>Comparatif 2021-2022</i>	2	2	0
Consultations en lactation	Nbre séances	Nbre mères	Nbre pères
<b>TOTAUX EN 2022-2023</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>1</b>
<i>Comparatif 2021-2022</i>	10	10	
Thalasso Bain bébé <sup>®</sup>	Nbre séances	Nbre mères	Nbre pères
<b>TOTAUX EN 2022-2023</b>	<b>27</b>	<b>27</b>	<b>25</b>
<i>Comparatif 2021-2022</i>	59	58	55

### Consultations en lactation

Cette année, MNL n'a pas bénéficié de financement tel que celui, exceptionnel, que le MSSS avait offert en mai et juin 2021. Ainsi, nous n'avons pu offrir que 6 consultations à domicile par des consultantes en lactation diplômées de l'IBCLC financées par la fin de ce programme non récurrent.

En complémentarité avec les services de Nourri-Source et de la Ligue La Leche

(ressources vers lesquelles nous dirigeons d'emblée notre clientèle), MNL est le seul organisme habilité et disposé à offrir les consultations à domicile, formule qui parfois est celle qui



convient le mieux à certaines situations (nouveau-né, condition de santé précaire, jumeaux, bébé prématuré, famille nombreuse et mère sans réseau...).

Notons que MNL réitère chaque année, dans ses demandes de subventions, un montant pour mieux répondre à ce type de besoin et ainsi « sauver » des allaitements et réduire les sevrages non voulus par les mères et tout autant de deuils de leur relation d'allaitement terminée trop tôt.

#### Accompagnement à la naissance

Les ressources financières actuelles ne permettent pas de rendre ce service accessible avec une tarification modulée en fonction du revenu du ménage. Nous n'avons donc pas pu offrir d'accompagnement cette année.

Rappelons que l'accompagnement à la naissance est la première recommandation de l'Institut national d'excellence en santé et services sociaux (INESS), comme mesure prometteuse pour la réduction des interventions obstétricales évitables. L'accompagnante permet aux parents de développer un lien de confiance, de partager leurs désirs comme leurs inquiétudes, de connaître leurs droits et de bénéficier d'un soutien continu pendant toute la durée du travail et de l'accouchement (pas de rupture de lien). Cette présence rassurante contribue à rendre l'environnement favorable à l'accouchement physiologique et augmente de façon très significative la qualité de l'expérience vécue par les parents et leur satisfaction.

MNL demande également chaque année un financement spécifique pour soutenir cette excellente pratique qui peut s'avérer déterminante lorsqu'une personne enceinte cumule plusieurs facteurs de vulnérabilité dont l'isolement et l'absence de réseau.



## MNL DANS LA COMMUNAUTÉ



### Partenaires

MNL est bien enraciné dans sa communauté et est un acteur de partenariat dynamique depuis plusieurs années en s'impliquant avec plusieurs organisations et en participant à plusieurs concertations. Cette année encore, MNL a misé sur les concertations locales et le développement (ou la consolidation) de partenariats avec divers organismes de la région, plus particulièrement avec Nourri-Source Laval notamment en leur partageant nos locaux.

MNL place très haut dans ses priorités son rôle pour la transformation sociale en visant l'amélioration continue de l'expérience des familles lors de la période périnatale. Pour cette raison MNL propose et demande le retour d'une Table de concertation régionale en périnatalité. Un tel espace d'échange permettrait à tous de mieux comprendre le parcours complet des familles et d'ajuster leurs offres, leurs communications, leurs pratiques, leurs formations pour toujours mieux répondre aux besoins.



Toujours au niveau régional, MNL porte le projet Ensemble pour accueillir la vie (ENVIE) dont les ambitions sont de s'allier toutes les expertises requises à la réalisation d'un projet novateur qui inspirera tout le Québec. La directrice de MNL fait partie des membres fondateurs du Collectif Autour d'une tasse qui vise l'acquisition, la conversion et l'occupation d'un bâtiment patrimonial qui présente plusieurs atouts pour y installer le projet ENVIE.

Pour les mêmes motifs d'améliorer l'expérience des familles, MNL participe également activement au développement d'une concertation nationale en périnatalité. Par la participation de la directrice au CA de la Confédération des organismes familiaux du Québec (COFAQ), MNL contribue à rassembler des acteurs nationaux qui se donnent actuellement le mandat de mettre en relief les préoccupations en périnatalité et les pistes pour les gérer.

Enfin, MNL participe activement à la Coalition pour la pratique sage-femme dont le mandat est de défendre le droit des femmes et des familles d'avoir accès, dans toutes les régions du Québec, aux services de sage-femme et aux lieux de naissance alternatifs que sont le domicile et la maison de naissance. La Coalition apporte son soutien à tous les groupes citoyens, tel que la communauté qui s'est constituée au fil des années avec toutes ces personnes qui se sont tournées vers MNL afin d'obtenir ces services.

## Partenaires de la carte de membre



### Chimpäroo

Chimpäroo accorde 15% de rabais à nos membres sur toute sa boutique en ligne. Fondée et gérée par une mère québécoise, Chimpäroo propose une diversité de dispositifs de portage répondant aux multiples besoins des personnes qui souhaitent porter leur bébé ou bambin.



### Momzelle

Momzelle accorde 20% de rabais à nos membres sur toute sa boutique en ligne. Momzelle offre des vêtements et soutiens-gorges d'allaitement confortables et de qualité pour les femmes qui allaitent.



### Öko Créations

Öko Créations accorde 10% de rabais à nos membres sur toute sa boutique en ligne. Sa collection textile pour femmes et enfants provenant de matériaux de haute qualité et consciencieusement choisis est conçue pour vous faire consommer moins et mieux !



### Veille sur toi

Veille sur toi accorde 15% de rabais à nos membres sur les achats effectués à sa boutique du 1880 boul. Saint-Martin Ouest à Laval. Veille sur toi est une entreprise québécoise en pleine croissance qui propose des veilleuses, des jouets, des peluches et autres produits décoratifs pour la maison.



## Réseaux d'appartenance

 <p><b>AQSMN</b> Association québécoise pour la santé mentale des nourrissons</p>	 <p><b>Collectif Autour d'une Tasse</b></p>	 <p><b>COFAQ</b></p>
<p><b>Association québécoise pour la santé mentale des nourrissons (AQSMN)</b></p>	<p><b>Collectif Autour d'une Tasse</b></p>	<p><b>Confédération des Organismes FAmiliaux du Québec (COFAQ)</b></p>
 <p><b>CDC LAVAL</b> Corporation de développement communautaire</p>	 <p><b>maq</b> MOUVEMENT ALLAITEMENT DU QUÉBEC</p>	 <p><b>GROUPE maman</b> Mouvement pour l'Autonomie dans la Maternité et pour l'Accouchement Naturel</p>
<p><b>Corporation de développement communautaire de Laval</b></p>	<p><b>Mouvement Allaitement Québec</b></p>	<p><b>Mouvement pour l'autonomie dans l'enfantement (anciennement Groupe MAMAN)</b></p>
 <p><b>PÔLE RÉGIONAL D'ÉCONOMIE SOCIALE DE LAVAL</b></p>	 <p><b>REGROUPEMENT LAVALLOIS POUR LA RÉUSSITE ÉDUCATIVE</b></p>	 <p><b>Regroupement NAISSANCES RESPECTÉES</b></p>
<p><b>Pôle régional d'économie sociale de Laval</b></p>	<p><b>Regroupement lavallois pour la réussite éducative</b></p>	<p><b>Regroupement Naissances Respectées (RNR)</b></p>



**Regroupement  
POUR LA Valorisation  
DE LA Paternité**

---

**Regroupement pour la  
Valorisation de la  
Paternité (RVP)**



**Réseau des CRP**  
Centres de Ressources  
Périnatales du Québec

---

**Réseau des Centres de  
ressources périnatales du  
Québec**



**Table de concertation de Laval  
en condition féminine**  
*Agir ensemble, prendre sa place!*

---

**Table de Concertation de  
Laval en Condition  
Féminine (TCLCF)**

Partenaires de l'offre de services




**CENTRE COMMUNAUTAIRE  
VAL-MARTIN**

---

**Centre communautaire  
Val-Martin**

**Centre intégré  
de santé  
et de services sociaux  
de Laval**

**Québec** 

---

**CISSS de Laval,  
Programme jeunesse**



**GROUPE  
PROMO-SANTÉ  
LAVAL**

---

**Groupe Promo-Santé  
Laval**



**La Parentèle  
de Laval**

---

**La Parentèle de Laval**



**MAISON  
QUARTIER VIMONT**

---

**Maison de quartier  
Vimont**



**Nourri-  
Source  
LAVAL**

---

**Nourri-Source Laval**



**Le Relais familial  
d'Auteuil**  
*La famille au cœur de l'action*

---

**Relais Familial d'Auteuil**

## Concertations

 <p>Projet ENVIE</p>	 <p>Coalition pour la pratique sage-femme</p>	 <p>PRDS Politique régionale de développement social</p>
Cellule de travail ENVIE	Coalition pour la pratique sage-femme	Comité de pilotage de la PRDS
 <p>JEUN'EST EN FORME</p>	 <p>VIZAXION Vimont-Auteuil   Mon quartier, mes ressources</p>	
Jeun'Est en forme	VizAxiom	

## Partenaires financiers

 <p>Centre intégré de santé et de services sociaux de Laval Québec</p>	 <p>Emploi Québec</p>	 <p>laval économique</p>
CISSS de Laval	Emploi-Québec	Laval économique

## Communications

### Réseaux sociaux

Avec la reprise des activités postpandémie et l'embauche d'une nouvelle ressource partiellement dédiée aux communications, nous avons vu une belle croissance de la visibilité de Mieux-Naître à Laval sur Facebook :

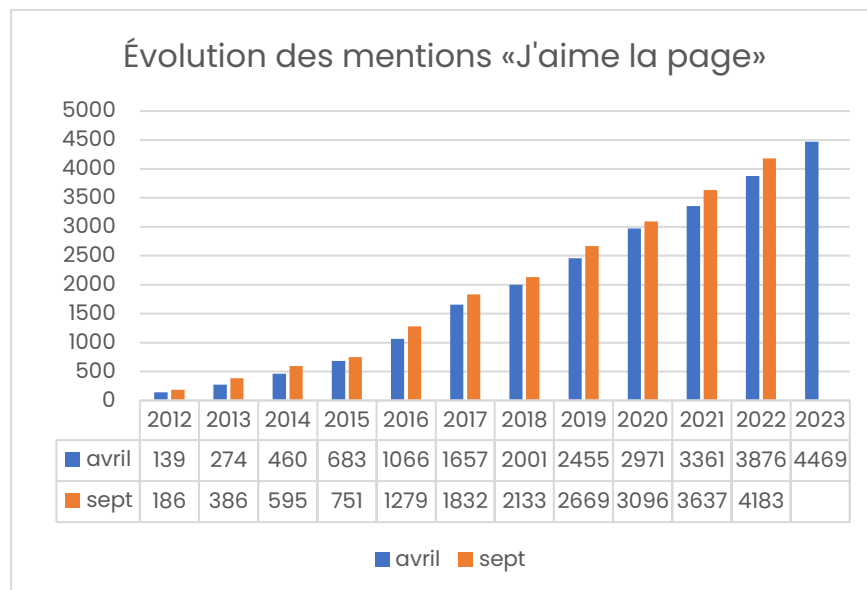
- 593 nouvelles mentions J'aime
- Hausse de 132% des visites de la page Facebook
- Hausse de 66% de la couverture Facebook (nombre de vues des publications)

L'examen de notre audience fait réaliser que nous avons encore beaucoup de travail à faire pour rejoindre les futurs et nouveaux pères. En effet, notre audience est composée à 94,7% de femmes. Plus précisément, 44.8% de l'audience est formée de femmes de 35 à 44 ans et 35.7% de femmes de 25 à 34 ans.

### Objectifs de la page

- Promouvoir les services et les activités de MNL notamment via la section *Événements* de la page Facebook
- Partager des informations pertinentes pour les familles durant la période périnatale (articles informatifs, informations et activités de nos partenaires, ressources pratiques...)
- Démontrer l'engagement de MNL dans sa communauté (appel à l'action, appel de projets de recherche, annonce d'intérêt)
- Célébrer et honorer les familles aux dates de fêtes ou Journées thématique annuelles

Statistiques : La page Facebook comptait **4469 mentions « J'aime » au 31 mars 2023**



## Infolettre

En 2022, nous avons repris l'envoi régulier d'infolettres afin de rejoindre directement nos membres et partenaires lors de moments importants : campagne d'adhésion, lancement des programmations, sondage, vœux des fêtes :

- 11 novembre : [Deviens membre de MNL!](#)
- 27 novembre : [Rappel : Adhésion à MNL + Programmation gratuite de décembre](#)
- 9 décembre : [Capsule vidéo des Fêtes + Programmation d'hiver](#)
- 20 décembre : [Vœux des Fêtes et regard sur 2023](#)
- 20 février : [Programmation d'hiver : ajouts et places disponibles!](#)
- 8 mars : [Lancement de la programmation du printemps + sondage](#)
- 22 mars : [Votre opinion SVP!](#)



*Nos membres ont eu accès en primeur, dès la semaine du 5 décembre, à une capsule vidéo dans laquelle nos intervenantes Amélie et Marie-Ève donnaient leurs trucs et astuces pour un doux temps des fêtes avec bébé!*

## FINANCEMENT



MNL fait partie du réseau de services sociaux et de santé de Laval et compte sur le soutien financier du ministère de la Santé et des services sociaux ainsi que du CISSS de Laval pour réaliser sa mission. Le financement récurrent demeure insuffisant pour répondre adéquatement aux besoins des familles lavalloises et nous poursuivons le travail de représentation pour augmenter nos ressources financières et humaines pour mieux desservir les futurs et nouveaux parents.

Le recours à l'économie sociale est un levier financier intéressant; les activités à tarifs modulés selon le revenu familial permettent un apport supplémentaire significatif. Cependant, la pandémie avait entraîné une offre accrue d'activités virtuelles gratuites sur le web, ce qui influence encore l'offre de services à ce jour. Une réflexion se poursuivra avec la démarche de planification stratégique pour situer la place du volet économie sociale dans l'organisation, de sorte qu'il demeure un levier de développement tout en ne compromettant pas l'accessibilité, un enjeu prioritaire incontournable. La diversification des sources de revenus est aussi dans notre mire.

### Sources principales de revenus en 2022-23 :

• Financement PSOC à la mission globale par le CISSSL	91 558 \$
• Financement à titre de CRP par le MSSS :	
o Phase 1 de la promesse de financement de 500 à 650 000 \$ de M. Legault	257 250 \$
o Phase 2 pour le rehaussement des rencontres prénatales	75 000 \$
• Entente de collaboration pour les relevailles par le CISSSL	51 885 \$
• Laval économique pour la planification stratégique	10 000 \$
• Adhésions	1 025 \$
• Dons	2 045 \$
• Activités tarifées, vente de services :	
o Yoga prénatal :	8 786 \$
o Activités physiques postnatales :	9 723 \$
o Ateliers de base (Soins au NN, Portage, Massage bb) :	6 438 \$
o Ateliers alternatifs (Intro solides, Langage signes) :	2 165 \$
o RCR premiers soins :	9 415 \$
o Bain thalasso bébé et services privés :	4 557 \$
o Divers (boutique et location de salles) :	2 023 \$
• <i>Sous-total activités :</i> 43 107 \$	
o Formation offerte à l'équipe d'un autre CRP :	8 140 \$

Total des ventes : 51 247 \$

## PERSPECTIVES 2023-2024

### Planification stratégique - Poursuivre et conclure la démarche

Une démarche collaborative de planification stratégique a été amorcée en 2022 afin de prioriser les axes de développement de MNL au cours des prochaines années.

Maintenant que la phase 1 du projet est complétée (entrevues, sondage, diagnostic SWOT et présentation au CA et aux employés), nous amorçons la phase 2 avec enthousiasme :

- Ateliers d'équipe et lac-à-l'épaule (8-9 septembre 2023)
- Élaboration du plan stratégique sur 5 ans et de la feuille de route sur 1 an
- Mise en branle des priorités d'action

### Projet Ensemble pour accueillir la vie - ENVIE - Mobiliser, développer

MNL est fier d'être porteur de ce projet qui fait maintenant l'objet d'une cellule de travail au sein de la PRDS qui réunit une quinzaine de partenaires. En 2022, la cellule s'est donnée comme mandat de développer et de suivre la réalisation du plan d'action qui permettra de mettre en place le projet ENVIE. Ce projet consiste à rassembler sous un même toit et faire connaître diverses ressources qui répondent aux besoins des futurs et nouveaux parents, incluant une maison de naissance. Les partenaires visent un projet inclusif et universellement accessible qui viendra bonifier l'offre de services actuellement présente sur le territoire.

En 2023-2024, si elle obtient le financement demandé, la cellule aura les objectifs suivants :

- Définition du mandat et recrutement d'une chargée de projet et d'une personne responsable de la mobilisation et de la participation citoyenne;
- Recherche des informations qui permettront de planifier et réaliser les étapes requises pour que l'ensemble des volets puissent se réaliser sous un même toit;
- Création de la structure de participation citoyenne;
- Tenue d'activités de sensibilisation, de mobilisation et de participation des citoyen.ne.s;
- Élaboration des plans de l'espace ENVIE par les architectes du Collectif Autour d'une tasse, avec la collaboration citoyenne et celle des partenaires.

### Chantier communication - Concevoir, diffuser, échanger

À la suite de l'embauche d'une ressource dédiée aux communications, on envisage d'importantes avancées de ce côté en 2023-2024 :

- Conception et mise en ligne d'un nouveau site web avec inscription et paiement en ligne (*projet réalisé au moment d'écrire ces lignes en juin 2023*).
- Élaboration d'un plan de communication avec les volets promotion, représentation, lien avec les membres et participation citoyenne.





**Mieux-Naître à Laval**  
3534, boul. de la Concorde Est  
Laval (Québec) H7E 2C5

438.830.4323

[\*\*info@mieuxnaitre.org\*\*](mailto:info@mieuxnaitre.org)

[\*\*www.mieuxnaitre.org\*\*](http://www.mieuxnaitre.org)

[\*\*Facebook\*\*](#)